

2026: Año de la Seguridad y Salud en España – Una oportunidad para impulsar la salud integral en el trabajo

Temas: Salud

Por : Concepción Ibañez García. Dirección Técnica I+D. Mutua Universal , Paula D. Fragueiro Barros.

Dirección Técnica I+D. Mutua Universal

Lectura estimada 4 minutos



El pasado 11 de noviembre de 2025, el Consejo de Ministros declaró oficialmente el año 2026 como **Año de la Seguridad y Salud en el Trabajo** en España, en el contexto del 30º aniversario de la publicación de la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales, los datos de siniestralidad laboral en aumento, y la Estrategia Española de Seguridad y Salud en el Trabajo (2023-2027).

El objetivo de esta declaración, más allá de quedar en un mero comunicado simbólico, es impulsar la cultura de la prevención de manera transversal en todo el tejido socioeconómico; y en el ámbito laboral de manera muy específica.

Para constatar el compromiso con esta declaración, el gobierno reafirma que la seguridad y salud en el trabajo es un derecho fundamental y una responsabilidad compartida; y se compromete a promover recursos, normativas y herramientas para abordar tanto los riesgos tradicionales como los emergentes: se adquiere el compromiso, entre otras cuestiones, de impulsar la adaptación normativa de prevención a los riesgos emergentes; de promocionar campañas de divulgación, sensibilización e información permanentes; y de fortalecer la investigación, la innovación y la transferencia de conocimiento.

Coincide además esta declaración con la presentación de la nueva campaña 2026-2028 de la **Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo (EU-OSHA)**, que bajo el lema: **“Together for mental health at work”** (Juntos por la salud mental en el trabajo), colocará el foco en la **Salud Mental**, reconociendo que esta es tan esencial como la salud física, para la sostenibilidad empresarial y el bienestar individual y social.

¿Por qué este lema importa?



Porque en los entornos de trabajo actuales, en constante evolución, encontramos nuevos riesgos psicosociales que incrementan la vulnerabilidad de las personas trabajadoras, generando estrés y deterioro de su bienestar psicológico. También sabemos que la exposición a estos riesgos y su impacto en la salud mental, es desigual en hombres y mujeres. Además, para la población laboral actual, cada vez más envejecida, el afrontamiento de estos riesgos supone todo un desafío.

El lema nos recuerda que la generación de entornos de trabajo seguros, saludables y sostenibles tiene que ver con una responsabilidad compartida: la seguridad y la salud en el trabajo es responsabilidad de tod@s: desde la alta dirección (incorporando la salud integral como valor fundamental de la cultura organizacional), pasando por las personas que ejercen función de liderazgo (desarrollando las habilidades intra e interpersonales más críticas -empatía, asertividad, comunicación, resiliencia,...- que les permiten detectar y gestionar mejor los riesgos psicosociales en el entorno más directo), hasta las personas trabajadoras (participando activamente en la identificación y comunicación de fuentes de riesgo).

La EUOSHA orientará esta nueva campaña hacia la importancia de promover la salud mental en el entorno laboral, y algunas de las líneas de trabajo más destacadas podrán ser:

- visibilizar el impacto que tienen los ambientes laborales en la salud mental de las personas trabajadoras.
- aumentar el conocimiento práctico para prevenir los riesgos psicosociales, como estrés, violencia y acoso.
- promover la evaluación sistemática de estos riesgos y la gestión que debe derivarse de ellos, especialmente en nuevos perfiles laborales, o poco atendidos hasta ahora.
- Impulsar la formación en liderazgo saludable para las personas que tienen equipos a su cargo.

¿Es la Salud Mental una prioridad estratégica?



Sí, sin duda. Los riesgos psicosociales, con el estrés a la cabeza como principal protagonista, son una de las principales causas de absentismo y pérdida de productividad en las empresas; y su impacto en la salud mental de las personas que están expuestas a ellos, también es muy significativo. Ignorarlos no solo tiene un coste humano, sino también económico: se traduce en bajas prolongadas, rotación de personal, deterioro del clima laboral y pérdida de talento.

Además, el estrés crónico, junto con la falta de apoyo social, pueden derivar en burnout, o trastornos como ansiedad o depresión; afectando no solo al rendimiento individual, sino a la cohesión de los equipos y a la reputación corporativa.

“ Por ello, abordar los riesgos psicosociales es una necesidad estratégica para las empresas que persiguen garantizar entornos laborales sostenibles y competitivos.

