



**amaltea**

Evaluación y Desarrollo  
de Factores Psicosociales

Jueves 15 de mayo 2008

---

Encuentros con expertos

# Prevención y reducción del estrés laboral

Entre los factores desencadenantes de distintos problemas de salud, deterioro de las relaciones interpersonales, absentismo y disminución de la productividad se encuentra el estrés.

Como parte de sus actividades de prevención y reducción del riesgo psicosocial, amaltea organiza periódicamente encuentros con expertos en temas de actualidad. Hemos elegido el estrés laboral por tratarse de un problema que afecta en los últimos años tanto a trabajadores y empleados de empresas privadas como de la administración pública.

El estrés laboral es evitable; se produce por un exceso de tensión en el trabajo que a menudo se confunde con motivación o eficacia. Es necesario identificar los estresores, o sea los aspectos de la organización de la tarea y de las relaciones entre quienes la realizan, que generan ese exceso de tensión. La mayor parte de las veces basta con pequeñas modificaciones en esos aspectos para obtener resultados sorprendentes en cuanto a la fluidez de la comunicación, la eficacia en la realización de los trabajos con la tensión mínima necesaria y la instauración progresiva del bienestar en el clima laboral. Esa es la experiencia que en esta ocasión nos transmitirá el experto.

encuentros con expertos

---

## Objetivo..

Proporcionar a los asistentes la oportunidad de analizar con el Sr. Eduardo Mardarás los factores que producen estrés en el trabajo y las formas de controlarlos y reducirlos.  
Así como dar a conocer los nuevos enfoques que se proponen en el abordaje de este problema.

## Destinatarios..

Este Encuentro es de especial interés para:

- Directores de Recursos Humanos
- Profesionales de la Prevención
- Trabajadores designados en prevención
- Directores de empresas
- Personal con responsabilidades y funciones de dirección de equipos, áreas o departamentos en cualquier tipo de organización laboral.

## Programa:

de 11:30 a 13: Presentación del tema.

Exposición a cargo del Señor Eduardo Mardarás.

de 13 a 14: Turno de preguntas y debate.

Preparación de “focos de interés”.

De 14 a 15: Lunch.

de 15 a 17: Tratamiento de los “focos de interés”.

de 17 a 17.30: Conclusiones.

*Nota: Los “focos de interés” son aspectos de la generación, prevención y reducción del estrés laboral sobre los que los asistentes deseen profundizar, o bien casos o situaciones planteados por los asistentes para su análisis.*

## Materiales..

Los asistentes recibirán un dossier con artículos del Sr. Mardarás y bibliografía sobre el tema.

## Condiciones de reserva de plaza e inscripción..

Antes del 15 de abril 120 euros.✕

Después del 15 de abril 160 euros.✕

Este precio incluye : coofey y Lunch además de la asistencia al encuentro.  
amaltea.. tel./fax 958 59 75 59 · [www.amalteapsicosocial.com](http://www.amalteapsicosocial.com)

## Lugar de celebración..

Centro Cívico Loma linda

c/ Ramón y Cajal s/n · 18151 · Ogíjares (Granada).

Colabora.. Ayuntamiento de Ogíjares

---