|  |  |
| --- | --- |
| EXAMEN : Baccalauréat STMG | SESSION : Juin 2017 |
| ÉPREUVE : Management, section européenne espagnol (épreuve de DNL) | PAGE : 1/1 Durée : 20 min. |

**El 59% de los trabajadores en España sufre algún tipo de estrés en el trabajo**

Un estudio de la Fundación Europea para la Mejora de las Condiciones de Vida y Trabajo muestra que el 28% de los trabajadores europeos sufre estrés.

Los constantes cambios a los que está sujeto el panorama laboral actual se han traducido en un incremento[[1]](#footnote-1) de la competencia y de las exigencias para las organizaciones. Según el Instituto Nacional de Estadística (INE), el 59% de los trabajadores en España sufre algún tipo de estrés en el trabajo.

 Esta situación puede generar altos niveles de presión entre sus miembros al convertirse en parte de la cotidianidad laboral de éstos profesionales y propiciar[[2]](#footnote-2) así en ellos la aparición de patologías como el estrés, depresión, insomnio o adicción al trabajo. Trastornos[[3]](#footnote-3) en los que el factor emocional o psicológico juega un papel determinante.

Según un estudio de la Fundación Europea para la Mejora de las Condiciones de Vida y Trabajo, el 28% de los trabajadores europeos se ve envuelto en situaciones de estrés.

Esta circunstancia, a la larga, puede crear lo que se ha denominado como Síndrome de Burnout o desgaste[[4]](#footnote-4) profesional: fatiga crónica o ineficacia que, según el mismo estudio, sufren un 20% de los empleados europeos.

Las consecuencias de este tipo de afecciones son negativas tanto a nivel fisiológico como cognitivo, incidiendo en muchos aspectos del ciclo vital de cualquier adulto. La mayoría de estas situaciones son causadas por el ritmo de vida actual, que provoca un estado de constante activación, la ansiedad que de ello se deriva o el incumplimiento de aspiraciones laborales y objetivos a largo plazo.

Generar un entorno laboral saludable resultará, por tanto, beneficioso para ambas partes: el trabajador mejorará en calidad de vida y la empresa en rendimiento profesional.

Sitio web 20 minutos 27/06/2016

**Preguntas:**

1) ¿Di cuál es tema principal del texto?

2) ¿Cuáles son las causas y las consecuencias del estrés laboral para los trabajadores?

3) ¿Por qué es importante generar un entorno laboral saludable en las empresas?

4) En tu opinión, ¿Cómo se pueden mejorar las condiciones laborales?

1. El incremento = el aumento [↑](#footnote-ref-1)
2. Propiciar = favorecer [↑](#footnote-ref-2)
3. Un trastorno: *un trouble* [↑](#footnote-ref-3)
4. El desgaste: *l’usure* [↑](#footnote-ref-4)