

#JornadasINSST

JORNADA TÉCNICA · 29.10.25

# SALUD MENTAL |

## RETORNO AL TRABAJO |

Retorno al Trabajo desde la perspectiva  
de la micro, pequeña y mediana empresa  
(MIPYME)

RETOS Y OPORTUNIDADES

Josep Ginesta i Vicente



pimec

# 1. Estado de la cuestión

## Número de Procesos Iniciados por Trastornos Mentales por Contingencias Comunes para los Trabajadores Protegidos por las Mutuas



Fuente: Informe AMAT Septiembre 2025



Instituto Nacional de Salud y Seguridad en el Trabajo | [www.insst.es](http://www.insst.es)

Los Procesos Iniciados diagnosticados como trastornos mentales, en el **territorio Nacional**, para la Población Protegida por las Mutuas experimentaron un **crecimiento interanual** de un **12,48%** y de un **176,57%**, en los últimos **nueve años**

**pimec**

# 1. Estado de la cuestión

## Incidencia Media Mensual x 1000 trabajadores protegidos por las Mutuas por Contingencias Comunes (Trastornos Mentales)



Fuente: Informe AMAT Septiembre 2025

La **Incidencia Media Mensual**, fue de **2,18** Procesos Iniciados al mes por cada 1.000 Trabajadores Protegidos por las Mutuas en **2024**, lo que supuso un **incremento interanual** de un **9,55%** y de un **118,00%** en los últimos **nueve años**.



MINISTERIO  
DE TRABAJO  
Y ECONOMÍA SOCIAL



# 1. Estado de la cuestión

Altes 2024, grups diagnòstics	N	Durada mitjana IT	Durada mediana IT	Dies en IT (altes)
13-M. sist. osteomuscular	388.539	52,3	8	20.336.119
05-M. mentals	182.753	81,1	29	14.826.425
19-Traumes i causes ext.	118.063	54,7	16	6.453.962
02-Neoplàsies	23.518	143,1	46	3.366.362
18-Símptomes i signes diversos	328.082	8,6	2	2.821.481
11-M. sist. digestiu	95.281	25,1	4	2.394.303
09-M. sist. circulatori	23.476	100,0	31	2.347.119
10-M. sist. respiratori	384.658	5,6	2	2.170.418
06-M. sist. nerviós	45.528	38,5	2	1.751.124
14-M. sist. genitourinari	74.964	18,8	3	1.408.472
01-M. infeccioses	277.416	3,6	2	989.220
07-M. ull i annexes	34.071	25,9	6	881.307
15-Gestació, part i puerperi	13.467	64,0	31	862.468
12-M. pell	24.988	21,1	5	527.506
08-M. oïda	34.648	14,4	3	498.376
22-Codis especials	31.603	12,2	4	386.612
04-M. endocrines	5.859	64,8	25	379.550
17-M. congènites	1.758	80,0	28	140.697
03-M. sang	2.121	65,2	21	138.211
21-Factors que influeixen	2.090	13,0	4	27.188
Total	2.092.883	30,0	3	62.706.920

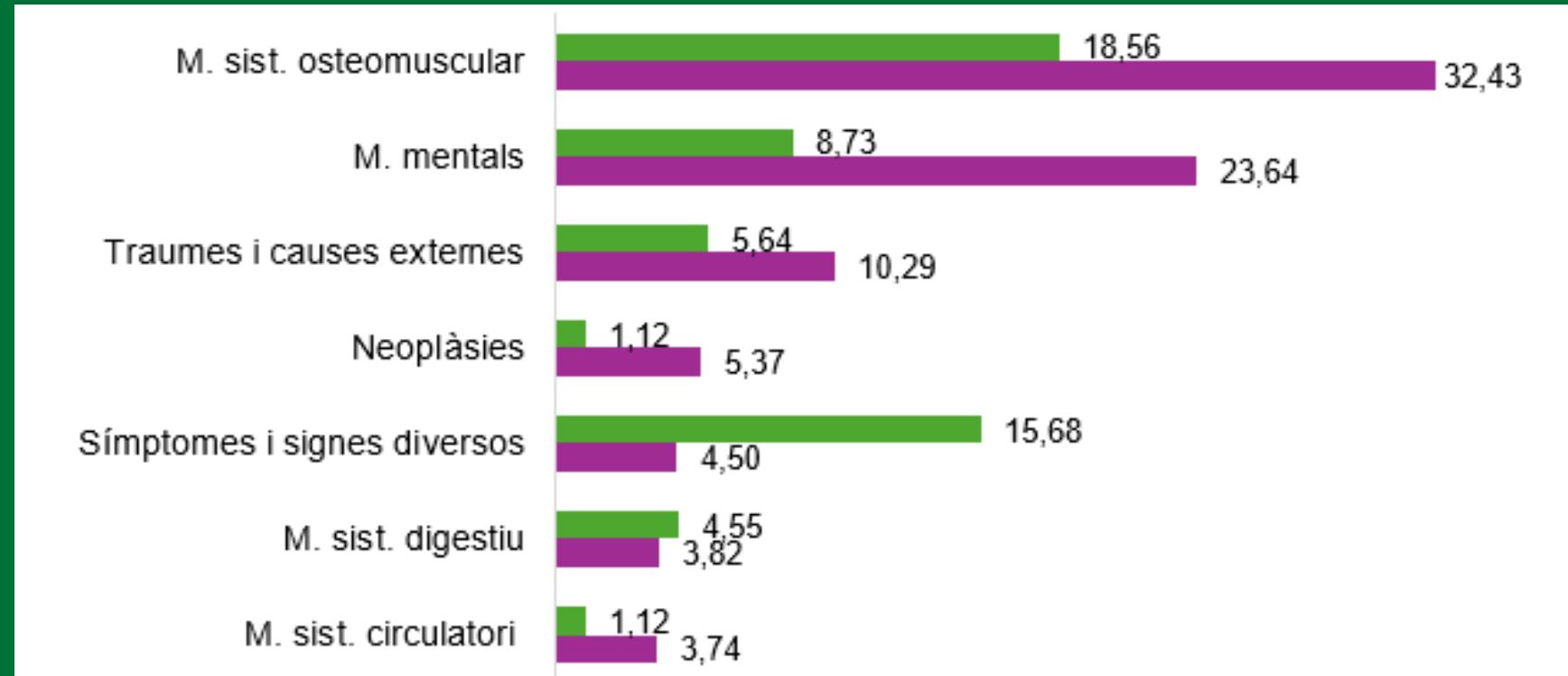
Duración y días en IT, por grupos de diagnósticos, total

Fuente: Informe Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya 2024



# 1. Estado de la cuestión

## Distribución del número de altas y del total de días en IT por grupos de diagnósticos. 2024



■ % del N total d'IT ■ % del total de dies en IT

Fuente: Pimec a partir del informe del Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya 2024



# 1. Estado de la cuestión

## Duración y días en IT (principales grupos diagnósticos)

Altes 2024, grups diagnòstics	% del N total d'IT	Durada mitjana IT	Durada mediana IT	% del total de dies en IT	Variació N altes 23-24	Variació D mitjana 23-24
13-M. sist. osteomuscular	18,6%	52,3	8,0	32,4%	10,6%	-0,6%
05-M. mentals	8,7%	81,1	29,0	23,6%	12,4%	3,8%
19-Traumes i causes ext.	5,6%	54,7	16,0	10,3%	5,3%	-0,2%
02-Neoplàsies	1,1%	143,1	46,0	5,4%	2,4%	4,5%
<b>34,1%</b>		<b>71,7%</b>				

Fuente: Informe Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya 2024



# 1. Estado de la cuestión

## Duración y días en IT (grupos diagnósticos por sexo)

Altes 2024, grups diagnòstics	N		Durada mitjana IT		Durada mediana IT		Dies en IT (altres)		Dies en IT/ persona afiliada	
	Homes	Dones	Homes	Dones	Homes	Dones	Homes	Dones	Homes	Dones
13-M. sist. osteomuscular	189.639	198.900	48,0	56,5	7	9	9.101.192	11.234.597	4,6	6,3
05-M. mentals	66.448	116.305	81,4	81,0	28	29	5.408.514	9.417.911	2,7	5,3
19-Traumes i causes ext.	66.329	51.734	53,0	56,8	16	16	3.513.433	2.940.529	1,8	1,6
02-Neoplàsies	8.689	14.829	144,8	142,2	47	46	1.258.218	2.108.144	0,6	1,2
18-Símptomes i signes diversos	146.982	181.100	7,8	9,2	2	2	1.147.537	1.673.944	0,6	0,9
11-M. sist. digestiu	51.533	43.748	28,2	21,6	4	3	1.451.328	942.975	0,7	0,5
09-M. sist. circulatori	13.618	9.858	119,1	73,6	38	22	1.621.523	725.596	0,8	0,4
10-M. sist. respiratori	172.050	212.608	5,8	5,5	2	3	1.003.067	1.167.351	0,5	0,7
06-M. sist. nerviós	14.200	31.328	47,4	34,4	2	2	673.487	1.077.637	0,3	0,6
14-M. sist. genitourinari	20.352	54.612	24,6	16,6	7	3	501.439	907.033	0,3	0,5
01-M. infeccioses	128.655	148.761	3,5	3,6	2	2	451.772	537.448	0,2	0,3
07-M. ull i annexes	15.977	18.094	27,8	24,2	7	5	444.272	437.035	0,2	0,2
15-Gestació, part i puerperi	0	13.467	0,0	64,0	0	31	0	862.468	0,0	0,5
12-M. pell	14.175	10.813	22,2	19,6	6	4	315.157	212.349	0,2	0,1
08-M. oïda	12.879	21.769	16,6	13,1	3	3	213.403	284.973	0,1	0,2
22-Codis especials	11.394	20.209	13,4	11,6	4	4	152.694	233.918	0,1	0,1
04-M. endocrines	2.159	3.700	70,7	61,3	22	27,5	152.722	226.828	0,1	0,1
17-M. congènites	753	1.005	77,0	82,3	29	26	57.954	82.743	0,0	0,0
03-M. sang	442	1.679	91,0	58,4	31	19	40.234	97.977	0,02	0,1
21-Factors que influeixen	30	2.060	69,5	12,2	37	4	2.084	25.104	0,00	0,01
<b>Total</b>	<b>936.304</b>	<b>1.156.579</b>	<b>29,4</b>	<b>30,4</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>27.510.030</b>	<b>35.196.890</b>	<b>13,9</b>	<b>19,6</b>

Fuente: Informe Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya 2024

## 2. Contexto

- Entorno de **cambio permanente**: tecnológico, social, tensiones sociales, nuevos valores ...
- Todo lo que pasa en la **sociedad**, impacta en la **empresa**
- Las mipymes sufren las consecuencias de un entorno económico, social y emocional que se ha vuelto **más incierto, complejo y exigente**: *Great Dimission, Quiet quitting...*
- La **desvinculación laboral** prolongada, también tiene **consecuencias negativas** para el individuo, la empresa y la sociedad



## 2. Contexto

La **mipymes** presentan dificultades operativas significativas para atender los problemas de **salud mental** de trabajadores y gerentes



**Desafíos particulares** en materia de salud mental que permanecen **invisibles** para la **investigación** y las acciones de salud ocupacional



**Factores de estrés laboral únicos**, distintos a los de organizaciones más grandes

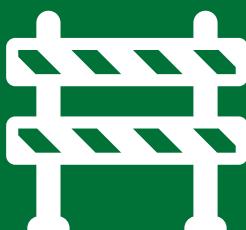


## 2. Contexto

Barreras estructurales y operativas de las mipymes  
respecto a la **evaluación de riesgos psicosociales**



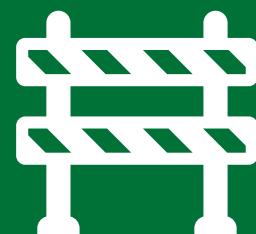
Relación directa entre la **dimensión** y la capacidad de  
gestión preventiva (y la **gestión de la salud mental**)



## 2. Contexto

### Barreras objetivas detectadas (*Peiró, Todolí 2025*)

- Limitación económica i **menor estructura** organizativa
- **Multiplicidad de funciones** desarrolladas por una misma persona
- Falta de **vínculo funcional** entre la empresa y los servicios externos contratados para actividades preventivas
- **Dificultades** en la **aplicación real** de la normativa
- Insuficiente **adecuación** de la acción preventiva a los **riesgos** específicos
- Excesiva **carga** administrativa



## 2. Contexto

La adaptación o implementación de **metodologías diseñadas para grandes empresas** a mipymes ha generado **consecuencias contraproducentes**:

- Inadecuación de **instrumentos** evaluativos
- **Incomprensión** de los procesos por parte del empresario
- **Barreras** a las prácticas preventivas

**Desajuste y brecha** entre las necesidades reales de las mipymes y la capacidad de intervención



### 3. Retos

#### 1. Importante expansión del fenómeno

Hoy el empresario se enfrenta a una realidad nueva que exige **conocimiento** y **colaboración**

#### 2. Falta de soluciones y conocimiento

Las mipymes, a menudo, carecen de **recursos** para acompañar al trabajador o facilitar su reincorporación

#### 3. Aplicación del marco normativo pensado para la gran empresa

La **legislación** está pensada para la gran empresa. La pequeña empresa necesita **flexibilidad, simplificación y acompañamiento**.

#### 4. Falta de abordaje integral con la participación de políticas públicas e iniciativa privada



**pimec**

### 3. Retos

#### 5. Bajas parciales y altas progresivas: reformas necesarias

El sistema actual no **permite mecanismos de reincorporación progresiva** para que una persona que ha estado de baja por salud mental pueda volver de forma gradual o parcial.

Son necesarios mecanismos de reincorporación progresiva para resolver el sistema rígido que, a menudo, provoca **una desvinculación laboral con consecuencias negativas para el individuo, la empresa y la sociedad.**

**Pensar que el trabajo es incompatible con salud o con la recuperación de la salud es un grave error.**



# 4. Oportunidades

## 1. Revalorización del factor trabajo

El **trabajo** no es un factor ajeno a la salud y puede ser una **herramienta de recuperación**

El trabajo puede ser un **elemento significativo y promotor de bienestar**

El trabajo, a menudo, no solo es un espacio de producción, sino también **un espacio de sentido y prescriptor de salud**

El trabajo como **herramienta de integración**

**(Con el compromiso de la empresa)**



# 4. Oportunidades

## 2. Colaboración y alianzas

Necesitaremos colaborar y establecer alianzas entre administraciones y agentes (**Salud, Derechos Sociales, Empresa, Trabajo y entidades sociales**)

### Caso de Pimec

En Pimec junto con **AMMFEINA** impulsamos una mesa de **trabajo interinstitucional** para abordar el retorno al trabajo tras una incapacidad temporal por salud mental



# 4. Oportunidades

## PIMEC y AMMFEINA

- Repositorio de **normativa y propuestas de cambio**
- Guía para una **cultura empresarial inclusiva**
- Procedimiento para **planes individualizados de apoyo**
- Mapa de **activos comunitarios y herramientas** para mipymes
- Guía de **formación** en salud mental
- Descripción de medidas de **apoyo**
- **Campañas** de sensibilización



# 5. Propuestas

## 1. Previsión de estrategias de retorno al trabajo

- Bajas laborales **flexibles o parciales**
- **Flexibilidad y progresión en el retorno al trabajo** durante un período de desvinculación temporal de larda duración
- **Apoyo y seguimiento voluntario** de la persona trabajadora durante dichos períodos
- Previsión de **circuitos especializados de salud primaria** conectados con la empresa y el mundo laboral

## 2. Identificación del marco legal actual y cambios necesarios, así como su posible vinculación con la negociación colectiva



# 5. Propuestas

## 3. Identificación de las necesidades de las MIPYMEs

- **Sensibilización**
- **Formación** (empresariado, recursos humanos, gestores de equipos, personas trabajadoras...)
- **Asesoramiento técnico accesible** en prevención de riesgos laborales y entidades sociales
- **Financiación** de los apoyos (INVERSIÓN)



#JornadasINSST

# ¡GRACIAS!

#JornadasINSST



pimec