

## **ABRIL – CÍRCULO DE SILENCIO POR UN EMPLEO DIGNO**

En el 1 de mayo de 2024, Día Internacional de los trabajadores y las trabajadoras ponemos el foco en la necesidad de cuidar el mundo laboral para mejorar la vida de las personas.

La carencia de un buen cuidado del trabajo tiene como consecuencia el estrés, la ansiedad, o la depresión, problemas cada vez más comunes que afectan a gran parte de la población. La salud laboral no solo implica evitar los accidentes o las enfermedades que puedan afectar al ser humano en el ámbito del trabajo, sino también garantizar el bienestar de las personas al desarrollar su profesión. Por tanto, abarca la estabilidad psicológica y emocional de las personas trabajadoras. Casi el 60% de las personas desempleadas sufre problemas de salud mental.

En nuestra sociedad no es fácil la conciliación de la vida personal y laboral, armonizar las necesidades personales y familiares con el trabajo. Algunos empleos conllevan exigencias de tiempo y dedicación que dan lugar a conflictos personales, familiares y sociales. Solo teniendo en cuenta una jornada laboral de 8 horas diarias más el desplazamiento que se debe hacer para llegar al trabajo, el tiempo que invertimos en el trabajo supone entre el 40-50% de nuestro día. En muchas ocasiones, este porcentaje puede verse incrementado porque no se cumple con la desconexión digital, que hace que se interrumpa nuestro descanso, provocando estrés y preocupaciones.

En este sentido, queremos recordar las palabras del papa Francisco, en el mensaje en la Cumbre Mundial del Trabajo de la OIT (2021): “si el trabajo es una relación, entonces tiene que incorporar la dimensión del cuidado, porque ninguna relación puede sobrevivir sin cuidado. Un trabajo que no cuida, que destruye la creación, que pone en peligro la supervivencia de las generaciones futuras, no es respetuoso con la dignidad de los trabajadores y no puede considerarse decente.

Por todo ello, reclamamos:

- un mayor compromiso en favorecer el cuidado de las personas trabajadoras,
- promover políticas que permitan una conciliación real,
- apostamos decididamente porque el diálogo social avance en la reducción del tiempo de trabajo,
- que la salud laboral sea un derecho fundamental para todas las personas y sea prioritario en cualquier entorno.

**PORQUE** hay un gran número de trabajadores y trabajadoras que sufren condiciones laborales precarias que ponen en peligro su bienestar físico y mental, es hora de alzar la voz y reivindicar que la salud de las personas no se vea comprometida en aras del beneficio económico.

**TÚ TIENES MUCHO QUE VER. SOMOS OPORTUNIDAD, SOMOS ESPERANZA.** Este círculo se hace hoy más grande porque se celebra a la vez en varios puntos de Cáceres y su provincia.