



PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA

**PROCEDIMIENTO 1403
PARA EL CUIDADO DE
LA SALUD MENTAL
EN EL
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA**

Ayuntamiento de Zaragoza- Documento firmado electrónicamente. Verifique su validez: <https://www.zaragoza.es/verifica>
Código Seguro de Verificación: 50297MTc3MTU4ODk1MjZMz4NDU1NTMx

Este documento contiene datos no especialmente protegidos

DOCUMENTO

PPRL-1403 PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA

ID FIRMA

15331783

PÁGINA

1 / 18

FIRMADO POR 3 FIRMANTES

- ENCARNA BERBEGAL LOPEZ - JEFE UNIDAD DE PREVENCIÓN
- MATEO TOMAS OLASO PELAYO - JEFE DEL SERVICIO DE PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL
- ALFONSO MENDOZA TRELL - CONCEJAL DE PERSONAL

FECHA FIRMA

- 23 de febrero de 2026
26 de febrero de 2026
26 de febrero de 2026



Zaragoza

AYUNTAMIENTO

PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL

PROCEDIMIENTO DE PREVENCIÓN
DE RIESGOS LABORALES

PPRL - 1403

Edición: 1ª

Fecha: octubre 2025

Rev.:

**PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA**

ÍNDICE

- 1. Justificación**
- 2. Objeto**
- 3. Alcance**
- 4. Documentación y normativa de referencia**
- 5. Definiciones**
- 6. Funciones y competencias de los agentes implicados**
- 7. Realización y actuación ante los distintos supuestos**
- 8. Anexos**

FECHA	MODIFICACIONES RESPECTO DE LA ANTERIOR

FIRMADO POR 3 FIRMANTES

- ENCARNA BERBEGAL LOPEZ - JEFE UNIDAD DE PREVENCIÓN
- MATEO TOMAS OLASO PELAYO - JEFE DEL SERVICIO DE PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL
- ALFONSO MENDOZA TRELL - CONCEJAL DE PERSONAL

FECHA FIRMA

- 23 de febrero de 2026
- 26 de febrero de 2026
- 26 de febrero de 2026



Zaragoza

AYUNTAMIENTO

PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL

**PROCEDIMIENTO DE PREVENCIÓN
DE RIESGOS LABORALES**

PPRL - 1403

Edición: 1ª

Fecha: octubre 2025

Rev.:

**PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA**

1. JUSTIFICACIÓN.

La Organización Mundial de la Salud, define la salud mental como “*un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad. Es parte fundamental de la salud y el bienestar que sustenta nuestras capacidades individuales y colectivas para tomar decisiones, establecer relaciones y dar forma al mundo en el que vivimos. La salud mental es, además, un derecho humano fundamental. Y un elemento esencial para el desarrollo personal, comunitario y socioeconómico. La salud mental es más que la mera ausencia de trastornos mentales. Se da en un proceso complejo, que cada persona experimenta de una manera diferente, con diversos grados de dificultad y angustia y resultados sociales y clínicos que pueden ser muy diferentes.*”

En lo referente al ámbito laboral:

La Directiva Marco de la Unión Europea (UE) (89/391) obliga legalmente al empresario a proteger a su plantilla evitando, evaluando y combatiendo los riesgos para su seguridad y su salud, lo que incluye los riesgos psicosociales presentes en el lugar de trabajo, que pueden provocar o contribuir al estrés o a problemas de salud mental.

La Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales (LPRL) establece, como obligación del empresario, planificar la actividad preventiva a partir de una evaluación inicial de los riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores/as (artículo 16.1).

El título del procedimiento, «Cuidado de la salud mental», es la expresión palpable del interés que desde este Servicio de Prevención y Salud laboral se da a las actuaciones que, en materia de salud mental, se destinan al personal municipal del Ayuntamiento de Zaragoza.

2. OBJETO.

El procedimiento se desarrolla para el cuidado de la salud mental del personal municipal a través de una estrategia que contemple aspectos preventivos desde la prevención primaria, secundaria y terciaria. Para ello se incluyen objetivos y acciones concretas en cada nivel, así como la estructura necesaria que lo lleva a cabo.

Deben establecerse la forma, la metodología y las pautas de actuación ante la existencia de posibles problemas de salud mental asociados a los factores de riesgo psicosocial, teniendo también en cuenta a las personas especialmente sensibles a estos factores de riesgo.

El abordaje requiere una intervención integral desde el Servicio de Prevención y Salud Laboral (en adelante SPSL) en la que intervienen Vigilancia de la Salud, Salud Laboral y Prevención de riesgos Laborales. La labor del área de Psicología se desarrolla conjuntamente con las tres anteriores

Este documento contiene datos no especialmente protegidos

DOCUMENTO

PPRL-1403 PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA

ID FIRMA

15331783

PÁGINA

3 / 18

FIRMADO POR 3 FIRMANTES

FECHA FIRMA

1. ENCARNA BERBEGAL LOPEZ - JEFE UNIDAD DE PREVENCIÓN

23 de febrero de 2026

2. MATEO TOMAS OLASO PELAYO - JEFE DEL SERVICIO DE PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL

26 de febrero de 2026

3. ALFONSO MENDOZA TRELL - CONCEJAL DE PERSONAL

26 de febrero de 2026



Zaragoza

AYUNTAMIENTO

PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL

**PROCEDIMIENTO DE PREVENCIÓN
DE RIESGOS LABORALES**

PPRL - 1403

Edición: 1ª

Fecha: octubre 2025

Rev.:

**PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA**

3. ALCANCE.

El procedimiento será de aplicación a todo el personal municipal del Ayuntamiento de Zaragoza.

El conjunto de objetivos y acciones que se van a desarrollar, dotan al Servicio de Prevención de una estructura de actuación integral en los diferentes niveles de ejecución preventiva posible. Este enfoque integral y preventivo, basado en la continuidad asistencial y la intervención personalizada, permite minimizar el riesgo de deterioro de la salud mental y favorece la sostenibilidad del desempeño laboral.

4. DOCUMENTACIÓN Y NORMATIVA DE REFERENCIA.

El marco legal de referencia aplicable a los riesgos psicosociales es la normativa de carácter general que regula la prevención de riesgos laborales, es decir, la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales (LPRL) y el Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención (RSP).

De este modo, son de aplicación al ámbito psicosocial las obligaciones generales contenidas en el Capítulo III de la LPRL sobre Derechos y Obligaciones, en sus Art. 14 a 29 y derivadas del derecho de los trabajadores y las trabajadoras a una protección eficaz en materia de seguridad y salud en el trabajo y del correlativo deber de protección de la empresa.

Este derecho se materializa en la obligación de identificar y evaluar los riesgos psicosociales, de realizar una adecuada planificación preventiva al respecto, de formar e informar sobre los riesgos psicosociales, garantizar al personal municipal una adecuada vigilancia periódica de su estado de salud, de adaptar el trabajo a la persona o de velar por garantizar la compatibilidad del trabajo desde el punto de vista psicosocial con las características psicofísicas de la misma y de realizar la pertinente investigación de accidentes que puedan tener, entre sus causas, factores de naturaleza psicosocial.

El deber de protección frente a los riesgos psicosociales se fundamenta además en la protección de varios derechos fundamentales recogidos en la Constitución Española (CE), como son el derecho a la integridad física y moral, y el derecho a la consideración debida a la dignidad, a la intimidad y a la igualdad de trato y no discriminación.

A continuación se detalla una relación no exhaustiva de normativas y criterios de referencia:

- Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales.
- Ley 54/2003, de 12 de diciembre, de reforma del marco normativo de la prevención de riesgos laborales.
- Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención.
- Real Decreto 843/2011, de 17 de junio, por el que se establecen los criterios básicos sobre la organización de recursos para desarrollar la actividad sanitaria de los servicios de pre-

Este documento contiene datos no especialmente protegidos

DOCUMENTO

PPRL-1403 PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA

ID FIRMA

15331783

PÁGINA

4 / 18

FIRMADO POR 3 FIRMANTES

FECHA FIRMA

1. ENCARNA BERBEGAL LOPEZ - JEFE UNIDAD DE PREVENCIÓN

23 de febrero de 2026

2. MATEO TOMAS OLASO PELAYO - JEFE DEL SERVICIO DE PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL

26 de febrero de 2026

3. ALFONSO MENDOZA TRELL - CONCEJAL DE PERSONAL

26 de febrero de 2026



PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA

vención.

- Ley 33/2011, de 4 de octubre, General de Salud Pública.
- Real Decreto Legislativo 8/2015, de 30 de octubre, por el que se aprueba el texto refundido de la Ley General de la Seguridad Social.
- Real Decreto 257/2018, de 4 de mayo, por el que se modifica el RD1299/2006, de 10 de noviembre, por el que se aprueba el cuadro de enfermedades profesionales en el Sistema de la Seguridad Social.
- Manual de Gestión de Prevención en el Ayuntamiento de Zaragoza
- Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres.
- NTP 1045: Salud mental: etapas para su promoción dentro de la empresa.
- NTP 1056: PRIMA-EF: marco europeo para la gestión del riesgo psicosocial.
- NTP 780: El programa de ayuda al empleado (EAP): Intervención individual en la prevención de riesgos psicosociales.
- Criterio técnico 104/2021, sobre actuaciones de la Inspección de Trabajo y Seguridad Social en riesgos psicosociales.
- Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM V TR (American Psychiatric Association)
- Acuerdo sobre condiciones de trabajo del personal funcionario del Ayuntamiento de Zaragoza.
- Convenio del personal laboral del Ayuntamiento de Zaragoza.

5. DEFINICIONES.

Anamnesis: proceso de exploración clínica que se ejecuta a través de cuestiones diversas con la finalidad de obtener información sobre la persona trabajadora para confeccionar su historial médico, conocer sus dolencias actuales, obtener una retrospectiva de su vida y determinar los elementos familiares, ambientales y personales relevantes.

Confidencialidad: es el principio ético o legal que garantiza que la información sensible no será divulgada sin consentimiento a personas no autorizadas, protegiendo así la privacidad y el secreto.

Cuestionario de Goldberg: permite detectar la prevalencia de casos probables de morbilidad psiquiátrica o de padecimiento psicológico. Se trata de un cuestionario autoadministrado que explora síntomas subjetivos de estrés psicológico, manifestaciones somáticas frecuentemente asociadas a ansiedad, depresión, dificultades de relación y de cumplimiento de los roles sociales, familiares y profesionales, es decir, la evaluación que hace la persona de su estado de bienestar general. Es un instrumento de cribado no siendo adecuado para hacer diagnósticos clínicos ni para valorar trastornos crónicos.

Este documento contiene datos no especialmente protegidos

DOCUMENTO	PPRL-1403 PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA	ID FIRMA	15331783	PÁGINA	5 / 18
------------------	---	-----------------	----------	---------------	--------

FIRMADO POR 3 FIRMANTES

1. ENCARNA BERBEGAL LOPEZ - JEFE UNIDAD DE PREVENCIÓN
2. MATEO TOMAS OLASO PELAYO - JEFE DEL SERVICIO DE PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL
3. ALFONSO MENDOZA TRELL - CONCEJAL DE PERSONAL

FECHA FIRMA

- 23 de febrero de 2026
- 26 de febrero de 2026
- 26 de febrero de 2026



PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA

Daños de origen psicosocial: son los posibles daños para la salud derivados de los riesgos psicosociales. En el anexo II de las «Directrices básicas para la gestión de los riesgos psicosociales del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST)» se recogen:

- **Ámbito cognitivo:** déficit de atención/memoria, dificultades de aprendizaje/ concentración, lentitud del pensamiento, aumento de errores, dificultad para procesar información compleja, obsesiones, pensamientos recurrentes, etc.
- **Ámbito emocional:** irritabilidad, ansiedad, temor, fobias, impulsividad, desconfianza, tristeza, apatía, depresión, labilidad emocional.
- **Ámbito conductual:** sedentarismo, tabaquismo, abuso de alcohol, automedicación, abuso de sustancias, conductas peligrosas o temerarias, hábitos de sueño inadecuados, alimentación inadecuada, consumo excesivo de azúcares, respuestas agresivas, cambios en tiempos de reacción, alteraciones de la conducta sexual, estados de somnolencia o hipervigilancia, aumento de errores, conductas antisociales, falta de puntualidad, absentismo.
- **Ámbito social:** acoso, aislamiento, conflictos, discusiones, agresiones, ausencia de comunicación y relación social, evitación y rechazo a los demás.
- **Ámbito físico y fisiológico:** trastornos relacionados con diferentes órganos y aparatos, como hipertensión arterial, alteraciones del sueño, alteraciones gastrointestinales, erupciones cutáneas, contracturas, etc.

Estrés laboral: según la Comisión Europea de Seguridad y Salud en el Trabajo se define como «las nocivas reacciones físicas y emocionales que ocurren cuando las exigencias del trabajo no igualan las capacidades, los recursos o las necesidades del trabajador». En otras palabras, La OIT (Organización Internacional del Trabajo) define el estrés laboral como una respuesta perjudicial, tanto física como emocional, que se produce cuando existe un desequilibrio entre las demandas percibidas en el trabajo y los recursos o la capacidad del individuo para hacerles frente.

Síndrome de burnout: respuesta prolongada a estresores crónicos a nivel personal y relacional en el trabajo, determinado a partir de las dimensiones conocidas como agotamiento, cinismo e ineficacia profesional (Maslach, Schaufeli y Leiter, 2001). Se encuentra incluido en La Clasificación Internacional de Enfermedades-CIE 11, integrado en los *“factores que influyen en el estado de salud o el contacto con los servicios de salud”*, específicamente como *“problemas asociados con el empleo y el desempleo”*, y denominado como *“Síndrome de desgaste ocupacional”*. CIE 11, lo define como el resultado del estrés crónico en el lugar de trabajo que no se ha manejado con éxito. Se caracteriza por tres dimensiones. Uno, sentimientos de falta de energía o agotamiento; Dos, aumento de la distancia mental con respecto al trabajo, o sentimientos negativos o cínicos con respecto al trabajo; Y tres, una sensación de ineficacia y falta de realización.

Evaluación de riesgos psicosociales: herramienta cuyo principal objetivo es aportar información que permita el diagnóstico psicosocial de una empresa o de áreas parciales de la misma, a fin de poder establecer actuaciones de mejora adecuadas a los riesgos detectados y al entorno

Este documento contiene datos no especialmente protegidos

DOCUMENTO	PPRL-1403 PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA	ID FIRMA	15331783	PÁGINA	6 / 18
------------------	---	-----------------	----------	---------------	--------

FIRMADO POR 3 FIRMANTES

1. ENCARNA BERBEGAL LOPEZ - JEFE UNIDAD DE PREVENCIÓN
2. MATEO TOMAS OLASO PELAYO - JEFE DEL SERVICIO DE PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL
3. ALFONSO MENDOZA TRELL - CONCEJAL DE PERSONAL

FECHA FIRMA

- 23 de febrero de 2026
26 de febrero de 2026
26 de febrero de 2026



**PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA**

en el que éstas deban ser llevadas a cabo (INSST).

Factores de riesgo psicosocial: “Los factores psicosociales en el trabajo consisten en interacciones entre el trabajo, su medio ambiente, la satisfacción en el trabajo y las condiciones de organización, por una parte, y por la otra, las capacidades del trabajador, sus necesidades, su cultura y su situación personal fuera del trabajo, todo lo cual, a través de percepciones y experiencias, puede influir en la salud, en el rendimiento y en la satisfacción en el trabajo” (OIT, 1986, p. 3).

Medicina del Trabajo: modalidad preventiva que se encarga de la vigilancia de la salud del personal municipal. Se realiza por el personal sanitario de medicina del trabajo.

Promoción de la salud: La promoción de la salud es el proceso de capacitar a las personas, individual y colectivamente, para aumentar el control sobre los determinantes de la salud y con ello mejorar su salud. Abarca no sólo las acciones dirigidas a fortalecer las habilidades y capacidades de las personas, sino también las acciones dirigidas a cambiar los determinantes sociales, ambientales y económicos de salud para optimizar su impacto positivo en la salud pública y personal. (Ref. Traducción de Health Promotion Glossary of Terms 2021. WHO).

Psicología: La psicología es, a la vez, una ciencia, disciplina académica, y profesión que trata el estudio y el análisis de la conducta y los procesos mentales de los individuos y de grupos humanos en distintas situaciones, cuyo campo de estudio abarca todos los aspectos de la experiencia humana. Según la Asociación Estadounidense de Psicología, se trata del estudio de la mente y el comportamiento. Es una disciplina científica diversa que comprende varias ramas principales de investigación, así como varias subáreas de investigación y psicología aplicada. Sos (2015) indica que la psicología es una disciplina del conocimiento dedicada a la producción de ideas, instrumentos, métodos y procedimientos de acción e intervención que tratan sobre lo psicológico y sobre los fenómenos del comportamiento y la experiencia humana. Intenta explicar el comportamiento en sentido integral y en sus diferentes contextos, para predecir y controlar la conducta de las personas.

Psicosociología aplicada: Disciplina que identifica, analiza y evalúa los factores psicosociales del trabajo para prevenir los riesgos que afectan al bienestar y la salud del personal municipal. Se realiza por personal técnico de prevención de riesgos laborales (PTP en adelante)

Riesgos psicosociales en el trabajo: se han definido por la Agencia Europea de Seguridad y Salud en el Trabajo como «aquellos aspectos del diseño, organización y dirección del trabajo y de su entorno social que pueden causar daños psíquicos, sociales o físicos en la salud de los trabajadores».

Este documento contiene datos no especialmente protegidos

DOCUMENTO

PPRL-1403 PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA

ID FIRMA

15331783

PÁGINA

7 / 18

FIRMADO POR 3 FIRMANTES

FECHA FIRMA

1. ENCARNA BERBEGAL LOPEZ - JEFE UNIDAD DE PREVENCIÓN

23 de febrero de 2026

2. MATEO TOMAS OLASO PELAYO - JEFE DEL SERVICIO DE PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL

26 de febrero de 2026

3. ALFONSO MENDOZA TRELL - CONCEJAL DE PERSONAL

26 de febrero de 2026



**PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA**

Salud laboral: grado completo de bienestar físico, mental y social de los trabajadores, y no solo la ausencia de enfermedad o dolencia. Su objetivo es proteger y promover la salud en el entorno de trabajo a través de una actividad multidisciplinaria que aborde los riesgos y mejore las condiciones laborales, incluyendo factores físicos, psicológicos, ergonómicos y psicosociales. (SL)

Salud mental: un estado de bienestar en el cual el individuo se da cuenta de sus propias aptitudes, puede afrontar las presiones normales de la vida, puede trabajar productiva y fructíferamente y es capaz de hacer una contribución a su comunidad". La propia definición incluye a la actividad laboral como un indicador más de una adecuada salud y bienestar. El entorno laboral se define como un lugar esencial en el que atender a los factores determinantes en la salud mental del personal municipal, cuidar y promocionar condiciones de trabajo que permitan entornos saludables, y atender adecuadamente y apoyar al personal municipal con alteraciones emocionales. Los factores psicosociales del trabajo son claves en este proceso.

Trastornos depresivos: el rasgo común de estos trastornos es la presencia de un ánimo triste, vacío o irritable, acompañado de cambios relacionados que afectan significativamente a la capacidad funcional del individuo. Lo que los diferencia es la duración, la presentación temporal o la supuesta etiología.

Trastornos de ansiedad: son los que comparten características de miedo y ansiedad excesivos, así como alteraciones conductuales asociadas. Principalmente se diferencian entre sí según se según el tipo de objetos o situaciones que inducen el miedo, la ansiedad o las conductas evitativas, y según la cognición asociada.

Trastorno mental: Según el DSM V TR, un trastorno mental es un síndrome caracterizado por una perturbación clínicamente significativa de la cognición, el control emocional o la conducta de un individuo que es reflejo de una disfunción de los procesos psicológicos, biológicos o del desarrollo en que se sustenta el funcionamiento mental. Los trastornos mentales se asocian habitualmente a niveles significativos de malestar o discapacidad en las actividades sociales, ocupacionales o importantes de otro tipo. Una respuesta esperable o culturalmente aprobada a un factor de estrés habitual o a una pérdida, como la muerte de un ser querido, no es un trastorno mental. Las conductas socialmente desviadas y los conflictos que se producen principalmente entre el individuo y la sociedad no son trastornos mentales a menos que la desviación o el conflicto derive de un a disfunción del individuo.

Unidad Básica de Salud (UBS): Se considera UBS la constituida por un/a especialista en Medicina del Trabajo y un/a especialista en Enfermería del Trabajo.

Vigilancia de la salud individual: de acuerdo al artículo 22 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales es la vigilancia periódica del estado de salud del personal municipal en función de los riesgos inherentes a su trabajo. Abarca la vigilancia inicial, periódica y tras ausencia prolongada

Este documento contiene datos no especialmente protegidos

DOCUMENTO

PPRL-1403 PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA

ID FIRMA

15331783

PÁGINA

8 / 18

FIRMADO POR 3 FIRMANTES

FECHA FIRMA

1. ENCARNA BERBEGAL LOPEZ - JEFE UNIDAD DE PREVENCIÓN

23 de febrero de 2026

2. MATEO TOMAS OLASO PELAYO - JEFE DEL SERVICIO DE PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL

26 de febrero de 2026

3. ALFONSO MENDOZA TRELL - CONCEJAL DE PERSONAL

26 de febrero de 2026



**PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA**

del trabajo y se refiere a la aplicación de procedimientos médicos y de enfermería y la realización de pruebas y exploraciones necesarias.

Vigilancia de la salud colectiva: se refiere a la recopilación de datos sobre los riesgos y los daños derivados del trabajo para realizar análisis epidemiológicos que nos permitan conocer:

- Los efectos de los riesgos psicosociales en colectivos determinados
- La relación entre exposición o condición de trabajo y los riesgos psicosociales y los problemas de salud derivados de la exposición a ellos.
- Las actividades de prevención que hay que llevar a cabo y su priorización.
- La efectividad de dichas medidas preventivas.

6. FUNCIONES Y COMPETENCIAS DE LOS AGENTES IMPLICADOS

Sección de Salud Laboral (SL): realizar la asistencia sanitaria en consulta del personal municipal que lo requiera. Puede extender un parte de ausencia justificada por motivos de salud, realizar los tratamientos que considere oportunos y derivar al médico de atención primaria, a la mutua MAZ, a vigilancia de la salud o a unidad de psicología o al área psicología.

Unidad de Vigilancia de la Salud (VS): Unidad constituida por personal médico y de enfermería para vigilar la salud del personal municipal mediante los reconocimientos médicos y atender a quién requiera su valoración médica. Si lo considera necesario podrá aplicar el procedimiento PPRL-1401, de adaptación de tareas y cambio de puesto de trabajo. Puede derivar al médico de atención primaria, a la mutua MAZ para valoración y colaboración con psiquiatría laboral, al área de psicología del servicio para apoyo psicológico y puede comunicar a la unidad de psicología la existencia de un posible conflicto laboral. También podrá realizar el seguimiento del caso, a criterio médico.

Personal Técnico de Prevención (PTP): el técnico especialista en psicología debe hacer la valoración del puesto de trabajo identificando los factores de exposición que han podido desencadenar el trastorno de salud y proponiendo las medidas que crea necesarias para conseguir mejorar las condiciones del trabajo. Estas medidas estarán a disposición de la UBS que realiza la vigilancia de la salud y a Salud Laboral.

Psicólogo/a: prestar apoyo psicológico al personal municipal que lo necesite cuando el origen del proceso tenga relación laboral.

Responsables de los Servicios: pueden detectar los primeros signos de alerta en el ámbito laboral, como son el absentismo, desmotivación y disminución en el rendimiento laboral, desobediencia e incumplimiento de las tareas propias del rol laboral, conflictos interpersonales, irritabilidad excesiva y conductas agresivas en el trabajo, falta de colaboración y evitación del contacto

Este documento contiene datos no especialmente protegidos

DOCUMENTO

PPRL-1403 PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA

ID FIRMA

15331783

PÁGINA

9 / 18

FIRMADO POR 3 FIRMANTES

FECHA FIRMA

1. ENCARNA BERBEGAL LOPEZ - JEFE UNIDAD DE PREVENCIÓN

23 de febrero de 2026

2. MATEO TOMAS OLASO PELAYO - JEFE DEL SERVICIO DE PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL

26 de febrero de 2026

3. ALFONSO MENDOZA TRELL - CONCEJAL DE PERSONAL

26 de febrero de 2026



**PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA**

con los compañeros y dificultad en la toma de decisiones. Ante estas situaciones deberá solicitar por instancia general una valoración en Vigilancia de la Salud, siempre con el consentimiento de la persona interesada, e informándole del motivo de la solicitud.

Recursos Humanos: encargados de llevar a cabo las propuestas realizadas a partir de los informes derivados de este documento.

7. REALIZACIÓN.

7.1. Niveles de Prevención

La intervención se materializa a través de la prevención en diferentes niveles, prevención primaria, secundaria y terciaria.

7.1.1. Prevención primaria

La prevención primaria está orientada a reducir la incidencia de los problemas de salud a través del conocimiento y eliminación de los factores causales en las personas o grupos de riesgo, principalmente a través de programas de educación sanitaria que promuevan la mejora de la calidad de vida laboral y el manejo adecuado de los factores de riesgo.

Se trata de fomentar las políticas de prevención de riesgos laborales y la actuación sobre los factores organizacionales. Para ello, es esencial conocer los riesgos presentes en el entorno laboral y aumentar los recursos destinados a proteger la salud y mejorar la calidad de vida en el trabajo.

7.1.1.1. Objetivos de la prevención primaria

- Desarrollar actuaciones destinadas a la promoción de la salud mental del personal municipal.
- Promover intervenciones destinadas a todo el personal municipal para sensibilizar acerca de la relación existente entre las condiciones de trabajo y la salud mental.
- Impulsar la promoción de modelos de relación sana e igualitaria en el ámbito laboral.
- Evaluar el estado psicosocial de los Servicios del Ayuntamiento.

7.1.1.2. Acciones de la prevención primaria

- Campañas de sensibilización y promoción de la salud.
- Talleres y Dinámicas en materia de salud mental.
- Material divulgativo de concienciación y acciones saludables.
- Formar en la adquisición de recursos personales frente a los riesgos psicosociales y especialmente frente al desgaste emocional.

Este documento contiene datos no especialmente protegidos

DOCUMENTO

PPRL-1403 PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA

ID FIRMA

15331783

PÁGINA

10 / 18

FIRMADO POR 3 FIRMANTES

FECHA FIRMA

1. ENCARNA BERBEGAL LOPEZ - JEFE UNIDAD DE PREVENCIÓN

23 de febrero de 2026

2. MATEO TOMAS OLASO PELAYO - JEFE DEL SERVICIO DE PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL

26 de febrero de 2026

3. ALFONSO MENDOZA TRELL - CONCEJAL DE PERSONAL

26 de febrero de 2026



**PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA**

- Llevar a cabo las evaluaciones de riesgo psicosocial en los Centros de trabajo.
- Guiar un espacio de cuidado de la salud mental a través de una coordinación con Vigilancia de la Salud.

7.1.2. Prevención secundaria

La prevención secundaria se dirige al diagnóstico precoz y al tratamiento más temprano posible para disminuir la problemática ya existente, evitando que se agrave. En el ámbito laboral, las pautas pueden incluir intervenciones tanto individuales como grupales. Para el diagnóstico precoz de los problemas de salud mental se requiere un trabajo multidisciplinar de un equipo sanitario dedicado al cuidado continuado y a la detección de signos o síntomas de alerta que puedan indicar posibles alteraciones.

7.1.2.1. Objetivos de la prevención secundaria

- Detectar de forma precoz necesidades emergentes y problemáticas de salud mental en el personal municipal.
- Promover la adaptación razonable de entornos laborales.
- Implementar medidas específicas de apoyo psicosocial y adaptación del puesto y/o condiciones de trabajo cuando se precise.

7.1.2.2. Acciones de la prevención secundaria

- Detección temprana de problemas de salud mental.
- Detección temprana de conflictos interpersonales favoreciendo un marco de abordaje apropiado, teniendo en cuenta para ello a los responsables de los equipos en la gestión de los mismos.
- Entrevistas de valoración y apoyo psicológico de problemáticas y/o alteraciones ya existentes, en materia de salud mental y relacionadas con el ámbito laboral, para evitar su agravamiento.
- Determinar medidas preventivas que favorezcan mejorar las condiciones de trabajo.

7.1.3. Prevención terciaria

La prevención terciaria en el terreno laboral se orienta a intervenir cuando la persona trabajadora presenta una enfermedad o lesión relacionada con el trabajo. Se dirige a paliar las consecuencias existentes, así como a prevenir complicaciones adicionales y reducir al máximo las secuelas asociadas.

7.1.3.1. Objetivos de la prevención terciaria

- Detectar casos con problemáticas de mayor severidad.
- Promover alternativas de apoyo a la salud mental al personal municipal que cuente con asistencia sanitaria.

Este documento contiene datos no especialmente protegidos



**PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA**

7.1.3.2. Acciones de la prevención terciaria

- Identificar signos y/o síntomas de alerta en entrevistas con el personal municipal.
- Dar soporte emocional individual y grupal en situaciones de estrés agudo.
- Proporcionar seguimiento psicológico en casos de bajas de larga duración o de retorno a la actividad laboral, cuando se considere necesario.

7.2. Actuación ante los distintos supuestos

El abordaje de las alteraciones de salud mental ya existentes en el ámbito laboral debe realizarse mediante estrategias de intervención multidisciplinar orientadas a evitar su agravamiento y a preservar la funcionalidad psicolaboral de la persona trabajadora. Esto implica la identificación temprana de los síntomas, la valoración del estado de salud integral e implementación de medidas específicas de acción, apoyo psicosocial y adaptación del puesto de trabajo en aquellos casos que se precise.

7.2.1. Detección de casos:

El SPSL puede tener conocimiento de un caso de afectación de la salud mental de un empleado/a municipal de varias maneras:

a) El caso es atendido en consulta de SL.

- Se llevará a cabo una primera aproximación diagnóstica y se valorará su posible relación con la actividad laboral desarrollada. Se valorará su derivación a la mutua MAZ.
- Podrá emitir, si procede, un parte de ausencia justificada por motivos de salud de uno a tres días, y prescribir tratamiento
- Si no existe relación laboral, se derivará a su médico de atención primaria.
- En caso de que existan indicios de relación laboral, por un posible conflicto la situación será valorada por la unidad de psicología.

En cualquier caso, el proceso se podrá coordinar con el área de psicología para el apoyo psicológico si fuera necesario y se remitirá información a la unidad de Vigilancia de la Salud y a Salud Laboral.

b) El caso es detectado en un reconocimiento médico de VS.

- Ante un caso aislado, en el que existan indicios de origen laboral se valorará en coordinación con el PTP y el área de psicología si el caso está relacionado con las condiciones de trabajo. Si no así se derivará a su médico de atención primaria.
- Se podrá emitir, si procede, un parte de ausencia justificada por motivos de salud de uno a tres días, y prescribir tratamiento

Este documento contiene datos no especialmente protegidos

DOCUMENTO

PPRL-1403 PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA

ID FIRMA

15331783

PÁGINA

12 / 18

FIRMADO POR 3 FIRMANTES

1. ENCARNA BERBEGAL LOPEZ - JEFE UNIDAD DE PREVENCIÓN
2. MATEO TOMAS OLASO PELAYO - JEFE DEL SERVICIO DE PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL
3. ALFONSO MENDOZA TRELL - CONCEJAL DE PERSONAL

FECHA FIRMA

- 23 de febrero de 2026
- 26 de febrero de 2026
- 26 de febrero de 2026



Zaragoza
AYUNTAMIENTO

PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL

**PROCEDIMIENTO DE PREVENCIÓN
DE RIESGOS LABORALES**

PPRL - 1403

Edición: 1ª

Fecha: octubre 2025

Rev.:

**PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA**

- En caso de que existan varios casos probables en un mismo servicio o centro de trabajo, se realizara coordinación con el PTP y el área de psicología para valorar las posibles actuaciones a llevar a cabo en función del caso.

Además de la anamnesis, inspección y valoración clínica, se dispone del cuestionario de salud de Goldberg (GHQ 12) para la identificación de casos con sospecha de trastorno mental en el curso de la vigilancia de la salud, como aplicación y apoyo en la detección individual de problemas psicosociales.

c) El caso es detectado por los técnicos de la Unidad de Psicosociales.

- Se pueden identificar puestos de trabajo expuestos a riesgos psicosociales a través de los resultados de las evaluaciones de riesgo psicosocial, detección de conflictos interpersonales y situaciones de violencia en el trabajo.
- Ante la detección de casos se coordinará con el área de psicología y con la unidad de Vigilancia de la Salud y Salud Laboral.

Cualquier actuación que se lleve a cabo, será con el consentimiento expreso de la persona interesada.

7.2.2. Derivación sanitaria:

Cuando se sospeche un diagnóstico de trastorno de salud mental el empleado/a podrá derivarse:

- A la Mutua ante un proceso desencadenado por factores laborales, cuando estos sean decisivos o esenciales como causa o agravamiento de los trastornos de salud mental.
- Al médico/a de atención primaria cuando el caso no tenga relación con el trabajo o los factores del trabajo no sean causa esencial en la aparición o agravamiento del trastorno de salud mental.
- Al área de psicología cuando se considere preciso su asesoramiento o bien la necesidad de apoyo psicológico al personal municipal.

El sistema sanitario correspondiente se hará cargo del proceso clínico y de la incapacidad temporal en el caso de ser necesaria. Se podrá llevar a cabo un seguimiento por parte del área de psicología. En los casos de reincorporación al trabajo después de un período largo de ausencia por un trastorno de salud mental se debe evaluar a la persona con el fin de proponer las medidas preventivas necesarias.

7.2.3. Derivación psicológica.

Este documento contiene datos no especialmente protegidos

DOCUMENTO

PPRL-1403 PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA

ID FIRMA

15331783

PÁGINA

13 / 18

FIRMADO POR 3 FIRMANTES

FECHA FIRMA

1. ENCARNA BERBEGAL LOPEZ - JEFE UNIDAD DE PREVENCIÓN

23 de febrero de 2026

2. MATEO TOMAS OLASO PELAYO - JEFE DEL SERVICIO DE PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL

26 de febrero de 2026

3. ALFONSO MENDOZA TRELL - CONCEJAL DE PERSONAL

26 de febrero de 2026



**PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA**

La derivación al Área de Psicología se puede llevar a cabo desde Vigilancia de la Salud, Salud Laboral, y Prevención. Previamente a la derivación se realizará coordinación con Psicología y se determinará la necesidad de la intervención.

La intervención psicológica debe estar focalizada en los aspectos laborales e ir dirigida: al apoyo psicológico, desde pautas u orientaciones que favorezcan la promoción de la salud. Se estimará una duración aproximada y unos objetivos específicos que se establecerán en cada caso según se precise. La intervención psicológica también valorará al personal municipal remitido por los profesionales sanitarios desde el punto de vista de su salud mental y estado emocional.

En todos los casos se contará con la autorización del trabajador, lo que facilitara la tarea de intervención.

7.3. Atención a situaciones críticas

Para el desarrollo de la atención a situaciones críticas se realizará una intervención coordinada entre el Servicio en el que se ha producido el hecho y el Servicio de Prevención y Salud Laboral.

FIRMADO POR 3 FIRMANTES

1. ENCARNA BERBEGAL LOPEZ - JEFE UNIDAD DE PREVENCIÓN
2. MATEO TOMAS OLASO PELAYO - JEFE DEL SERVICIO DE PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL
3. ALFONSO MENDOZA TRELL - CONCEJAL DE PERSONAL

FECHA FIRMA

- 23 de febrero de 2026
- 26 de febrero de 2026
- 26 de febrero de 2026



**PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA**

8. ANEXOS

8.1. Anexo I. Flujograma: el proceso se inicia desde Salud Laboral.

8.2. Anexo II. Flujograma: el proceso se inicia desde Vigilancia de la Salud.

8.3. Anexo III. Flujograma: el proceso se inicia desde Prevención.

FIRMADO POR 3 FIRMANTES

1. ENCARNA BERBEGAL LOPEZ - JEFE UNIDAD DE PREVENCIÓN
2. MATEO TOMAS OLASO PELAYO - JEFE DEL SERVICIO DE PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL
3. ALFONSO MENDOZA TRELL - CONCEJAL DE PERSONAL

FECHA FIRMA

- 23 de febrero de 2026
26 de febrero de 2026
26 de febrero de 2026



Zaragoza

AYUNTAMIENTO

PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL

PROCEDIMIENTO DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

PPRL - 1403

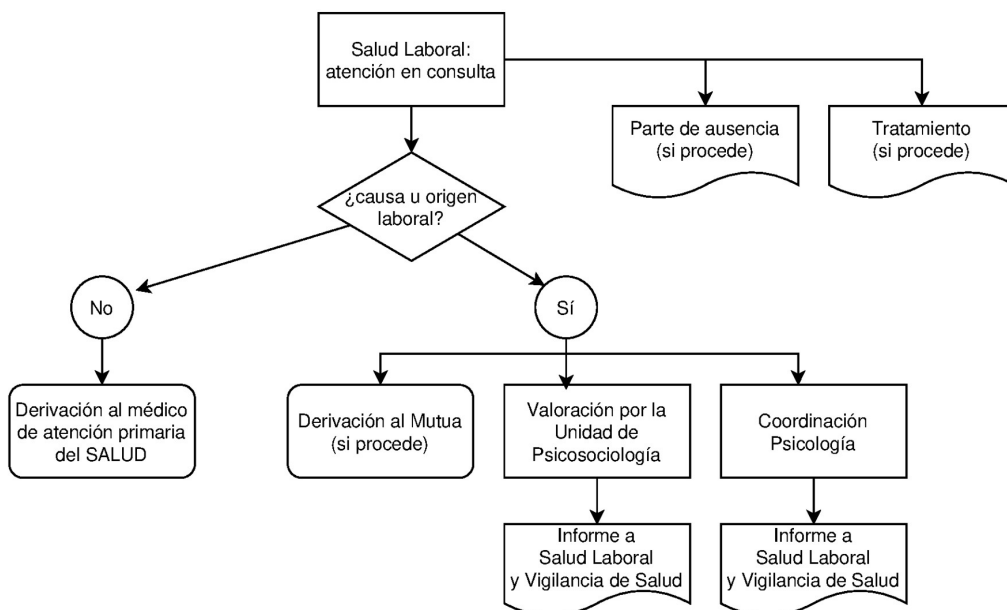
Edición: 1ª

Fecha: octubre 2025

Rev.:

PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA

Anexo I. Flujograma: el proceso se inicia desde Salud Laboral



Ayuntamiento de Zaragoza- Documento firmado electrónicamente. Verifique su validez: <https://www.zaragoza.es/verifica>
Código Seguro de Verificación: 50297MTc3MTU4ODk1MjgzMz4NDU1NTMx

Este documento contiene datos no especialmente protegidos

DOCUMENTO	PPRL-1403 PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA	ID FIRMA	15331783	PÁGINA	16 / 18
-----------	---	----------	----------	--------	---------

FIRMADO POR 3 FIRMANTES

- ENCARNA BERBEGAL LOPEZ - JEFE UNIDAD DE PREVENCIÓN
- MATEO TOMAS OLASO PELAYO - JEFE DEL SERVICIO DE PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL
- ALFONSO MENDOZA TRELL - CONCEJAL DE PERSONAL

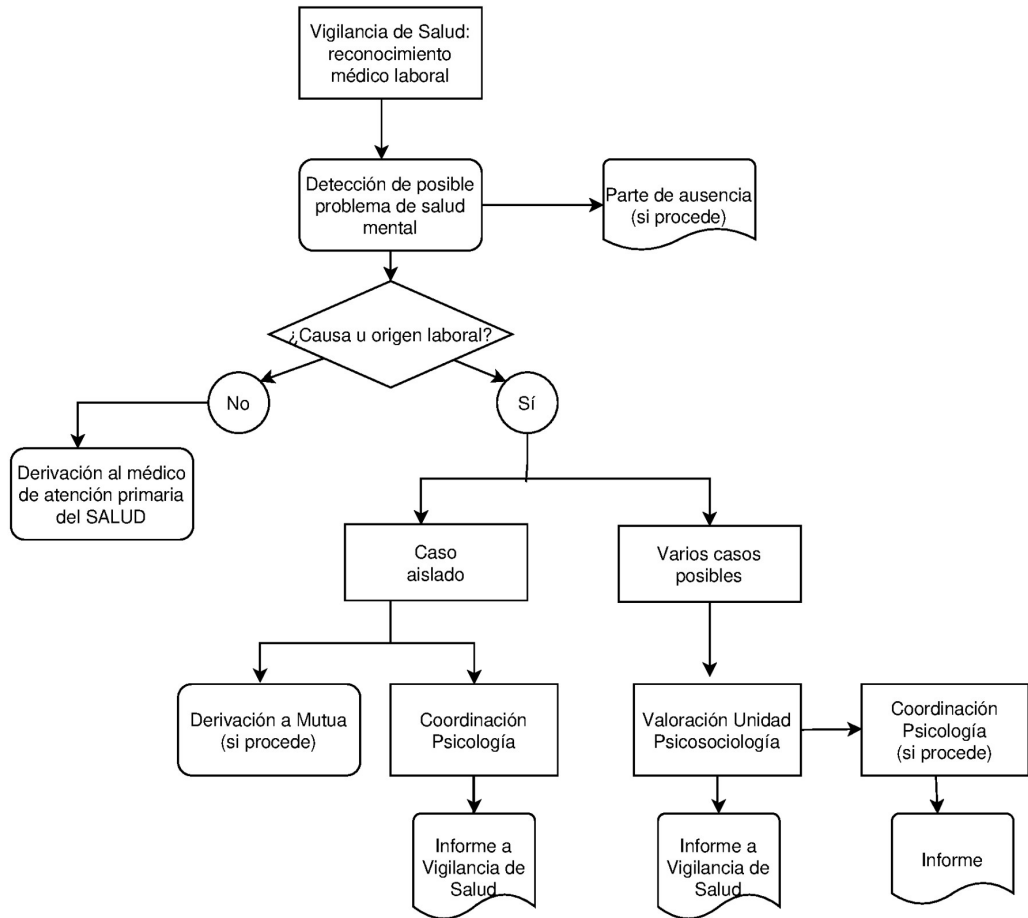
FECHA FIRMA

- 23 de febrero de 2026
- 26 de febrero de 2026
- 26 de febrero de 2026



PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA

Anexo II. Flujograma: el proceso se inicia desde Vigilancia de la Salud.



FIRMADO POR 3 FIRMANTES

- ENCARNA BERBEGAL LOPEZ - JEFE UNIDAD DE PREVENCIÓN
- MATEO TOMAS OLASO PELAYO - JEFE DEL SERVICIO DE PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL
- ALFONSO MENDOZA TRELL - CONCEJAL DE PERSONAL

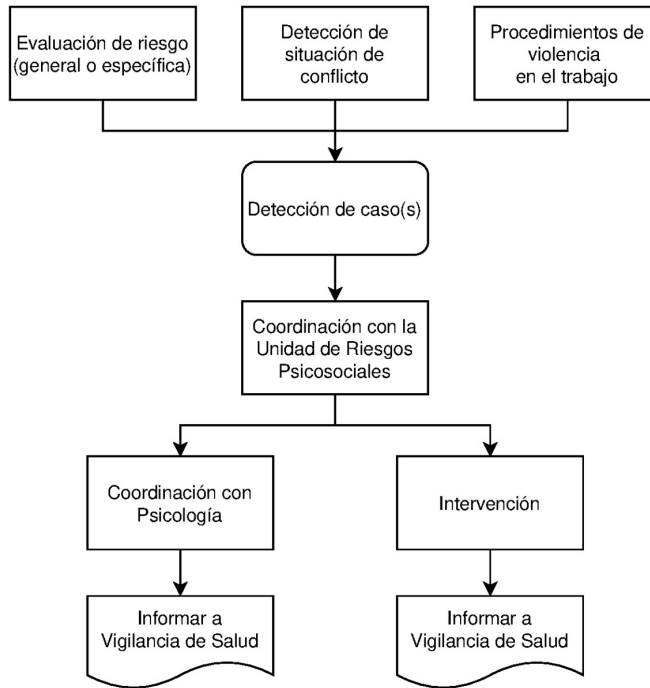
FECHA FIRMA

- 23 de febrero de 2026
- 26 de febrero de 2026
- 26 de febrero de 2026



**PROCEDIMIENTO PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN EL
AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA**

Anexo III. Flujograma: el proceso se inicia desde Prevención



FIRMADO POR 3 FIRMANTES

1. ENCARNA BERBEGAL LOPEZ - JEFE UNIDAD DE PREVENCIÓN
2. MATEO TOMAS OLASO PELAYO - JEFE DEL SERVICIO DE PREVENCIÓN Y SALUD LABORAL
3. ALFONSO MENDOZA TRELL - CONCEJAL DE PERSONAL

FECHA FIRMA

- 23 de febrero de 2026
- 26 de febrero de 2026
- 26 de febrero de 2026