

**wilea**

Se vive, se integra.

**PREVENCIÓN**

**CRISIS  
HACK**



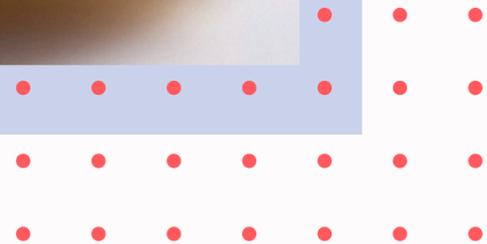
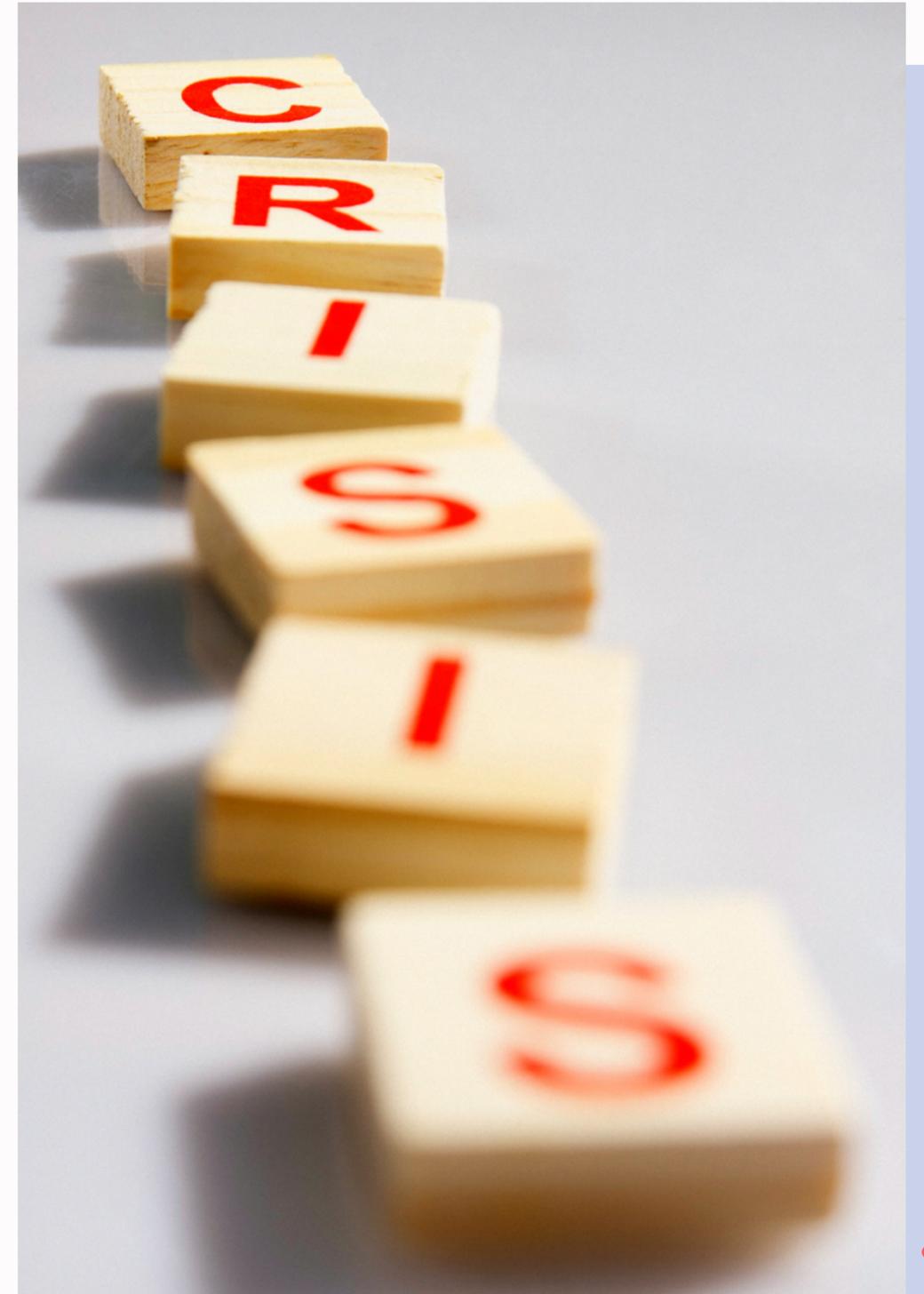
# Define...

02

Los riesgos psicosociales se refieren a los factores del entorno laboral y organizacional que pueden afectar la salud mental, emocional y social de los trabajadores. Estos riesgos están relacionados con la interacción entre el trabajo, el entorno en el que se realiza y las condiciones organizativas, y pueden tener un impacto negativo en el bienestar de los empleados y en el rendimiento laboral.

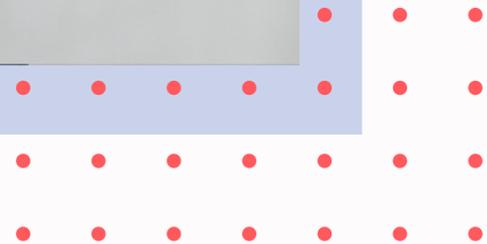
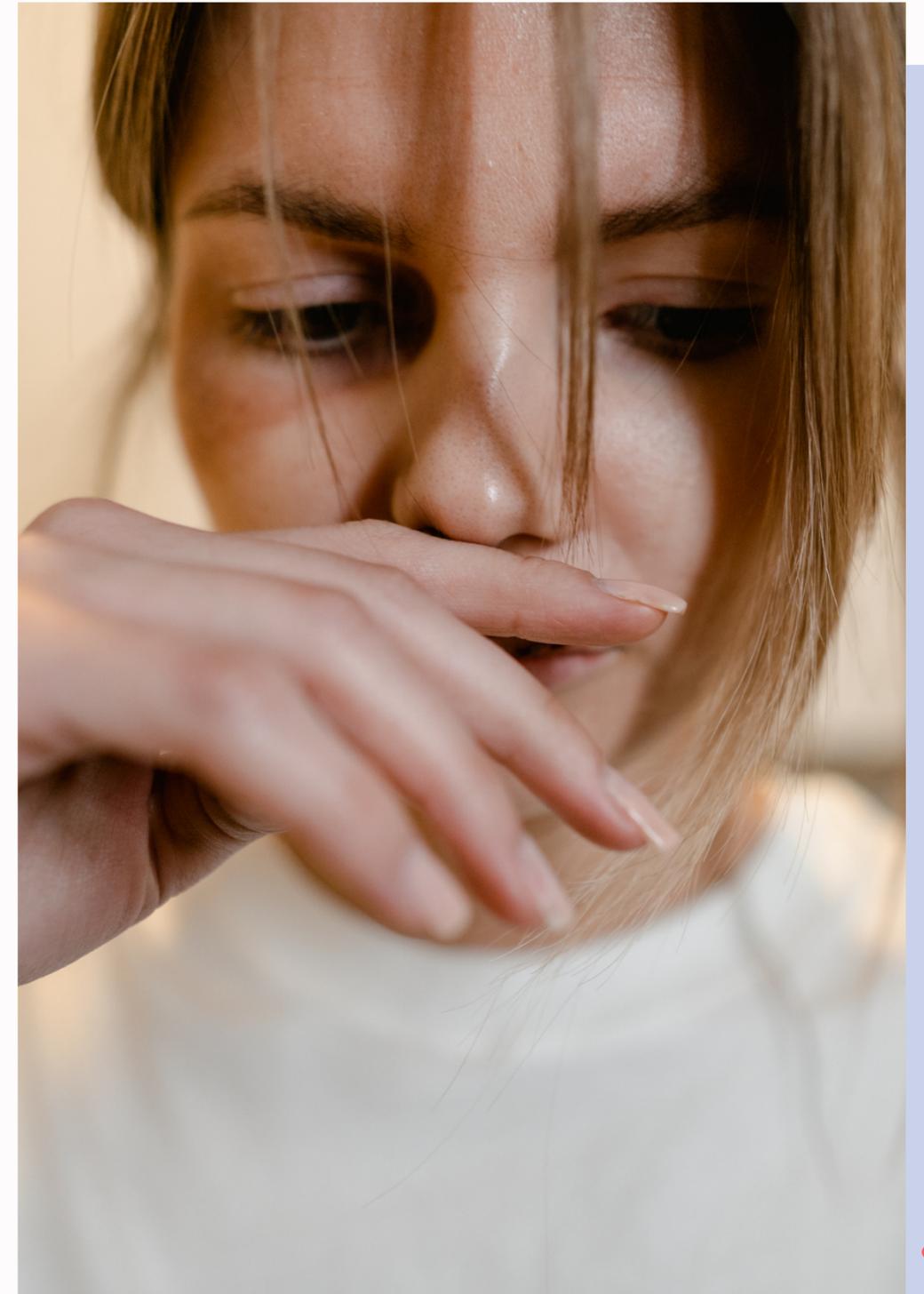


07



# ALGUNOS

- 01** Carga de trabajo excesiva
- 02** Falta de control y autonomía
- 03** Ambigüedad de roles
- 04** Reconocimiento inadecuado
- 05** Violencia y acoso laboral
- 06** Inestabilidad laboral
- 07** La fatiga mental

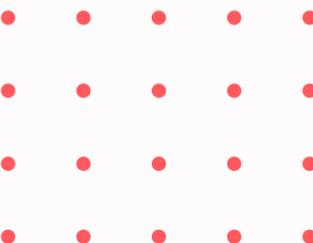




# Contexto

## aspectos relevantes

En la era actual, donde el ritmo laboral y los desafíos cambian a velocidad vertiginosa, no podemos cerrar los ojos ante los riesgos psicosociales. Proteger la salud mental no es solo un acto de humanidad, sino una inversión inteligente. Un equipo mentalmente sano es sinónimo de creatividad, eficiencia y compromiso. Ignorar estos riesgos es jugar con fuego; enfrentarlos es prepararnos para un futuro próspero. ¡Es hora de actuar, de poner el bienestar en el centro y de convertir nuestras organizaciones en espacios seguros y motivadores!





# DESAFIOS

Cuando las empresas no se forman en riesgos psicosociales y no toman medidas para abordarlos, pueden surgir una serie de dolores o problemas tanto para los empleados como para la organización en general





# Beneficios

**Salud y Bienestar:** Prevenir trastornos como estrés, ansiedad y depresión.

**Productividad:** Mejorar el rendimiento laboral al tener un ambiente saludable.

**Retención de Talentos:** Empleados comprometidos y leales a la empresa.

**Reputación Corporativa:** Posicionamiento positivo ante stakeholders.

**Cumplimiento Legal:** Adherirse a legislaciones laborales sobre riesgos psicosociales.

**Ambiente Laboral Positivo:** Fomentar el respeto y apoyo entre colegas.

**Herramientas y Estrategias:** Capacitar en la identificación y gestión de riesgos.

**Adaptación al Cambio:** Prepararse para desafíos emergentes.



Como Consultora en Gestión y Desarrollo de talento, Experta en Coaching Ejecutivo y de equipos, especialista en inteligencia emocional, PNL, comunicación no violenta y valores, facilito en los entornos organizacionales y personales un mayor crecimiento de las personas para que se relacionen de forma sostenible y eficaz.

Llevo más de 15 años vinculada a la formación en empresas trabajando el liderazgo consciente, la mentalidad creativa y las human skills.

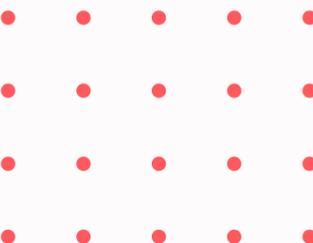
Mi trayectoria profesional está vinculada al mundo de la formación en empresas y especializada para trabajadores con necesidades en varias áreas, impartiendo acciones formativas tanto en materia de normativas y legislación vigente: Lofd, Derecho empresarial, planes de marketing; como técnicas de venta, calidad en el servicio y atención al cliente, habilidades comunicativas, etc...

Durante cerca de 8 años he sido responsable de la Implantación de Programas de Formación basados en el cumplimiento de Auditoria y certificación ISO 9001:2008 e ISO 9001:2015.

**AIDA PASTOR**  
CEO / FOUNDER



Me encantan las personas y las relaciones! Pero sobre todo me gusta simplificar lo complejo para asimilarlo mejor y así ayudar a construir un mundo más positivo desde la realidad que nos encontramos.



Licenciada en Derecho y Coach personal y ejecutiva, tras 20 años de ejercicio profesional de la abogacía especializada en el sector bancario, me sumergí en un proceso de crecimiento personal en la búsqueda del desarrollo de mis habilidades comunicativas y de inteligencia emocional con el fin de poder hacer frente a mis desafíos profesionales y personales.

En este proceso descubrí el poder transformador del coaching y la inteligencia emocional para las personas y las organizaciones, lo que me llevó a dar un giro de 180° a mi vida profesional, reorientándolo al acompañamiento individual y de equipos para el desarrollo de su talento y competencias emocionales como habilidades determinantes del éxito en la gestión de los desafíos profesionales que se presentan a unos y otros.

Actualmente , Certificada en Coaching personal y ejecutivo, y especializada en Inteligencia Emocional y PNL, acompaño a profesionales y a equipos de trabajo, en la consecución de sus objetivos a través del desarrollo de sus “soft skills” , y especialmente de la inteligencia emocional interpersonal e intrapersonal, contribuyendo a fomentar la cooperación y cohesión necesaria para mejorar las relaciones de los equipos y su productividad.

Creo firmemente que la gestión de las emociones en el ámbito laboral, al igual que en el personal, marcan profundamente el progreso y el éxito de las organizaciones.

**SANTA TORTAJADA**  
BUSINESS COACH





# Workshop de 4h en PRP

\*Posibilidad de bonificación

\*Dependiendo del tamaño de la empresa puede acompañarse de formación personalizada en e-learning

\*Incluye elaboración y desarrollo del Protocolo de acoso sexual, laboral según normativa vigente y de obligado cumplimiento.



aida@wilea.es



+34 674 974 733 / 650 917 125



@wilea.es



[www.wilea.es](http://www.wilea.es)

[www.formaliza.es](http://www.formaliza.es)



Calle Serrano, n°15 ,1ºD - Alicante