

0.0

Comentarios (0)

Tomás García Castro

Murcia, España
Conferencista | Docente

País de residencia: España
Nacionalidad: España
Idiomas: Español

Áreas de conocimiento

Prevención de riesgos laborales, Estrés y Violencia en el trabajo.

Descripción del perfil

Formador, escritor y conferenciante en prevención de riesgos laborales, en particular riesgos psicosociales: estrés laboral y violencia en el trabajo.

Conferencias, Cursos o Talleres

Riesgos psicosociales en el ámbito laboral

De 1 Hora a 2 Horas

Aprende qué son los riesgos psicosociales (estrés y violencia en el trabajo) en el ámbito laboral, sus causas, sus posibles consecuencias y cómo prevenirlos y manejarlos.

Experiencias

Funciones ejecutivas y directivas

Administración General del Estado (España)

1988 - Actual

Libros

Más allá del estrés

Antes de ser asesinado, Andrés Albero, un brillante y reconocido inspector de policía, tiene la oportunidad de salvar su vida. Una noche de sueño convulso recibe un enigmático mensaje que parece contener las claves para escapar de la muerte. «Más allá del estrés» es una apasionante novela con la que entenderás qué es y cómo puedes prevenir y manejar el estrés. Best Seller.

Cómo superarte con el estrés positivo

Un método para conseguir que el estrés se convierta en tu mejor aliado

El gran libro rojo para superar el estrés

Un sencillo y práctico método anti estrés y contra la ansiedad para entender tus emociones, vencer el miedo y lograr el éxito personal, familiar y profesional. Uno de los libros sobre el estrés más demandados, valorados y elogiados de Amazon

Las 12 claves para manejar el estrés en el trabajo

¿Sabes cómo los grandes emprendedores, los mejores empresarios y los más eficientes trabajadores han llegado a ser lo que son? Manejando su estrés. Aprende tú también cómo hacerlo con este libro.

Regresar vivo a casa. La prevención de riesgos laborales en los cuerpos de policía

La más rigurosa y completa obra del mundo sobre la prevención de riesgos laborales (PRL) en las fuerzas y cuerpos de seguridad: normativa comentada, sentencias judiciales, riesgos, medidas preventivas...

Artículos

El estrés policial

Se presenta con claridad la principal problemática psicosocial de uno de los colectivos con más riesgo de sufrir estrés en el trabajo: el policial. Se abordan sus fuentes, sus demoledoras consecuencias y las líneas maestras de un plan integral que tiene como pilar fundamental la prevención primaria.

Estrés laboral, salud mental y suicidio en las fuerzas y cuerpos de seguridad

El colectivo de las fuerzas y cuerpos de seguridad (FCS) está expuesto, según diferentes estudios, a significativos factores de riesgo por estrés, tanto inherentes a las tareas de carácter policial como de tipo organizacional. El presente artículo hace una revisión de algunos de dichos estudios, incluyendo varios que analizan factores propios de la denominada “cultura policial” (subcultura del peligro y la violencia, exposición constante al trauma, compromiso y sistema de valores policiales, aislamiento social, pesimismo, uso de armas de fuego, reticencia a pedir ayuda, etc.) que pudieran convertir al personal de los cuerpos policiales en especialmente vulnerable a sufrir problemas de salud mental y, en el peor de los casos, a suicidarse. Se presentan, además, cifras sobre el número de suicidios en las fuerzas y cuerpos de seguridad del Estado en España, así como otros datos de

interés sobre dichas autolisis para, finalmente, formular, por primera vez y como parte novedosa del artículo, una aproximación al “árbol de causas” de un caso de suicidio policial con causas laborales primarias. Para ello se utiliza la metodología descrita en el documento divulgativo “Investigación de accidentes por el método del árbol de causas”, publicado por el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST) en 2012. Como propuesta de futuro, se exponen una serie de medidas preventivas con el objetivo de contribuir a la mejora de la actual situación del problema planteado.

http://mentesalacarta.s3.amazonaws.com/articulos/tomas-garcia-castro-articulo-estres-laboral-salud-mental-y-suicidio-en-las-fuerzas-y-cuerpos-de-seguridad-7039.pdf

Perfil en Mentes a la Carta

https://www.mentesalacarta.com/conferencistas-capacitadores-coaches/tomas-garcia