

# Panorama de la NOM-035-STPS-2018

Factores de riesgo psicosocial en el trabajo  
Identificación, análisis y prevención

**Dr. Emmanuel Martínez-Mejía**

CDMX, 2020

INVESTIGACION






**¿Qué son y por qué se regularon  
los Factores de Riesgo  
Psicosocial en México?**



# ¿Por qué se regularon los Factores de Riesgo Psicosocial en el Trabajo?

## Definición de Salud y Salud Mental desde la Organización Mundial de Salud

**La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.**

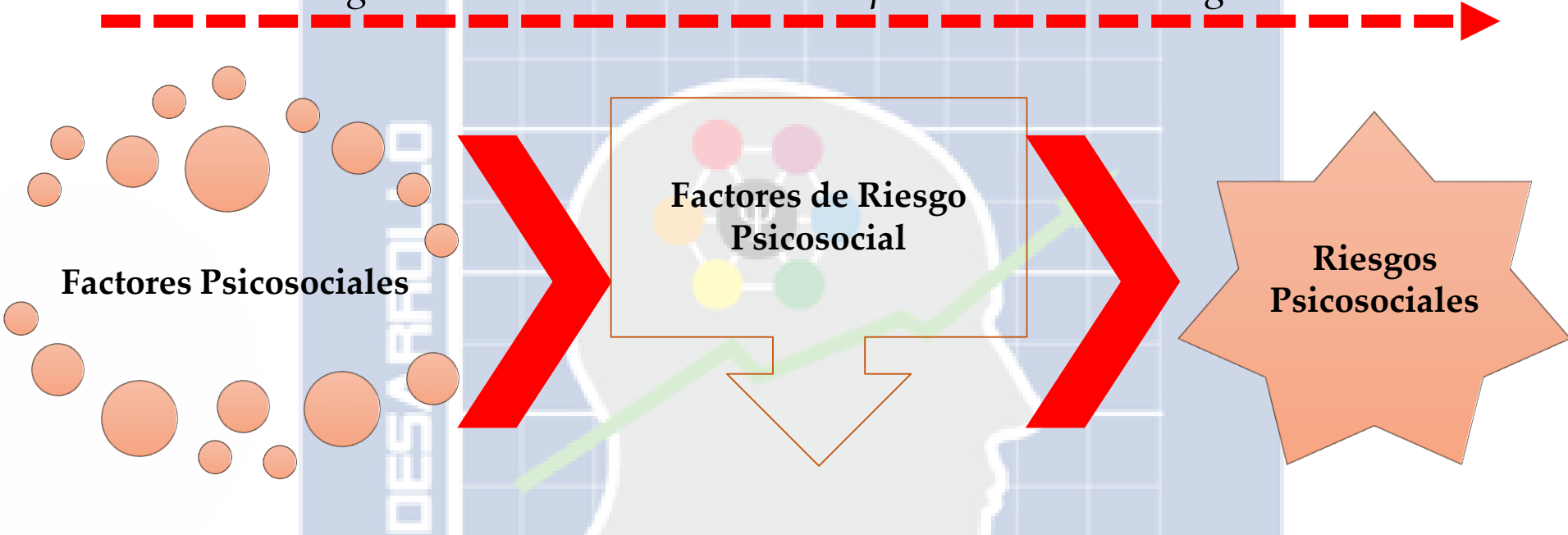


**La salud mental es un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad.**



# Aproximación Psicosocial al Trabajo

*Progresión Crónica del Estrés / Episodio de Estrés Agudo*



Para la OIT (2016), el estrés laboral es la respuesta física y emocional a un daño causado por un desequilibrio entre las exigencias percibidas y los recursos y capacidades percibidos de un individuo para hacer frente a esas exigencias.



# ¿Qué son los Factores de Riesgo Psicosocial en el Trabajo y por qué son importantes?

**Hechos,  
acontecimientos,  
situaciones,  
contextos  
o estados  
laborales u  
organizacionales,**

**que tienen una alta  
probabilidad de dañar  
la salud física, mental  
o social de los  
trabajadores.**



# ¿Por qué se regularon los Factores de Riesgo Psicosocial en el Trabajo?

## Acuerdos internacionales en materia de trabajo

1919 Constitución de la Organización Internacional del Trabajo

1948 Organización Mundial de la Salud La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.

2015 Agenda 2030 de Desarrollo Sostenible

2019 100 años Justicia Social y Trabajo Decente

•1er  
OIT/OMS  
Trabajadores  
Marítimos

1949

1981

•OIT  
Convenio  
155

•OIT/OMS

1984

1999

• Trabajo  
Decente

•OIT  
Convenio  
187

2006

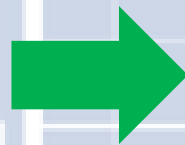
2019

•Convenio  
190



# ¿Por qué se regularon los Factores de Riesgo Psicosocial en el Trabajo?

*Acuerdos internacionales en materia de trabajo*



**Constitución  
PEUM**

Art. 123. Toda persona tiene derecho al trabajo digno y socialmente útil; al efecto, se promoverán la creación de empleos y la organización social de trabajo, conforme a la ley.

**Ley Federal de Metrología y Normalización**

**Ley Federal del Trabajo**

**Ley Federal de los Trabajadores al Servicio del Estado**

**Normas Oficiales Mexicanas  
NOM-035-STPS-2018**

**Reglamento Federal de Seguridad y Salud en el Trabajo (2014)**

**Reglamento de Seguridad, Higiene y Medio Ambiente en el Trabajo del Sector Público Federal (2006)**



1984



2014

## Reglamento Federal de Seguridad y Salud en el Trabajo (2014) Art. 32. Disposiciones generales para la salud en el trabajo

I. Ruido

II. Vibraciones

III. Iluminación

IV. Radiaciones ionizantes

V. Radiaciones electromagnéticas no ionizantes

VI. Condiciones térmicas elevadas o abatidas

VII. Presiones ambientales anormales

VIII. Agentes químicos

IX. Agentes biológicos

X. Factores de Riesgo Ergonómico

XI. Factores de Riesgo Psicosocial

El RFSST, desde 2014, señala 6 obligaciones para los patrones sobre la identificación, evaluaciones clínicas y medidas preventivas sobre los FRPST.





# ¿Qué es una Norma Oficial Mexicana? Ley Federal de Metrología y Normalización

## La LFMN tiene por objeto:

- Art. 2. II. En materia de normalización, certificación, acreditamiento y verificación:
  - b) Instituir la Comisión Nacional de Normalización para que coadyuve en las actividades que sobre normalización corresponde realizar a las distintas dependencias de la administración pública federal;
  - c) Establecer un procedimiento uniforme para la elaboración de normas oficiales mexicanas por las dependencias de la administración pública federal;

## Norma Oficial Mexicana

Art. 3 XI. **Regulación técnica** de observancia obligatoria expedida por las dependencias competentes, conforme a las finalidades establecidas en el artículo 40, que establece **reglas, especificaciones, atributos, directrices, características o prescripciones** aplicables a un producto, proceso, instalación, sistema, **actividad, servicio o método de producción u operación**, así como aquellas relativas a terminología, simbología, embalaje, marcado o etiquetado y las que se refieran a su cumplimiento o aplicación.



# Ley Federal de Metrología y Normalización

## Art. 40

Las normas oficiales mexicanas tendrán como finalidad establecer:

VII. Las condiciones de **salud, seguridad e higiene** que deberán observarse en los **centros de trabajo** y otros centros públicos de reunión;

XI. Las características y/o especificaciones, criterios y procedimientos que permitan **proteger y promover la salud** de las personas, animales o vegetales;



NORMA Oficial Mexicana **NOM-035-STPS-2018**,  
Factores de riesgo psicosocial en el trabajo-  
Identificación, análisis y prevención.

## Objetivo

Establecer los elementos para identificar,  
analizar y prevenir los **factores de riesgo  
psicosocial**, así como para promover un  
**entorno organizacional favorable** en los  
centros de trabajo.

INVESTIGACION





# Referencias

Correcta interpretación y aplicación

## **NOM-019-STPS-2011**

Constitución,  
integración,  
organización y  
funcionamiento de las  
comisiones de  
seguridad e higiene

## **NOM-030-STPS-2009**

Servicios preventivos de  
seguridad y salud en el  
trabajo-Funciones y  
actividades

## **NMX-R-025-SCFI-2015**

En Igualdad Laboral y  
No Discriminación

**NOM-035-STPS-  
2018** Factores de  
riesgo psicosocial  
en el trabajo-  
Identificación,  
análisis y  
prevención



# IMPLEMENTACIÓN

**Obligaciones de  
los Patrones**  
**5.1 a 5.8**



**Obligaciones de  
los Trabajadores**  
**6.1 a 6.7**

INVESTIGACION





# Factores de Riesgo Psicosocial

(RFSST, Art. 3, XVII, 2014; NOM-035-STPS-2018)

Aquellos que pueden provocar trastornos<sup>1</sup> de ansiedad, no orgánicos del ciclo sueño<sup>2</sup> vigilia y de estrés<sup>3</sup> grave y de adaptación, derivado de la naturaleza de las funciones del puesto de trabajo, el tipo de jornada de trabajo y la exposición a acontecimientos traumáticos severos o a actos de violencia laboral al trabajador, **por el trabajo desarrollado.**

INVESTIGACION





# Factores de Riesgo Psicosocial

## NOM-035-STPS-2018

**a) Las condiciones en el ambiente de trabajo**

**b) Las cargas de trabajo.**

**c) La falta de control sobre el trabajo**

**d) Las jornadas de trabajo y rotación de turnos que exceden lo establecido en la LFT**

**e) Interferencia en la relación trabajo-familia**

**f) Liderazgo negativo y relaciones negativas en el trabajo**

**g) La violencia laboral**



# Entorno Organizacional Favorable

## NOM-035-STPS-2018

**a) El sentido de pertenencia de los trabajadores a la empresa;**

**b) La formación para la adecuada realización de las tareas encomendadas;**

**c) La definición precisa de responsabilidades para los trabajadores;**

**d) La participación proactiva y comunicación entre el patrón, sus representantes y los trabajadores;**

**e) La distribución adecuada de cargas de trabajo, con jornadas laborales regulares, y**

**f) La evaluación y el reconocimiento del desempeño.**





# Acontecimiento Traumático Severo

Aquel experimentado **durante o con motivo del trabajo** que se caracteriza por la ocurrencia de la muerte o que representa un peligro real para la integridad física de una o varias personas y que puede generar **trastorno de estrés postraumático** para quien lo sufre o lo presencia. Algunos ejemplos son: explosiones, derrumbes, incendios de gran magnitud; accidentes graves o mortales, asaltos con violencia, secuestros y homicidios, entre otros (NOM-035-STPS-2018).



# Trauma Psicológico

## DSM-5

Cualquier situación en la que una persona se vea **expuesta** a escenas de muerte real o inminente, lesiones físicas graves o agresión sexual, ya sea en calidad de **víctima directa, cercano a la víctima o testigo**.

## CIE-11

Cualquier **exposición** a una situación estresante de naturaleza **excepcionalmente** amenazante u horrorizante que probablemente producirá un malestar profundo en la mayoría de las personas.



# ¿Por qué es importante prevenir y controlar el desarrollo de los FRPST?

*Progresión Crónica del Estrés / Episodio de Estrés Agudo*

**Presencia de Estrés (Sostenido / Agudo)**

**Disminución de la CVL  
Productividad Afectada  
Estilos de Vida Perjudiciales / Auto-destructivos**

**Estrés Crónico  
Deterioro de la Salud  
Riesgos Psicosociales  
Síntomas Psicosomáticos**

**Mala CVL  
Productividad Deficiente  
Enfermedades / Accidentes Laborales**

**Trastornos Mentales  
Disfunción Organizacional**

*Acontecimiento Traumático*



# Tipo de acciones y niveles de intervención

**Primer nivel:** Se centran en el **plano organizacional** e implican actuar sobre la política de prevención de riesgos psicosociales del centro de trabajo, la organización del trabajo, las acciones o medios para: disminuir los efectos de los FRPS, prevenir la violencia laboral y propiciar el EOF.

**Segundo nivel:** Se orientan al **plano grupal**, actuar en la interrelación de los trabajadores o grupos de ellos y la organización del trabajo; se centra en el tiempo de trabajo, el comportamiento y las interacciones, se basan en proporcionar información al trabajador, así como en la sensibilización, y reforzar el apoyo social.

**Tercer nivel\*:** Se enfocan al **plano individual**; es decir, se desarrolla cuando se comprueba que existen signos y/o síntomas que denotan alteraciones en la salud, se incluyen intervenciones de tipo clínico o terapéutico.

\*Las intervenciones de tercer nivel que sean de tipo clínico o terapéutico deberán ser realizadas **invariablemente** por un médico, psicólogo o psiquiatra según corresponda.



## ¿Qué busca la Norma?

Establecer reglas, especificaciones, atributos, directrices, características y prescripciones para la prevención de riesgos psicosociales.

Promover un entorno organizacional favorable en los centros de trabajo.

## ¿Qué NO contempla la Norma?

No se enfoca en el estrés, sino que previene sus causas y consecuencias.

Instrumentos para diagnosticar trastornos mentales.

Un procedimiento clínico de tratamiento de trastornos mentales.



# Fases de entrada en vigor de la NOM-035

**Fase 1: Entra en vigor al año posterior a su publicación (23-10-2019).**

## **\* Política de prevención de Riesgos Psicosociales**

- \* Mecanismos de quejas y denuncias**
- \* Identificación y atención a trabajadores sujetos a ATS**
- \* Medidas de prevención**

**Fase 2: Entra en vigor a los dos años posterior a su publicación (23-10-2020).**

- \*\* Identificar y analizar los FRPS (y EOF)**
- \*\* Informe de Resultados**
- \*\* Programa de control y atención a trabajadores expuestos**