

# NOM-035-STPS-2018 | Factores de Riesgo Psicosocial en el Trabajo – Identificación, Análisis y Prevención.

---

 [sige.org.mx/nom-035-stps-2018-factores-de-riesgo-psicosocial-en-el-trabajo-identificacion-analisis-y-prevencion/](https://sige.org.mx/nom-035-stps-2018-factores-de-riesgo-psicosocial-en-el-trabajo-identificacion-analisis-y-prevencion/)

Edwinn Daniel Valdés



## ¿Qué es la NOM-035-STPS-2018?

---

La NOM-035-STPS es una reglamentación emitida por la Secretaría del Trabajo y Previsión Social que tiene como objetivo establecer los elementos para identificar, analizar y prevenir los factores de riesgo psicosocial, la violencia laboral así como para promover un entorno organizacional favorable en los centros de trabajo.

La NOM-035 surge de diferentes acuerdos y reglamentos tanto nacionales como internacionales que México ha ratificado en materia de justicia laboral, competitividad y comercio. Dichos proyectos buscan aprovechar el potencial del país en el contexto geográfico, comercial y económico para posicionarlo de la mejor manera posible frente a los retos inminentes de globalización y automatización de los procesos productivos.

Esta norma NO pretende forzar a las empresas a aumentar salarios, reducir horas de trabajo, brindar más días de descanso o de vacaciones ni modificar ningún elemento que ya se contemple en la Ley Federal del Trabajo. Tampoco pretende identificar trastornos psiquiátricos o mentales en los trabajadores.

## ¿Qué busca la NOM-035-STPS-2018?

---

En realidad, la NOM-035 busca que los centros de trabajo identifiquen sus áreas de oportunidad para prevenir, reducir y eliminar todos aquellos factores dentro del centro de trabajo que impacten negativamente la salud de los trabajadores. De la misma manera, busca la participación de los trabajadores para que se involucren en la construcción y promoción de un entorno organizacional propicio para su crecimiento tanto profesional como personal.

Además, requiere que una vez realizada la identificación de los factores de riesgo psicosocial y violencia laboral y definidas las políticas de prevención, cada centro de trabajo defina una estrategia específica para implementar acciones correctivas en donde sea necesario de acuerdo a sus capacidades.

## ¿De dónde surge esta Norma?

---

En 2013, la **Organización Internacional del Trabajo (OIT)** señaló que algunos riesgos tradicionales se habían reducido por el adelanto tecnológico y la normatividad existente. Sin embargo, comenzaban a surgir nuevas enfermedades profesionales que iban a la alza y para las cuales, no existía normatividad. Entre los riesgos emergentes se incluían los de carácter psicosocial.

En 2016, nuevamente la OIT, dio a conocer información sobre los Factores de Riesgo Psicosociales (FRP) y afirmó que era un problema global que afecta a todas las profesiones y a todos los trabajadores, tanto en países desarrollados como en desarrollo. Colocando al centro de trabajo como una fuente importante de Riesgos Psicosociales (RP), y al mismo tiempo, el mejor lugar para prevenirlos y actuar sobre ellos, con el fin de proteger la salud y bienestar de los trabajadores.

Es así que en el 2016, la **Secretaría de Trabajo y Previsión Social, a través del Programa Nacional de Bienestar Emocional y Desarrollo Humano en el Trabajo (PRONABET)** impulsó un proyecto de norma con el fin de identificar, analizar y prevenir los FRP, con el objetivo de incentivar empleos de calidad y una la cultura de prevención en México.

## ¿Qué son los Factores y Riesgos Psicosociales?

---

Antes de pensar en el cumplimiento de la NOM-035, debemos entender de qué estamos hablando y diferenciar entre los FRP y RP. Podemos entender los factores como las causas/condición y los riesgos como las consecuencias.

Los **Factores de Riesgos Psicosociales (FRP)**, son aquellas características de las condiciones de trabajo, y sobre todo, de su organización, que afectan a la salud de las personas a través de mecanismos psicológicos y fisiológicos a los que también llamaremos estresores, relacionados con:

- Condiciones del ambiente laboral
- Exigencias más allá de las capacidades
- Nivel de responsabilidad y carga mental
- Falta de autonomía sobre el trabajo
- Tiempo, ritmo y organización del trabajo
- Mala definición del rol y contenido de tareas
- Conflictos en la relación familia-trabajo
- Estilos de mando y comunicación
- Acoso, hostigamiento, discriminación y violencia

Mientras que los **Riesgos Psicosociales (RP)**, son las consecuencias psicológicas, físicas y sociales negativas que se derivan de deficiencias en el diseño, organización y gestión del trabajo. No existe un listado cerrado y reconocido pero algunos de los más frecuentes son:

- Estrés laboral agudo y/o crónico
- Ausentismo
- Síndrome del superviviente
- Síndrome de burnout/boreout (Síndrome de desgaste profesional)
- Adicción al trabajo
- Mobbing (acoso laboral)
- Violencia, Hostigamiento y Discriminación
- Angustia, Depresión, Somatización

### Guías que se pueden utilizar

---

- Guía de Referencia I – Cuestionario para Identificar a los Trabajadores que fueron sujetos a Acontecimientos Traumáticos Severos.
- Guía de Referencia II – Cuestionario para Identificar los Factores de Riesgo Psicosocial en los Centros de Trabajo.
- Guía de Referencia III – Cuestionario para Identificar los Factores de Riesgos Psicosocial y Evaluar el Entorno Organizacional en los Centro de Trabajo.
- Guía de Referencia IV – Ejemplo de Política de Prevención de Riesgos Psicosociales.
- Guía de Referencia V – Datos del Trabajador.

### Beneficios de Implementar la NOM-035-STPS

---

- Promueve el bienestar y la salud de los trabajadores.
- Atrae el talento adecuado para tu empresa.
- Desarrolla a tus trabajadores para que sean activos permanentes en tu empresa.
- Clarifica procesos y mejora la productividad.
- Genera prestigio para tu empresa.

### ¿Todas las empresas tienen que implementar la NOM-035?

---

**SI**, A partir del 23 de Octubre de 2019 todo negocio o empresa que cuente con trabajadores deberá estar preparada para recibir a los **INSPECTORES DE LA STPS o UNIDADES DE INSPECCIÓN ACREDITADAS Y APROBADAS** para que realicen las inspecciones en sus centros de trabajo.

Dependiendo del tamaño de la empresa, estas tendrán que mostrar evidencia documental de la implementación de la NOM-035:

#### 1- 15 Trabajadores

---

- Establecer las políticas y medidas de prevención de Riesgo Psicosocial y Violencia Laboral y las de promoción de un Entorno Organizacional Favorable.
- Identificar y analizar los factores de riesgo psicosocial y violencia laboral.
- Identificar a los trabajadores que fueron sujetos a acontecimientos traumáticos severos.
- Difundir la información entre los trabajadores acerca del análisis, los resultados y las acciones preventivas y correctivas de los factores de riesgo psicosocial, la violencia laboral y la promoción de un entorno organizacional favorable.

## 16 – 50 Trabajadores

---

- Establecer las políticas y medidas de prevención de Riesgo Psicosocial y Violencia Laboral y las de promoción de un Entorno Organizacional Favorable.
- Identificar y analizar los factores de riesgo psicosocial y violencia laboral.
- Identificar a los trabajadores que fueron sujetos a acontecimientos traumáticos severos.
- Difundir la información entre los trabajadores acerca del análisis, los resultados y las acciones preventivas y correctivas de los factores de riesgo psicosocial, la violencia laboral y la promoción de un entorno organizacional favorable.
- Realizar exámenes médicos a aquellos trabajadores a los que se les detecto algún trastorno psicosocial que pudiera tener repercusiones en la salud física.

## 51 o más Trabajadores

---

Todos y cada uno de los requerimientos de la NOM-035-STPS.

### ¿Quién me puede revisar?

---

**Cualquier Unidad de Inspección Acreditada y Aprobada facultada para emitir el Dictamen de Cumplimiento con la presente Norma Oficial Mexicana. NYCE se encuentra en proceso de Acreditación y Aprobación por las entidades correspondientes.**

Para lo anterior, existirá una **Unidad de Inspección Acreditada y Aprobada (NYCE)** para emitir el **Dictamen de Cumplimiento** tras un proceso de validación. Dicho proceso consistirá en distintas revisiones: **Documental, Entrevistas, Muestreos en el Centro de Trabajo evaluado.**

La métrica de evaluación consta simplemente de las leyendas **“Cumple”**, **“No cumple”** o **“No Aplica”**.

En caso de obtenerse el **Dictamen de Cumplimiento**, éste tendrá **una vigencia de dos años y puede ser renovado de acuerdo al resultado de un seguimiento de validación.** NYCE será la encargada de publicitar la lista de aquellos que obtengan el Dictamen de

Cumplimiento con la presente Norma, lista que se actualizará periódicamente.

## **Entregables**

---

- Informe de Inspección
- Dictamen de Conformidad\*
- Reglamento de Uso de Contraseña
- Registro de la Lista Nacional de Empresas Dictaminadas.

## **Servicios que ofrecemos sobre dicha norma**

---

- Pre-inspecciones
- Inspecciones Formales

## **Registro – Acreditación y Aprobación**

---

**NYCE Sistemas de Gestión**, se encuentra en proceso de Acreditación por la Entidad Mexicana de Acreditación ema y Aprobación por la Secretaría del Trabajo y Previsión Social.

Contacto