

# NOM-035 ¿Un problema o una oportunidad?

## MÉXICO 2020





# **CONTENIDO**

<b>ACERCA DE SAETA CONSULTING</b>	<b>5</b>
<b>¿QUÉ SON LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIALES?</b>	<b>6</b>
<b>FACTORES ESTABLECIDOS EN EL ARTÍCULO 43</b>	<b>7</b>
<b>¿QUÉ PROMUEVA LA NOM-035?</b>	<b>8</b>
<b>OBLIGACIONES Y CRITERIOS PARA LAS EMPRESAS</b>	<b>9</b>
<b>IMPORTANCIA DE SU IMPLEMENTACIÓN</b>	<b>10</b>
<b>ANEXO 1. INFOGRFÍA "OBLIGACIONES DEL PATRÓN NOM-035- STPS-2018</b>	<b>11</b>



## **Mtra. María de los Ángeles Orozco**

La maestra María de los Ángeles Orozco es psicóloga egresada de la UNAM, con maestría en Psicoterapia, especialista en psicología organizacional, con experiencia de 25 años en las diferentes áreas de Recursos Humanos, cuenta con varias certificaciones a nivel nacional e internacional. A participado en diferentes congresos como ponente, es coautora de dos libros y actualmente consultora de varias empresas en la Ciudad de México.

En 2019 se formó para implementar la Norma Oficial Mexicana 035 y ha participado en el acompañamiento de implementación en varias empresas.

## ACERCA DE SAETA CONSULTING

Saeta Consulting, opera a través de asociados independientes en una estructura matricial que se modifica de acuerdo a los proyectos. Los colaboradores asociados participan, de acuerdo a su especialidad, tanto en proyectos de capacitación, como en proyectos de consultoría, y aunque existe un encargado de la promoción de los servicios, todos los colaboradores, tanto internos como externos, participan en la promoción.

---

**18** Años de experiencia en negocios inteligentes

---

Algunos de nuestros casos de éxito



BANCO MUNDIAL



## ¿QUÉ SON LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIALES?

Es complejo tener una definición exacta, ya que corresponde a la percepción que tiene los trabajadores y abarcan muchos aspectos.

La Organización Internacional del Trabajo (OIT) define que es la interacción con factores externos a la relación laboral, como son capacidades, necesidades y expectativas de los trabajadores; las costumbres y su cultura, así como condiciones personales fuera del trabajo, pero esto no está considerado en la NOM-035-STPS-2018.



La NOM-035 retoma la definición contenida en el Reglamento de Seguridad y Salud en el trabajo, publicado el 13 de noviembre de 2014, y establece: "Aquellos que pueden provocar trastornos de ansiedad no orgánico del ciclo sueño-vigilia y de estrés grave y de adaptación, derivado de la naturaleza de las funciones del puesto de trabajo, el tipo de jornada laboral y la exposición a acontecimientos traumáticos severos o actos de violencia laboral al trabajador, por el trabajo desarrollado.

Además la Norma se complementa con los Factores de Riesgo psicosocial señalado en el artículo 43 del Reglamento Federal de Seguridad y Salud en el trabajo.

## FACTORES ESTABLECIDOS EN EL ARTÍCULO 43

1. Condiciones peligrosas e inseguras en el ambiente de trabajo.
2. El liderazgo negativo y las relaciones negativas en el trabajo.
3. Interferencia en la relación trabajo-familia.
4. Jornadas de trabajo superiores a las previstas en la Ley Federal del Trabajo, que incluye rotación de turnos sin periodos de recuperación y descanso.
5. La falta de control sobre el trabajo.
6. Las cargas de trabajo cuando exceden las capacidades del trabajador.
7. Violencia laboral.



## ¿QUÉ PROMUEVA LA NOM-035?

- 1.El Sentido de pertenencia de los trabajadores a la empresa (lo que se conoce como traer la camiseta bien puesta)
- 2.La capacitación para realizar las tareas encomendadas.
- 3.La definición de responsabilidades.
- 4.La participación proactiva y comunicación entre los trabajadores.
- 5.La distribución adecuada de cargas de trabajo con jornadas de trabajo conforme a la LFT.
- 6.La evaluación y el reconocimiento del desempeño.
- 7.En fin, un entorno organizacional favorable.



# OBLIGACIONES Y CRITERIOS PARA LAS EMPRESAS

Todas las empresas están obligadas a su cumplimiento, aunque existen tres criterios diferentes de acuerdo al número de empleados.

**1 a 15, 16 a 50 y de 51 en adelante.**



## **1 a 15 trabajadores**

- Política de Prevención de Riesgo Psicosocial.
- Establecer las medidas de prevención y control del riesgo psicosocial.
- Identificación de Eventos traumáticos severos.
- Difusión de la información a los trabajadores.

## **16 a 50 trabajadores**

- Además de los anteriores, el análisis de los factores de riesgo psicosocial.
- Registro documental y manejo de evidencias.

## **De 51 en adelante**

- Se tiene que hacer la evaluación del entorno organizacional.
- Dentro de la NOM-035 se establece (sin ser de carácter obligatorios) la Guía de Referencia II y la Guía de Referencia III.

# IMPORTANCIA DE SU IMPLEMENTACIÓN

La NOM debe estar implementada ya, la última fecha fue el 23 de octubre de 2020.

Estudios realizados por la Organización Mundial de la Salud, muestra que estamos por arriba de China y de Estados Unidos. El estrés forma parte de la vida cotidiana de los trabajadores mexicanos: el 75% padece síndrome de Burnout o fatiga por estrés laboral.



El estrés, la depresión y ansiedad, que genera el trabajo, de la mano con los accidentes laborales, generan una pérdida anual equivalente al 4% del Producto Interno Bruto. Todo esto son estimaciones de la Organización Internacional del Trabajo.

Está comprobado que las personas son más productivas cuando trabajan con condiciones adecuadas, entonces primero que nada la baja productividad que afecta a los resultados de cualquier organización.

Actualmente algunas empresas grandes están solicitando a sus proveedores que hayan implementado la NOM-035. Y también evitar multas que van desde los \$4,000.00 hasta los \$422,500.00

# OBLIGACIONES DEL PATRÓN NOM-035-STPS-2018

Las obligaciones señaladas en la NOM-035, están alineadas a lo establecido por el Reglamento Federal de Seguridad y Salud en el Trabajo.

NOM  
035

Es decir que el reglamento establece las obligaciones en forma general, y la Norma señala los elementos que tienen que considerar para cumplir con esas obligaciones del reglamento, es decir, establece la manera en que se tiene que instrumentar sus disposiciones.

Para todas  
las empresas

## OBLIGACIONES



Establecer, implantar, mantener y difundir una política de prevención de riesgos psicosociales, que contemple:

- Prevencción de los factores de riesgo psicosocial.
- Prevencción de la violencia laboral.
- Promoción de un entorno organizacional favorable.

Para todas las empresas

Adoptar medidas de prevención, controlar los factores de riesgo psicosocial, promover el entorno organizacional favorable y atender prácticas opuestas.

Identificar trabajadores que sufrieron acontecimientos traumáticos severos durante o con motivo del trabajo y canalizarlos.

Para todas las empresas

Practicar exámenes médicos y evaluaciones psicológicas a los trabajadores expuestos a violencia laboral y/o a los factores de riesgo psicosocial, cuando existan signos o síntomas y/o existan quejas de violencia laboral

Difundir y proporcionar información a los trabajadores sobre:

- Política de prevención de riesgo psicosocial.
- Medidas adoptadas.
- Mecanismos para presentar quejas y denunciar actos de violencia.
- Posibles alteraciones a la salud.
- Entre otros.



Empresas de  
16 a 50  
trabajadores

Identificar y analizar los factores de riesgo psicosocial en el centro de trabajo.  
Se puede aplicar la Guía de Referencia II que viene en la NOM-035-STPS-2018



Empresas de  
51  
trabajadores  
o más.

Identificar y analizar los factores de riesgo psicosocial y evaluar el entorno organizacional en centros de trabajo.  
Se puede utilizar la Guía de Referencia III que viene en la NOM-035-STPS-2018

Todas las  
empresas

## Además

Es obligatorio llevar los registros sobre:  
Resultados de la identificación y análisis de los factores de riesgo psicosocial y de las evaluaciones del entorno organizacional.

Las medidas de control adoptadas:

- Nombre de los trabajadores a los que se comprobó la exposición a factor de riesgo psicosocial, a actos de violencia laboral o acontecimientos traumáticos severos.





Contáctanos para una asesoría  
especializada



52+(55) 41594196/63894066



[contacto@saetaconsulting.com](mailto:contacto@saetaconsulting.com)



[www.saetaconsulting.com](http://www.saetaconsulting.com)