



**Nombre de la alumna: Tania Elizabeth  
Martinez Hernandez**

**Nombre del profesor: Dr. Agenor  
Abarca Esponisa**

**Nombre del trabajo: Resumen de la  
NOM-035-STPS-2018**

**Materia: Epidemiologia Avanzada**

**Grado: 4**

**Grupo: B**

PASIÓN POR EDUCAR

Comitán de Domínguez Chiapas a 15 de junio de 2024

---

## Resumen

Una de las primeras cosas que hizo la NOM-035-STPS fue la del Proyecto de Norma Oficial Mexicana PROY-NOM-035-STPS-2016, Factores de riesgo psicosocial-Identificación y prevención, mostrar para su aprobación, y que el citado Comité lo consideró procedente y acordó que se publicara como Proyecto en el Diario Oficial de la Federación; el objetivo de esta norma es encontrar, analizar y prevenir todo tipo de riesgo psicosocial con el fin de que todo trabajador tenga un ambiente laboral digno y relajable. En esta norma existen muchas decisiones importantes como por ejemplo **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 y otras definiciones son: el **Apoyo social:** Son aquellas acciones para mejorar las relaciones sociales en el trabajo en las que se promueve el apoyo mutuo en la solución de problemas de trabajo entre trabajadores, superiores y subordinados. La **Autoridad laboral:** Son Las unidades administrativas competentes de la Secretaría que realizan funciones de inspección y vigilancia en materia de seguridad y salud en el trabajo, y las correspondientes de las entidades federativas, que actúen en auxilio de aquéllas. El **Centro de trabajo:** Son edificios, locales, instalaciones y áreas, donde se realicen actividades de explotación, aprovechamiento, producción, comercialización, transporte y almacenamiento o prestación de servicios, en los que laboren personas que estén sujetas a una relación de trabajo. **El Diagnóstico de seguridad y salud en el trabajo:** La identificación de las condiciones inseguras o peligrosas; de los agentes físicos, químicos o biológicos o de los factores de riesgo ergonómico o psicosocial capaces de modificar las condiciones del ambiente laboral; de los peligros circundantes al centro de trabajo, así como de los requerimientos normativos en materia de seguridad. **El Entorno Organizacional Favorable:** Se promueve el sentido de pertenencia de los trabajadores a la empresa; la formación para la adecuada realización de las tareas encomendadas; la definición precisa de responsabilidades para los trabajadores del centro de trabajo; la participación proactiva y comunicación entre trabajadores; la distribución adecuada de cargas de trabajo, con jornadas de trabajo regulares conforme a la Ley Federal del Trabajo, y la evaluación y el

reconocimiento del desempeño. Los **Factores de Riesgo Psicosocial**: Aquellos que pueden provocar trastornos de ansiedad, no orgánicos 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 de trabajo y la exposición a acontecimientos traumáticos severos o a actos de violencia laboral al trabajador, por el trabajo desarrollado.

Comprenden las condiciones peligrosas e inseguras en el ambiente de trabajo; las cargas de trabajo cuando exceden la capacidad del trabajador y la falta de control sobre el trabajo. Las **Medidas de prevención y acciones de control**: Aquellas acciones que se adoptan para prevenir y/o mitigar a los factores de riesgo psicosocial y, en su caso, para eliminar las prácticas opuestas al entorno organizacional favorable y los actos de violencia laboral, así como las acciones implementadas para darles seguimiento. La **Política de prevención de riesgos psicosociales**: La declaración de principios para prevenir los factores de riesgo psicosocial y la violencia laboral, y para la promoción de un entorno organizacional favorable, con el objeto de desarrollar una cultura en la que se procure el trabajo digno o decente, y la mejora continua de las condiciones de trabajo. El **Trabajador**: La persona física que presta a otra, física o moral, un trabajo personal subordinado. El **Trabajo**: Toda actividad humana, intelectual o material, independientemente del grado de preparación técnica requerido por cada profesión u oficio. La **Violencia laboral**: Aquellos actos de hostigamiento, acoso o malos tratos en contra del trabajador, que pueden dañar su integridad o salud. Las **Obligaciones del patrón** Establecer por escrito, implantar, mantener y difundir en el centro de trabajo una política de prevención de riesgos psicosociales que contemple: La prevención de los factores de riesgo psicosocial y de la violencia laboral, y La promoción de un entorno organizacional favorable. **Además**, Difunde y proporcionar información a los trabajadores sobre: La política de prevención de riesgos psicosociales;

- Las medidas adoptadas para combatir las prácticas opuestas al entorno organizacional favorable y los actos de violencia laboral;

- Las medidas y acciones de prevención y, en su caso, las acciones de control de los factores de riesgo psicosocial; Entre las obligaciones de los trabajadores son Observar las medidas de prevención y, en su caso, de control que dispone esta Norma, así como las que establezca el patrón para: controlar los factores de riesgo psicosocial, colaborar para contar con un entorno organizacional favorable y prevenir actos

de violencia laboral. La **Identificación y análisis de los factores de riesgo psicosocial, y evaluación del entorno organizacional**: La identificación y análisis de los factores de riesgo psicosocial y la evaluación del entorno organizacional deberán realizarse de conformidad con lo siguiente:

-Los centros de trabajo que tengan entre 16 y 50 trabajadores, únicamente deberán realizar la identificación y análisis de los factores de riesgo psicosocial, incluyendo a todos los trabajadores

-Los centros de trabajo que tengan más de 50 trabajadores, deberán realizar la identificación y análisis de los factores de riesgo psicosocial y la evaluación del entorno organizacional, éstas se podrán realizar con una muestra representativa conforme a lo señalado en la Guía de referencia III, en el numeral III. Las **Medidas de prevención y acciones de control de los factores de riesgo psicosocial, de la violencia laboral, y promoción del entorno organizacional favorable**: Para la prevención de los factores de riesgo psicosocial y la violencia laboral, así como para la promoción del entorno organizacional favorable, los centros de trabajo deberán:

-Establecer acciones para la prevención de los factores de riesgo psicosocial que impulsen: el apoyo social, la difusión de la información y la capacitación;

-Disponer de mecanismos seguros y confidenciales para la recepción de quejas por prácticas opuestas al entorno organizacional favorable y para denunciar actos de violencia laboral.

-Realizar acciones que promuevan el sentido de pertenencia de los trabajadores a la organización; la capacitación para la adecuada realización de las tareas encomendadas; la definición precisa de responsabilidades para los miembros de la organización; la participación proactiva y comunicación entre sus integrantes; la distribución adecuada de cargas de trabajo, con jornadas laborales regulares conforme a la Ley Federal del Trabajo

### **Las Unidades de verificación**

El patrón tendrá la opción de contratar una unidad de verificación acreditada y aprobada, en los términos de la Ley Federal sobre Metrología y Normalización y su Reglamento, para verificar el grado de cumplimiento con esta Norma. Las unidades de verificación que evalúen la conformidad con la presente Norma, deberán aplicar los criterios de cumplimiento que prevé el procedimiento para la evaluación de la conformidad.

Las unidades de verificación acreditadas y aprobadas que evalúen el cumplimiento con esta Norma deberán emitir un dictamen, el cual habrá de contener:

- a) Datos del centro de trabajo verificado, Datos de la unidad de verificación, datos del dictamen.

### **Procedimiento para la evaluación de la conformidad**

Este procedimiento para la evaluación de la conformidad aplica tanto a las visitas de inspección desarrolladas por la autoridad laboral, como a las visitas de verificación que realicen las unidades de verificación.

### **Conclusión:**

Esta norma es una de las mas importantes en el ambiente laboral tanto para el trabajo ya que establece normas muy importantes que se basan tanto en su ambiente para que no sea estresantes para los trabajadores, así como la buena relación entre compañeros y una de las mas importantes es aquella que se establece en prevenir todo tipo de riesgo que cualquier trabajador pueda presentar en cualquier trabajo, ya sean graves o leves; por ejemplo: Accidentes con elementos químicos como físicos o ambientales, existen trabajos que verdaderamente son demasiados extremos como aquellos que trabajan en zonas petroleras, en la cual su ambiente es demasiado arriesgado debido a una fuerza natural que no puede ser controlada a nivel de los humanos, además se tocan temas que tienen que ver con el apoyo de la sociedad a estos ciertos tipos de trabajos, así como poder establecer aquel encargado de ese mismo trabajo, también el entorno en la que uno se encuentra y esta promueve una buena realización de las tareas de los trabajadores, existen muchos factores de riesgo psicosocial en las que se dividen inorgánicos donde se encuentra o se toca el tema de ciclo del sueño-Vigilia y pueden llegar a provocar distintos niveles de ansiedad o depresión o cualquier alteración mental por eso existen medidas preventivas para evitar estos tipos de riesgo en la cual se establecen el apoyo social y la difusión de información y capacitación, así como la de disponer aquellos mecanismos seguros que cualquier centro de trabajo debería portar y así como una área donde todos los trabajadores puedan colocar sus quejas y sugerencias para mejorar a veces la estructura de su edificio o lugar donde trabajen, así como el ambiente o implementar diferentes practicas para realizar todas a sus tareas y así mismo tener la oportunidad de reportar cualquier tipo de abuso, discriminación o violencia que llegan a padecer los trabajadores dentro o fuera de su área de trabajo, ya sea entre sus mismos compañeros o a veces por

algún encargado de un nivel mas avanzado que el mismo trabajador, también es importante establecer roles de manera equitativa y ordenada para cada trabajador y las precisas responsabilidades que le toca a cada uno y establecer una buena comunicación entre todos aquellos trabajadores, para tener una mejor realización de tareas y obtener mejores resultados, sin presentar estrés y respetar el horario correcto que deben trabajar cada uno sin explotación laboral. También es importante realizar una evaluación sobre aquellos factores de la conformidad para aquellas inspecciones de toda aquella visita con autoridad laboral. El trabajo es una de las actividades mas importantes en nuestra sociedad ya que aparte de brindarnos un ingreso para sustentar nuestras necesidades básicas, nos da la oportunidad de poder entablar relaciones sociales con diferentes personas y conocer a distintas personas.