



## ¿QUÉ SON?

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 (Gobierno de México, 2019).

Oit y Oms

## TIPOLOGÍA

Nom 035

La **OIT** y la **OMS** (1984) señalaron que los factores que pueden ser potencialmente negativos respecto a la salud son:

- Sobrecarga de trabajo
- Falta de control
- Conflicto de autoridad
- Desigualdad salarial
- Falta de seguridad en el trabajo
- Problemas de relaciones laborales
- El trabajo por turnos y el riesgo físico



De acuerdo con el Diario Oficial de la Federación (2021) la NOM 035 considera 7 distintos factores de riesgo psicosocial:

- Condiciones en el ambiente de trabajo
- Cargas de trabajo
- Violencia laboral
- Falta de control
- Liderazgo negativo
- Relaciones negativas
- Jornadas de trabajo y Rotación de turnos que Exceden lo establecido en la Ley Federal del Trabajo
- Interferencia en la relación trabajo-familia

## Consecuencias de los FRP

- Síndrome de fatiga crónica
- Síndrome del burnout
  - Mobbing
  - Depresión
- Trastornos de ansiedad
- Trastornos del ciclo de sueño
  - Estrés



## COVID 19

Con la pandemia se han disparado colosalmente los FRP para la mayoría de los trabajadores, según la **OIT (2020)** algunos de ellos son:



- Ergonomía
- Falta de acceso a las nuevas tecnologías
- Estrés
- Ansiedad
- Riesgo a perder prestaciones

## PREVENCIÓN DE FRP MÉXICO

### REFERENCIAS

Diario Oficial de la Federación [DOF]. (2021). NORMA Oficial Mexicana NOM-035-STPS-2018, Factores de riesgo psicosocial en el trabajo-Identificación, análisis y prevención. Diario Oficial de la Federación. <https://bit.ly/3knxNE6>  
 Gobierno de México (2019, 22 de octubre) Norma Oficial Mexicana NOM-035-STPS-2018, Factores de riesgo psicosocial en el trabajo-Identificación, análisis y prevención. Norma 035 - Factores de riesgo en el trabajo. <https://bit.ly/3wDPYYz>  
 OIT [Organización Internacional del Trabajo]. (16 de Abril de 2020). Organización Internacional del trabajo. Obtenido de [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed\\_dialogue/---sector/documents/briefingnote/wcms\\_745393.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_dialogue/---sector/documents/briefingnote/wcms_745393.pdf)  
 OIT y OMS. (1984). INFORME DEL COMITÉ MIXTO DE LA OIT/OMS SOBRE MEDICINA DEL TRABAJO FACTORES PSICOSOCIALES EN EL TRABAJO: Naturaleza, incidencia y prevención. <http://www.factorpsicosociales.com/wp-content/uploads/2019/02/FPS-OIT-OMS.pdf>

## NOM 035

El **objetivo** de la NOM 035 en México es establecer los elementos para identificar, analizar y prevenir los factores de riesgo psicosocial, así como promover un entorno organizacional favorable en los centros de trabajo (Secretaría del Trabajo y Previsión Social, 2021).

