

Circular 691-2019

Copiamos a ustedes un interesante artículo publicado en el diario “El Economista”, sobre la NOM 35 que entrará en vigor el próximo 23 de octubre de 2019.

¿Estrés laboral? 10 mitos y realidades sobre la NOM 035

La entrada en vigor de la NOM 035 está a la vuelta de la esquina y en torno a las nuevas reglas de salud laboral se han generado diversas dudas sobre su aplicación y alcance.

Escrito por: Gerardo Hernández

El 23 de octubre entra en vigor en México la NOM 035 sobre factores de riesgo psicosocial. Las nuevas disposiciones de la Secretaría del Trabajo y Previsión Social (STPS) han despertado

diversas dudas por el desconocimiento de la propia norma.

¿Estarán obligados los patrones a atender el estrés laboral? ¿Debes certificarte en la nueva norma? ¿Hay que contratar un centro de verificación? ¿Se tendrán que reducir las jornadas laborales? Son algunas de las preguntas que han surgido conforme se acerca el cumplimiento obligatorio con la NOM 035, aquí despejamos algunas dudas con mitos y realidades en torno al tema:

1. “LOS PATRONES ESTÁN OBLIGADOS A ATENDER EL ESTRÉS LABORAL”

¿Mito o realidad? Mito

La norma es de carácter preventivo, se centra en la identificación, análisis y prevención de factores de riesgo psicosocial en el trabajo, los cuales pueden provocar un daño en la salud mental y desencadenar en trastornos como estrés, ansiedad, insomnio, entre otros.

Es falso que exija aplicar un examen psicológico y mucho menos ofrecer cursos de liderazgo, trabajo en equipo o comunicación.

“Tampoco tiene un instrumento o un cuestionario que me permita identificar una enfermedad mental, tampoco tiene ese alcance. La norma llega a [identificar aquellos factores que pueden convertirse en un factor de riesgo](#)”, explica Joaquín Apolonio Ávila, de la Dirección General de Seguridad y Salud en el Trabajo de la STPS.

2. “LAS EMPRESAS DEBEN CREAR ENTORNOS FAVORABLES PARA LOS TRABAJADORES”

¿Mito o realidad? Realidad

La NOM 035 busca exactamente eso: Entornos organizacionales favorables, los cuales se caracterizan por un ambiente donde se promueve el sentido de pertenencia, hay capacitación alineada a las responsabilidades del puesto, el trabajador conoce sus funciones y responsabilidades, el empleado puede aportar ideas para mejorar su trabajo, hay distribución adecuada de las cargas de trabajo, se respetan las jornadas laborales y hay evaluación y reconocimiento del desempeño.

3. “LA EMPRESA DEBE CONTRATAR UN CENTRO DE VERIFICACIÓN”

¿Mito o realidad? Mito

Los centros de trabajo no están obligados a contratar a una organización que los certifique en salud laboral, esto es opcional. La identificación y el análisis de los factores de riesgo se hará con las herramientas con las cuales dispone la propia norma, como cuestionarios.

4. “LA NORMA APLICARÁ PARA TODOS LOS CENTROS DE TRABAJO”

¿Mito o realidad? Realidad

La aplicación es para todos los centros de trabajo en el país y [dependiendo el tamaño de cada uno \(la cantidad de empleados\) serán las disposiciones que deberán cumplir](#)

. Por ejemplo, una cadena de restaurantes deberá cumplir con la norma en cada sucursal, y de forma diferenciada, dependiendo del número de empleados que tenga en cada establecimiento.

5. “LA NOM 035 OBLIGARÁ A LA REDUCCIÓN DE LAS JORNADAS LABORALES”

¿Mito o realidad? Mito

Las jornadas laborales permanecerán tal y como están estipuladas en la Ley Federal del Trabajo. Sin embargo, la norma sí atenderá que los horarios de trabajo se respeten, lo cual tampoco significa que no se pueda trabajar horas extras a cambio de una remuneración.

6. “TENGO QUE RECONOCER EL BUEN DESEMPEÑO DE MIS COLABORADORES”

¿Mito o realidad? Realidad

Las empresas adquieren la obligación de reconocer el buen desempeño de los colaboradores. Sin embargo, no hay una imposición del método. El centro de trabajo tiene que definir su propio mecanismo para reconocer al trabajador que está dando buenos resultados.

7. “HAY QUE APLICAR EXÁMENES MÉDICOS A TODOS LOS COLABORADORES”

¿Mito o realidad? Mito

No se aplicarán exámenes médicos a todos, para que esto ocurra se tienen que cumplir dos condiciones: que se tenga un nivel de riesgo muy alto y que exista una condición que detone

una alteración en el trabajador.

8. “SE TIENEN QUE ELIMINAR LOS AMBIENTES LABORALES TÓXICOS”

¿Mito o realidad? Realidad

A largo plazo, uno de los objetivos de la Norma es [eliminar los ambientes laborales tóxicos](#), los cuales son más propensos a que se generen factores de riesgo psicosocial.

9. “TENGO QUE IMPLEMENTAR HORARIOS FLEXIBLES”

¿Mito o realidad? Mito

La Norma no obliga a acciones específicas como implementar horarios flexibles, sólo marca las disposiciones generales y el centro de trabajo tiene la libertad de decidir sus mecanismos, aunque la flexibilidad es uno de ellos, no está estipulado en la nueva normativa.

10. “EL SALARIO EMOCIONAL SERÁ CLAVE”

¿Mito o realidad? Realidad

Es un hecho que las empresas que tienen salario emocional llevan una ventaja, este será clave en la implementación de la NOM 035 porque beneficia e impacta en los factores de riesgos psicosocial. Aunque se lee repetitivo, las nuevas disposiciones sólo marcan principios básicos para tener un entorno organizacional favorable, los centros de trabajo deben trazar su propio camino para llegar a él.