



Vínculo legal entre trabajo y salud mental

Por Ernesto Cotonieto Martínez

El bienestar laboral que los miléniales anteponen no es una moda, es una ley. La Norma Oficial Mexicana NOM-035-STPS-2018, Factores de riesgo psicosocial en el trabajo-identificación, análisis y prevención fue aprobada en el 2017 durante la Primera Sesión Ordinaria del Comité Constitutivo Nacional de Normalización de Seguridad y Salud en el Trabajo, y entró en vigor en toda la república mexicana el 23 de octubre del 2019, de ahí que su cumplimiento es de carácter obligatorio para todos los centros de trabajo, pero aún existe desconocimiento al respecto.

Aunque las especificaciones dependen del número de integrantes de los centros de trabajo, en general esta norma realiza las siguientes recomendaciones para el bienestar del personal y que a su vez son obligaciones por parte del patrón:

- a) Evaluar factores psicosociales, entorno organizacional y violencia.
- b) Identificar y canalizar trabajadores con indicadores de riesgo psicosocial, acontecimientos traumáticos durante o con motivo del trabajo.
- c) Implementar acciones institucionales de atención a trabajadores en riesgo.
- d) Elaborar y difundir una política de riesgos psicosociales (incluyendo los resultados de la evaluación).
- e) Llevar un registro documental que compruebe el cumplimiento de la norma.

Considerando que el dueño de la empresa o directivo institucional está sujeto a promover el bienestar de su personal, el cambio en la ley implica un nuevo paradigma en el que ahora se pone de relieve la salud emocional y mental como un aspecto prioritario; es decir, recuperar el valor del trabajador como ser humano, y no sólo como un recurso para la producción sin considerar sus necesidades personales.



Ilustración digital: Gerardo Mercado

EL BIENESTAR LABORAL QUE LOS MILÉNEALES ANTEPONEN NO ES UNA MODA, ES UNA LEY

El cumplimiento de la norma depende de las características del personal designado para la recolección de información, pues debe reunir los conocimientos necesarios en cuanto a metodología de la investigación (mixta) aplicada a las ciencias sociales y de la salud, así como experiencia en el manejo de *software* especializado para el análisis de estadística descriptiva, pruebas de comparación entre grupos, así como de correlación que ayudarán en la mejor toma de decisiones, basadas en evidencia científica, respecto a las condiciones del entorno organizacional del centro de trabajo.

Algunas opciones de *software* para llevar a cabo la evaluación son: SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) y R; ambos paquetes estadísticos son muy utilizados para el manejo de datos en ciencias biomédicas y de la salud. El primero otorga un periodo de prueba, pero requiere la compra de una licencia de suscripción, y el segundo es totalmente gratuito ya que se encuentra bajo una licencia pública.

Por otro lado, en la interpretación y formulación de las políticas se requiere la asesoría de un profesional en salud mental, debido al riesgo e irresponsabilidad que significa activar variantes psicosociales involucradas en el proceso salud-enfermedad orientadas a mejorar el bienestar emocional sin una supervisión adecuada; además, las propuestas deben estar basadas en evidencia científica para reducir las actividades o estrategias que puedan estigmatizar o discriminar al personal.

Otro punto relevante es que los encargados de vigilar la aplicación de la norma deberán demostrar dominio del Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud y la Declaración de Helsinki, como mínimo. Ambos documentos contienen lineamientos y principios éticos que el profesional de

la salud debe atender para garantizar la dignidad y el bienestar de las personas sujetas a investigación.

Algunos centros de trabajo cuentan con el personal calificado para la adecuada recolección y análisis de la información (universidades o centros de investigación); sin embargo, otros tantos deben buscar profesionales externos con la experiencia y el perfil deseable.

Finalmente, tomando en cuenta que el cumplimiento de la norma es un proceso de gran valor que contribuye a generar mejores condiciones de salud (biopsicosocial) del equipo de trabajo. 

Referencia

Diario Oficial de la Federación (2018). "NOM-035-STPS-2018, Factores de riesgo psicosocial en el trabajo-Identificación, análisis y prevención". México. <https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5541828&fecha=23/10/2018&print=true>.



Foto: Devin Edwards



Ernesto Cotonieto Martínez es licenciado en Psicología, estudió la maestría en Ciencias Biomédicas y de Salud, ambas por la UAEH, y cuenta con cuatro diplomados. Actualmente estudia la Licenciatura en Gerencia de Servicios de Salud en la UNADM y se desempeña como docente y líder para la puesta en marcha de la NOM-035-STPS-2018 en la UPEM. Ha publicado artículos y expuesto en congresos nacionales e internacionales. Además, es miembro del Sistema Mexicano de Investigación en Psicología y de la Red Mexicana de Jóvenes por la Investigación.

