Publicado en México el 01/10/2019

# [Consejos para cumplir la NOM 035 según Runa](http://www.notasdeprensa.es)

## Se acerca la fecha en la que entrará en vigor la NOM 035 que contempla multas fuertes para las empresas que no cumplan con esta disposición que está encaminada a mejorar la salud emocional de los empleados

 Existen empresas que están acostumbradas a solamente darle un salario a sus empleados sin preocuparse por lo que sienten sus colaboradores. Por eso nace la necesidad de evaluar más la experiencia de los trabajadores dentro de la compañía por medio del departamento de recursos humanos; esto se debe a que la Secretaría de Trabajo y Previsión Social ha detectado que solamente la mitad de los trabajadores está feliz en su trabajo y en más del 70% de las compañías no se tiene una buena relación entre los compañeros y entre ellos tal vez el 5% enfrente alguna situación de estrés severo. En vista de estos datos, se puede inferir que en la mayoría de las empresas hay un estado prevalente de desinterés, además muchos de los empleados viven a más de 2 horas de distancia, algunos tienen padecimientos alérgicos que pueden exacerbarse con el ambiente que los rodea o cuestiones que pueden llegar a afectar su rendimiento laboral. Basados en datos de la OMS y de la OCDE, México es el lugar en el que más horas se trabaja y también en el que se padecen uno de los niveles de estrés laboral más elevados a nivel mundial. En vista de estos hechos, se vio la necesidad de establecer de manera legal una norma que coloque los estándares mínimos para prevenir el estrés y sobre todo, el acoso laboral junto con el riesgo psicosocial. La legislación está basada en la lógica por lo que aplicarla en estricto sentido no debería ser difícil de aplicar; sin embargo, hay algunas medidas que se pueden tomar para cumplir con esta norma que va orientada a la protección del trabajador. Buscar y detectar las relaciones negativas: esto quiere decir que mantengas un cercano seguimiento con los líderes y la manera en la que se relacionan con sus colaboradores, ya que de esta forma se puede saber si hay problemas de crecimiento o si los trabajadores no se sienten confiados con la dirección que se les está dando. Eliminar los tiempos muertos y equilibrar el trabajo con el descanso: México es un país donde se dan 6 días al primer año de vacaciones por ley y además muchos empleados tienen solo 12 horas por los tiempos de transporte para dormir, comer y realizar sus actividades diarias; esta situación hace que las horas extras se vuelvan un detonante de estrés laboral difícil de superar. Asegurar las condiciones laborales: Pudiera pensarse que con tener un extintor o acatar los requerimientos de protección civil, sin embargo, deben pensarse en detalles como los aires acondicionados, que las sillas sean ergonómicas, la luces correctas, que haya agua para los colaboradores o muchos más detalles que se encaminan a mejorar las condiciones del día a día. Invertir en la capacitación: Se estima que cada colaborador debería tener al menos 40 horas anuales en las que se les capacite y además un plan de desarrollo y no solo con temas que se refieran al manejo mecánico o práctico del trabajo sino con temas de liderazgo y de manejo emocional. Distribuir adecuadamente las cargas de trabajo. En la actualidad existen prácticas muy arraigadas que son trabajar después del horario laboral o llevarse el trabajo a casa para cumplir con lo establecido y esto se debe a que los líderes asignan cantidades de trabajo enormes a pocos empleados que descuidan su estabilidad personal para satisfacer lo que les solicitan, eso crea un falso rendimiento ya que rebasa a quien ocupa el puesto. En realidad esta norma debiera estar ya acatada por las empresas sin necesidad de que se volviera obligatoria; sin embargo, representa un paso adelante en el campo de los recursos humanos y de la gestión de personal. Acerca de RunaRuna es la plataforma creada para la dispersión y cálculo de nómina, así como para la administración de personal específicamente diseñada para las necesidades del mercado mexicano. Runa cuenta con oficinas en la Ciudad de México y Silicon Valley.

**Datos de contacto:**

RunaHR

55 6587 2556

Nota de prensa publicada en: [https://www.mexicopress.com.mx/consejos-para-cumplir-la-nom-035-segun-runa](http://www.notasdeprensa.es/educalivecom-disfruta-de-cursos-presenciales-y-clases-particulares-a-traves-de-internet)

Categorías: Finanzas Emprendedores Recursos humanos Actualidad Empresarial



[**http://www.mexicopress.com.mx**](http://www.notasdeprensa.es)