Publicado en 03400 el 18/10/2021

# [El 75% de los colaboradores padece estrés laboral: importancia de la NOM-035 según Worky](http://www.notasdeprensa.es)

## Empleadores deben reforzar su compromiso por asegurar el bienestar de sus trabajadores, tanto físico como emocional, y así, elevar la productividad a partir de la confianza y comunicación

 El pasado 2019 entró en vigor la NOM-035-STPS-2018, Factores de riesgo psicosocial en el trabajo-Identificación, análisis y prevención, cuyo objetivo es asegurar el bienestar integral de los trabajadores en México. Más que un trámite engorroso, la aplicación de esta norma significa grandes oportunidades de mejora para las empresas. A raíz de la crisis provocada por el Covid-19, los problemas relacionados con estrés laboral tomaron más fuerza. De acuerdo con Forbes[1], antes de la pandemia solo 25% de los trabajadores padecía un trastorno mental, en comparación con el 75% que actualmente presenta estrés laboral. Entre las razones se encuentran la excesiva carga de trabajo, falta de comunicación, poco reconocimiento, etc. Ante este panorama, los empleadores deben reforzar su compromiso por asegurar el bienestar de sus trabajadores, tanto físico como emocional, y así, elevar la productividad a partir de la confianza y comunicación. En este contexto, la NOM-035 cobra aún más sentido, ya que fija los parámetros para asegurar un ambiente laboral óptimo. ¿Qué es la NOM-035?La NOM-035 es una serie de normativas que estipulan las condiciones mínimas necesarias en materia de seguridad, salud y medio ambiente de trabajo, que requiere el trabajador para prevenir accidentes y para evitar enfermedades laborales[2]. Además, la implementación de esta es obligatoria en todos los centros de trabajo del país, así tengan un modelo presencial, home office o híbrido. De acuerdo a Dinero en Imagen[3], a partir de la NOM-035, los empleadores deberán demostrar que cumplen los siguientes puntos: 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 La evaluación y el reconocimiento del desempeño. En caso de incumplimiento de esta norma, los empleadores pueden ser acreedores a una multa que va desde los 26 mil hasta más de 500 mil pesos. Sin embargo, la necesidad de implementar la NOM-035 va más allá de evitar una multa monetaria, sino buscar consolidar un equipo de trabajo enfocado, satisfecho y feliz. Beneficios de la NOM-035Actualmente, “la cultura de la productividad” ha provocado que los trabajadores excusen un mal clima laboral al autodenominarse workaholic; ya que dicho término es asociado a personas responsables y apasionadas. Y, aunque en muchos casos esto puede ser verdad, la cantidad de horas destinadas al trabajo no definen la calidad de este. De acuerdo a datos de la OCDE[4], en México se trabaja en promedio 2,148 horas al año y se produce 21.6 dólares por hora, contra la media de la Organización: 1726 horas trabajadas y 54.8 dólares producidos. Además, una excesiva carga de trabajo impide a los colaboradores llevar un equilibrio entre su vida profesional y personal, provocando estrés, ansiedad y depresión. Lo cual repercute directamente en los resultados de los trabajadores en la empresa. Un estudio realizado por la Queens School of Business y de la Organización Gallup demostró que el estrés laboral provoca 50% más rotación. Además, “en las organizaciones con puntuaciones bajas de compromiso de los empleados, experimentaron un 18% menos de productividad, un 16% menos de rentabilidad, un 37% menos de crecimiento laboral y un 65% menos de precio de las acciones a lo largo del tiempo”[5]. Por otro lado, un estudio de Bersin y Deloitte[6] demostró que el costo de la rotación de personal puede llegar a representar hasta el 400% del salario del trabajador, al considerar el proceso de reclutamiento, tiempo de inactividad, capacitación y periodo de aprendizaje. Es imposible impedir que ningún trabajador renuncie, pero, en definitiva, la rotación constante es signo de debilidades internas que a la larga representan un fuerte gasto para las empresas. Cumplir con la NOM-035 de manera efectivaAhora que ha quedado claro qué es y por qué es importante implementar la NOM-035, es momento de pasar a la acción. Para ello, será necesario documentar la evidencia de cumplimiento por cada uno de los trabajadores. Dicho procedimiento es mucho más sencillo a través de un sistema automatizado y digital que permita condensar todos los documentos necesarios para comprobar el correcto cumplimiento de la ley, además de realizar evaluaciones automáticas para estar al tanto de la opinión de los colaboradores. Con un software de recursos humanos como Worky también es posible gestionar en un solo lugar todas las actividades relacionadas con el capital humano como nómina, vacaciones, incidencias, organigrama, entre otras. Además de poder aplicar evaluaciones de clima laboral y evaluaciones en general para comprender cómo se sienten los colaboradores. Aunque cumplir con la NOM-035 puede parecer una tarea bastante laboriosa, en realidad representa una serie de beneficios para ambas partes. Es necesario que el empleador no lo vea como un simple proceso burocrático, sino la oportunidad de consolidar un verdadero equipo comprometido con la empresa y trabajar en las áreas de oportunidad de la organización interna. De modo que, la NOM-035 representa un ganar-ganar para empleados y empleadores, ya que un negocio exitoso, en gran parte, es resultado de la pasión de sus trabajadores. Forbes, 2020, El bornout como resultado de la pandemia y cómo reducirlo: https://www.forbes.com.mx/red-forbes-el-burnout-resultado-de-la-pandemia-y-como-reducirlo/ El Financiero, 2020, Elevará NOM-035 rentabilidad y calidad de vida de los trabajadores: https://www.elfinanciero.com.mx/monterrey/elevara-nom-035-rentabilidad-y-calidad-de-vida-de-trabajadores/ Dinero en Imagen, 2020, Si tu empresa no te cuida del estrés, tendrá que pagar multa: https://www.dineroenimagen.com/management/si-tu-empresa-no-te-cuida-del-estres-tendra-que-pagar-multa-de-535-mil-pesos/127842 Capital Humano, 2019, México tiene una jornada laboral extensa y niveles bajos de productividad: https://factorcapitalhumano.com/mundo-del-trabajo/mexico-tiene-una-jornada-laboral-extensa-y-niveles-bajos-de-productividad/2019/02/ HBR, Proof that positive work cultures are more productive: https://hbr.org/2015/12/proof-that-positive-work-cultures-are-more-productive El Economista, 2021, Rotación de personal, un gato silencioso: https://www.eleconomista.com.mx/capitalhumano/Rotacion-de-personal-un-gasto-silencioso-que-afecta-a-todas-las-empresas-20210726-0100.html Acerca de WorkyFundada en 2017, Worky es la solución en la nube para que las empresas mexicanas gestionen el capital humano sin papeleo y con agilidad. Entienden que la administración de Recursos Humanos es una de las áreas más importantes en las empresas, sin embargo, es la última en incorporar tecnología a sus procesos. Por eso construyen una herramienta para que, de forma innovadora y segura, todas las empresas chicas y medianas puedan adoptar y explotar el capital humano. [1] Forbes, 2020 [2] El Financiero, 2020 [3] Dinero en Imagen, 2020 [4] Capital Humano, 2019 [5] Harvard Business Review, 2015 [6] El Economista, 2021

**Datos de contacto:**

Misael Garcia

5591985164

Nota de prensa publicada en: [https://www.mexicopress.com.mx/el-75-de-los-colaboradores-padece-estres](http://www.notasdeprensa.es/educalivecom-disfruta-de-cursos-presenciales-y-clases-particulares-a-traves-de-internet)

Categorías: Nacional Derecho Sociedad Recursos humanos Bienestar



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