

# Factores de riesgo psicosocial

¿Qué son?

Se definen como aquellos que pueden provocar trastornos de ansiedad, sueño-vigilia y de estrés grave, derivado de las funciones del puesto de trabajo, tipo de jornada y exposición a eventos traumáticos o de violencia laboral.

## Obligaciones generales para todas las empresas:

-  Establecer mecanismo para recepción de quejas.
-  Identificar a trabajadores sometidos a un acontecimiento traumático y canalizarlos para atención médica.
-  Proporcionar información a los trabajadores sobre políticas de prevención de riesgos psicosociales.
-  Informar a los trabajadores sobre las alteraciones en la salud por riesgos psicosociales.

# TRIPTICO NOM-035-STPS-2018 “Factores de Riesgo Psicosocial en el Trabajo, Identificación, análisis y prevención.”

## MANIFESTACIONES DEL IMPACTO DE LOS RIESGOS PSICOSOCIALES

### COGNITIVO

- ▶ Toma de decisiones.
- ▶ Nivel Atencional.

### CONDUCTUAL

- ▶ Aumento del consumo de alcohol y tabaco.
- ▶ Disminución de la actividad física.
- ▶ Cambios en la dieta.
- ▶ Problemas para dormir.

### AFECTIVO

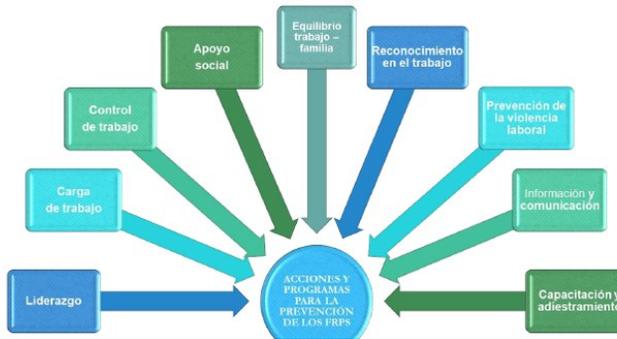
- ▶ Ansiedad.
- ▶ Depresión.

### ESTADO DE SALUD

- ▶ Hipertensión.
- ▶ Enfermedades cardiovasculares.
- ▶ Problemas gastrointestinales.
- ▶ Inmunodepresión.

### A NIVEL ORGANIZACIONAL

- ▶ Aumenta el ausentismo por causas médicas.
- ▶ Aumento en la rotación de personal.
- ▶ Deterioro del clima laboral.
- ▶ Disminución del compromiso organizacional.



Si tienes algún síntoma o necesitas hablar con alguien, contamos con una psicóloga y médico que pueden apoyarte.

Comunícate al 4772472510  
Psicóloga Nayeli Aguilera.

Para asegurarnos de que se cumpla nuestra Política de Igualdad Laboral y No Discriminación, contamos con la Política Contra la Violencia Laboral y Código de Ética, los cuales puedes revisar en <https://promali-igualdadlaboral.com>

Si quieres hacernos alguna sugerencia, queja o denuncia los medios son los siguientes correo y/o telefónica o pagina web:

[denuncia@promali.com.mx](mailto:denuncia@promali.com.mx)

800 800 337 10 37

<https://promali-igualdadlaboral.com/contacto/>

Teléfonos de contacto para atención y sugerencias  
(477) 770789 y (477) 777 6773 / LADA SIN COSTO  
800 831 52 02

TI-SGI-02 REV 00 OCTUBRE 2020



## POLITICA DE PREVENION DE RIESGOS PSICOSOCIALES

«

En PROFESIONALES EN MANTENIMIENTO Y LIMPIEZA, S.A. DE C.V. con el objetivo de la prevención de los factores de riesgo psicosocial; la prevención de la violencia laboral, y la promoción de un entorno organizacional favorable, se asumen los compromisos siguientes:

Es obligación de todos los Colaboradores de PROFESIONALES EN MANTENIMIENTO Y LIMPIEZA, S.A. DE C.V. conocer, entender y aplicar esta Política en su Lugar de Trabajo, partiendo que la participación de todos y todas es importante, para lograr un entorno.

Los actos de violencia laboral no son tolerados, así como ningún incidente que propicie factores de riesgo psicosocial o acciones en contra del entorno organizacional favorable; aplicando las medidas preventivas y correctivas necesarias en cada caso.

Se aplican medidas encaminadas a la prevención de los factores de riesgo psicosocial; la prevención de la violencia laboral, y la promoción de un entorno organizacional favorable, para prevenir sus consecuencias adversas;

Se cuenta con un procedimiento de atención justo nuestra Política contra la Violencia Laboral, que no permite represalias y evita reclamaciones abusivas o carentes de fundamento, y que garantiza la confidencialidad de los ca-

Se realizan acciones de sensibilización y capacitación en base a nuestro Plan Anual.

Se divulgan de forma eficaz las políticas de prevención y las medidas de prevención; Todos los trabajadores y trabajadoras participan para establecer y poner en práctica esta política en el lugar de trabajo;

Se respeta al ejercicio de los derechos del personal para observar sus creencias o prácticas o para satisfacer sus necesidades relacionadas con la raza, sexo, religión, etnia o edad o cualquier otra condición que pueda dar origen a la discriminación, y

Se crean espacios de participación y consulta, teniendo en cuenta las ideas de los trabajadores y trabajadoras

La política se basa en los principios siguientes:

1. Para favorecer un entorno organizacional favorable, en el centro de trabajo se:
  - a) Contamos con canales de comunicación con los trabajadores y las trabajadoras para que todos tengan la oportunidad de exponer sus dudas, inquietudes, quejas relacionadas con su trabajo;
  - b) Mantienen limpias las áreas de trabajo; así como las áreas comunes
  - c) Trata con amabilidad y cortesía a los compañeros y compañeras de trabajo, subalternos, visitantes, proveeduría y clientela;
  - d) Atienden todos los casos relacionados con burlas, malos tratos, discriminación, etc., y en su caso, se sancionan éstos;

4. En PROFESIONALES EN MANTENIMIENTO Y LIMPIEZA, S.A. DE C.V., para lograr la definición precisa de responsabilidades para los trabajadores y las trabajadoras, se difunde y promueve el seguimiento las descripciones de puesto que indican las responsabilidades específicas de cada puesto de trabajo.

5. Para lograr la participación proactiva y comunicación entre sus integrantes, contamos con procedimiento de Comunicación Interna y Externa.

6. Para promover un trabajo digno y lograr un entorno organizacional favorable, este centro de trabajo realiza una distribución adecuada de cargas de trabajo, con jornadas de trabajo conforme a la Ley Federal de Trabajo, para tal efecto, define el organigrama y en las descripciones de puesto, así como en el Reglamento Interior de Trabajo, en función de la naturaleza específica de la labor de que se trate.

7. Para medir el desempeño de los trabajadores y las trabajadoras En PROFESIONALES EN MANTENIMIENTO Y LIMPIEZA, S.A. DE C.V. se evalúa por lo menos una vez al año el desempeño de cada uno de sus trabajadores y trabajadoras,

8. En PROFESIONALES EN MANTENIMIENTO Y LIMPIEZA, S.A. DE C.V. compromete a vigilar el cumplimiento de nuestro Código de Ética para prevenir cualquier conducta o comportamiento que implique violencia laboral, a salvaguardar la información que sea recolectada, dar trámite e intervenir, de forma oportuna, en las quejas que se reciban por los medios establecidos.