

NOM-035-STPS-2018

“Cumplir con la NOM-035 no es solo una obligación legal, es una oportunidad para fortalecer el bienestar y la productividad. Es cuidar a las personas. »

La NOM-035 pone a las personas en el centro, reconociendo que la **salud mental impacta directamente en los resultados del negocio**. Gestionar riesgos psicosociales es clave para construir organizaciones más **sanas, sostenibles y responsables**.



Bienestar, cumplimiento y productividad organizacional

Acompañamos a las empresas en la **implementación integral de la NOM-035-STPS-2018**, ayudándolas a cumplir con la normatividad mientras fortalecen el bienestar, el clima laboral y el desempeño de sus equipos.

¿Qué es la NOM-035-STPS-2018?

La **NOM-035-STPS-2018** es una norma oficial mexicana que tiene como objetivo **identificar, analizar y prevenir los factores de riesgo psicosocial**, así como promover un **entorno organizacional favorable** en los centros de trabajo.

Aplica a **todas las empresas en México**, independientemente de su tamaño, y establece obligaciones claras para la protección de la salud mental y emocional de las personas trabajadoras.

Propósito de la NOM-035

- Prevenir riesgos psicosociales en el trabajo.
- Promover entornos organizacionales favorables.
- Proteger la salud mental y emocional de las personas.
- Reducir afectaciones como estrés, ansiedad, desgaste y conflictos laborales.
- Fortalecer la productividad y el compromiso.

Factores que Evalúa

La **NOM-035-STPS-2018** evalúa los **factores de riesgo psicosocial** y el **entorno organizacional** que pueden afectar la salud, el bienestar y el desempeño de las personas en el trabajo. Los principales factores que considera son:

Factores de Riesgo Psicosocial

1. **Condiciones en el ambiente de trabajo**
Exposición a condiciones peligrosas, inseguras o insalubres que generan estrés.
2. **Cargas de trabajo**
Exigencias cuantitativas, cognitivas o emocionales excesivas o mal distribuidas.
3. **Falta de control sobre el trabajo**
Escasa autonomía, poca participación en decisiones y limitadas posibilidades de desarrollo.
4. **Jornadas de trabajo y rotación de turnos**
Horarios prolongados, trabajo nocturno o rotación que afecta el descanso y la salud.
5. **Interferencia en la relación trabajo-familia**
Cuando las demandas laborales afectan la vida personal y familiar.
6. **Liderazgo negativo**
Estilos de liderazgo autoritarios, inconsistentes, abusivos o poco claros.
7. **Relaciones negativas en el trabajo**
Conflictos frecuentes, falta de apoyo, comunicación deficiente o aislamiento.
8. **Violencia laboral**
Acoso, hostigamiento, malos tratos, humillaciones o amenazas.

Factores del Entorno Organizacional Favorable

9. **Reconocimiento del desempeño**
Falta de reconocimiento, retroalimentación o recompensas justas.
10. **Sentido de pertenencia e integración**
Grado en que las personas se sienten parte de la organización.
11. **Comunicación y claridad de roles**
Información clara sobre funciones, responsabilidades y objetivos.
12. **Distribución adecuada de cargas y responsabilidades**
Equilibrio entre exigencias, recursos y capacidades.

Factores del Entorno Organizacional Favorable

13. **Reconocimiento del desempeño**
Falta de reconocimiento, retroalimentación o recompensas justas.
14. **Sentido de pertenencia e integración**
Grado en que las personas se sienten parte de la organización.
15. **Comunicación y claridad de roles**
Información clara sobre funciones, responsabilidades y objetivos.
16. **Distribución adecuada de cargas y responsabilidades**
Equilibrio entre exigencias, recursos y capacidades.

Nuestro Diferenciador

- Enfoque estratégico y orientado a resultados.
- Modelos simples, claros y aplicables.
- Lenguaje ejecutivo y compartido.
- Sensibilización a líderes sobre los riesgos psicosociales.
- Coherencia con cultura, liderazgo y talento.
- Acompañamiento en la implementación.

Sesión de contacto estratégica

La implementación de la **NOM-035-STPS-2018** requiere comprender a fondo el contexto organizacional, la cultura y las condiciones psicosociales del trabajo. En **Megaron Desarrollo Organizacional** iniciamos cada proceso con una **sesión de contacto**, orientada a conocer tus necesidades, el tamaño y características de la organización, así como el nivel de avance en el cumplimiento de la norma.

Esta conversación nos permite definir el alcance más adecuado y presentar una **propuesta de implementación y seguimiento de la NOM-035 alineada a la realidad y cultura de tu organización**, asegurando cumplimiento normativo y acciones con impacto real en el bienestar y desempeño.

Agenda una sesión de contacto y recibe una propuesta diseñada a la medida de tu empresa.

[Haz clic aquí](#)

Atentamente,



Equipo Megaron

contacto@megaron.com.mx
www.megaron.com.mx