

2024-11-07

Auxilia UNAM al IECM a prevenir factores de riesgo psicosocial entre su personal

Autor: Gerardo Mayoral

Género: Nota Informativa

<https://www.cronica.com.mx/metropoli/2024/11/07/auxilia-unam-al-iecm-a-prevenir-factores-de-riesgo-psicosocial-entre-su-personal/>

La Facultad de Psicología realiza actividades para coadyuvar a la implementación de la Norma Mexicana NOM-035-STPS-2018

El Instituto Electoral de la Ciudad de México (IECM) informó que reforzó su compromiso con el bienestar psicosocial de sus trabajadores al implementar la Norma Oficial Mexicana NOM-035-STPS-2018, conocida como NOM 035, con el objetivo de prevenir factores de riesgo psicosocial y crear un entorno organizacional favorable. Este esfuerzo es respaldado por la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), a través de su Programa de Formación en la Práctica de la Psicología Organizacional.

La colaboración entre ambas instituciones comenzó en 2019 y continúa en la actualidad, ahora con acciones concretas que abarcan desde la evaluación de riesgos hasta actividades de salud mental y bienestar. Uno de los eventos más destacados en este contexto fue el Rally de Salud Psicosocial, donde el equipo de la Facultad de Psicología implementó diversas dinámicas para ayudar a los trabajadores a gestionar su salud emocional. En el rally, se realizaron pruebas psicológicas, como la Prueba de Beck de ansiedad y depresión, y se impartieron técnicas de relajación, desconexión digital y ejercicios de expresión emocional, brindando a los empleados un espacio para desahogarse y adoptar estrategias que promuevan su bienestar integral.

La NOM 035, creada por la Secretaría del Trabajo y Previsión Social (STPS), establece una serie de medidas para identificar y analizar riesgos psicosociales, como el acoso laboral, la violencia en el trabajo, y el liderazgo negativo, además de proponer soluciones para estos problemas. En este sentido, el IECM trabaja para detectar si existen factores de riesgo en sus condiciones laborales, tales como cargas de trabajo excesivas, horarios poco saludables y situaciones de interferencia en la relación trabajo-familia, buscando prevenir consecuencias negativas en la salud de sus empleados.

La norma, además, obliga a los centros de trabajo a tomar medidas para asistir a los empleados que hayan experimentado eventos traumáticos durante sus labores, asegurando que reciban la ayuda necesaria para recuperar su bienestar.

Con la implementación de la NOM 035, el IECM no solo cumple con los lineamientos de seguridad laboral, sino que se esfuerza por ser una institución ejemplar en el cuidado de su personal, con el apoyo continuo de la UNAM en este proceso.

Lo más relevante en México