

PUNTO DE ACUERDO QUE EXHORTA LA SECRETARÍA DEL TRABAJO Y PREVISIÓN SOCIAL A VERIFICAR EL CUMPLIMIENTO DE LA NORMA OFICIAL MEXICANA (NOM-035-STPS-2018) EN LOS SECTORES LABORALES CORRESPONDIENTES, ASÍ COMO IMPLEMENTAR ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS A DISTANCIA DE MANERA VIRTUAL, COMO COMPLEMENTO PARA DISMINUIR LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIALES DE LOS TRABAJADORES, OCASIONADOS POR LA PANDEMIA DEL COVID-19.

El suscrito, David Bautista Rivera, Diputado Federal del Grupo Parlamentario de MORENA a la LXIV Legislatura de la Cámara de Diputados del honorable Congreso de la Unión, con fundamento en lo dispuesto en los artículos 71, fracción II, 78, fracción III de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, y 55, fracción II, 58, 176 Y 179 del Reglamento para el Gobierno Interior del Congreso General de los Estados Unidos Mexicanos, sometemos a la consideración de esta H. Asamblea el presente Punto de Acuerdo, con base en las siguientes:

CONSIDERACIONES

Una gran parte de nuestra vida adulta transcurre en el trabajo, por lo que existen muchos factores que influyen de manera negativa en la salud mental de los trabajadores; entre las cuestiones de organización cabe mencionar las prácticas ineficientes de comunicación y gestión, la participación limitada en la toma de decisiones, los horarios de trabajo prolongados o poco flexibles y la falta de cohesión en los equipos. La intimidación y el acoso psicológicos son causas bien conocidas de estrés relacionado con el trabajo y otros problemas conexos de salud mental.

De igual manera, se ve afectada la salud física, derivado de la situación de estrés, la falta de actividad física, obesidad y adicciones que enfrenta el sector laboral del país.

En México el 85% de las empresas son “tóxicas”, es decir, con entornos de trabajo que promueven la ocurrencia de diferentes factores de riesgo ocupacional, afirma Erika Villavicencio Ayub, de la Facultad de Psicología (FP) de la UNAM.¹

De acuerdo con estudios que realizó en el laboratorio de Salud Ocupacional en organizaciones mexicanas, resalta que en los últimos 20 años “se normalizaron” las malas condiciones de trabajo y el impacto en la salud es, en muchos casos, irreversible.²

La Organización Mundial de la Salud (OMS), indica que México tiene un gran índice de estrés laboral, ocupando el primer lugar a nivel mundial.

Se estima que 43% de trabajadores con un empleo formal padece estrés a causa de sus tareas laborales, lo que se relaciona con afecciones como la ansiedad, depresión e incluso enfermedades cardiovasculares que pueden llevar a la muerte³

¹ UNAM: Hay varios factores de riesgo para el trabajador en México, [En Línea] [Fecha de consulta 6 de agosto 2020] Disponible en: <https://www.yucatan.com.mx/mexico/unam-hay-varios-factores-de-riesgo-para-el-trabajador-en-mexico>

² Ibídem

³ El Universal, “México, rey del estrés laboral”, [En Línea] [Fecha de consulta 6 de agosto de 2020] Disponible en: <https://www.eluniversal.com.mx/cartera/tu-cartera/mexico-rey-del-estres-laboral>

La Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), aseguró en un estudio que un 35% de los mexicanos que laboran, con edades entre 29 y 45 años, se consideran a sí mismos como adictos al trabajo y el uso de dispositivos electrónicos les aumenta entre 5 y 20 horas la carga semanal de actividades laborales.

Según resultados de un estudio elaborado por Erika Villavicencio-Ayub, investigadora de la Facultad de Psicología de la UNAM, un 40% de los mexicanos que trabajan presenta el síndrome de burn-out, este síndrome se genera por exceso de trabajo, lo cual no permite un desempeño profesional saludable.

En nuestro país existe un progresivo reconocimiento de la importancia del bienestar mental de los trabajadores, el cual tiene efectos positivos en los resultados de la organización, así como en la salud, la realización profesional y la calidad de vida del trabajador.

Por esta razón, que antes de que la pandemia por Covid-19 llegara a nuestro país, entró en vigor la primera etapa de la Norma Oficial Mexicana (NOM) 035 de la Secretaría del Trabajo y Previsión Social (STPS), en octubre de 2019, cuyo propósito es identificar, analizar y prevenir los riesgos psicosociales como ansiedad, trastornos no orgánicos del sueño y estrés grave, a los que pudieran estar expuestos los trabajadores por un inadecuado ambiente organizacional y de trabajo, así como para promover un entorno organizacional favorable en los centros de trabajo.

Esta NOM define los factores de riesgo psicosocial como “aquellos que pueden provocar trastornos de ansiedad, no orgánicos del ciclo sueño-vigilia y de estrés grave y de adaptación, derivado de la naturaleza de las funciones del puesto de trabajo, el tipo de jornada de trabajo y la exposición a acontecimientos traumáticos severos o a actos de violencia laboral al trabajador, por el trabajo desarrollado”.⁴

En este sentido, las empresas se encuentran obligadas a cumplir con una serie de disposiciones, dependiendo del número de trabajadores que tengan. Todos los centros de trabajo, independientemente de su tamaño, deberán:⁵

- Establecer, implantar, mantener y difundir una política de prevención de riesgos psicosociales.
- Adoptar medidas para prevenir los factores de riesgo psicosocial, promover el entorno organizacional favorable, así como para atender las prácticas opuestas a éste y los actos de violencia laboral.
- Identificar a los trabajadores que fueron sujetos a acontecimientos traumáticos severos durante o con motivo del trabajo y canalizarlos para su atención.

⁴ Periódico el economista, “De que trata la NOM 035 de la STPS”, [En Línea] [Fecha de consulta 4 de julio 2020] Disponible en: <https://www.eleconomista.com.mx/opinion/De-que-trata-la-NOM-035-de-la-STPS-20191104-0078.html>

⁵ Ibídem

Sin embargo, con la llegada de la pandemia ocasionada por el Covid-19, este tema cobró especial importancia, ya que la nueva modalidad de trabajo por home office, no se está llevando de manera correcta la aplicación de la NOM-35, ya que la mayoría de los trabajadores no cuentan con horario laboral estable, lo que aumenta la carga de trabajo, reduciendo el tiempo de descanso de los trabajadores, y ocasionando como consecuencia estrés laboral, depresión y burnout.

De acuerdo con hallazgos de la Facultad de Medicina de la UNAM, si una persona labora 11 horas al día, es dos veces más propensa a padecer depresión, y si lo hace durante 55 horas a la semana, su riesgo de sufrir un infarto es 33% mayor.

Actualmente los factores de riesgo psicosocial van en aumento, decreciendo las condiciones en el ambiente de trabajo, que exceden lo establecido en la Ley Federal del Trabajo.

En ese sentido, el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) puntualiza que debido al COVID-19 se pueden presentar factores de riesgo psicosociales en el trabajo que lleven a Trastornos Mentales y del Comportamiento.

Por este motivo, además de la correcta aplicación de la NOM-35, es importante que las empresas incluyan programas de deporte para sus trabajadores durante el home office, ya que esto forma una dinámica laboral integral, pues crea nuevos hábitos en los empleados y los motiva a realizar actividades distintas, cuidando al mismo tiempo su salud.

El hecho de incorporar un programa de actividad física y deportiva en las empresas tiene una serie de ventajas, estas serían las principales:

- **Reducción del estrés laboral:** El ejercicio físico es perfecto para liberar tensiones, por lo que se acaba convirtiendo en un remedio muy eficiente para combatir el estrés laboral de los trabajadores, provocándoles así una sensación de bienestar que se verá reflejada en el desempeño de sus tareas.
- **Mejora la calidad de vida:** Incluir hábitos saludables en la rutina de la empresa hace que los trabajadores tengan un mejor estado de salud y, por tanto, un mejor estado anímico, consiguiendo así que su calidad de vida mejore, viéndose los resultados tanto en su vida personal como en el trabajo.
- **Mejora el ambiente laboral:** Incluir juegos y actividades físicas en la empresa hace que mejoren las relaciones entre los trabajadores, ya que realizar actividades de forma conjunta consigue que los grupos dialoguen y colaboren entre sí, favoreciendo al clima laboral.
- **Mejora la autoestima:** Con la mejora de la calidad de vida y la reducción del estrés laboral, al final el trabajador consigue mejorar su autoestima viéndose mejor físicamente, así como viendo resultados mucho más productivos en su ámbito laboral.
- **Reducción del absentismo laboral:** Al establecer unos hábitos saludables, se reducen de manera considerable los problemas de salud, así como los dolores físicos, las bajas laborales, etcétera.

Con la nueva normalidad que se está desarrollando por la pandemia, se podrían implementar dentro del progreso de la NOM-35 actividades virtuales enfocadas al deporte y la actividad física, y así evitar factores de riesgo psicosocial en el ambiente laboral, lo que ayudaría a evitar el sedentarismo, logrando un mejor desempeño y bienestar de los trabajadores, ante la pandemia, mejorando el estado de salud de los trabajadores.

Por lo anteriormente expuesto, someto a consideración de esta Soberanía el siguiente:

Punto de Acuerdo

Único: La Comisión Permanente del Honorable Congreso de la Unión, exhorta respetuosamente a la Secretaría del Trabajo y Previsión Social a verificar el cumplimiento de la norma oficial mexicana (NOM-035-STPS-2018) en los sectores laborales correspondientes, así como implementar actividades físicas y deportivas a distancia de manera virtual, como complemento para disminuir los factores de riesgo psicosociales de los trabajadores, ocasionados por la pandemia del covid-19.

Palacio Legislativo de San Lázaro a 26 de agosto 2020

Suscribe

Diputado David Bautista Rivera