

Acciones universitarias para identificar, atender y prevenir factores de riesgo psicosocial



La Norma Oficial Mexicana, NOM-035-STPS-2018, Factores de riesgo psicosocial en el trabajo- Identificación, análisis y prevención, entró en vigor en dos etapas: la primera un año después de su publicación en el Diario Oficial de la Federación, es decir en octubre de 2019, y una segunda etapa a partir del segundo año de publicación, octubre de 2020. La maestra Anaíd Gabriela Amaro Jiménez, profesora de asignatura adscrita al Departamento de Recursos Humanos del Centro de Ciencias Económicas y Administrativas, explicó que esta norma -cuya implementación se da en un momento complicado a nivel mundial a causa de la pandemia del Covid-19- surgió en el contexto de las renegociaciones del tratado de libre comercio entre México, Estados Unidos y Canadá ante la necesidad de dar cumplimiento legal respecto a la salud mental de los trabajadores y los factores psicosociales, como el estrés y la violencia laboral, que pueden llegar a perjudicarla. “Es importante que lo revisemos porque estamos en una cultura en la cual ya está muy naturalizado, es decir, es normal vivir en ambientes tóxicos con altos niveles de estrés y de violencia que afectan el desempeño. Hay estudios en los que se ha analizado que una persona que está con altos niveles de estrés, violencia o cargas excesivas, ya no es productivo, tiende a enfermarse, provocando ausentismo, y ya no tienen el mismo rendimiento, por lo que baja su productividad”. Lo anterior, dijo, son aspectos que afectan a la empresa y la productividad que todas las organizaciones buscan. Entre los primeros factores que pueden llegar a afectar la salud de las personas se encuentran los liderazgos que los jefes inmediatos ejercen provocando estrés y violencia, además de que no están sensibilizados del rol tan importante que tienen para generar ambientes sanos de trabajo. Otro factor relevante son los compañeros laborales; entonces cuando ambos se juntan, las personas terminan desarrollando el Síndrome de Burnout, un momento en el que ya no se puede recuperar el desempeño del trabajador. Lo anterior puede traducirse en violencia laboral, consistente en acoso psicológico, hostigamiento y malos tratos (insultos, burlas, humillaciones y/o ridiculizaciones del trabajador); escasa claridad de funciones, la falta del reconocimiento del desempeño, la escasa o nula retroalimentación o compensación económica, la inestabilidad laboral, jornadas de trabajo extensas, interferencia en la relación trabajo-familia, distribución inadecuada de las cargas de trabajo, entre otros. Puedes consultar la totalidad de la NOM-035-STPS-2018 en el siguiente enlace https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5541828&fecha=23/10/2018#gsc.tab=0 En este sentido, la maestra Anaíd Gabriela Amaro Jiménez destacó que es fundamental generar relaciones saludables a nivel laboral y personal, ya que en muchas de las ocasiones se convive más con los compañeros de trabajo que con la familia. La base de estas relaciones saludables es la buena comunicación, la colaboración y el respeto; como condiciones mínimas para propiciar ambientes más armoniosos y que la productividad de las organizaciones mejore. **Acciones institucionales** Según información del Departamento de Recursos Humanos, la UAA ha emprendido diversas acciones para dar a conocer la Política de Prevención de Riesgos Psicosociales, desde la publicación permanente en el sitio web <https://uaa.mx/direcciones/sg/rh/wp-content/uploads/2024/08/Politica-de-riesgos.pdf>, hasta su difusión mediante folletos y videos informativos, correo electrónico, cursos y pláticas. Pero

sobre todo, se trabaja en la identificación y prevención de los factores de los riesgos psicosociales a través de las siguientes dos estrategias: cursos de capacitación para la sensibilización y prevención; así como la aplicación de las guías de referencia establecidas por la norma, para identificar riesgos en el personal administrativo y docente de manera bienal. La próxima evaluación será en este mes de septiembre de 2024. Es importante mencionar que la Universidad Autónoma de Aguascalientes también cuenta con mecanismos de atención y quejas, el buzón digital de la NOM-035 o la realización de un escrito que se puede entregar directamente en la Sección de Desarrollo Integral del Departamento de Recursos Humanos. Durante 2023, se atendieron las seis quejas presentadas; mientras que en lo que va del 2024 se han presentado 11 quejas, de las cuales siete ya fueron concluidas, y cuatro están en proceso de atención. Además, como parte de las acciones de implementación de la NOM 035, se realizan evaluaciones e intervenciones específicas por áreas solicitantes y entrevistas individuales a quienes requieran atención clínica a partir de acontecimientos traumáticos severos (explosiones, derrumbes, incendios de gran magnitud; accidentes graves o mortales, asaltos con violencia, secuestros y homicidios). Respecto a las evaluaciones, se estudian a profundidad los factores de riesgo psicosocial de manera cuantitativa (cuestionarios), cualitativa (entrevistas), mixta, y en caso de ser necesarios, de manera clínica; con la intención de “evaluar el entorno organizacional y el efecto a la salud de los trabajadores, para establecer las medidas de control y seguimiento de estos factores; por ejemplo, para identificar el Síndrome de estar quemado por el trabajo (Burnout) o acoso psicológico (Mobbing), entre otros”. Desde 2023, se ha ampliado la oferta de cursos de capacitación para el personal administrativo y docente, aunque para el caso de la comunidad académica, ya se contaban desde tiempo atrás con diversidad de cursos con enfoque humanista para abordar y atender este tipo de riesgos psicosociales en la docencia. A través de la Sección de Desarrollo Integral del Departamento de Recursos Humanos, se han impartido 31 cursos durante 2023 con un total de 779 registradas; mientras que en lo que va de 2024, se han realizado 23 cursos con 396 participantes del personal administrativo. Mientras que a través del Departamento de Formación y Actualización Académica, de enero de 2023 a agosto de 2024, se han coordinado 31 cursos vinculados con la NOM-035-STPA-2018 en los que se registraron 3 mil 96 inscripciones y la participación de mil 718 profesores y técnicos académicos. Además de los cursos en diversidad de grupos sobre los Códigos de Ética y Conducta de la Universidad Autónoma de Aguascalientes, se han impartido cursos sobre regulación emocional, prevención del estrés, prevención del suicidio, primeros auxilios psicológicos, habilidades para la comunicación no violenta en la docencia, inteligencia emocional, habilidades comunicativas y directivas para la docencia, educación socioemocional en el aula, resolución pacífica de conflictos, entre muchos otros aspectos.