

CHECKLIST NOM 035

Checklist NOM 035

| Paso Principal en la Implementación de la NOM 035 | Tarea 1 | Tarea 2 | Tarea 3 |
|---|---|---|---|
| Reconocimiento de la NOM 035 | Educación y sensibilización sobre la NOM 035 a todos los niveles de la organización | Revisión de las obligaciones legales bajo la NOM 035 | Reconocimiento de la importancia de la salud mental en el trabajo |
| Creación de un Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo | Selección de representantes de la dirección y de los empleados | Creación de un plan de trabajo y asignación de responsabilidades | Formación de los miembros del comité en los aspectos de la NOM 035 |
| Identificación y Análisis de los Factores de Riesgo Psicosocial | Realización de encuestas y cuestionarios para identificar riesgos potenciales | Análisis de incidentes laborales pasados que pueden haber causado estrés o trauma | Identificación de áreas o roles de trabajo con un alto nivel de estrés o riesgo psicosocial |
| Creación de la Política de Prevención de Riesgos Psicosociales | Elaboración de una política clara que cubra todas las obligaciones bajo la NOM 035 | Comunicación de la política a todos los niveles de la organización | Formación de los empleados en la política y en cómo reportar problemas |
| Implementación de la Política y Seguimiento | Introducción de cambios en el entorno de trabajo para reducir el estrés y el riesgo psicosocial | Seguimiento y revisión regular de la efectividad de la política | Ajuste de la política según sea necesario |
| Manejo de Acontecimientos Traumáticos Severos | Preparación de un plan de emergencia para situaciones traumáticas | Formación en primeros auxilios psicológicos para todos los empleados | Provisión de apoyo psicológico y seguimiento después de un evento traumático |