

## CUESTIONARIO PARA IDENTIFICAR LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL EN LOS CENTROS DE TRABAJO

Identificación y análisis de los Factores de Riesgo PsicoSocial.

### Datos del evaluado

|                             |                       |                           |                        |
|-----------------------------|-----------------------|---------------------------|------------------------|
| <b>Genero:</b>              | Masculino             | <b>Estado civil:</b>      | Soltero                |
| <b>Edad:</b>                | 25 - 29               | <b>Nivel de estudios:</b> | Primaria               |
| <b>Ocupacion/Puesto:</b>    | Contador              | <b>Departamento/Área:</b> | Administración         |
| <b>Puesto:</b>              | Profesional o técnico | <b>Contrato:</b>          | Por tiempo determinado |
| <b>Tipo de Personal:</b>    | Confianza             | <b>Tipo de jornada</b>    | Fijo nocturno          |
| <b>Rotacion de turnos:</b>  | si                    | <b>Puesto actual:</b>     | Entre 15 a 19 años     |
| <b>Experiencia laboral:</b> | Entre 20 a 24 años    |                           |                        |



### Necesidad de acción.

A continuación se presentan las respuestas que la persona evaluada proporcionó clasificadas por categoría y dominio, así como las sugerencias específicas de acuerdo ala norma NOM-035-STPS-2018.

Se requiere realizar el análisis de cada categoría y dominio para establecer las acciones de intervención apropiadas, mediante un programa de intervención que deberá incluir evaluaciones específicas y contemplar campañas de sensibilización, revisar la política de prevención de riesgos psicosociales y programas para la prevención de factores de riesgo psicosocial, la promoción de un entorno organizacional favorable y la prevención de la violencia laboral, así como reforzar su aplicación y difusión.

| CATEGORÍA                  | PTS.     | TOT.      | PORCENTAJE |
|----------------------------|----------|-----------|------------|
| <b>Ambiente de trabajo</b> | <b>9</b> | <b>12</b> | <b>75%</b> |



| DOMINIO                               | PTS. | TOT. | PORCENTAJE |
|---------------------------------------|------|------|------------|
| Condiciones en el ambiente de trabajo | 9    | 12   | 75%        |

MUY\_ALTO

| CATEGORÍA                               | PTS.      | TOT.      | PORCENTAJE |
|-----------------------------------------|-----------|-----------|------------|
| <b>Factores propios de la actividad</b> | <b>41</b> | <b>80</b> | <b>51%</b> |



| DOMINIO | PTS. | TOT. | PORCENTAJE |
|---------|------|------|------------|
|---------|------|------|------------|

|                  |    |    |     |          |
|------------------|----|----|-----|----------|
| Carga de trabajo | 30 | 52 | 58% | MUY ALTO |
|------------------|----|----|-----|----------|

|                                   |    |    |     |      |
|-----------------------------------|----|----|-----|------|
| Falta de control sobre el trabajo | 11 | 28 | 39% | ALTO |
|-----------------------------------|----|----|-----|------|

| CATEGORÍA                                 | PTS.      | TOT.        | PORCENTAJE | NIVEL DE RIESGO |
|-------------------------------------------|-----------|-------------|------------|-----------------|
| <b>Organización del tiempo de trabajo</b> | <b>10</b> | <b>/ 16</b> | <b>63%</b> | <b>ALTO</b>     |

| DOMINIO                                      | PTS. | TOT. | PORCENTAJE | NIVEL DE RIESGO |
|----------------------------------------------|------|------|------------|-----------------|
| Jornada de trabajo                           | 3    | / 8  | 38%        | MEDIO           |
| Interferencia en la relación trabajo-familia | 7    | / 8  | 88%        | MUY ALTO        |

| CATEGORÍA                                   | PTS.      | TOT.        | PORCENTAJE | NIVEL DE RIESGO |
|---------------------------------------------|-----------|-------------|------------|-----------------|
| <b>Liderazgo y relaciones en el trabajo</b> | <b>35</b> | <b>/ 76</b> | <b>46%</b> | <b>ALTO</b>     |

| DOMINIO                  | PTS. | TOT. | PORCENTAJE | NIVEL DE RIESGO |
|--------------------------|------|------|------------|-----------------|
| Liderazgo                | 9    | / 20 | 45%        | ALTO            |
| Relaciones en el trabajo | 11   | / 24 | 46%        | ALTO            |
| Violencia                | 15   | / 32 | 47%        | ALTO            |

## DETALLE DE LOS RESULTADOS POR CATEGORÍA Y DOMINIO

| DOMINIO                    | PTS.     | TOT.        | PORCENTAJE | NIVEL DE RIESGO |
|----------------------------|----------|-------------|------------|-----------------|
| <b>Ambiente de trabajo</b> | <b>9</b> | <b>/ 12</b> | <b>75%</b> | <b>MUY ALTO</b> |

| DOMINIO                                      | PTS.     | TOT.        | PORCENTAJE | NIVEL DE RIESGO |
|----------------------------------------------|----------|-------------|------------|-----------------|
| <b>Condiciones en el ambiente de trabajo</b> | <b>9</b> | <b>/ 12</b> | <b>75%</b> | <b>MUY ALTO</b> |

|                                                           | SIEMPRE                          | CASI SIEMPRE                     | ALGUNAS VECES                    | CASI NUNCA            | NUNCA                 |
|-----------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|-----------------------|-----------------------|
| Mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico.          | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Me preocupa sufrir un accidente en mi trabajo.            | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Considero que las actividades que realizo son peligrosas. | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

## Acciones recomendadas

Las acciones y programas que se implementen para reducir la puntuación en este dominio deberán considerar alguno o varios de los siguientes puntos de acuerdo con el contexto de su empresa y las respuestas específicas del trabajador:

\* Se recomienda mejorar las condiciones en el ambiente de trabajo de acuerdo con las respuestas obtenidas en esta sección.

Para la implementación de tales acciones y cumplir a cabalidad los requisitos que la Ley establece se deberá revisar a detalle los siguientes documentos:

Obligaciones del Patron, Obligaciones de los trabajadores, Medidas de prevención y acciones, de control de los factores de riesgo psicosocial de la violencia laboral, y promoción del entorno organizacion favorable y las especificaciones de la norma NOM-035-STPS-2018

| CATEGORÍA                        | PTS. | TOT. | PORCENTAJE | NIVEL DE RIESGO |
|----------------------------------|------|------|------------|-----------------|
| Factores propios de la actividad | 41   | / 12 | 51%        | MUY ALTO        |

| DOMINIO          | PTS. | TOT. | PORCENTAJE | NIVEL DE RIESGO |
|------------------|------|------|------------|-----------------|
| Carga de trabajo | 30   | / 52 | 58%        | MUY ALTO        |

|                                                                                 | SIEMPRE                          | CASI SIEMPRE                     | ALGUNAS VECES                    | CASI NUNCA                       | NUNCA                            |
|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| Por la cantidad de trabajo que tengo debo quedarme tiempo adicional a mi turno. | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| Por la cantidad de trabajo que tengo debo trabajar sin parar.                   | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> |
| Considero que es necesario mantener un ritmo de trabajo acelerado.              | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| Mi trabajo exige que esté muy concentrado.                                      | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            |
| Mi trabajo requiere que memorice mucha información.                             | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            |
| Mi trabajo exige que atienda varios asuntos al mismo tiempo.                    | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            |
| En mi trabajo soy responsable de cosas de mucho valor.                          | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            |
| Respondo ante mi jefe por los resultados de toda mi área de trabajo.            | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            |
| En mi trabajo me dan órdenes contradictorias.                                   | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            |
| Considero que en mi trabajo me piden hacer cosas innecesarias.                  | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            |
| Atiendo a clientes o usuarios muy enojados.                                     | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            |
| Mi trabajo me exige atender personas muy necesitadas de ayuda o enfermas.       | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            |
| Para hacer mi trabajo debo demostrar sentimientos distintos a los míos.         | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            |

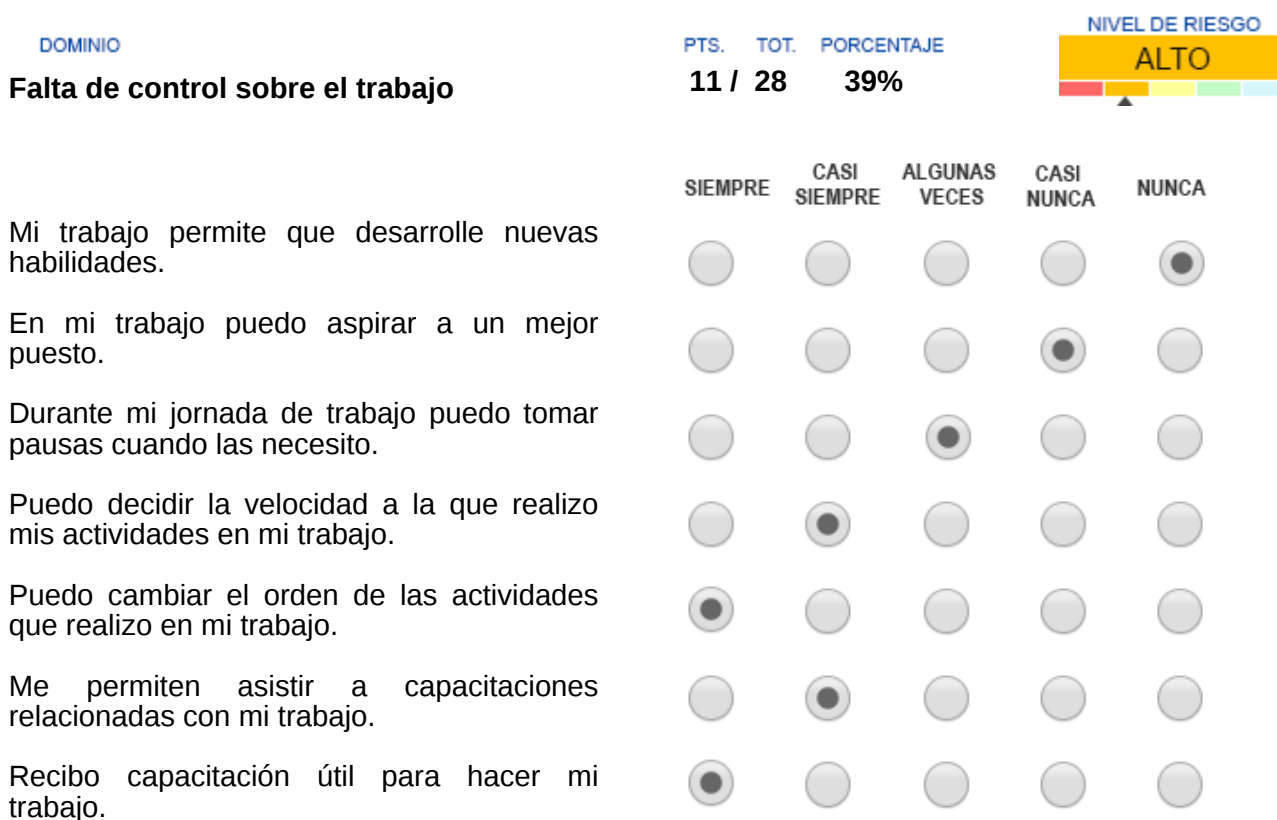
### Acciones recomendadas:

Las acciones y programas que se implementen para reducir la puntuación en este dominio deberán considerar alguno o varios de los siguientes puntos de acuerdo con el contexto de su empresa y las respuestas específicas del trabajador

- \* Revisión y supervisión que la distribución de la carga de trabajo se realice de forma equitativa y considerando el número de trabajadores, actividades a desarrollar, alcance de la actividad y su capacitación.
- \* Actividades para planificar el trabajo considerando el proceso productivo, de manera que se tengan las pausas o periodos necesarios de descanso, rotación de tareas y otras medidas necesarias para evitar ritmos de trabajo acelerados.
- \* Instructivos o procedimientos que definan claramente las tareas y responsabilidades.

Para la implementación de tales acciones y cumplir a cabalidad los requisitos que la Ley establece se deberá revisar a detalle los siguientes documentos:

Obligaciones del Patrón, Obligaciones de los trabajadores, Medidas de prevención y acciones de control de los factores de riesgo psicosocial; de la violencia laboral, y promoción del entorno organizacional favorable, y las especificaciones de la norma NOM-035-STPS-2018.



## Acciones recomendadas:

Las acciones y programas que se implementen para reducir la puntuación en este dominio deberán considerar alguno o varios de los siguientes puntos de acuerdo con el contexto de su empresa y las respuestas específicas del trabajador:

Actividades para involucrar a los trabajadores en la toma de decisiones sobre la organización de su trabajo; para que participen en la mejora de las condiciones de trabajo y la productividad siempre que el proceso productivo lo permita y cuenten con la experiencia y capacitación para ello.

Acciones para acordar y mejorar el margen de libertad y control sobre su trabajo por parte de los trabajadores y el patrón, y para impulsar que éstos desarrollen nuevas competencias o habilidades, considerando las limitaciones del proceso productivo.

Reuniones para abordar las áreas de oportunidad de mejora, a efecto de atender los problemas en el lugar de su trabajo y determinar sus soluciones.

Analizar la relación capacitación-tareas encomendadas.

Dar oportunidad a los trabajadores para señalar sus necesidades de capacitación conforme a sus actividades

Realizar una detección de necesidades de capacitación al menos cada dos años e integrar su resultado en el programa de capacitación.

Los trabajadores puedan expresar sus opiniones sobre la solución de los problemas o la mejora de las condiciones de su trabajo que permitan mejorar su desempeño.

Para la implementación de tales acciones y cumplir a cabalidad los requisitos que la Ley establece se deberá revisar a detalle los siguientes documentos:

[Obligaciones del Patrón](#), [Obligaciones de los trabajadores](#), [Medidas de prevención y acciones de control de los factores de riesgo psicosocial](#); de la violencia laboral, y promoción del entorno organizacional favorable, y las especificaciones de la norma NOM-035-STPS-2018.

| CATEGORÍA                          | PTS. | TOT. | PORCENTAJE | NIVEL DE RIESGO |
|------------------------------------|------|------|------------|-----------------|
| Organización del tiempo de trabajo | 10   | / 16 | 63%        | ALTO            |

| DOMINIO            | PTS. | TOT. | PORCENTAJE | NIVEL DE RIESGO |
|--------------------|------|------|------------|-----------------|
| Jornada de trabajo | 3    | / 8  | 38%        | MEDIO           |

|                                                                              | SIEMPRE               | CASI SIEMPRE          | ALGUNAS VECES                    | CASI NUNCA                       | NUNCA                 |
|------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|----------------------------------|----------------------------------|-----------------------|
| Trabajo horas extras más de tres veces a la semana.                          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Mi trabajo me exige laborar en días de descanso, festivos o fines de semana. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/> |

## Acciones recomendadas:

Las acciones y programas que se implementen para reducir la puntuación en este dominio deberán considerar alguno o varios de los siguientes puntos de acuerdo con el contexto de su empresa y las respuestas específicas del trabajador:

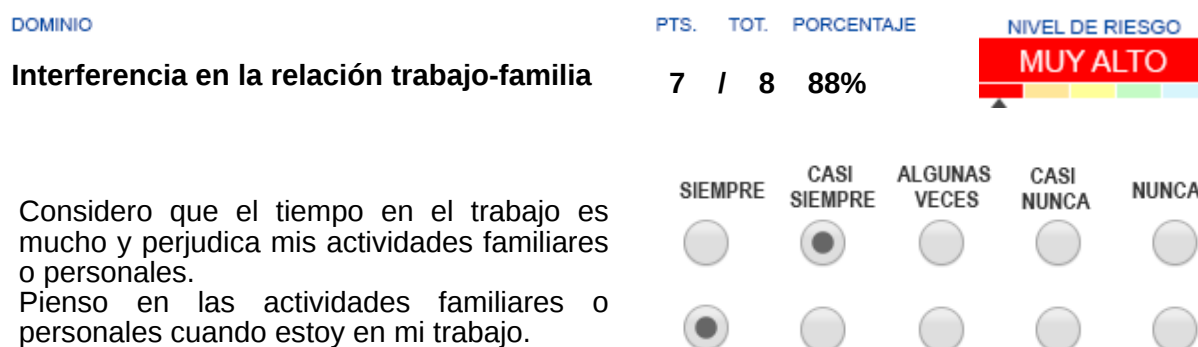
Acciones para la distribución de los tiempos de trabajo.

Lineamientos para establecer medidas y límites que eviten las jornadas de trabajo superiores a las previstas en la Ley Federal del Trabajo.

Acciones para involucrar a los trabajadores en la definición de los horarios de trabajo cuando las condiciones del trabajo lo permitan.

Para la implementación de tales acciones y cumplir a cabalidad los requisitos que la Ley establece se deberá revisar a detalle los siguientes documentos:

Obligaciones del Patrón,Obligaciones de los trabajadores,Medidas de prevención y acciones de control de los factores de riesgo psicosocial; de la violencia laboral, y promoción del entorno organizacional favorable,y las especificaciones de la norma NOM-035-STPS-2018.



### Acciones recomendadas:

Las acciones y programas que se implementen para reducir la puntuación en este dominio deberán considerar alguno o varios de los siguientes puntos de acuerdo con el contexto de su empresa y las respuestas específicas del trabajador:

Acciones para involucrar a los trabajadores en la definición de los horarios de trabajo cuando las condiciones del trabajo lo permitan

Lineamientos para establecer medidas y límites que eviten las jornadas de trabajo superiores a las previstas en la Ley Federal del Trabajo.

Apoyos a los trabajadores, de manera que puedan atender emergencias familiares, mismas que el trabajador tendrá que comprobar

Promoción de actividades de integración familiar en el trabajo, previo acuerdo con los trabajadores.

Para la implementación de tales acciones y cumplir a cabalidad los requisitos que la Ley establece se deberá revisar a detalle los siguientes documentos:

Obligaciones del Patrón,Obligaciones de los trabajadores,Medidas de prevención y acciones de control de los factores de riesgo psicosocial; de la violencia laboral, y promoción del entorno organizacional favorable,y las especificaciones de la norma NOM-035-STPS-2018.

| CATEGORÍA                            | PTS. | TOT. | PORCENTAJE |
|--------------------------------------|------|------|------------|
| Liderazgo y relaciones en el trabajo | 35   | / 76 | 46%        |



| DOMINIO   | PTS. | TOT. | PORCENTAJE |
|-----------|------|------|------------|
| Liderazgo | 9    | / 20 | 45%        |



Me informan con claridad cuáles son mis funciones.



Me explican claramente los resultados que debo obtener en mi trabajo.



Me informan con quién puedo resolver problemas o asuntos de trabajo.



Mi jefe tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones.



Mi jefe ayuda a solucionar los problemas que se presentan en el trabajo.



## Acciones recomendadas:

Las acciones y programas que se implementen para reducir la puntuación en este dominio deberán considerar alguno o varios de los siguientes puntos de acuerdo con el contexto de su empresa y las respuestas específicas del trabajador:

- \* Acciones para la determinación de prioridades en el trabajo
- \* Lineamientos para prohibir la discriminación y fomentar la equidad y el respeto.
- \* Establecer y difundir instrucciones claras a los trabajadores para la atención de los problemas que impiden o limitan el desarrollo de su trabajo, cuando éstos se presenten

Para la implementación de tales acciones y cumplir a cabalidad los requisitos que la Ley establece se deberá revisar a detalle los siguientes documentos:

[Obligaciones del Patrón](#), [Obligaciones de los trabajadores](#), [Medidas de prevención y acciones de control de los factores de riesgo psicosocial](#); de la violencia laboral, y promoción del entorno organizacional favorable, y las especificaciones de la norma NOM-035-STPS-2018.

DOMINIO

**Relaciones en el trabajo**

PTS. TOT. PORCENTAJE  
**11 / 24 46%**

NIVEL DE RIESGO

**ALTO**

|                                                                         | SIEMPRE                          | CASI SIEMPRE                     | ALGUNAS VECES                    | CASI NUNCA            | NUNCA                 |
|-------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|-----------------------|-----------------------|
| Puedo confiar en mis compañeros de trabajo.                             | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Cuando tenemos que realizar trabajo de equipo los compañeros colaboran. | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Mis compañeros de trabajo me ayudan cuando tengo dificultades.          | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Comunican tarde los asuntos de trabajo.                                 | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Dificultan el logro de los resultados del trabajo.                      | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ignoran las sugerencias para mejorar su trabajo.                        | <input type="radio"/>            | <input type="radio"/>            | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

**Acciones recomendadas:**

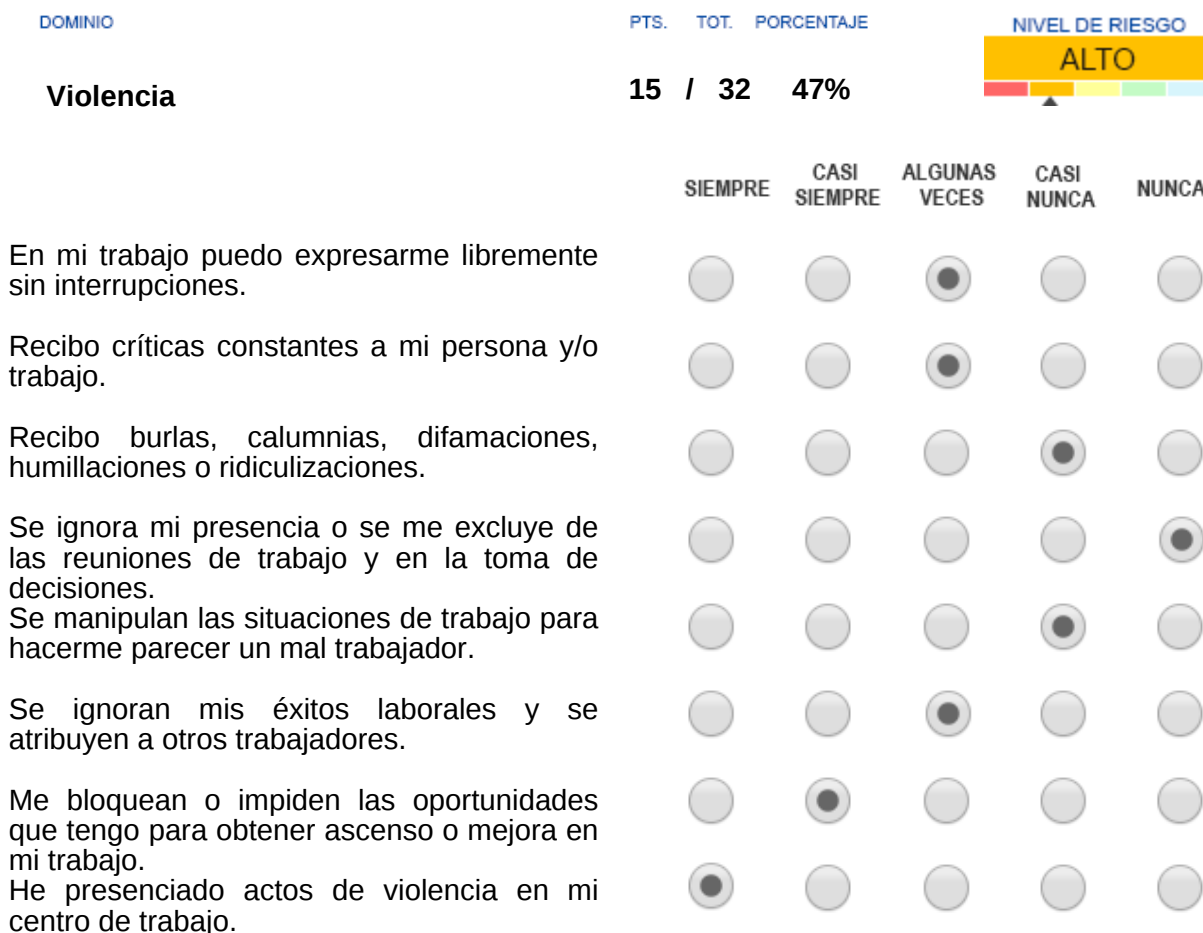
Las acciones y programas que se implementen para reducir la puntuación en este dominio deberán considerar alguno o varios de los siguientes puntos de acuerdo con el contexto de su empresa y las respuestas específicas del trabajador:

- \* Acciones para el manejo de conflictos en el trabajo.
- \* Mecanismos para fomentar la comunicación entre supervisores o gerentes y trabajadores, así como entre los trabajadores.
- \* Capacitación y sensibilización de los directivos, gerentes y supervisores para la prevención de los factores de riesgo psicosocial y la promoción de entornos organizacionales favorables.
- \* Establecer relaciones entre trabajadores, supervisores, gerentes y patrones para que puedan obtener apoyo los unos de los otros.
- \* Promover la ayuda mutua y el intercambio de conocimientos y experiencias entre los trabajadores.

\* El patrón, supervisor o jefe inmediato se comuniquen de forma directa y con frecuencia con los trabajadores sobre cualquier problema que impida o retrase el desarrollo del trabajo.

Para la implementación de tales acciones y cumplir a cabalidad los requisitos que la Ley establece se deberá revisar a detalle los siguientes documentos:

Obligaciones del Patrón, Obligaciones de los trabajadores, Medidas de prevención y acciones de control de los factores de riesgo psicosocial; de la violencia laboral, y promoción del entorno organizacional favorable, y las especificaciones de la norma NOM-035-STPS-2018.



### Acciones recomendadas:

Las acciones y programas que se implementen para reducir la puntuación en este dominio deberán considerar alguno o varios de los siguientes puntos de acuerdo con el contexto de su empresa y las respuestas específicas del trabajador:

\* Difundir información para sensibilizar sobre la violencia laboral, tanto a trabajadores como a directivos, gerentes y supervisores.

\* Establecer procedimientos de actuación y seguimiento para tratar problemas relacionados con la violencia laboral, y capacitar al responsable de su implementación.

\* Informar sobre la forma en que se deben denunciar actos de violencia laboral.

Para la implementación de tales acciones y cumplir a cabalidad los requisitos que la Ley establece se deberá revisar a detalle los siguientes documentos:

Obligaciones del Patrón, Obligaciones de los trabajadores, Medidas de prevención y acciones de control de los factores de riesgo psicosocial; de la violencia laboral, y promoción del entorno organizacional favorable, y las especificaciones de la norma NOM-035-STPS-2018.



Prueba finalizada en: 2019-09-19 17:30:45