

Prevención y control de los factores de riesgo psicosociales en el trabajo



Guía para la Prevención y Control de los Factores de Riesgo Psicosociales en el Trabajo

©Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo

Dirección General de Derechos Fundamentales y Seguridad y Salud en el Trabajo
Av. Salaverry 655, Jesús María, Lima 11, Perú

Equipo de trabajo de la publicación

Director de la Dirección General de Derechos Fundamentales y Seguridad y Salud en el Trabajo
Directora de la Dirección de Seguridad y Salud en el Trabajo: Milagros Edith Vivas Ponce
Médico Asesor Especializado en Seguridad en el Trabajo, Medicina Ocupacional y Medio Ambiente:
Claudia Grace Heredia Benavides

Diagramación e ilustración

Oficina de Comunicación e Imagen Institucional del Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo

1ra edición digital, Agosto 2024

Julio 2024

www.gob.pe/mtpe



PERÚ

Ministerio de Trabajo
y Promoción del Empleo

Presentación



La evaluación de riesgos psicosociales es una herramienta fundamental para identificar y comprender los factores relacionados con el trabajo que pueden afectar la salud mental y el bienestar de los empleados. Algunas de las dimensiones clave a considerar durante la evaluación incluyen la carga y ritmo de trabajo, el control sobre el trabajo, la claridad del rol en la organización, las relaciones interpersonales en el trabajo, entre otras. El objetivo de la evaluación es identificar los factores de riesgos psicosociales presentes en el trabajo y determinar su impacto en el bienestar y la salud mental de los empleados.

Para llevar a cabo una evaluación de riesgos psicosociales en el trabajo, se pueden utilizar diferentes fuentes de información, desde la observación directa y entrevistas individuales, hasta instrumentos específicamente diseñados para la evaluación y medición de los factores de riesgos psicosociales en el trabajo como la que se explica dentro de los anexos de la presente guía.

Es importante llevar a cabo esta evaluación de manera integral involucrando a los trabajadores, empleadores y a los representantes de ambos, para obtener una imagen completa de los riesgos presentes en la organización. Esta información servirá como base para implementar medidas preventivas y de control que contribuyan a crear un entorno laboral seguro y saludable desde el punto de vista psicosocial y, consecuentemente, para garantizar un entorno laboral productivo.

Prevención y control de los factores de riesgos psicosociales en el trabajo

1



Planificación

2



Identificación y evaluación de los factores de riesgos psicosociales

3



Control de los factores de riesgos psicosociales en el trabajo



a. Planificación

La identificación y evaluación de los factores de riesgos psicosociales en el trabajo y el plan de acción para la prevención y control de estos debe ser considerado durante la implementación y seguimiento del **Programa Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo**.



Esta etapa inicial, denominada Planificación debe incluir:

Reunión con gerencia y su **autorización** para realizar las actividades.

La **técnica de recopilación** y procesamiento de **datos**.

Los **objetivos**

Los **ejecutores** y **sus funciones**.

Sensibilización a los trabajadores para motivar su participación

El **método de identificación y evaluación de riesgos** psicosociales, teniendo en cuenta la naturaleza de los riesgos, el sector del lugar de trabajo, la ocupación de los trabajadores, el número de trabajadores y otras características de la organización en el trabajo.

Los ejecutores y sus funciones:



EMPLEADOR

Lidera la prevención de riesgos psicosociales en el trabajo y gestiona las acciones necesarias para prevenir y controlar estos riesgos.



COMITÉ DE SST

Participa en la planificación de la gestión de los factores psicosociales en el trabajo y la implementación de controles. Promueve la participación de todos los trabajadores.



SERVICIO DE SST

Realiza el seguimiento de las acciones de prevención y control de los riesgos psicosociales.



TRABAJADOR

Participa en cada una de las actividades programadas referidas a la prevención y control de los riesgos psicosociales en el trabajo.



PSICÓLOGO OCUPACIONAL

Propone la metodología de evaluación de los factores de riesgos psicosociales y las medidas de control. Coordina la metodología de comunicación. Sensibiliza a los trabajadores.



Es necesario contar con el diseño más conveniente para la recolección de información, con la finalidad de garantizar su adecuada lectura y comprensión, asegurar la confidencialidad de los datos, y brindar el tiempo de respuesta apropiado. Además, verificar que la técnica de procesamiento de información sea la más eficiente.

b. Identificación y evaluación de los factores de riesgo psicosociales

La segunda etapa consiste en:

Un **examen sistemático** de todos los aspectos sociales, organizacionales e individuales para determinar los niveles de riesgo

La aplicación de la metodología de **evaluación** de los riesgos psicosociales en el trabajo, la **interpretación** y el **análisis** de los datos obtenidos



Los resultados de la evaluación deberán ser conservados como medio de verificación. Estos resultados servirán para definir los controles.

La identificación y evaluación de los factores de riesgo psicosocial en el trabajo puede llevarse a cabo a través de los siguientes tres pasos

1 RECOPIACIÓN DE INFORMACIÓN

Se requiere tener un conocimiento preciso de la situación a evaluar.

El conocimiento obtenido nos ayudará en las fases posteriores de interpretación de los datos y en la determinación de los controles.



Entre los aspectos a evaluar:

- ✓ Tipo y tamaño de la organización, la naturaleza de los riesgos del sector, ocupación de los trabajadores y otras características propias del ambiente de trabajo.
- ✓ Registro de accidentes de trabajo, enfermedades profesionales, incidentes peligrosos, comportamientos seguros e inseguros, así como otros incidentes.
- ✓ Datos demográficos y características personales de los trabajadores: sexo, edad, nivel de instrucción, estado civil, número de personas a su cargo, área de trabajo, cargo, tiempo en el cargo, incluyendo las condiciones de salud general y el estado de salud mental.
- ✓ Identificación de peligros y evaluación de riesgos y controles (IPERC).
- ✓ Observación de puestos y ambientes de trabajo.
- ✓ Registro de estadísticas de seguridad y salud.
- ✓ Resultados de estudios de clima laboral.



Principales dimensiones a identificarse:



Contenido del trabajo



Carga y ritmo



Jornada laboral



Desarrollo de la carrera profesional



Control



Entorno y equipos



Estructura y cultura organizacional



Rol de la organización



Relaciones interpersonales



Interfase trabajo/familia

2 SELECCIÓN DE LA METODOLOGÍA Y TÉCNICAS

Se aplicarán diferentes métodos para obtener información de los trabajadores:



Evaluación cuantitativa u objetiva: Se aplicarán metodologías en las que se precise medir el nivel de riesgo psicosocial que afecta la salud de los trabajadores mediante instrumentos específicos en el Perú.





Evaluación cualitativa o subjetiva: Se investiga la percepción de los trabajadores sobre los factores psicosociales a través de entrevistas o grupos focales.


3 ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

Con base en la información recolectada durante la identificación y evaluación de los factores de riesgo psicosocial, y tras el proceso de sistematización e interpretación de los resultados obtenidos, se debe realizar un análisis que permita determinar los controles.

En este análisis se identifican:

-  Niveles de riesgo psicosocial por puestos de trabajo, áreas de trabajo o procesos de trabajo, sobre cada dimensión.

-  El análisis debe ser efectuado por el psicólogo o profesional de la salud ocupacional, quienes establecerán un Plan de Acción.

-  Registro del Monitoreo según R.M. N° 050-213-TR.

El análisis de la información sobre los factores de riesgo psicosocial en el trabajo debe registrarse como parte del Registro del Monitoreo de agentes físicos, químicos, biológicos, psicosociales y factores de riesgo disergonómicos, de acuerdo con el Reglamento de la Ley N° 29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo, aprobado por el Decreto Supremo N° 005-2012-TR y sus modificatorias. La R.M. N° 050-2013-TR contiene los formatos referenciales con la información mínima que deben incluir los registros obligatorios del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, los cuales serán fiscalizables y sancionables de acuerdo con el Reglamento de la Ley N° 28806, Ley General de Inspección del Trabajo, aprobado mediante el Decreto Supremo N° 019-2006-TR y sus modificatorias.

C. Control de los factores de riesgo psicosocial en el trabajo

Se realizará en función de las medidas de protección y prevención, de acuerdo con la normatividad vigente en Seguridad y Salud en el Trabajo. Para ello, se debe tener en cuenta lo siguiente:



Compromiso de la gerencia y de los trabajadores.



Desarrollar un Plan de Acción que contenga los controles planteados.



Determinar los indicadores con los que se evaluará el éxito del Plan de Acción.



Contar con un sistema de evaluación externo o interno que retroalimente sobre las acciones y resultados.



En los métodos de intervención debe primar el enfoque interdisciplinario.



Las acciones que se lleven a cabo deben estar integradas al Programa Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo.



Para eventos agudos, como el estrés postraumático después de un accidente de trabajo o de un siniestro, se deben desarrollar Programas de Intervención en Crisis.



El tiempo establecido para la intervención o control de los factores de riesgo psicosocial estará sujeto a las prioridades identificadas en la evaluación de los riesgos psicosociales, lo que constituirá el Monitoreo de los Controles de los Factores de Riesgo Psicosocial en el Trabajo."



Dirección: Av. Salaverry 655, Jesús María

Teléfono: 630 60 00

www.gob.pe/mtpe

Síguenos en: 