

Efectos de los Riesgos Psicosociales en la Salud Laboral y la Productividad

Por [Francisca Pedroza-Montero](#), [Conrado Sanzarri-Aguilar](#), [Silvia Leticia Sánchez-Fuentes](#)

23/09/2025 | <https://doi.org/10.63083/lamec.2025.35.pssf>



En el contexto industrial, la importancia de la salud y bienestar de los trabajadores impacta directamente a la productividad y el éxito de la empresa a largo plazo.

El objetivo del análisis de los riesgos psicosociales en el sector industrial es identificar y evaluar factores que afectan la salud mental y emocional de los trabajadores, como el estrés, la carga laboral excesiva, la falta de control sobre el trabajo y los conflictos interpersonales.

Su relevancia radica en que estos riesgos pueden generar fatiga, ansiedad, accidentes laborales y disminución del rendimiento, afectando la productividad y la seguridad en el entorno industrial. Además, un ambiente laboral negativo aumenta el ausentismo y la rotación de personal, impactando los costos operativos.

Implementar estrategias de prevención, como la mejora de las condiciones laborales y la promoción del bienestar, no solo protege la salud de los empleados, sino que también optimiza la eficiencia y sostenibilidad de la industria.

Un enfoque preventivo contribuye a una mayor satisfacción laboral y a un rendimiento más sostenible en la industria.

Desarrollo

Se realizó un estudio de los factores psicosociales en la industria con base en la Norma Oficial Mexicana NOM-035-STPS-2018 (guía de referencia II), la cual establece los lineamientos para la identificación, análisis y prevención de riesgos psicosociales en el trabajo.

El estudio permitió evaluar condiciones como la carga laboral, el ambiente organizacional, la jornada de trabajo y las relaciones interpersonales, factores que pueden afectar la salud mental y el desempeño de los trabajadores.

Los resultados enfatizan la importancia de implementar medidas de prevención y promoción de un ambiente laboral saludable, reduciendo riesgos y mejorando la eficiencia operativa en el sector industrial.

Se analiza la situación en México en relación a la estadística de accidentes de trabajo y enfermedades de trabajo para ver su comportamiento, ya que las cifras reportadas sobre accidentes y enfermedades laborales pueden relacionarse con los factores de riesgo psicosocial, ya que estos influyen directamente en la seguridad, salud y desempeño de los trabajadores.

También, se analizó un conjunto de empresas de la localidad de Hermosillo, Sonora, México, en los sectores de servicios e industrial a un total de 97 trabajadores. Las empresas se caracteriza de la siguiente manera: Grupo familiar que opera a nivel internacional en servicios logísticos para el ramo automotriz; una empresa considerada en líder mundial en aromatizantes; otra empresa dedicada a proveer soluciones prácticas y soporte para el monitoreo de barrenación, surtido de componentes y refacciones y suministros para las áreas de Minería y Exploración; otra empresa dedicada a la conducción y distribución de agua y por último, una empresa dedicada a trabajos de torno y soldadura industrial.

Investigación descriptiva y transversal

Para el análisis de la determinación de los factores de riesgo psicosocial se aplicó el instrumento a las empresas muestra, este instrumento probado y validado que se encuentra en la [Norma Oficial Mexicana NOM-035-STPS-2018](#), cuestionario de la guía de referencia II, que se realizó en la plataforma Google (<https://forms.gle/rb8w5hjiMQicRhae6>) y posteriormente se bajó la base de datos con la información para el análisis.

La norma nos da las opciones de calificación de las categorías de los riesgos psicosociales.

Se analiza datos numéricos proporcionados por la Secretaría de

Trabajo y Previsión Social y del Instituto Mexicano del Seguro Social para analizar los patrones, tendencias y relaciones entre los factores de riesgo.

Conceptos importantes

Uno de los primeros documentos internacionales en abordar los factores psicosociales en el trabajo fue “Los Factores Psicosociales en el Trabajo: Reconocimiento y Control”, publicado por la Organización Internacional del Trabajo (OIT) en 1984. Este informe destacó que la problemática ya era reconocida desde 1974, cuando la Asamblea Mundial de la Salud llamó la atención sobre los efectos de los factores psicosociales en la salud laboral.

En el documento, la OIT enfatiza la complejidad del tema, señalando que los factores psicosociales en el trabajo surgen de la interacción entre las condiciones laborales, la organización del trabajo y las características individuales del trabajador. Su impacto puede reflejarse en la salud, el rendimiento y la satisfacción laboral. Además, el informe incluye una de las primeras listas de factores psicosociales adversos, como la sobrecarga laboral, la falta de control, el conflicto de autoridad, la inseguridad en el empleo y el trabajo por turnos, aspectos que siguen siendo relevantes hoy en día.

Diferentes autores han definido los factores psicosociales como características del ambiente laboral con impacto emocional y organizacional.

El estrés laboral, identificado como un mediador entre las condiciones organizacionales y la salud, ha sido ampliamente estudiado. Cox y Griffiths (1996) explican que los factores psicosociales de estrés pueden afectar la salud mediante mecanismos psicofisiológicos. Investigaciones posteriores han resaltado la importancia de evaluar estos factores para prevenir riesgos y mejorar la calidad de vida en el trabajo.

En México en el año 2018 la [Norma Oficial Mexicana NOM-035-STPS-2018](#) define las directrices para detectar, evaluar y mitigar los riesgos psicosociales en los entornos laborales. Su propósito principal es fomentar un ambiente de trabajo saludable y garantizar el bienestar de los empleados y define a al riesgo psicosocial: “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”.

Resultados

En base al análisis de las respuestas de los trabajadores el nivel de riesgo psicosocial a las empresas estudiadas se muestra en la Figura 1.

El nivel de los factores de riesgo psicosociales organizacional fue Medio. En el análisis por categorías, el ambiente de trabajo, los factores propios de la actividad así como la organización del tiempo de trabajo, su resultado fue medio, esto significa que el nivel de riesgo no es ni bajo ni alto, sino moderado. Esto implica que:

Categoría	Domnio	Dimensión	Resultado por dominio	Resultado categoría	Resultado total
C1 Ambiente de trabajo	Do1 Condiciones en el ambiente de trabajo	D11 Condiciones peligrosas e inseguras	Medio	Medio	Medio
		D12 Condiciones deficientes e insalubres			
		D13 Trabajos peligrosos			
C2 Factores propios de la actividad	Do2 Carga de trabajo	D14 Cargas cuantitativas	Medio		
		D15 Ritmo de trabajo acelerado			
		D16 Carga mental			
		D17 Cargas psicológicas emocionales			
		D18 Cargas de alta responsabilidad			
		D19 Cargas contradictorias o inconsistentes			
	Do3 Falta de control sobre el trabajo	D110 Falta de control y autonomía sobre el trabajo	Medio	Medio	
		D111 Limitada o nula posibilidad de desarrollo			
C3 Organización del tiempo de trabajo	Do4 Jornada de trabajo	D112 Limitada o inexistente capacitación	Muy Alto		
		D113 Jornadas de trabajo extensas			
	Do5 Interferencia en la relación trabajo-familia	D114 Influencia del trabajo fuera del centro laboral	Medio		
C4 Liderazgo y relaciones en el trabajo	Do6 Liderazgo	D115 Influencia de las responsabilidades familiares	Bajo		
		D116 Escasa claridad de funciones			
	Do7 Relaciones en el trabajo	D117 Características del liderazgo	Nulo o Despreciable		
		D118 Relaciones sociales en el trabajo			
	Do8 Violencia	D119 Deficiente relación con los colaboradores que supervisa	Nulo o Despreciable		
		D120 Violencia laboral	Despreciable	Bajo	

Figura 1. Factor de riesgo psicosocial. Fuente: elaboración propia.

1. No hay un riesgo extremo, pero si existen condiciones que pueden afectar la salud mental y el bienestar de los trabajadores si no se gestionan adecuadamente.
2. Se deben de tomar medidas de mejora, ya que aunque el riesgo no sea crítico, hay aspectos que podrían impactar negativamente en la productividad y el clima laboral con el tiempo.
3. Podrían haber trabajadores con estrés moderado o síntomas de fatiga, lo que indica la necesidad de monitorear y optimizar condiciones como la carga laboral, la autonomía en el trabajo y el equilibrio entre la vida personal y laboral.

En resumen un resultado medio sugiere que hay áreas de mejora para reducir los riesgos psicosociales y prevenir problemas más graves en el futuro.

Para la NOM-035 para los criterios de la toma de acciones no los muestra la figura 2.

Nivel de riesgo	Necesidad de acción
Muy alto	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 los 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.
Alto	Se requiere realizar un análisis de cada categoría y dominio, de manera que se puedan determinar las acciones de intervención apropiadas a través de un Programa de intervención, que podrá incluir una evaluación específica y deberá incluir una campaña de sensibilización, revisar la política de prevención de riesgos psicosociales y programas para la prevención de los 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.
Medio	Se requiere revisar la política de prevención de riesgos psicosociales y programas para la prevención de los 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, mediante un Programa de intervención.
Bajo	Es necesario una mayor difusión de la política de prevención de riesgos psicosociales y programas para: la prevención de los factores de riesgo psicosocial, la promoción de un entorno organizacional favorable y la prevención de la violencia laboral.
Nulo	El riesgo resulta despreciable por lo que no se requiere medidas adicionales.

Figura 2. Criterios para la toma de decisiones. Fuente: Norma Oficial Mexicana NOM-035-STPS-2018.

Analizando la estadística de 5 años del comportamiento de los caso de los accidentes de trabajo con días de incapacidad temporal sin consecuencias, accidentes de trabajo con incapacidad permanente y accidentes de trabajo con defunción, datos que se registraron en el Instituto Mexicano de Seguro Social [Riesgos de trabajo registrados](#), tenemos lo siguiente:

Entre los años 2020 y 2024, en el estado de Sonora, se observaron variaciones importantes en el número de accidentes laborales con incapacidad temporal, según datos de la Secretaría del Trabajo y Previsión Social (STPS) y del

Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), actualizados al 24 de marzo de 2025.

En 2020 se reportaron 236,966 casos. En 2021, esta cifra aumentó en un 17 %, alcanzando los 276,874 casos. Sin embargo, en 2022 se registró una disminución del 13 %, con un total de 242,228 casos. Para 2023, los accidentes aumentaron ligeramente en un 3 %, mientras que en 2024 se reportó una reducción significativa, con 210,115 casos. (Véase Figura 3).

Este comportamiento refleja una tendencia fluctuante en la incidencia de accidentes laborales durante el periodo analizado, lo cual puede atribuirse a múltiples factores, como cambios en la actividad económica, medidas de seguridad implementadas, condiciones psicosociales, o el cumplimiento de normativas como la NOM-035-STPS-2018.

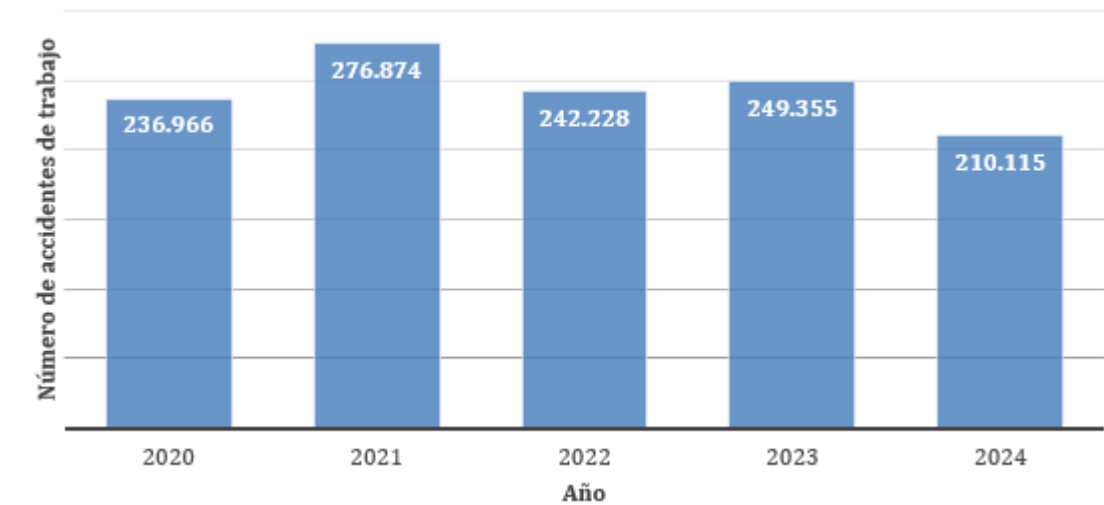


Figura 3. Accidentes de trabajo con días de incapacidad y sin secuelas. Fuente: elaboración propia.

De acuerdo con los datos presentados en la Figura 4, en el Estado de Sonora se registraron 11,508 casos de accidentes laborales con incapacidad permanente durante el año 2020. En 2021, esta cifra aumentó un 23 % en comparación con el año anterior, y en 2022 se observó un incremento adicional del 5 % respecto a 2021. Para el año 2023, se reportó una disminución del 8 %, lo que podría reflejar una mejora en la gestión de riesgos laborales. No obstante, la información correspondiente a 2024 aún se encuentra en proceso de consolidación.

Esta tendencia revela un comportamiento variable, con un crecimiento inicial en los casos de accidentes permanentes, seguido por una reducción moderada, lo cual evidencia tanto los avances como los desafíos pendientes en materia de seguridad y salud en el trabajo.

En este contexto, la aplicación efectiva de la NOM-035-STPS-2018 resulta fundamental, ya que esta norma establece lineamientos claros para la identificación, análisis y prevención de los riesgos psicosociales en los centros de trabajo. Su implementación contribuye no solo al cumplimiento normativo, sino también a la creación de entornos laborales más seguros, saludables y productivos, reduciendo así la probabilidad de accidentes con consecuencias permanentes.

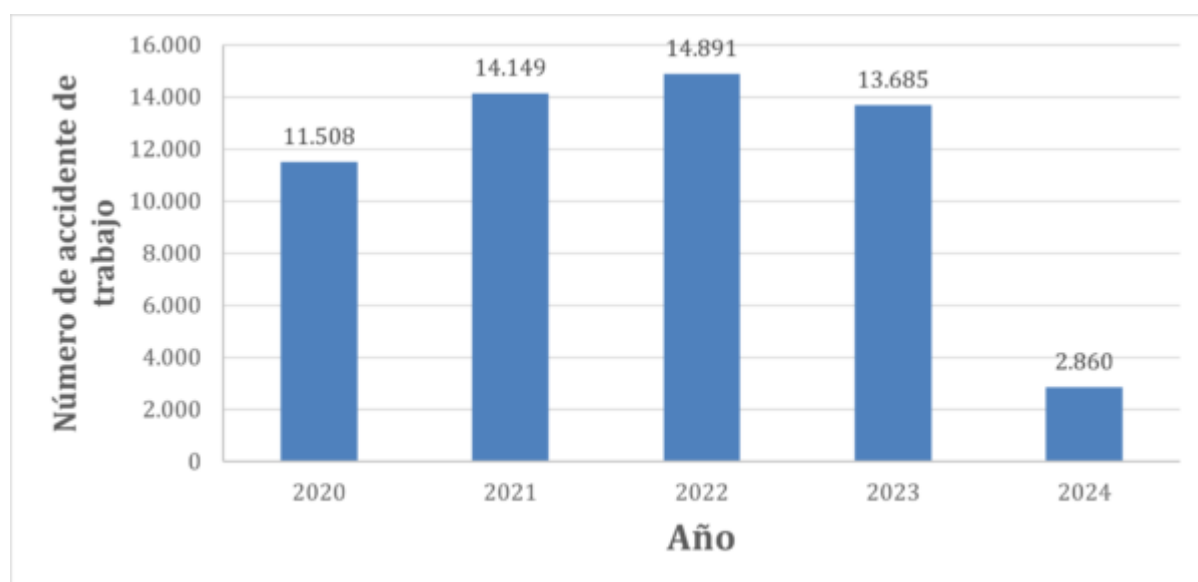


Figura 4. Accidentes de trabajo con incapacidad permanente. Fuente: elaboración propia.

Conclusión

1. Conciencia sobre la seguridad laboral: Los datos evidencian la cantidad significativa de accidentes y enfermedades laborales, destacando la importancia de fortalecer la prevención.
2. Impacto en la productividad y economía: Los accidentes generan ausentismo, costos médicos y reducción en la eficiencia del trabajador, afectando tanto a las

empresas como a la economía nacional.

3. Relevancia en políticas públicas: La información ayuda a diseñar o mejorar normativas y estrategias para garantizar ambientes de trabajo más seguros.

Estrategias para mejorar condiciones laborales y reducir riesgos psicosociales:

1. Prevención y cultura de seguridad:
2. Gestión del riesgo psicosocial:
3. Mejora en las condiciones laborales:
4. Normatividad y cumplimiento legal:
 - o Aplicación de la [Norma Oficial Mexicana NOM-035-STPS-2018](#), que regula los factores de riesgo psicosocial.
 - o Revisión constante del cumplimiento de las leyes laborales y de seguridad social.

BIO

[Francisca Pedroza-Montero](#)

Universidad de Sonora; Universidad Tecnológica de Hermosillo, Sonora

[Más artículos del autor](#)

BIO

[Conrado Sanzarric-Aguilar](#)

Universidad de Sonora; Universidad Tecnológica de Hermosillo, Sonora

[Más artículos del autor](#)

BIO

[Silvia Leticia Sánchez-Fuentes](#)

Universidad de Sonora; Universidad Tecnológica de Hermosillo, Sonora

[Más artículos del autor](#)



[La Mecedora Divulga](#) is licensed under [CC BY-NC-ND 4.0](#)

