

# GUÍA DE REFERENCIA II

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

Para responder las preguntas considere las condiciones de su centro de trabajo, así como la cantidad y ritmo de trabajo:

		Siempre	Casi Siempre	Algunas veces	Casi Nunca	Nunca
1	Mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico.					
2	Me Preocupa sufrir un accidente en mi trabajo.					
3	Considero que las actividades que realizo son peligrosas.					
4	Por la cantidad de trabajo que tengo debo trabajar sin parar.					
5	Considero que es necesario mantener un ritmo de trabajo acelerado.					
6	Considero que es necesario mantener un ritmo de trabajo acelerado.					
7	Mi trabajo exige que esté muy concentrado.					
8	Mi trabajo requiere que memorice mucha información.					
9	Mi trabajo exige que atienda varios asuntos al mismo tiempo.					

Las preguntas siguientes están relacionadas con las actividades que realiza en su trabajo y las responsabilidades que tiene:

		Siempre	Casi Siempre	Algunas veces	Casi Nunca	Nunca
10	En mi trabajo soy responsable de cosas de mucho valor.					
11	Respondo ante mi jefe por los resultados de toda mi área de trabajo.					

12	En mi trabajo me dan ordenes contradictorias.					
13	Considero que en mi trabajo me piden hacer cosas innecesarias.					

Las preguntas siguientes están relacionadas con el tiempo destinado a su trabajo y sus responsabilidades familiares.

		Siempre	Casi Siempre	Algunas veces	Casi Nunca	Nunca
14	Trabajo horas extras más de tres veces a la semana.					
15	Mi trabajo me exige laborar en días de descanso, festivos o fines de semana.					
16	Considero que el tiempo en el trabajo es mucho y perjudica más actividades familiares o personales.					
17	Pienso en las actividades familiares o personales cuando estoy en mi trabajo.					

Las preguntas siguientes están relacionadas con las decisiones que puede tomar en su trabajo.

		Siempre	Casi Siempre	Algunas veces	Casi Nunca	Nunca
18	Mi trabajo permite que desarrolle nuevas habilidades.					
19	En mi trabajo puedo aspirar a un mejor puesto.					
20	Durante mi jornada de trabajo puedo tomar pausas cuando lo necesito.					
21	Puedo decidir la velocidad a la que realizo mis actividades en mi trabajo.					
22	Puedo cambiar el orden de las actividades que realizo en mi trabajo.					

Las preguntas siguientes están relacionadas con la capacitación e información que recibe sobre su trabajo.

		Siempre	Casi Siempre	Algunas veces	Casi Nunca	Nunca
23	Me informan con claridad cuáles son mis funciones.					
24	Me explican claramente los resultados que debo obtener en mi trabajo.					
25	Me informan con quién puedo resolver problemas o asuntos de trabajo.					
26	Me permiten asistir a capacitaciones relacionadas con mi trabajo					
27	Recibo capacitación útil para hacer mi trabajo.					

Las preguntas siguientes se refieren a las relaciones con sus compañeros de trabajo y su jefe.

		Siempre	Casi Siempre	Algunas veces	Casi Nunca	Nunca
28	Mi jefe tiene en cuenta mis puntos de vista y opiniones.					
29	Mi jefe ayuda a solucionar los problemas que se presentan en el trabajo.					
30	Puedo confiar en mis compañeros de trabajo.					
31	Cuando tenemos que realizar trabajo de equipo los compañeros colaboran.					
32	Mis compañeros de trabajo me ayudan cuando tengo dificultades.					
33	En mi trabajo puedo expresarme libremente sin interrupciones.					
34	Recibo críticas constantes a mi persona y/o trabajo.					

35	Recibo burlas, calumnias, difamaciones, humillaciones o ridiculizaciones.					
36	Se ignora mi presencia o se me excluye de las reuniones de trabajo y en la toma de decisiones.					
37	Se manipula las situaciones de trabajo para hacerme parecer un mal trabajador.					
38	Se ignoran mis éxitos laborales y se atribuyen a otros trabajadores.					
39	Me bloquean o impiden las oportunidades que tengo para obtener ascenso o mejora en mi trabajo.					
40	He presenciado actos de violencia en mi centro de trabajo.					

La pregunta siguiente está relacionada con la atención a clientes y usuarios.

En mi trabajo debo brindar servicio a clientes o usuarios:	SI
	NO

Si su respuesta fue "SI" responda las preguntas siguientes. Si su respuesta fue "NO" pase a las preguntas de la sección siguiente.

		Siempre	Casi Siempre	Algunas veces	Casi Nunca	Nunca
41	Atiendo clientes o usuarios muy enojados.					
42	Mi trabajo me exige atender personas muy necesitadas de ayuda o enfermas.					
43	Para hacer mi trabajo debo demostrar sentimientos distintos a los míos.					

Soy jefe de otros trabajadores:	SI
	NO

Si su respuesta fue "SÍ", responda las preguntas siguientes. Si su respuesta fue "NO", ha concluido el cuestionario.

Las siguientes preguntas están relacionadas con las actitudes de los trabajadores que supervisa.

		Siempre	Casi Siempre	Algunas veces	Casi Nunca	Nunca
44	Comunican tarde los asuntos de trabajo.					
45	Dificultan el logro de los resultados del trabajo.					
46	Ignoran las sugerencias para mejorar su trabajo.					

### CRITERIOS PARA TOMAR ACCIONES

Nivel de Riesgo	Necesidades de Acción
Muy Alto	Se requiere análisis de cada categoría y dominio para establecer las acciones de intervención apropiadas, mediante un Programa de intervención que deberá incluir evaluaciones específicas 1, 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 pueda determinar las acciones de intervención apropiadas a través de un programa de intervención, que podrá incluir una evaluación específica 1 y deberá incluir una campaña de sensibilización revisar la política de 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 un 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 requieren medidas adicionales.