

**NOM-036-1-STPS-2018**

Mientras un gran número de empresas enfocan sus esfuerzos en las acciones necesarias para cumplir con la NOM-035-STPS-2018, relativa a factores de riesgo psicosocial (“**NOM-035**”), la “*NOM-036-1-STPS-2018, Factores de riesgo ergonómico en el Trabajo – Identificación, análisis, prevención y control. Parte 1: Manejo manual de cargas.*” (“**NOM-036**”) está próxima a entrar en vigor y recibe poca atención por parte de los patrones.

La NOM-036 fue publicada en el Diario Oficial de la Federación el 23 de noviembre de 2018 y entrará en vigor el 2 de enero de 2020.

El objetivo de la NOM-036 es identificar, analizar, prevenir y controlar los factores de riesgo ergonómico derivados del manejo manual de cargas. La aplicación es en todo el territorio nacional y aplica en todos los centros de trabajo donde existan trabajadores cuya actividad implique realizar manejo manual de cargas iguales o superiores a 3kg de peso, de forma cotidiana (más de una vez al día). Es importante mencionar que por “manejo manual de cargas” se entiende la actividad desarrollada por los trabajadores para levantar, empujar, jalar transportar y/o estibar materiales, empleando su fuerza física utilizando o no equipo auxiliar.

Las principales obligaciones para los patrones consisten en contar con el análisis de los factores de riesgo ergonómico debido al manejo manual de cargas; adoptar medidas de prevención y/o control para reducir o eliminar dichos factores de riesgo; vigilar la salud de los trabajadores expuestos; proporcionar información a los trabajadores sobre las posibles afectaciones a la salud por el manejo manual de cargas; proporcionar capacitación y adiestramiento sobre procedimientos de seguridad, sobre trabajo seguro y sobre las medidas de prevención y/o control de riesgos, así como llevar los registros identificados por la propia NOM-036. Así también, se deberá preparar un programa de ergonomía para el manejo manual de cargas, el cual deberá ejecutarse en un periodo no mayor a un año, además de establecer medidas administrativas de control (tiempos de descanso, rotación de actividades, etc.).

La identificación de los factores de riesgo ergonómico requiere que se analicen las actividades que desempeñan los trabajadores, con el objeto de determinar el riesgo y las medidas preventivas y/o de control, por lo que los patrones deben llevar a cabo esta identificación y estimación de riesgos para que, hecho ello, se realice el análisis y se emita el informe requerido, el cual debe contar con características específicas.

La NOM-036 establece diversas medidas de prevención y/o control, tales como que la carga manual sea realizada por trabajadores con aptitudes físicas avaladas por un médico y que exista un procedimiento con la técnica adecuada, entre otras. De igual forma, señala medidas de seguridad generales, como realizar ejercicios de calentamiento previo, establecer periodos de descanso, proporcionar ropa y equipo de seguridad adecuado (NOM-017-STPS-2008).

Señala que deberá prohibirse que las mujeres embarazadas y durante las 10 semanas posteriores al parto realicen actividades de carga manual de materiales (levantamiento y transporte) de más de 10kg de peso, posturas forzadas, o con movimientos repetitivos por periodos prolongados que requieran de un esfuerzo abdominal o de miembros inferiores. De igual forma, la NOM-036 dispone las masas máximas de carga, dependiendo del género y la edad del trabajador y medidas de seguridad para empujar o jalar cargas.

La revisión del cumplimiento de obligaciones se hará por medio de las inspecciones de trabajo y requerirán evidencia documental, física y de entrevistas a los trabajadores.

Si bien es cierto que la NOM-036 está diseñada para cierto tipo de actividades e industrias específicas, es necesario que todos los patrones realicen la identificación de factores de riesgo, ya que a aquellos trabajadores que, dentro de una oficina, realicen actividades, por ejemplo, de archivo o manejo de papelería, pudieran estar expuestos a estos riesgos.

En caso de requerir información adicional sobre la NOM-036 y otros servicios legales en materia laboral, de seguridad social y migratoria, quedamos a sus órdenes en el correo electrónico [contacto@fyabogados.mx](mailto:contacto@fyabogados.mx).