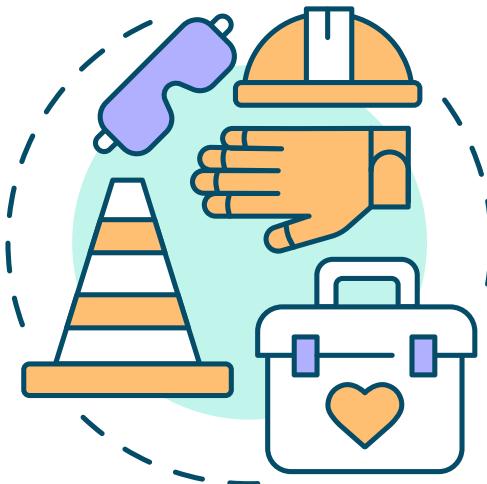


# NORMAS OFICIALES MEXICANAS

Seguridad y Salud Ocupacional



Conoce las Normas Oficiales, Técnicas y Leyes Laborales más importantes para cualquier empresa

# NORMAS OFICIALES MEXICANAS

Seguridad y Salud Ocupacional

Octubre 2025

| NOM / ARTÍCULO    | OBJETIVO                                                                                                                                                                                                               | PUNTOS CLAVE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| NOM-004-STPS-1999 | Establecer las condiciones de seguridad y los sistemas de protección y dispositivos para prevenir y proteger a los trabajadores generados por la operación y mantenimiento de la maquinaria y equipo.                  | 5.3.a Es obligación del patrón elaborar el Programa Específico de Seguridad e Higiene para la Operación y Mantenimiento de la Maquinaria y Equipo.<br>6.1. Es obligación del trabajador participar en la capacitación que proporcione el patrón,<br>8.1.1 Se debe verificar las condiciones de los protectores de seguridad (...). |
| NOM-009-STPS-2011 | Establecer los requerimientos mínimos de seguridad para la prevención de riesgos laborales por la realización de trabajos en altura.                                                                                   | 5. Es obligación del patrón proveer sistemas de protección persona (5.9), proporcionar capacitación (5.13) y es obligación del trabajador participar en las capacitaciones (6.1) y utilizar el EPP proporcionado (6.4)                                                                                                             |
| NOM-012-STPS-2012 | Establecer las condiciones de seguridad e higiene que se deben cumplir en los centros de trabajo para el reconocimiento, evaluación y control de los trabajadores ocupacionalmente expuestos a radiaciones ionizantes. | 5.2.a Es obligación del patrón contar con autorización para almacenamiento, posesión, uso de material radiactivo y dispositivos generadores de radiación emitido por la CNSNS, informar sobre los riesgos (5.7) y brindar capacitación (5.8).                                                                                      |
| NOM-017-STPS-2024 | Equipo de protección personal-Selección, uso y manejo en los centros de trabajo.                                                                                                                                       | 5.2 Se debe determinar el EPP de los trabajadores en función al trabajo al que estén expuestos, los cuales deben ser (5.3.c) de la talla y medidas acordes al trabajador.                                                                                                                                                          |
| NOM-019-STPS-2011 | Establecer los requerimientos para la constitución, integración, organización y funcionamiento de las comisiones de seguridad e higiene en los centros de trabajo.                                                     | 5. Es obligación del patrón constituir e integrar al menos una comisión (de seguridad e higiene) en el centro de trabajo, además de contar con el programa anual de recorridos de verificación (5.5), y es obligación del trabajador atender a las medidas preventivas de seguridad (6.6)                                          |

# NORMAS OFICIALES MEXICANAS

Seguridad y Salud Ocupacional

Octubre 2025

| NOM / ARTÍCULO     | OBJETIVO                                                                                                                                                                                                                                                                                            | PUNTOS CLAVE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| NOM-029-STPS-2011  | Establecer las condiciones de seguridad para la realización de actividades de mantenimiento de las instalaciones eléctricas en los centros de trabajo, a fin de evitar accidentes al personal responsable de llevarlas a cabo y a personas ajena a dichas actividades que pudieran estar expuestas. | Es obligación del patrón contar con (5.4) los procedimientos de seguridad para las actividades de mantenimiento de las instalaciones eléctricas, proporcionar EPP (5.9) y capacitación y adiestramiento (5.17). Es obligación de los trabajadores cumplir los procedimientos de seguridad (6.2), y utilizar el EPP (6.5). Los procedimientos de seguridad (8) deben contemplar revisiones y verificaciones (8.1.d) e instrucciones (8.2.c) |
| NOM-030-STPS-2009  | Establecer las funciones y actividades que deberán realizar los servicios preventivos de seguridad y salud en el trabajo para prevenir accidentes y enfermedades de trabajo.                                                                                                                        | El responsable de seguridad y salud debe elaborar el diagnóstico de seguridad (5.1), el programa con acciones preventivas y correctivas (5.2) y verificar su cumplimiento (5.9)                                                                                                                                                                                                                                                            |
| NOM-035-STPS-2018  | Establecer los elementos para identificar, analizar y prevenir los factores de riesgo psicosocial, así como para promover un entorno organizacional favorable en los centros de trabajo.                                                                                                            | Se consideran factores de Riesgo Psicosocial los 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. (4.7).                               |
| NOM-087-SCT-2-2017 | Proporciona las directrices para regular los tiempos de conducción y pausa para los conductores del Servicio de Autotransporte Federal y Transporte Privado, con la finalidad de reducir la incidencia de accidentabilidad.                                                                         | Todo conductor debe realizar una pausa de 30 minutos cuando ha conducido hasta cinco horas continuas (4.1.a). El permisionario del autotransporte federal de pasaje y turismo y transporte privado de pasajeros, está obligado a considerar un segundo conductor cuando el tiempo de trayecto de la ruta exceda las 9 horas (4.5.a)                                                                                                        |

# NORMAS OFICIALES MEXICANAS

Seguridad y Salud Ocupacional

Octubre 2025

| NOM / ARTÍCULO                   | TEMA                                                | EXTRACTO                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Artículo 61 LFT                  | Duración de la jornada laboral.                     | <i>La duración máxima de la jornada será: ocho horas la diurna, siete la nocturna y siete horas y media la mixta.</i>                                                                                                                      |
| Artículo 63 LFT                  | Descanso mínimo dentro de la jornada.               | <i>Durante la jornada continua de trabajo se concederá al trabajador un descanso de media hora, por lo menos.</i>                                                                                                                          |
| Artículo 66 LFT                  | Horas extras y su límite legal.                     | <i>Podrá prolongarse la jornada de trabajo por circunstancias extraordinarias, sin exceder de tres horas diarias ni de tres veces por semana.</i>                                                                                          |
| Artículo 132, fracción III, LFT  | Herramientas y materiales adecuados para trabajar.  | <i>Proporcionar oportunamente a los trabajadores los útiles, instrumentos y materiales necesarios para ejecutar el trabajo.</i>                                                                                                            |
| Artículo 132, fracción VI, LFT   | Trato empleador-empleado.                           | <i>Guardar a los trabajadores la debida consideración, absteniéndose de mal trato de palabra o de obra.</i>                                                                                                                                |
| Artículo 132, fracción XXXI, LFT | Discriminación, violencia y trabajo infantil.       | <i>Implementar, en acuerdo con los trabajadores, un protocolo para prevenir la discriminación por razones de género y atención de casos de violencia y acoso u hostigamiento sexual, así como erradicar el trabajo forzoso e infantil.</i> |
| Artículo 153-A LFT               | Capacitación y adiestramiento obligatorio.          | <i>Los patrones tienen la obligación de proporcionar a todos los trabajadores, y éstos a recibir, la capacitación o el adiestramiento en su trabajo que le permita elevar su nivel de vida, su competencia laboral y su productividad.</i> |
| Artículo 804 LFT                 | Contratos, listas de raya y comprobantes.           | <i>Los patrones deben conservar y exhibir, cuando lo soliciten las autoridades, los documentos que acrediten las relaciones laborales.</i>                                                                                                 |
| Artículo 1001 LFT                | Sanciones por incumplir las obligaciones laborales. | <i>El incumplimiento de las obligaciones establecidas en la Ley será sancionado con multa de 50 a 5000 UMA.</i>                                                                                                                            |