

# TAMA INGENIEROS S.A.C.

Transformación del Acero para la Minería y Agroindustria



**“DESARROLLO DE TECNOLOGÍA PARA UNA MEJOR  
CALIDAD DE VIDA”**

## ¿QUIÉNES SOMOS?

TAMA INGENIEROS S.A.C. es una empresa del sector manufactura metalmecánica, que diseña y desarrolla ingeniería para transformar acero y aleaciones especiales en equipos y maquinarias. Asimismo, fabrica componentes para su uso en diversos sectores productivos.

Buscamos ser líderes a nivel nacional, como modelo de gestión de empresas y personas, es decir buscamos ser considerados como la empresa “ideal para trabajar” en el sector metalmecánico.

## CORE BUSINESS

Estamos en el “**negocio de la continuidad de las operaciones de nuestros clientes**”, orientados principalmente al suministro de componentes o repuestos críticos, con calidad garantizada y tiempos de entrega confiables.

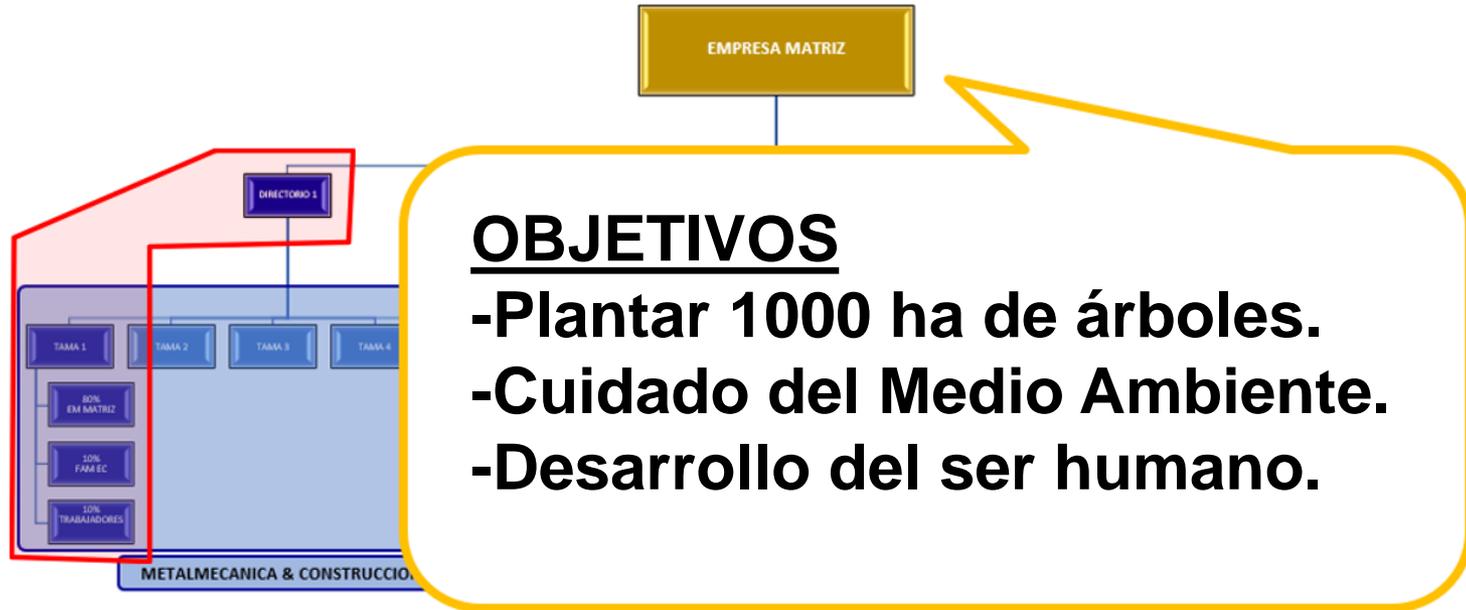
## VISIÓN Y MISIÓN

**“Desarrollo de Tecnología para una Mejor Calidad de Vida”**

### COMPETENCIAS CARDINALES

- ▶ Honestidad
- ▶ Responsabilidad
- ▶ Empatía
- ▶ Prédica con el ejemplo
- ▶ Disciplina
- ▶ Capacidad para asumir riesgos
- ▶ Aprendizaje constante
- ▶ Conciencia organizacional

# ¿CUÁL ES NUESTRO PROPÓSITO?



Ser líderes como modelo de gestión de empresas y personas, es decir una empresa “ideal para trabajar”.

# SALUD MENTAL EN EL TRABAJO



Jorge Luis Cueva Dávila  
Médico Ocupacional  
CMP 34137 RNE 32434  
Endolife S.A.C.

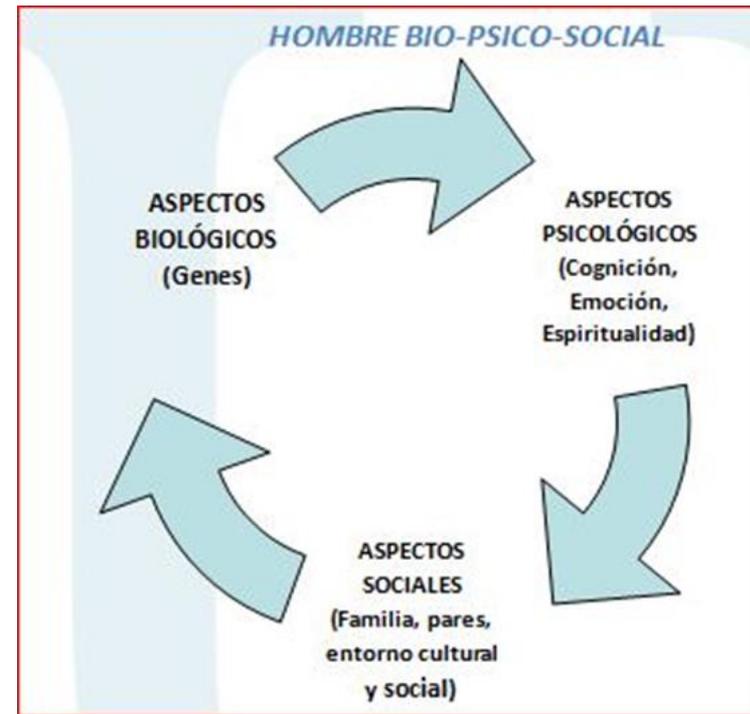
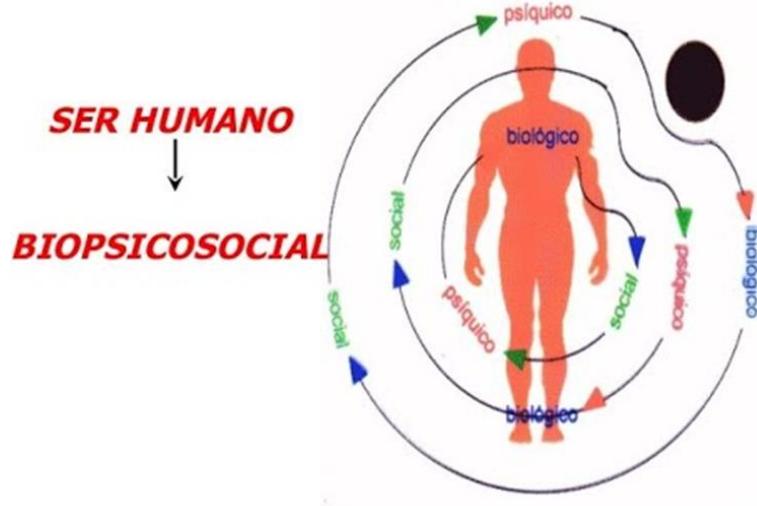
# ÍNDICE

- ▶ Introducción
- ▶ Definiciones
- ▶ Normativa Legal
- ▶ Riesgos Psicosociales
- ▶ Enfermedades Mentales
- ▶ La salud mental en tiempos de Covid-19
- ▶ Impactos Laborales de una Inadecuada Salud Mental
- ▶ Resultado de Monitoreo de Riesgo Psicosocial
- ▶ Acciones en Salud Mental - ¿Cómo TAMA INGENIEROS S.A.C. contribuye con tu salud mental?

# ÍNDICE

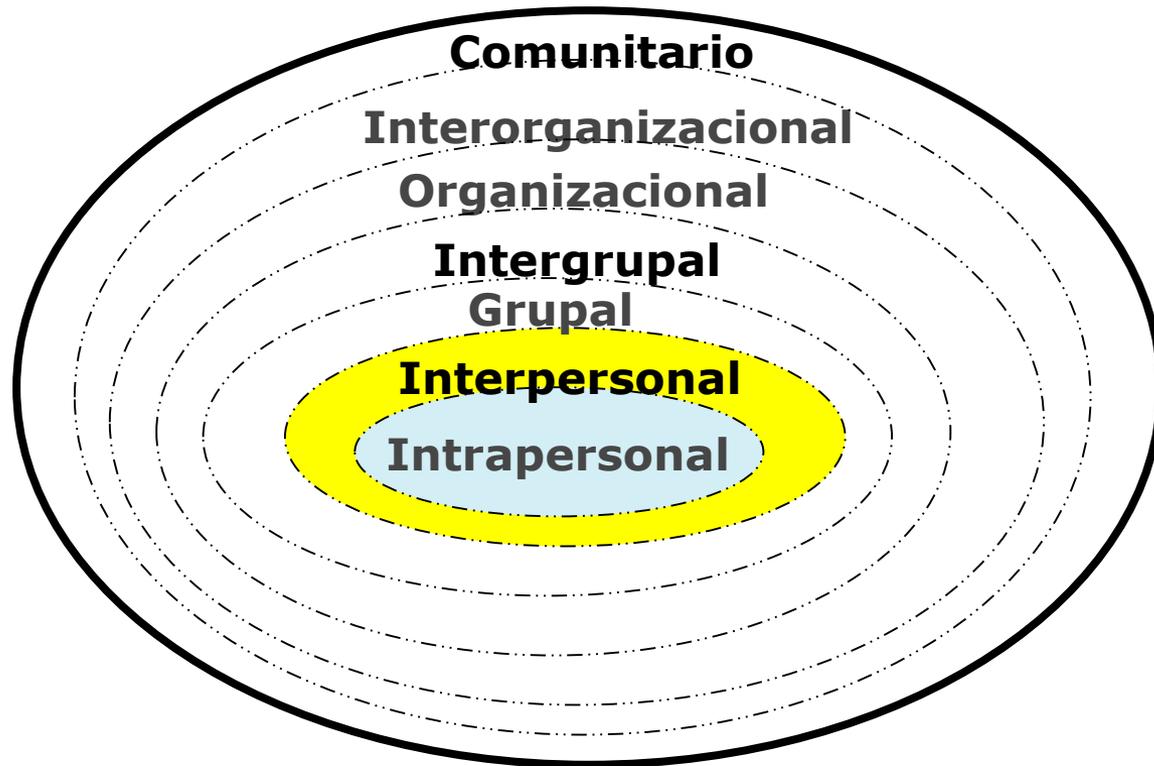
- ▶ **Introducción**
- ▶ Definiciones
- ▶ Normativa Legal
- ▶ Riesgos Psicosociales
- ▶ Enfermedades Mentales
- ▶ La salud mental en tiempos de Covid-19
- ▶ Impactos Laborales de una Inadecuada Salud Mental
- ▶ Resultado de Monitoreo de Riesgo Psicosocial
- ▶ Acciones en Salud Mental - ¿Cómo TAMA INGENIEROS S.A.C. contribuye con tu salud mental?

# INTRODUCCIÓN





# SISTEMAS HUMANOS - NIVELES



Seashore, E. y Seashore Ch. (1986)  
basado en Fisher (1982)

# MOTIVOS: INTERESES, NECESIDADES

Competencias  
Habilidad  
Experiencia  
Comportamiento  
Percepción  
Autoestima

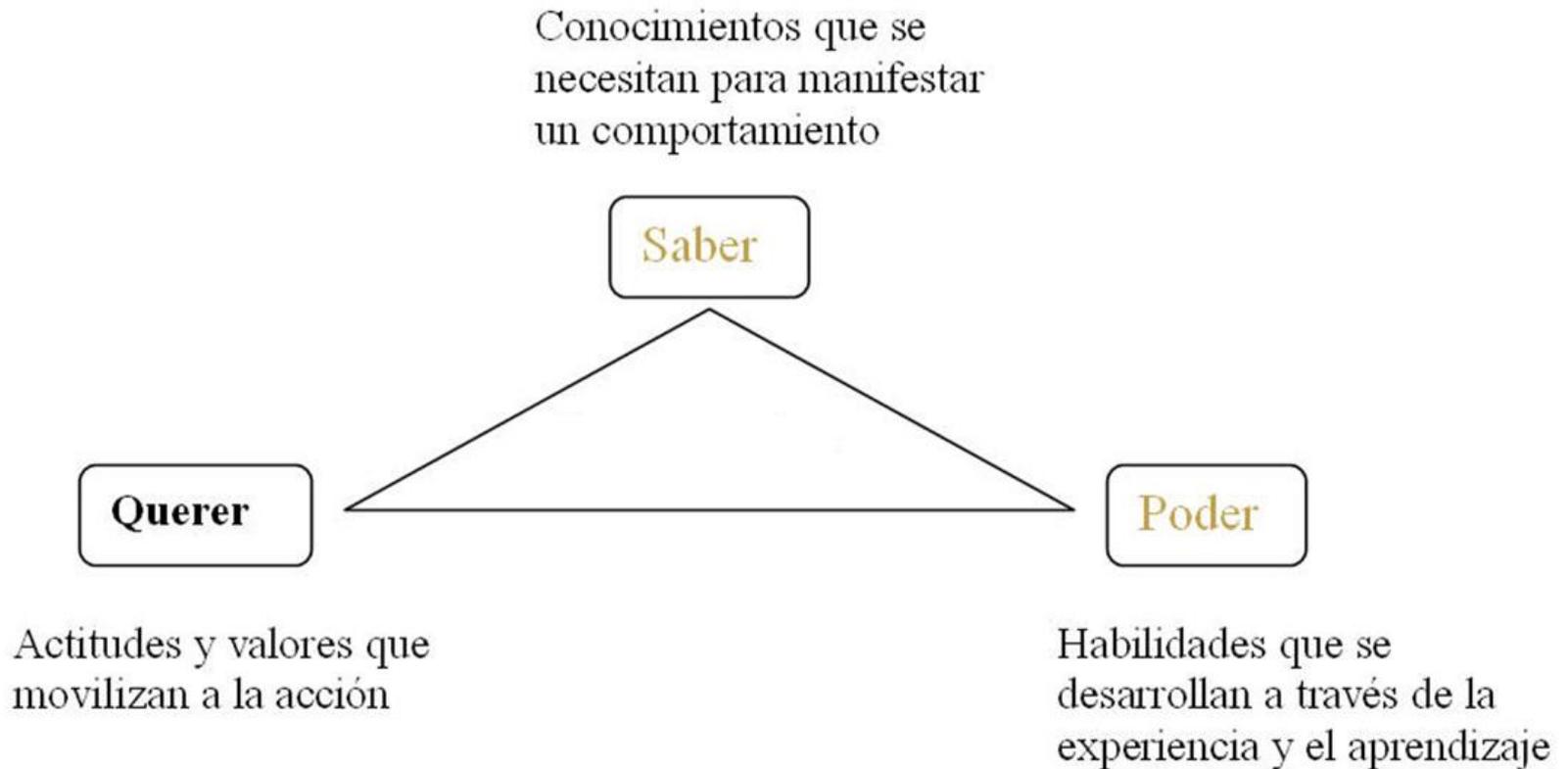


Personalidad  
Inteligencia  
Memoria  
Comunicación  
Actitud  
Valores



**ACTO**

# MOTIVOS: INTERESES, NECESIDADES



# MOTIVOS: INTERESES, NECESIDADES



# INTRODUCCIÓN

***Resalta el lado positivo*** de las personas y las situaciones.



- ▶ **Pregunta:**
- ▶ **Somos seres biológicos?**
- ▶ **Respuesta:**
- ▶ **Somos seres solo biopsicosociales.**

# ÍNDICE

- ▶ Introducción
- ▶ **Definiciones**
- ▶ Normativa Legal
- ▶ Riesgos Psicosociales
- ▶ Enfermedades Mentales
- ▶ La salud mental en tiempos de Covid-19
- ▶ Impactos Laborales de una Inadecuada Salud Mental
- ▶ Resultado de Monitoreo de Riesgo Psicosocial
- ▶ Acciones en Salud Mental - ¿Cómo TAMA INGENIEROS S.A.C. contribuye con tu salud mental?

# DEFINICIÓN DE SALUD MENTAL

- ▶ Es el proceso dinámico de bienestar, producto de la interrelación entre el entorno y el despliegue de las diversas capacidades humanas, tanto de los individuos como de los grupos y colectivos que forman la sociedad.



**Ley Nº 30947: Ley de Salud Mental, 30 Abril 2019**

# DEFINICIÓN DE SALUD MENTAL

- ▶ Incluye la presencia de conflictos en la vida de las personas, así como la posibilidad de afrontarlos de manera constructiva.



**Ley N° 30947: Ley de Salud Mental, 30 Abril 2019**

# DEFINICIÓN DE SALUD MENTAL

- ▶ Implica el proceso de búsqueda de sentido y armonía, que se encuentra íntimamente ligado a la capacidad de autocuidado, empatía y confianza que se pone en juego en la relación con las demás personas, así como con el reconocimiento de la condición, propia y ajena, de ser sujeto de derechos.



**Ley N° 30947: Ley de Salud Mental, 30 Abril 2019**

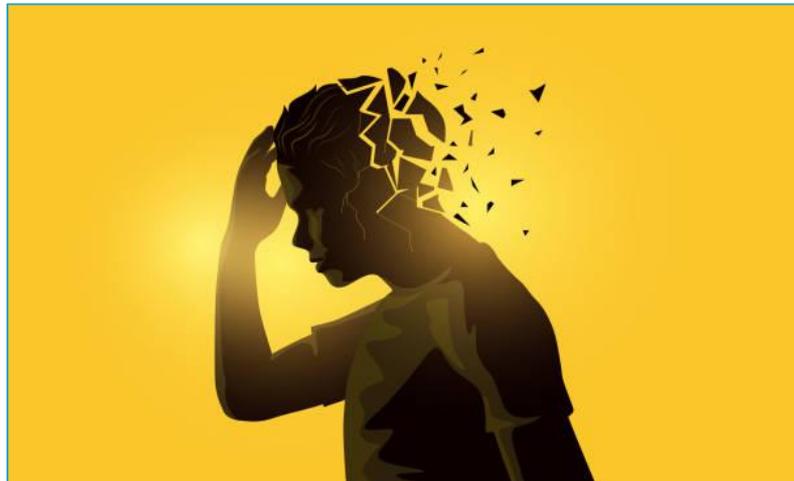
# ÍNDICE

- ▶ Introducción
- ▶ Definiciones
- ▶ **Normativa Legal**
- ▶ Riesgos Psicosociales
- ▶ Enfermedades Mentales
- ▶ La salud mental en tiempos de Covid-19
- ▶ Impactos Laborales de una Inadecuada Salud Mental
- ▶ Resultado de Monitoreo de Riesgo Psicosocial
- ▶ Acciones en Salud Mental - ¿Cómo TAMA INGENIEROS S.A.C. contribuye con tu salud mental?

# DEFINICIÓN DE PROBLEMAS DE SALUD MENTAL

Comprenden:

- a) Problema psicosocial: alteración de las relaciones entre las personas o entre estas y su ambiente.
- b) Trastorno mental y del comportamiento: enfermedad.



**Ley N° 30947: Ley de Salud Mental, 30 Abril 2019**

# **DERECHO AL ACCESO UNIVERSAL A LOS SERVICIOS DE SALUD MENTAL**

Toda persona tiene derecho a acceder libre y voluntariamente a servicios de salud mental públicos, y a los privados correspondientes, y a recibir atención oportuna de acuerdo al problema en salud mental.



**Ley N° 30947: Ley de Salud Mental, 30 Abril 2019**

# EVALUACIÓN MÉDICA

Es voluntaria, salvo:

1. Situaciones de emergencia psiquiátrica o mandato judicial.
2. Exámenes médicos ocupacionales.
3. Exámenes para las Fuerzas Armadas y la Policía Nacional del Perú.



**Ley N° 30947: Ley de Salud Mental, 30 Abril 2019**

# ÍNDICE

- ▶ Introducción
- ▶ Definiciones
- ▶ Normativa Legal
- ▶ **Riesgos Psicosociales**
- ▶ Enfermedades Mentales
- ▶ La salud mental en tiempos de Covid-19
- ▶ Impactos Laborales de una Inadecuada Salud Mental
- ▶ Resultado de Monitoreo de Riesgo Psicosocial
- ▶ Acciones en Salud Mental - ¿Cómo TAMA INGENIEROS S.A.C. contribuye con tu salud mental?

# RIESGOS PSICOSOCIALES:

1. Estrés laboral.
2. Acoso laboral.
3. Hostigamiento sexual.
4. Malestar.
5. Desmotivación.
6. Desconfianza.
7. Agotamiento laboral.
8. Violencia institucional.



# RIESGOS PSICOSOCIALES:

1. **Estrés laboral.**
2. Acoso laboral.
3. Hostigamiento sexual.
4. Malestar.
5. Desmotivación.
6. Desconfianza.
7. Agotamiento laboral.
8. Violencia institucional.



# ESTRÉS



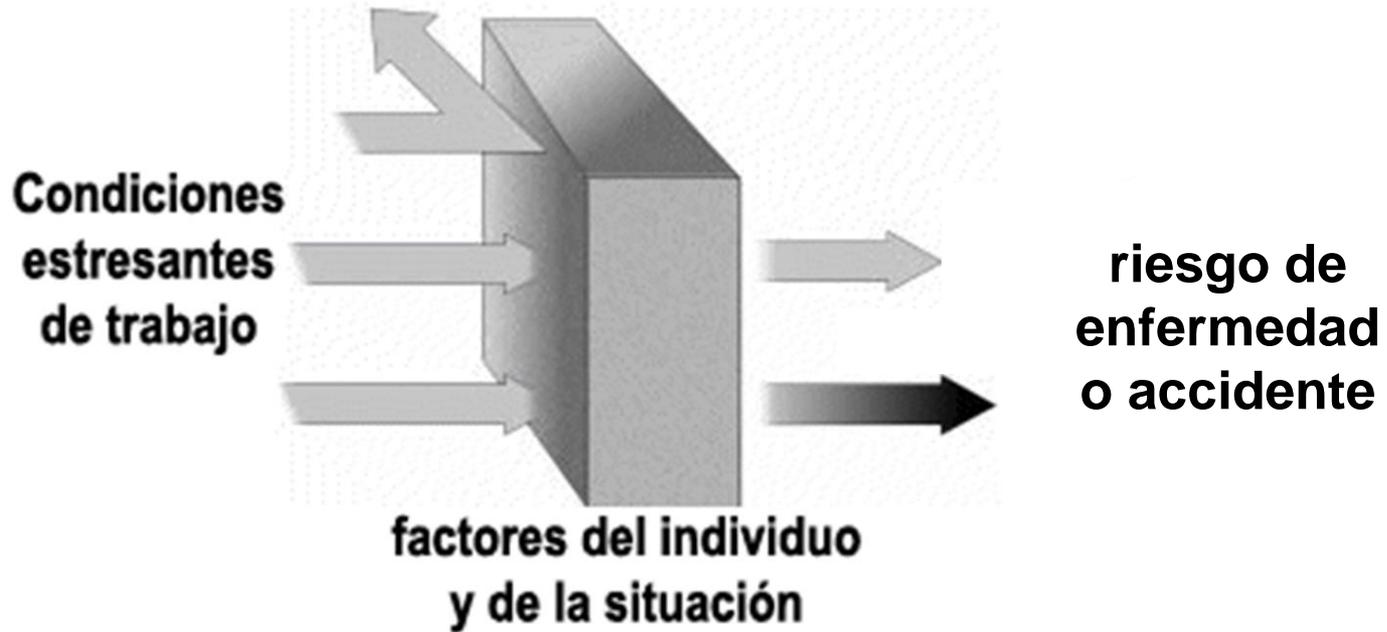
El estrés de trabajo se puede definir como las nocivas reacciones físicas y emocionales que ocurren cuando las exigencias del trabajo no igualan las capacidades, los recursos, o las necesidades del trabajador.

El estrés de trabajo puede llevar a la mala salud y hasta ser un factor importante en accidentes.

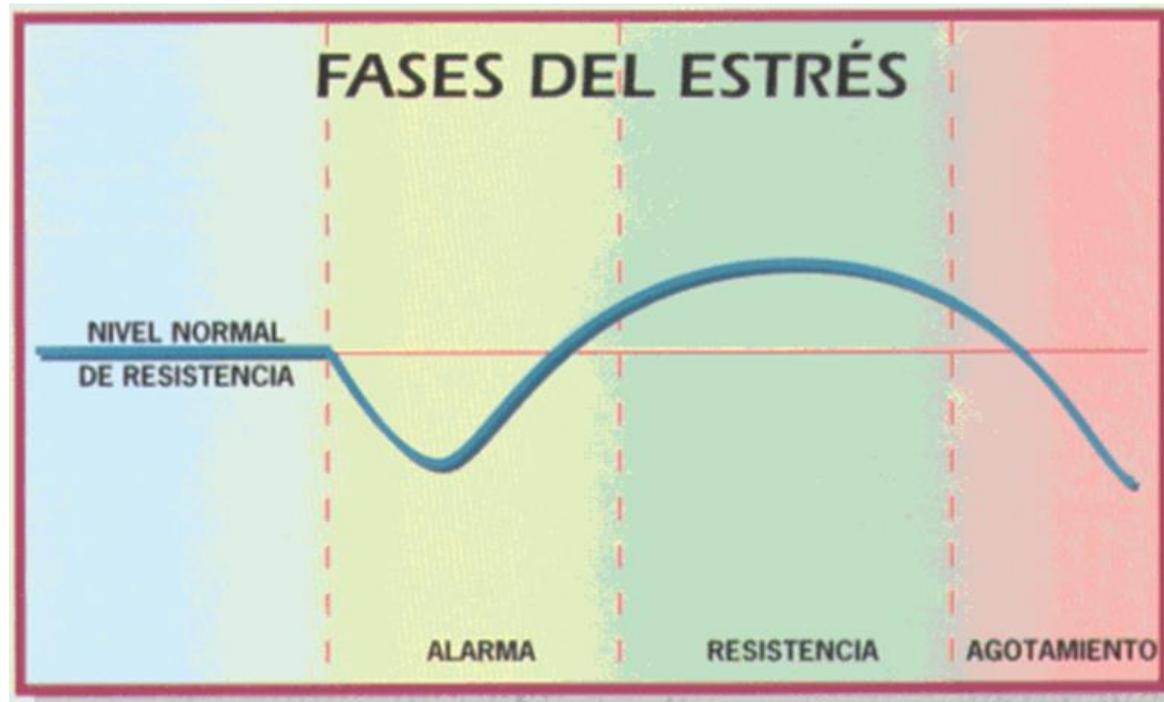


# ESTRÉS

## *Esquema de NIOSH del estrés de trabajo*



# ESTRÉS



# RIESGOS PSICOSOCIALES:

1. Estrés laboral.
2. **Acoso laboral.**
3. Hostigamiento sexual.
4. Malestar.
5. Desmotivación.
6. Desconfianza.
7. Agotamiento laboral.
8. Violencia institucional.



# ACOSO LABORAL

Comportamiento hostil en el lugar de trabajo, que un individuo o grupo mantiene contra una persona específica durante un periodo de tiempo prolongado, actualmente, se habla superior a los seis meses.



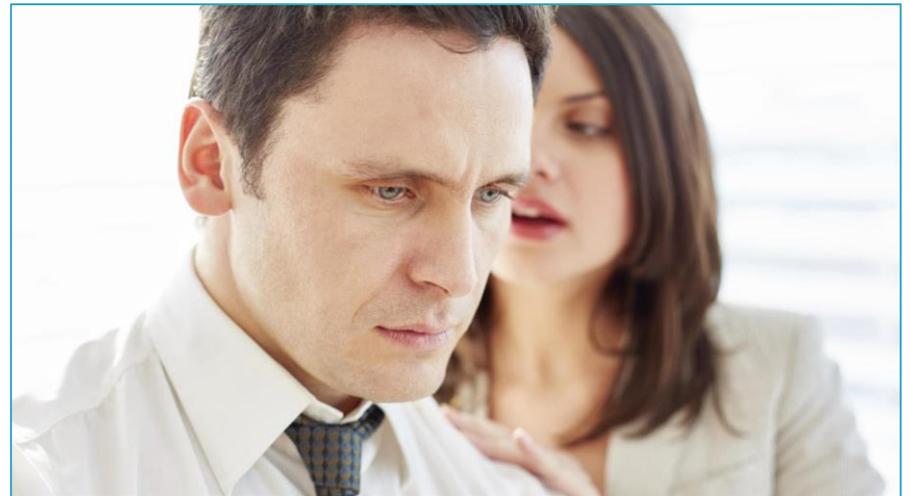
# RIESGOS PSICOSOCIALES:

1. Estrés laboral.
2. Acoso laboral.
3. **Hostigamiento sexual.**
4. Malestar.
5. Desmotivación.
6. Desconfianza.
7. Agotamiento laboral.
8. Violencia institucional.



# HOSTIGAMIENTO SEXUAL

Es la situación en que se produce cualquier comportamiento verbal, no verbal o físico no deseado de índole sexual con el propósito o el efecto de atentar contra la dignidad de una persona, en particular cuando se crea un entorno intimidatorio, hostil, degradante, humillante u ofensivo.



# RIESGOS PSICOSOCIALES:

1. Estrés laboral.
2. Acoso laboral.
3. Hostigamiento sexual.
4. **Malestar.**
5. Desmotivación.
6. Desconfianza.
7. Agotamiento laboral.
8. Violencia institucional.



# MALESTAR

El **malestar** en el trabajo se produce porque los valores de la empresa son contradictorios con los valores personales.



# RIESGOS PSICOSOCIALES:

1. Estrés laboral.
2. Acoso laboral.
3. Hostigamiento sexual.
4. Malestar.
5. **Desmotivación.**
6. Desconfianza.
7. Agotamiento laboral.
8. Violencia institucional.



# DESMOTIVACIÓN

Consiste en un desinterés progresivo en su puesto de trabajo o, en muchos casos, insatisfacción laboral.



# RIESGOS PSICOSOCIALES:

1. Estrés laboral.
2. Acoso laboral.
3. Hostigamiento sexual.
4. Malestar.
5. Desmotivación.
6. **Desconfianza.**
7. Agotamiento laboral.
8. Violencia institucional.



# DESCONFIANZA:

Crear que la persona no cuenta con las capacidades suficientes para desempeñar bien su cargo, o bien pensar que podría hacer algo ilegal o inmoral en la empresa donde se labora.



# RIESGOS PSICOSOCIALES:

1. Estrés laboral.
2. Acoso laboral.
3. Hostigamiento sexual.
4. Malestar.
5. Desmotivación.
6. Desconfianza.
7. **Agotamiento laboral.**
8. Violencia institucional.



# AGOTAMIENTO LABORAL

El síndrome de agotamiento laboral ha sido conceptualizado como cansancio emocional, que lleva a una pérdida de motivación que suele progresar hacia sentimientos de inadecuación y fracaso



# RIESGOS PSICOSOCIALES:

1. Estrés laboral.
2. Acoso laboral.
3. Hostigamiento sexual.
4. Malestar.
5. Desmotivación.
6. Desconfianza.
7. Agotamiento laboral.
8. **Violencia institucional.**



# VIOLENCIA INSTITUCIONAL

Es cuando el personal de un centro de trabajo sufre abusos, amenazas o ataques en circunstancias relacionadas con su actividad laboral, que pongan en peligro, implícita o explícitamente, su seguridad, su bienestar o su salud (física y/o psíquica).



## Pregunta:

Quién tiene que mejorar el clima laboral?

## Respuesta:

Todos: empresa, trabajadores.

# ÍNDICE

- ▶ Introducción
- ▶ Definiciones
- ▶ Normativa Legal
- ▶ Riesgos Psicosociales
- ▶ **Enfermedades Mentales**
- ▶ La salud mental en tiempos de Covid-19
- ▶ Impactos Laborales de una Inadecuada Salud Mental
- ▶ Resultado de Monitoreo de Riesgo Psicosocial
- ▶ Acciones en Salud Mental - ¿Cómo TAMA INGENIEROS S.A.C. contribuye con tu salud mental?

# ANSIEDAD

Es un sentimiento de miedo, temor e inquietud. Puede hacer que sude, se sienta inquieto y tenso, y tener palpitaciones.



# DEPRESIÓN

Es un trastorno emocional que causa un sentimiento de tristeza constante y una pérdida de interés en realizar diferentes actividades



# ESQUIZOFRENIA

Es un trastorno mental grave por el cual las personas interpretan la realidad de manera anormal



# OBSESIVO COMPULSIVO

Es un trastorno caracterizado por un patrón de pensamientos y miedos no deseados (obsesiones) que provocan comportamientos repetitivos (compulsiones).

Estas obsesiones y compulsiones interfieren en las actividades diarias y causan gran sufrimiento emocional.



# MANIACO

Es un estado elevado anormal de excitación, afecto y nivel energético



# ÍNDICE

- ▶ Introducción
- ▶ Definiciones
- ▶ Normativa Legal
- ▶ Riesgos Psicosociales
- ▶ Enfermedades Mentales
- ▶ **La salud mental en tiempos de Covid-19**
- ▶ Impactos Laborales de una Inadecuada Salud Mental
- ▶ Resultado de Monitoreo de Riesgo Psicosocial
- ▶ Acciones en Salud Mental - ¿Cómo TAMA INGENIEROS S.A.C. contribuye con tu salud mental?

# LA SALUD MENTAL EN TIEMPOS DE COVID-19

Las emociones que pueden generarse son:

- Incertidumbre
- Miedo a contagiarse
- Ansiedad de estar separado de la familia y sociedad.
- Vacío emocional
- Temor por no poder trabajar.



Medidas de autocuidado:

- Mantente ocupado con actividades que te ayuden a manejar emociones negativas.
- Cuida tu salud realizando actividades físicas, con alimentación saludable, evitando el consumo de alcohol y drogas.
- Forma conexiones virtuales con familiares y amigos.
- Limita tu exposición a los medios de comunicación para no contribuir al miedo sobre esta enfermedad.
- Pide ayuda profesional cuando la necesites.



# ÍNDICE

- ▶ Introducción
- ▶ Definiciones
- ▶ Normativa Legal
- ▶ Riesgos Psicosociales
- ▶ Enfermedades Mentales
- ▶ La salud mental en tiempos de Covid-19
- ▶ **Impactos Laborales de una Inadecuada Salud Mental**
- ▶ Resultado de Monitoreo de Riesgo Psicosocial
- ▶ Acciones en Salud Mental - ¿Cómo TAMA INGENIEROS S.A.C. contribuye con tu salud mental?

# Impactos Laborales de una Inadecuada Salud Mental



Disminución de la productividad laboral.



Ausentismo



Alta rotación de colaboradores



Incidentes Peligrosos o Incapacitantes

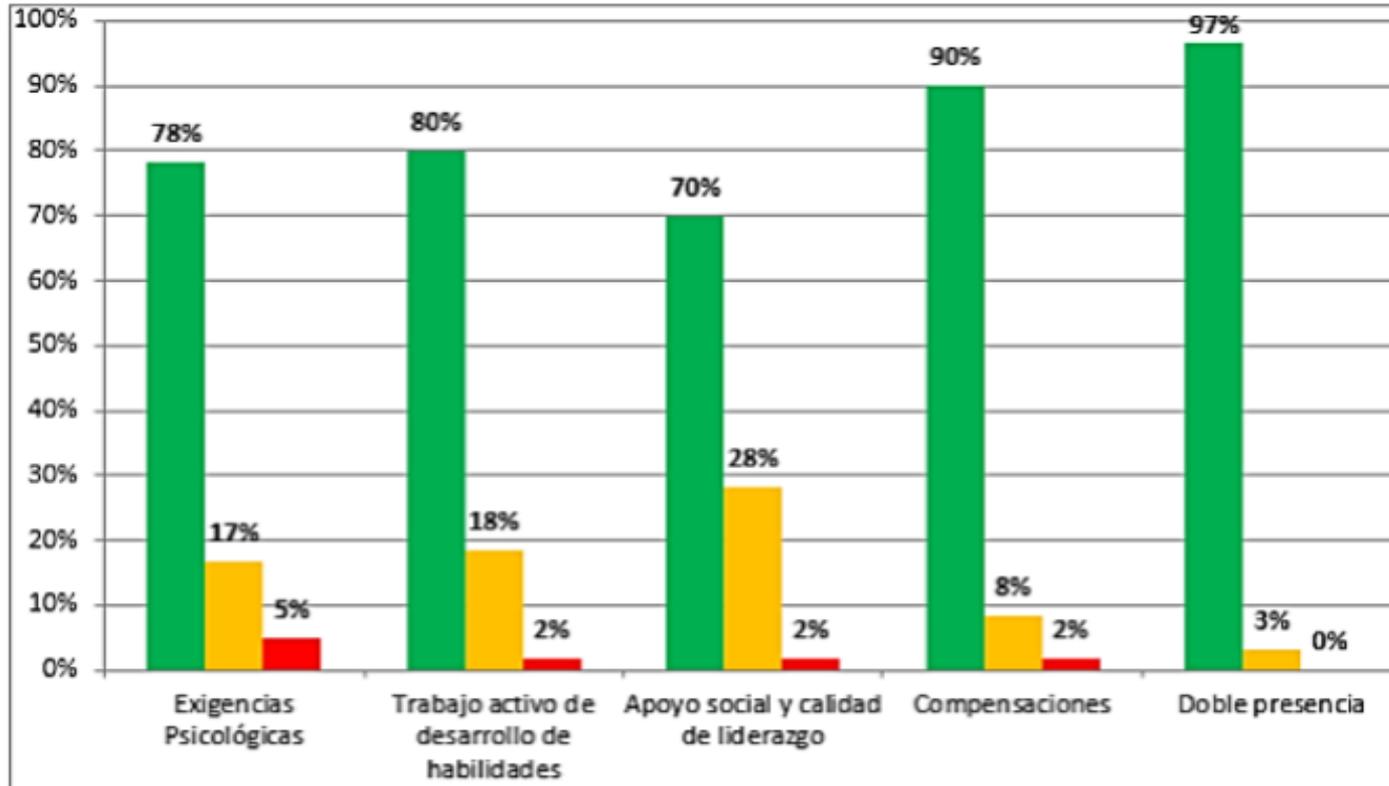


Disminución en la calidad de producto

# ÍNDICE

- ▶ Introducción
- ▶ Definiciones
- ▶ Normativa Legal
- ▶ Riesgos Psicosociales
- ▶ Enfermedades Mentales
- ▶ La salud mental en tiempos de Covid-19
- ▶ Impactos Laborales de una Inadecuada Salud Mental
- ▶ **Resultado de Monitoreo de Riesgo Psicosocial**
- ▶ Acciones en Salud Mental - ¿Cómo TAMA INGENIEROS S.A.C. contribuye con tu salud mental?

# Monitoreo de Riesgo Psicosocial - 2021



- Favorable: nivel de riesgo bajo.
- Intermedio: nivel de riesgo medio.
- Desfavorable: nivel de riesgo alto.

# Monitoreo de Riesgo Psicosocial - 2021

**1. Exigencias psicológicas en el trabajo:** Una alta prevalencia de personas “en rojo” significa que las exigencias, el esfuerzo y la exigencia de las emociones que realizan los trabajadores son elevadas.

**2. Trabajo activo y desarrollo de habilidades:** Donde es posible desarrollarse como persona, por autonomía y aprendizaje. Una alta prevalencia de personas “en rojo” puede significar que los trabajadores tienen escaso control sobre sus tareas, o que son irrelevantes, y por ello es escaso el aprendizaje.

**3. Apoyo social en la empresa y calidad del liderazgo:** Se evalúa el liderazgo. Una alta prevalencia de personas “en rojo” puede significar que los estilos de liderazgo son inapropiados, donde no se recibe ayuda, apoyo y/o no asignan bien el trabajo del inmediato.



# Monitoreo de Riesgo Psicosocial - 2021

**4. Compensaciones:** Representa principalmente el reconocimiento que recibe el trabajador por el esfuerzo realizado, pero también mide la estabilidad del trabajo. Una alta prevalencia de personas “en rojo” puede significar que sienten escaso reconocimiento por su labor, o que su trabajo es inestable.



**5. Doble presencia:** Representa las exigencias simultáneas del ámbito laboral y familiar del trabajador. Una alta prevalencia de personas “en rojo” puede indicar que los trabajadores tienen exigencias incompatibles en los dos ámbitos.

# ÍNDICE

- ▶ Introducción
- ▶ Definiciones
- ▶ Normativa Legal
- ▶ Riesgos Psicosociales
- ▶ Enfermedades Mentales
- ▶ La salud mental en tiempos de Covid-19
- ▶ Impactos Laborales de una Inadecuada Salud Mental
- ▶ Resultado de Monitoreo de Riesgo Psicosocial
- ▶ **Acciones en Salud Mental - ¿Cómo TAMA INGENIEROS S.A.C. contribuye con tu salud mental?**

# Acciones:

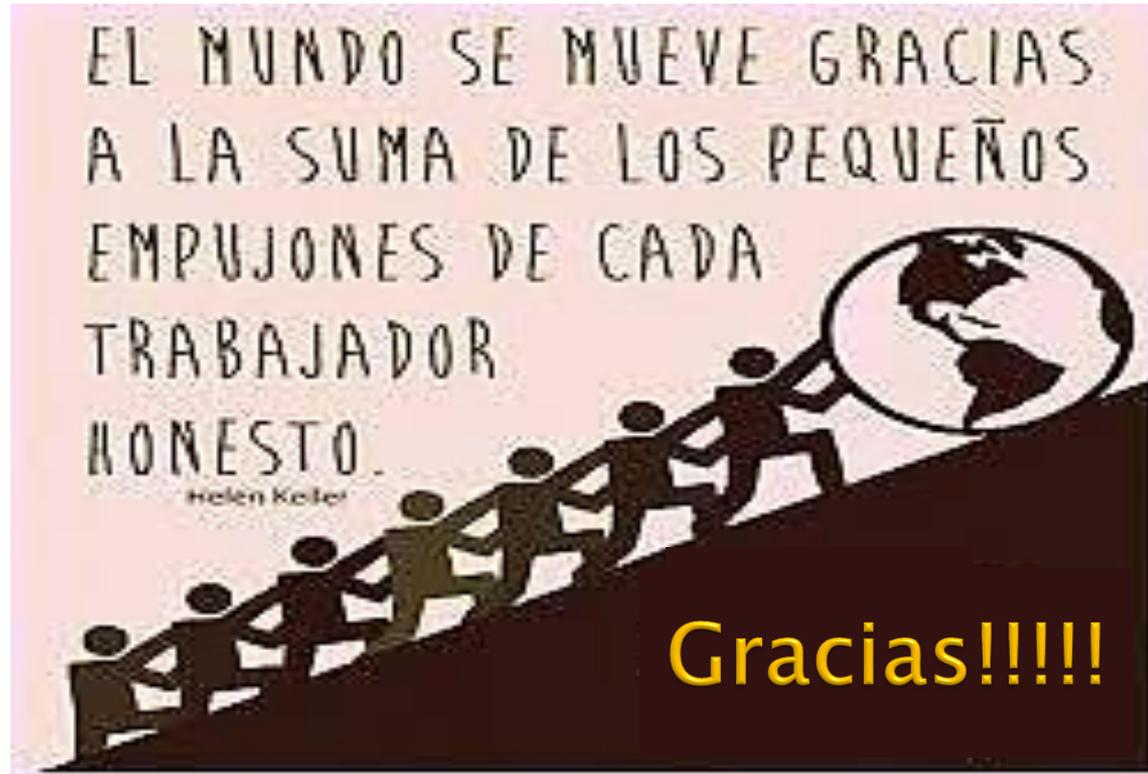
1. Programa de Salud Mental con:
  - a. Identificación y monitoreo de factores de riesgo.
  - b. Identificación de grupos de riesgo.
2. Eliminación del estigma y la discriminación.
3. Acceso a la información oportuna sobre programas y servicios que beneficien la salud mental.
4. Compromiso del buen trato y respeto a la diversidad étnica, cultural y sexual.
5. Mejora del Clima laboral.

**Ley N° 30947: Ley de Salud Mental, 30 Abril 2019**

# ¿CÓMO TAMA INGENIEROS S.A.C. CONTRIBUYE CON TU SALUD MENTAL?

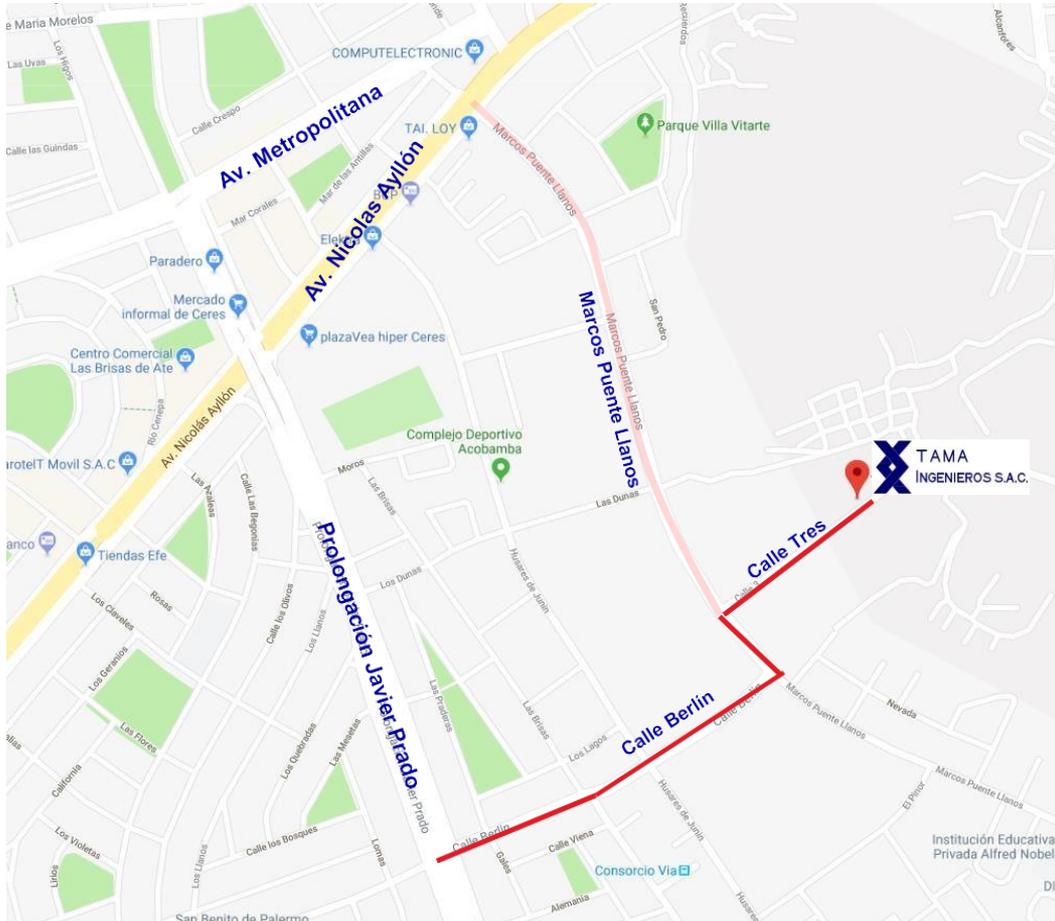
- Se realizan exámenes médicos ocupacionales de forma anual.
- Monitoreos ocupacionales donde se identifican y se miden los riesgos psicosociales y sus niveles.
- Charlas de sensibilización sobre salud mental, estrés laboral.
- Celebraciones anuales (día del trabajador, aniversario de la de la empresa y fiestas de fin de año).
- Contribución con la satisfacción de las necesidades de nuestros colaboradores.





Cualquier consulta agradeceremos la envíen a  
[saludocupacional@tama.pe](mailto:saludocupacional@tama.pe)

# UBICACIÓN Y CONTACTOS



**Calle 3, Mz. A, Lt.6B,  
Urb. Barbadillo – ATE  
Lima Perú**



**51 1 715-1280  
51 1 715-1281**



**[ventashardox@tama.pe](mailto:ventashardox@tama.pe)  
[tamasac@tama.pe](mailto:tamasac@tama.pe)**

**Página web: [www.tamaingenieros.pe](http://www.tamaingenieros.pe)**

# MUCHAS GRACIAS

## Visión y Misión

**“Desarrollo de Tecnología para una Mejor Calidad de Vida.”**

*Nuestro Lema:*

**“AQUÍ LA SEGURIDAD ES UN HÁBITO NO UNA OPCIÓN; NUESTRAS FAMILIAS NOS ESPERAN”**

*Arenga Oficial:*

**“EN TAMA INGENIEROS, LA SEGURIDAD ES PRIMERO”**