



CHECKLIST DE CUMPLIMIENTO PSICOSOCIAL

Evaluación, prevención y seguimiento de los riesgos psicosociales en la empresa

Marco de actuación conforme a la normativa vigente

Este documento ha sido elaborado como una **herramienta de apoyo al cumplimiento de las obligaciones empresariales en materia de prevención de riesgos psicosociales**, conforme a lo establecido en la **Ley 31/1995, de Prevención de Riesgos Laborales**, el **Real Decreto 39/1997**, Reglamento de los Servicios de Prevención, y el **Criterio Técnico 104/2021 de la Inspección de Trabajo y Seguridad Social**.

Su utilización permite a la empresa **verificar, documentar y reforzar** su actuación preventiva, integrando la gestión de los riesgos psicosociales dentro de su sistema de prevención de riesgos laborales.

¿Para qué sirve esta checklist?

Esta checklist permite a la empresa realizar una **auto-verificación estructurada** de su grado de cumplimiento en materia de riesgos psicosociales, identificando posibles carencias, áreas de mejora y riesgos legales u organizativos.

No sustituye a la evaluación de riesgos legalmente exigible, pero **constituye una evidencia documental de diligencia preventiva**, especialmente útil para la planificación de actuaciones y la mejora continua del clima laboral.



Marco normativo de referencia

Este documento se apoya, entre otras, en las siguientes disposiciones:

- **Ley 31/1995**, de Prevención de Riesgos Laborales (arts. 14, 15 y 16)
- **Real Decreto 39/1997**, Reglamento de los Servicios de Prevención
- **Criterio Técnico 104/2021**, Inspección de Trabajo y Seguridad Social

Estas normas establecen la obligación de **evaluar, planificar, aplicar y revisar** las medidas preventivas relativas a los riesgos psicosociales derivados de la organización del trabajo.

Cómo utilizar esta checklist

- Marque cada ítem según la **situación real y actual** de su empresa.
 - Utilícela como herramienta interna de diagnóstico preventivo.
 - Conserve este documento como **registro de seguimiento** dentro de su sistema de prevención.
 - Revísela periódicamente, especialmente cuando se produzcan cambios organizativos, estructurales o de carga de trabajo.
-

BLOQUE 1 — OBLIGACIONES LEGALES BÁSICAS

- ☐ La empresa reconoce los riesgos psicosociales como parte integrante de la prevención de riesgos laborales.
 - ☐ Los riesgos psicosociales están incluidos en la evaluación de riesgos de la empresa.
 - ☐ Existe un compromiso explícito de la dirección con la prevención del malestar psicosocial.
 - ☐ Se informa y facilita la participación de las personas trabajadoras en materia preventiva.
 - ☐ Se dispone de documentación que acredita estas actuaciones.
-



BLOQUE 2 — IDENTIFICACIÓN Y EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES

- ☐ Se ha realizado una evaluación específica de los riesgos psicosociales.
 - ☐ El método utilizado es adecuado al tamaño y características de la empresa.
 - ☐ La evaluación contempla factores organizativos (carga y ritmo de trabajo, autonomía, liderazgo, comunicación, tiempos).
 - ☐ Se ha garantizado el anonimato y la confidencialidad de las respuestas.
 - ☐ La evaluación se ha realizado con una periodicidad definida o tras cambios relevantes en la organización.
-

BLOQUE 3 — ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

- ☐ Los resultados han sido analizados de forma objetiva y documentada.
 - ☐ Se han identificado niveles de riesgo bajo, medio y alto.
 - ☐ La interpretación de los resultados se centra en las condiciones de trabajo, evitando la culpabilización individual.
 - ☐ Los resultados generales han sido comunicados internamente de forma adecuada.
 - ☐ Existe un informe o registro que recoge las conclusiones obtenidas.
-

BLOQUE 4 — PLANIFICACIÓN DE MEDIDAS PREVENTIVAS

- ☐ Se han definido medidas preventivas en función del nivel de riesgo detectado.
 - ☐ Las medidas incluyen, cuando procede, cambios organizativos y de gestión.
 - ☐ Se han asignado responsables para la implantación de las medidas.
 - ☐ Se han establecido plazos realistas para su aplicación.
 - ☐ Las medidas están documentadas dentro del sistema preventivo de la empresa.
-



BLOQUE 5 — SEGUIMIENTO Y MEJORA CONTINUA

- ☐ Se realiza seguimiento de la eficacia de las medidas adoptadas.
 - ☐ Se revisan periódicamente los indicadores psicosociales.
 - ☐ Se contempla la reevaluación cuando las medidas no resultan eficaces.
 - ☐ Se actualiza la documentación preventiva cuando procede.
 - ☐ Existe un compromiso explícito de mejora continua del clima laboral.
-

AUTOEVALUACIÓN DE CUMPLIMIENTO

- **Más del 80 % de ítems marcados**
→ Nivel adecuado de cumplimiento preventivo.
 - **Entre el 50 % y el 80 %**
→ Existen riesgos legales y organizativos que conviene abordar.
 - **Menos del 50 %**
→ Situación de **riesgo elevado** ante inspección y problemas de salud laboral.
-

Aclaración importante

Este documento se orienta a la **prevención de riesgos derivados de la organización del trabajo** y **no constituye un diagnóstico clínico ni psicológico individual**. Su finalidad es organizativa, preventiva y legal.

Nota de diligencia preventiva

Este documento forma parte de un enfoque preventivo orientado a la **identificación, evaluación, planificación y seguimiento** de los riesgos psicosociales. No sustituye a la evaluación de riesgos legalmente exigible, pero **acredita la voluntad de la empresa de actuar conforme a la normativa vigente**, reforzando su diligencia preventiva.



Recomendación profesional

Una gestión adecuada de los riesgos psicosociales permite a la empresa **anticiparse** a situaciones de conflicto, absentismo, desgaste profesional y posibles sanciones en materia de prevención.

ACCIÓN PREVENTIVA

¿Su empresa cumple realmente con la normativa en riesgos psicosociales?

La ausencia de una evaluación adecuada de los riesgos psicosociales puede derivar en **sanciones, conflictos laborales, bajas por estrés y pérdida de productividad.**

PsicoNorm ayuda a las empresas a **evaluar, interpretar y actuar** sobre los riesgos psicosociales de forma **anónima, automatizada y conforme a la normativa vigente** (Ley 31/1995 y Criterio Técnico 104/2021).

👉 **Solicite una evaluación psicosocial orientativa o una demo gratuita** y conozca el nivel real de riesgo de su organización antes de que aparezcan problemas legales o de salud laboral.

www.psiconorm.es

Documento elaborado por PsicoNorm

Plataforma especializada en evaluación y prevención de riesgos psicosociales.

Documento elaborado conforme a la normativa vigente en materia de prevención de riesgos psicosociales a fecha de emisión.