

PREVENCIONISTAS®

COMUNIDAD EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

Memoria de Comunidad

Seguridad y Salud en el
Trabajo | Vol. 1

*Artículos, noticias y recursos destacados en SST
Abril a Julio 2025*

Bienvenida



Hace apenas tres meses arrancamos con un proyecto: construir un espacio donde hablar de Seguridad y Salud en el Trabajo no fuera solo un tema de leyes o trámites, sino una comunidad viva que aprende, comparte y crece. Hoy, al presentar esta primera Memoria de Comunidad SST, confirmamos que no estamos solos en este camino.

En este trimestre reunimos artículos que ponen las bases de la prevención: desde el marco jurídico hasta los programas voluntarios y las guías prácticas que ayudan en el día a día. Pero lo más valioso no son solo los textos, sino la conexión que hemos creado contigo: cada lectura, cada comentario y cada persona que comparte un artículo con su equipo nos recuerda que estamos construyendo juntos una cultura que salva vidas.

Este es apenas el comienzo. Lo que ves aquí es el reflejo de tres meses de esfuerzo, pero también la semilla de lo que vendrá: podcast, entrevistas, webinars y nuevas voces que se sumarán a la conversación. Tú eres parte esencial de esta memoria. Gracias por estar aquí y por darle sentido a este proyecto. Te invito a seguir participando, compartiendo y construyendo con nosotros una comunidad de prevención con propósito.

Ricardo Rivana

CONTENIDO

CAPÍTULO

01

Artículos publicados

CAPÍTULO

02

Noticias y novedades

CAPÍTULO

03

Comunidad Prevencionistas

CAPÍTULO

04

Recursos prácticos



01

Artículos publicados

PREVENCIONISTAS[®]
COMUNIDAD EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

1.1 Conceptos introductorios

Seguridad y Salud en el Trabajo: ¿Por dónde empezar?

Imagina que llegas a un nuevo trabajo y de pronto te dicen: "Tú te encargarás de la Seguridad y Salud en el Trabajo". Sin experiencia previa ni formación, te enfrentas a normativas, riesgos y responsabilidades. Este artículo es tu brújula: una guía práctica para dar tus primeros pasos en la prevención.

Autor: Ricardo Rivera



¿Qué hace un Prevencionista? Perfil, Actividades y Retos en Seguridad y Salud en el Trabajo

Imagina que ocurre un accidente en tu empresa y nadie sabe qué hacer... Ahí entra en acción el Prevencionista, la persona que trabaja todos los días para proteger vidas.

Este artículo revela quién es, qué hace y por qué es indispensable en cualquier organización.

Autor: Ricardo Rivera



Panorama de los Riesgos de Trabajo en México: Todo lo que un Prevencionista debe de saber

¿Sabías que detrás de cada número de accidentes o enfermedades de trabajo hay una vida impactada? Conocer las estadísticas de riesgos de trabajo en México no es solo un dato: es la base para prevenir. Este artículo te muestra dónde encontrar la información clave y cómo usarla para salvar vidas.

Autor: Ricardo Rivera



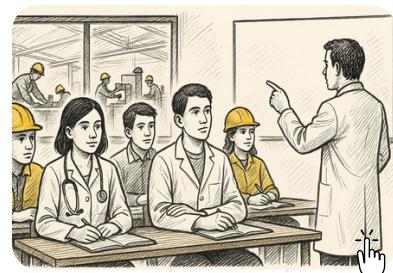
1.2

Formación y recursos en SST

Programas de Formación en Seguridad y Salud en el Trabajo en México

¿Quieres convertirte en Prevencionista y no sabes por dónde empezar? Desde carreras técnicas hasta doctorados, México ofrece múltiples opciones para formarte en Seguridad y Salud en el Trabajo. Este artículo te muestra el mapa académico para elegir el camino que mejor se adapte a tu futuro profesional.

Autor: Ricardo Rivera



Cursos, Estándares de Competencia y Diplomados en SST en México

¿Quieres capacitarte rápido y con validez oficial en Seguridad y Salud en el Trabajo? Desde cursos gratuitos en línea hasta estándares de competencia y diplomados especializados, en México existen múltiples opciones para fortalecer tu perfil. Este artículo te guía paso a paso para elegir la formación que mejor impulse tu carrera en SST.

Autor: Ricardo Rivera



Documentos en Seguridad y Salud en el Trabajo: Guías, manuales y recursos

¿Abrumado con tanta información sobre Seguridad y Salud en el Trabajo? Este artículo reúne los documentos y guías esenciales que todo prevencionista debe tener a la mano: desde el INSST y la OIT hasta STPS, IMSS y ELSSA. Un mapa práctico para trabajar con información confiable, actualizada y útil.

Autor: Ricardo Rivera



1.3

Organismos y asociaciones

Asociaciones en Materia de Seguridad y Salud en el Trabajo en México

¿Sabías que en México existen asociaciones que reúnen a profesionales apasionados por la prevención? Unirte a ellas significa acceso a capacitación, redes de contacto y representación ante instituciones. Este artículo te muestra cuáles son y cómo pueden impulsar tu desarrollo como prevencionista.

Autor: Ricardo Rivera



Prevenir también es participar: Así se construye México a través de sus mecanismos de consulta

¿Sabías que las normas que protegen tu seguridad en el trabajo se construyen en mesas donde dialogan gobierno, empleadores y trabajadores? Estos mecanismos de consulta son clave para actualizar la normatividad y prevenir riesgos de millones de personas. En este artículo descubrirás cómo funcionan y por qué deberías conocerlos como prevencionista.

Autor: Ricardo Rivera



Comisión Mixta de Capacitación, Adiestramiento y Productividad

¿Sabías que si tu empresa tiene más de 50 trabajadores está obligada a contar con una Comisión Mixta de Capacitación? No es solo un requisito legal: bien integrada, se convierte en una herramienta clave para prevenir riesgos y elevar la productividad. En este artículo descubrirás qué formatos necesitas, cómo cumplir con la STPS y cómo estar listo ante una inspección.

Autor: Ricardo Rivera



1.4 Programas voluntarios

Comparativa de programas voluntarios de SST y bienestar laboral en México

¿Sabías que tu empresa puede fortalecer la seguridad y salud en el trabajo sin esperar a una inspección? En México existen programas voluntarios como VELAVO, PASST, ELSSA y PRONAVT, cada uno con beneficios distintos para prevenir riesgos y mejorar el bienestar. Este artículo compara sus ventajas para que elijas el más adecuado y empieces a transformar tu centro de trabajo.

Autor: Ricardo Rivera



Estrategia Entornos Laborales Seguros y Saludables (ELSSA)

Imagina trabajar en un lugar donde tu seguridad, salud y bienestar son la prioridad. Eso es lo que propone ELSSA, la estrategia del IMSS que está transformando empresas en entornos más seguros, saludables y humanos. En este artículo descubrirás cómo funciona, qué beneficios ofrece y por qué ya es referente internacional.

Autor: Ricardo Rivera



PrevenIMSS en empresas: la salud que también se trabaja

¿Sabías que el IMSS lleva la prevención directamente a tu centro de trabajo? PrevenIMSS en Empresas ofrece chequeos gratuitos, orientación en salud y herramientas digitales para cuidar a tu equipo antes de que aparezca la enfermedad. Un programa estratégico que une productividad y bienestar laboral.

Autor: Ricardo Rivera



1.4

Programas voluntarios

Programa VELAVO: Mecanismo alterno a la inspección

¿Te imaginas demostrar que tu empresa cumple la ley... y al mismo tiempo evitar inspecciones ordinarias por un año? Ese es el beneficio de VELAVO, el modelo voluntario y gratuito de la STPS que ya está transformando la forma de cumplir con la normatividad. En este artículo descubrirás cómo funciona y cómo aprovecharlo, especialmente si tu empresa ya participa en ELSSA.

Autor: Ricardo Rivera



Programa de Autogestión en Seguridad y Salud en el Trabajo (PASST)

¿Y si tu empresa pudiera ser reconocida como "Empresa Segura" y, al mismo tiempo, reducir drásticamente los accidentes de trabajo? El PASST es un programa voluntario de la STPS que impulsa a las organizaciones a implementar su propio sistema de seguridad y salud en el trabajo. Más que cumplir con la norma, es una oportunidad para fortalecer la cultura preventiva, ganar prestigio y proteger a tu equipo.

Autor: Ricardo Rivera



1.5

Marco jurídico en SST

Desde la Constitución hasta las NOMs: guía rápida del marco legal en SST

¿Sabías que la Seguridad y Salud en el Trabajo en México no empieza en las NOMs, sino en la Constitución misma? Conocer el marco legal —desde el Artículo 123 hasta las 45 NOMs vigentes— es clave para cualquier prevencionista. Este artículo te guía por los fundamentos que debes dominar para cumplir la ley y construir entornos laborales seguros.

Autor: Ricardo Rivera



Convenios internacionales y ODS en Seguridad y Salud en el Trabajo

¿Sabías que tu seguridad y salud en el trabajo no solo depende de las leyes mexicanas, sino también de acuerdos internacionales? La OIT declaró la SST como un derecho fundamental, y México ya ha ratificado convenios clave que impactan tu día a día. Descubre cómo estos acuerdos y los ODS de la ONU conectan con tu centro laboral y cómo puedes ser parte del cambio.

Autor: Ricardo Rivera



Ley Federal del Trabajo: Guía Esencial para Prevencionistas

¿Qué harías si en una inspección mencionan un artículo de la Ley Federal del Trabajo y no sabes de qué trata? Como prevencionista, conocer la LFT es vital: regula desde los derechos básicos hasta los riesgos de trabajo y la famosa "Ley Silla". Este artículo te da un mapa claro de los títulos imprescindibles que todo profesional en SST debe dominar.

Autor: Ricardo Rivera



1.5

Marco jurídico en SST

Ley del Seguro Social: Lo que todo Prevencionista debe conocer

Imagina que ocurre un accidente grave en tu empresa: actúas de inmediato, pero... ¿sabes qué dice la Ley del Seguro Social que debes hacer después? Este marco legal regula las prestaciones, obligaciones y responsabilidades en riesgos de trabajo, y puede marcar la diferencia entre proteger a tu gente o enfrentar sanciones. Aquí te contamos lo esencial que todo prevencionista debe conocer para estar preparado.

Autor: Ricardo Rivera



Reglamento Federal de Seguridad y Salud en el Trabajo: ¿Por qué deberías conocerlo más que las NOMs?

Como prevencionistas solemos pensar solo en las NOMs, pero... ¿y el Reglamento Federal de Seguridad y Salud en el Trabajo? Este documento es el puente entre la Ley Federal del Trabajo y las normas específicas: da legitimidad y sustento a cada acción preventiva. Conocerlo es clave para responder en una inspección y para trabajar con respaldo legal sólido.

Autor: Ricardo Rivera



Reglamento General de Inspección del Trabajo y Aplicación de Sanciones

Imagina recibir una inspección laboral sin tener idea de qué esperar: plazos, documentos, sanciones... ¿qué harías? El RGITAS es la "guía de ruta" que define cómo la STPS inspecciona, asesora y sanciona a las empresas en México. Conocerlo no es opcional: puede ahorrarte multas, suspensiones y hasta el cierre de tu centro de trabajo.

Autor: Ricardo Rivera



1.5

Marco jurídico en SST

Ley de Infraestructura de la Calidad (LIC)

¿Te ha pasado que te enteras de una nueva NOM-STPS cuando ya es obligatoria y todo es corre-corre? La Ley de Infraestructura de la Calidad te permite anticiparte: conocer borradores, opinar en consulta pública y planear presupuesto con tiempo. Dominarla es pasar de reaccionar tarde... a liderar la prevención con estrategia.

Autor: Ricardo Rivera



Programa Nacional de Infraestructura de la Calidad y su Suplemento 2025

Imagina que tu experiencia en seguridad industrial puede convertirse en parte de la norma que regirá a todo el país. El PNIC es la llave: ahí nacen las NOM y tú puedes opinar antes de que sean obligatorias. Antípate, aporta y transforma la prevención con tu voz técnica.

Autor: Ricardo Rivera



Normas Oficiales Mexicanas en Seguridad y Salud en el Trabajo: ¿Cuáles le aplican a tu empresa?

¿Y si tu empresa estuviera incumpliendo normas... sin saberlo? Las NOM en Seguridad y Salud en el Trabajo son obligatorias, pero muchos centros laborales desconocen cuáles aplican. Con el Asistente STPS, en solo 20 minutos puedes descubrirlas gratis y evitar sanciones.

Autor: Ricardo Rivera



1.6

Administración de la SST

Comisiones de Seguridad e Higiene: Claves para prevenir riesgos de trabajo

¿Sabías que una comisión de seguridad e higiene bien integrada puede literalmente salvar vidas? La NOM-019-STPS-2011 no es un trámite: es la base para prevenir riesgos de trabajo y crear un entorno laboral más seguro y saludable. En este artículo descubrirás cómo constituir, organizar y hacer efectiva tu comisión en la práctica.

Autor: [Ricardo Rivera](#)



Agente Capacitador Externo y Agente Multiplicador: Clave para Impulsar la Formación en tu Empresa

¿Tienes conocimientos en seguridad y salud en el trabajo y quierés capacitar a empresas... pero aún no sabes cómo formalizarte? Ser Agente Capacitador Externo (ACE) o Agente Multiplicador (FAM) puede abrirte la puerta para compartir tu experiencia con respaldo oficial. En este artículo descubrirás cuál figura te conviene más y cómo dar el primer paso.

Autor: [Ricardo Rivera](#)



1.6

Administración de la SST

Accidente o enfermedad de trabajo: qué hacer si ocurre en tu empresa

Un resbalón, un corte o un malestar repentino pueden cambiarlo todo en segundos. ¿Sabes qué hacer legal y médicaamente si ocurre un accidente o enfermedad de trabajo en tu empresa? En esta guía práctica encontrarás los pasos clave para patrones y trabajadores, con formatos, trámites y recursos oficiales del IMSS y la STPS.

Autor: [Ricardo Rivera](#)



Sistemas de gestión ISO en seguridad y salud en el trabajo: ISO 45001 y 45003

¿Sabías que existen normas internacionales que van más allá de cumplir la ley y ayudan a salvar vidas en el trabajo? ISO 45001 e ISO 45003 son la base técnica para gestionar riesgos físicos y psicosociales con un enfoque integral y de mejora continua. En este artículo descubrirás cómo funcionan, su estructura y por qué todo prevencionista debería conocerlas.

Autor: [Ricardo Rivera](#)





02

Noticias y novedades

PREVENCIONISTAS®
COMUNIDAD EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

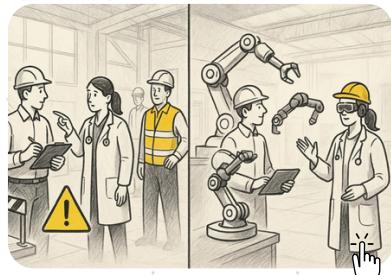
2.1

Tendencias y noticias

Transformación Digital y SST: ¿Está México Listo para los Nuevos Riesgos?

La digitalización llegó para quedarse... pero ¿México está listo para los nuevos riesgos laborales? Del tecnoestrés al teletrabajo, los retos van más rápido que las soluciones. Este artículo revela cómo la tecnología transforma la SST y qué debemos hacer hoy para no quedarnos atrás.

Autor: [Ricardo Rivera](#)



IMSS, STPS y OIT conmemoran el Día Mundial de la SST

El 28 de abril, México alzó la voz en el Día Mundial de la SST con un llamado claro: la prevención salva vidas. IMSS, STPS y OIT se unieron para reconocer avances, premiar buenas prácticas y reflexionar sobre los retos que siguen. Un evento histórico que reafirma que la seguridad y salud en el trabajo es tarea de todos.

Autor: [Ricardo Rivera](#)



Reducción de la Jornada Laboral en México

¿Trabajar menos puede significar vivir mejor? México avanza hacia una jornada de 40 horas semanales, poniendo en el centro la salud mental y el equilibrio vida-trabajo. Esta reforma no solo cambia la ley: puede transformar la forma en que vivimos y trabajamos.

Autor: [Ricardo Rivera](#)



2.1 Tendencias y noticias

Convenio histórico sobre riesgos biológicos en el trabajo

La OIT hizo historia: por primera vez adoptó un convenio global para proteger a los trabajadores de los riesgos biológicos. Desde hospitales hasta el campo, millones de personas enfrentan peligros invisibles que este acuerdo busca controlar. ¿Está México listo para sumarse y construir una estrategia nacional de bioseguridad laboral?

Autor: Ricardo Rivera



STPS - IMSS y Plataformas Digitales: Nueva Reforma en México 2025

¿Sabías que en México los repartidores y conductores de apps ahora tendrán seguridad social? Desde julio 2025, el IMSS arrancó una prueba piloto que dará atención médica, incapacidades y pensiones a más de 700 mil trabajadores digitales. Un cambio histórico que marca el inicio de una nueva era laboral.

Autor: Ricardo Rivera



IMSS lanza la convocatoria del Premio Nacional ELSSA 2025

¿Tu empresa ya está lista para mostrar sus mejores prácticas en seguridad y salud laboral? El IMSS lanzó la convocatoria del Premio Nacional ELSSA 2025, que reconocerá a los centros de trabajo más innovadores y comprometidos con la prevención. Una oportunidad única para visibilizar esfuerzos y consolidar una cultura preventiva en México.

Autor: Ricardo Rivera





03

Comunidad

PREVENCIONISTAS[®]
COMUNIDAD EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

3.1

Prevencionistas

Nuestra huella en estos tres meses

En solo tres meses, Prevencionistas.mx ha comenzado a resonar en la comunidad preventiva:

28 ABR - 31 JUL

1,134

VISITANTES AL BLOG

9 MIN

LECTURA PROM. POR SESIÓN

22

ENTRADAS PUBLICADAS

Agente Capacitador Externo y Agente Multiplicador: Clave para Impulsar la Formación en tu Empresa

ENTRADA CON MÁS VISITAS



3.1

Prevencionistas

Nuestra huella en estos tres meses

Estos números son solo una fotografía inicial, pero lo más importante es que confirman que no estamos solos: cada lectura, cada “me gusta” y cada comentario es una chispa que hace crecer esta comunidad.

28 ABR - 31 JUL (LINKEDIN)

13,412

IMPRESIONES

421

REACCIONES

70

COMENTARIOS

28 ABR - 31 JUL (FACEBOOK)

10,598

VISUALIZACIONES

2,252

ALCANCE

547

INTERACCIONES

3.2 Voces que previenen



A partir de este trimestre lanzaremos el programa **“Voces que Previenen”**, un espacio donde estudiantes, profesionales y empresas podrán colaborar compartiendo sus propios artículos, experiencias y reflexiones.

El propósito es sencillo pero poderoso: dar voz a quienes hacen prevención en el día a día.

Pronto verás publicadas las primeras colaboraciones. Si quieras participar, esta es tu invitación abierta: tu voz también puede inspirar a otros.

3.3 RED SST



Este trimestre dimos un paso más con un proyecto especial: la RED SST.

Un espacio pensado para resolver una inquietud que todos hemos tenido alguna vez:

“¿Quién puede ayudarme con este estudio?”

“¿Dónde encuentro un proveedor confiable para este servicio?”

El proyecto está en construcción, pero su visión es clara: hacer visible a quienes ayudan a prevenir.

Si eres empresa, proveedor o institución y quieres sumarte, este es tu lugar. Porque la prevención no es un esfuerzo aislado, es una red viva de conexiones.

[Más información](#)



04

Recursos prácticos

PREVENCIONISTAS[®]
COMUNIDAD EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

4.1 RECURSOS

-  F-01 - Nombramiento responsable SST.docx
-  Preguntas (1).pdf
-  NomsSecciones.pdf
-  NomsRequisitos.pdf
-  Procedimiento evaluación conformidad _ NOM-030.pdf
-  FTO _ Programa y Acta de recorridos de verificación.xlsx
-  FTO _ Acta constitutiva CSH.doc
-  FTO _ Investigación de Accidentes - Guía de referencia I.doc
-  Acta d Integración.docx
-  Formato DC-4_2018.docx
-  Formato DC-2_2018.docx
-  Formato DC-1_2018.docx
-  DC-3.doc
-  Acta de inspección _ CMCAP.doc

Gracias!

La **Memoria de Comunidad SST | Vol. 1** es apenas el inicio de un proyecto colectivo que busca fortalecer la cultura preventiva en México. Cada artículo, cada comentario y cada participación suma a un objetivo mayor: que más personas trabajen en entornos seguros, saludables y dignos.

Hoy te invitamos a dar el siguiente paso y ser parte activa de esta comunidad:

¿Eres estudiante, profesional o simplemente te interesa la Seguridad y Salud en el Trabajo?

Únete a la comunidad Prevencionistas y accede a recursos exclusivos, herramientas prácticas, artículos útiles y mucho más.

👉 [Únete a la Comunidad](#)

¿Representas una organización, proveedor de cursos, formación o servicios en SST?

Hazte visible dentro de la RED SST y conecta con quienes buscan soluciones reales en prevención.

👉 [Súmate a la RED SST](#)

PREVENCIONISTAS®

COMUNIDAD EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

Memoria de Comunidad

Seguridad y Salud en el
Trabajo | Vol. 1

*Artículos, noticias y recursos destacados en SST
Abril a Julio 2025*