

Nombre de la Normativa

Norma Técnica 131 del Instituto de Salud Pública (ISP), relativa a exigencias mentales cognitivas para el trabajo

Descripción breve de la Normativa

Esta NT entrega orientaciones desde la ergonomía cognitiva para identificar, evaluar y gestionar las exigencias mentales en el trabajo. Se enfoca en tareas que requieren atención, memoria, concentración, coordinación visomotora y toma de decisiones, reconociendo que tanto la sobreexigencia como la subexigencia pueden generar riesgos para la salud, seguridad y rendimiento laboral, teniendo como contenido clave:

- Define conceptos como fatiga mental, atención, concentración, memoria y carga mental.
- Describe factores que influyen en la carga mental: diseño del puesto, condiciones ambientales, cultura organizacional, características individuales.
- Presenta metodologías de evaluación (LEST, NASA-TLX, EWA).
- Ofrece recomendaciones para el diseño de tareas, pausas, capacitación, ergonomía del entorno y gestión del riesgo.
- Reconoce la ausencia de normativa específica, pero destaca normas técnicas aplicables y la importancia de la vigilancia psicosocial.

Obligaciones Empleador

Obligaciones Trabajador

Obligaciones OAL

Establece recomendaciones técnicas que los empleadores que deben considerar para cumplir con su deber general de protección (Ley 16.744 y Código del Trabajo, art. 184). Ejemplos:

- Diseñar tareas que minimicen la sobrecarga cognitiva.
- Capacitar a trabajadores sobre riesgos mentales.
- Planificar pausas y jornadas adecuadas.
- Controlar factores ambientales que aumentan la carga mental.
- Incorporar ajustes razonables para grupos vulnerables



Organismo Emisor: Ministerio del Deporte**Fecha de Publicación:**

31 de julio de 2025

Fecha Vigencia:

31 de julio de 2025

Rubros

Agricultura, Ganadería, Caza y Silvicultura, Pesca, Explotación de Minas y Canteras, Industrias Manufactureras, Suministro de Electricidad, Gas y Agua, Construcción, Comercio al por mayor y menor; Rep. Veh. Automotores/Enseres Domésticos, Hoteles y Restaurantes, Transporte, Almacenamiento y Comunicaciones, Intermediación Financiera, Actividades Inmobiliarias, Empresariales y de Alquiler, Administración Pública y Defensa; Planes de Seguridad Social de Afiliación Obligatoria, Enseñanza, Servicios Sociales y de Salud, Otras Actividades de Servicios Comunitarios, Sociales

Palabras Claves

Norma técnica; Exigencias mentales cognitivas; Carga mental de trabajo; Ergonomía cognitiva; Fatiga mental

Normativas Relacionadas

Ley 16.744; NT132; NT133

Conoce más