



**GOLD FIELDS**

## PROGRAMA DE SALUD MENTAL 2026

U.E.A. CAROLINA I  
CERRO CORONA

Código: SSYMA-PR04.06

Versión: 02

Página 1 de 6

### 1. INTRODUCCION:

La salud mental y el bienestar son imprescindibles para que todos llevemos una vida satisfactoria, alcancemos nuestro máximo potencial, participemos de forma constructiva en nuestras comunidades y superemos el estrés y las adversidades.

La salud mental en las organizaciones puede definirse como un estado de bienestar que permite al colaborador ser consciente de sus propias aptitudes, manejar el estrés inherente de su puesto o sitio de trabajo para mantener su productividad y así contribuir a la organización, sin descuidar su propio desarrollo.

Existen una serie de condiciones en el entorno laboral, personal y familiar que influencia y determina la estabilidad y el equilibrio en la salud mental de los trabajadores; la aparición de ansiedad, estrés, falta de control emocional son condiciones muy frecuentes en los ámbitos laborales y que ponen a prueba el nivel de afrontamiento y resiliencia de los trabajadores.

Si bien el estrés laboral está considerado “**normal**”, es una respuesta física y emocional dañina que puede ser causada por un desequilibrio entre las exigencias laborales percibidas por el colaborador y los recursos y capacidades del mismo.

Los principales factores de riesgo en el entorno laboral que provocan la presencia de problemas y trastornos mentales son:

- Cargas de trabajo excesivas, exigencias contradictorias y falta de claridad de las funciones que debe desempeñar.
- Comunicación ineficaz, poco asertiva y falta de apoyo por parte de directivos o los compañeros.
- Intimidación y críticas que pueden generar frustración y sentimientos de temor y rabia, acoso psicológico y sexual.
- Condiciones laborales inadecuadas, tales como oficinas con espacio físico reducido, escasez de luz natural y mala ventilación contribuyen a la aparición de estrés y tensión.

Por consiguiente, es claro que el estado de ánimo puede afectar notablemente los resultados laborales, y por esta razón, es indispensable tener un buen ambiente en el trabajo, ya que esto influirá directamente en la productividad de las personas en su lugar de trabajo.

Es por ello que resulta de gran importancia que la organización siga preocupándose por brindar herramientas psicológicas para lograr un adecuado nivel de afrontamiento de los trabajadores y sus familias y así mantener la salud mental de quienes se encuentran en mina, ciudad, home office y gestante.

### 2. OBJETIVO GENERAL:

Prevenir y minimizar el impacto a la salud mental brindando herramientas psicológicas que permitan a los trabajadores y sus familias un nivel adecuado de afrontamiento y resiliencia ante dificultades.

### 3. OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Realizar atención psicológica y consejería **a los trabajadores de Gold Fields y empresas contratistas de manera presencial**, quienes se encuentran en mina, así como, **atenciones virtuales al personal que se encuentra en las oficinas de Gold Fields Lima y Cajamarca**, este servicio se extiende a las familias de los trabajadores a quienes **se atenderá** de manera virtual.
- Identificar estrés o ansiedad en los **colaboradores**, mediante derivaciones de jefes de área y/o asistentes sociales, y realizar apoyo psicológico y seguimiento para mantener su salud mental.
- Participación en Feria de Seguridad Gold Fields **2026**.
- Realizar charlas de manera trimestral con temas de interés en el ámbito psicológico.
- Realizar atención psicológica en incidentes de Seguridad y/o atenciones médicas.



**GOLD FIELDS**

## PROGRAMA DE SALUD MENTAL 2026

U.E.A. CAROLINA I  
CERRO CORONA

Código: SSYMA-PR04.06

Versión: 02

Página 2 de 6

- Realizar videos preventivos en donde se enfoquen temas sobre el manejo y gestión de emociones, estrés y ansiedad.
- Realizar charlas y talleres en campo sobre temas referentes a Salud Mental.
- Obtención de Indicadores de gestión:
  - **Cuestionario de Evaluación de Factores de Riesgos Psicosociales – CENSOPAS COQSOP**
  - **Cuestionario Maslash. Evalúa indicadores de Burnout.**

#### **4. ALCANCE:**

Trabajadores de Gold Fields y contratistas, **además de sus familiares.**

#### **5. BASE LEGAL:**

- Ley N° 26842, Ley General de Salud.
- Ley N° 29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Ley N° 30222, Ley que modifica la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo
- Ley N° 28806. Ley General de Inspección de Trabajo y su reglamento DS 019 2006- TR.
- D.S. N° 005-2012-TR, que aprueba el Reglamento de la Ley N° 29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- D.S. N° 006-2014-TR, que Modificación el Reglamento de la Ley N° 29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Ley N° 30947, Ley de Salud Mental.
- Ley 29414, Ley de derechos de usuarios de salud, en el área de salud mental.

#### **6. DEFINICIONES:**

##### **6.1. Ansiedad:**

Afección por la que una persona tiene preocupación y sentimientos de miedo, terror o intranquilidad excesivos. Otros síntomas son sudoración, inquietud, irritabilidad, fatiga, falta de concentración, problemas para dormir, dificultad para respirar, latidos cardíacos rápidos y mareo.

##### **6.2. Acompañamiento Psicológico:**

Se trata de un servicio de apoyo profesional a través de una acción preventiva y de orientación a personas que necesitan apoyo para tomar decisiones o resolver problemas que alteran su ritmo de vida normal.

##### **6.3. Apoyo Psicosocial:**

Es una intervención de urgencia que se encarga de ayudar a las personas y a las comunidades a sanar el daño psicológico y a reconstruir las estructuras sociales después de atravesar una emergencia o un acontecimiento grave. Este tipo de apoyo permite que las personas actúen como sobrevivientes activos, más que como víctimas pasivas, minimizando la angustia y gravedad de lesiones psicológicas a futuro.

##### **6.4. Autocuidado:**

Es la capacidad de las personas, familias y comunidades para promover la salud, prevenir enfermedades mantener la salud y afrontar enfermedades y discapacidades con o sin el apoyo de personal de la salud.

##### **6.5. Acompañamiento psicosocial:**

Es un conjunto de actividades que busca proteger y promover la autonomía y participación de las personas para el cuidado de su propia salud, facilitar espacios de apoyo mutuo y construcción de iniciativas colectivas.



**GOLD FIELDS**

## PROGRAMA DE SALUD MENTAL 2026

U.E.A. CAROLINA I  
CERRO CORONA

Código: SSYMA-PR04.06

Versión: 02

Página 3 de 6

### **6.6. Afrontamiento:**

Son aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo, (Lazarus y Folkman, 1984).

### **6.7. Crisis:**

Es un estado temporal de alteración y desorganización emocional producto de una situación inesperada vivenciada como amenaza y que parece imposible de resolver.

### **6.8. Consejería Psicológica:**

La consejería psicológica es un proceso a través del cual un psicólogo ayuda a las personas que recurren a él a obtener una mayor comprensión o entendimiento de lo que les sucede, a conocerse un poco más e identificar los recursos con los que cuenta para ayudarse a sí mismo.

### **6.9. Estrés:**

El estrés es un sentimiento de tensión física o emocional. Puede provenir de cualquier situación o pensamiento que lo haga sentir a uno frustrado, furioso o nervioso. El estrés es la reacción de su cuerpo a un desafío o demanda.

### **6.10. Resiliencia:**

Habilidad que implica que quien la posee es capaz de reponerse con rapidez ante sucesos adversos, haciendo un uso firme de esta capacidad para avanzar hacia el futuro.

### **6.11. 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 individuos como de los grupos y colectivos que forman la sociedad. Incluye la presencia de conflictos en la vida de las personas, así como la posibilidad de afrontarlos de manera constructiva. 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.

## **7. ACCIONES:**

7.1. Atender a los trabajadores GF/contratistas y a sus familias haciendo uso del consultorio "En Confianza" y los siguientes canales de comunicación y derivaciones:

- a) Jefes directos y/o supervisores de guardia.
- b) Asistentes sociales.
- c) Por el propio colaborador.

7.2. Charlas y talleres con los siguientes temas: (los temas son referenciales, estos estarán sujetos a la necesidad.)

- a) **Taller de manejo del Estrés y Regulación Emocional.**
- b) **Taller de Resiliencia.**
- c) **Taller de Prevención de Burnout.**
- d) **Charla de Liderazgo Transformacional.**
- e) **Charla sobre Seguridad Psicológica.**

7.3. Realización de videos con temas de interés.

- a) **¿Qué es la depresión y como prevenirla?**
- b) **Cómo manejar nuestro estrés Laboral.**
- c) **La importancia de la salud mental para un bienestar integral.**
- d) **Cuida tu ambiente laboral. Prevención del acoso laboral.**
- e) **¿Cómo prevenir el síndrome de Burnout?**
- f) **Cuidando el vínculo Trabajo-familia.**



**GOLD FIELDS**

## PROGRAMA DE SALUD MENTAL 2026

U.E.A. CAROLINA I  
CERRO CORONA

Código: SSYMA-PR04.06

Versión: 02

Página 4 de 6

7.4. Charlas de seguridad “miércoles de seguridad”.

a. **Programación acorde a demanda.**

7.5. **Desarrollo de tamizaje de Burnout a trabajadores de GF y contratistas atendidos en consultorio “En Confianza”.**

### **8. RESPONSABLES:**

El cumplimiento de este programa de salud mental es responsabilidad del área de Salud:

**8.1. Senior Specialist Health:** responsable de la gestión de coordinación para la toma de exámenes ocupacionales o valoraciones específicas requeridas previa evaluación, así como definir el personal objetivo a considerar.

**8.2. Psicólogos ocupacionales:** el equipo de psicólogos del consultorio “En Confianza”, quien tendrá la responsabilidad de dar cumplimiento a lo establecido en el presente documento, haciendo uso de diferentes técnicas que promuevan el bienestar emocional de los **trabajadores** y sus familias, asimismo, encargados de realizar los monitoreos y seguimientos de los puestos de trabajo definidos.

**8.3. Equipo médico:** responsable de la programación de los exámenes médicos ocupacionales y evaluación de resultados enviados por las clínicas ocupacionales autorizadas. Reportará los resultados y seguimiento de los trabajadores, a la subgerencia de Salud de Gold Fields.

**8.4. Trabajador:** Someterse a los exámenes y pruebas de vigilancia o de seguimiento definidas por el área de Salud Ocupacional.



**GOLD FIELDS**

**PROGRAMA DE SALUD MENTAL  
2026**

**U.E.A. CAROLINA I  
CERRO CORONA**

**Código: SSYMA-PR04.06**

**Versión: 02**

**Página 5 de 6**

**9. CRONOGRAMA:**

ÍTEM	ACCIONES DEL PROGRAMA	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Setiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
1	Atender a los trabajadores GF/contratistas y a sus familias en consultorio "En Confianza". <b>(Presencial o Virtual)</b>	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
2	<b>Charlas y talleres en campo sobre temas referentes a Salud Mental</b>		X		X	X	X	X	X	X	X	X	X
3	<b>Charlas de Liderazgo Transformacional</b>				X		X		X		X		
4	<b>Charlas sobre Seguridad Psicológica</b>			X		X		X		X			
5	<b>Talleres de Manejo del Estrés y Regulación Emocional</b>			X	X	X	X	X	X	X	X		
6	<b>Talleres de Resiliencia</b>			X	X	X	X	X	X	X	X		
7	<b>Talleres de Prevención de Burnout</b>			X	X	X	X	X	X	X	X		
8	Charlas de seguridad "miércoles de seguridad" <b>(A demanda)</b>												
9	Realización de videos con temas de interés		X		X		X		X		X		X
10	<b>Realizar tamizaje de Burnout a trabajadores atendidos en consultorio "En Confianza" (A demanda)</b>												



**GOLD FIELDS**

**PROGRAMA DE SALUD MENTAL  
2026**

**U.E.A. CAROLINA I  
CERRO CORONA**

**Código: SSYMA-PR04.06**

**Versión: 02**

**Página 6 de 6**

<b>CAPACITACIÓN</b>	<b>POBLACION OBJETIVO</b>
SALUD MENTAL	<ul style="list-style-type: none"><li>• Operarios de equipos móviles</li><li>• Personal de piso Mina (incluye mantenimiento)</li><li>• Personal de piso Proyectos</li><li>• Agentes de vigilancia</li><li>• Operarios de planta (planta, mantenimiento, laboratorio)</li><li>• Personal Servicios Generales</li><li>• Personal administrativo</li></ul>

**10. INDICADORES**

Tasa de cumplimiento del Programa de Salud Mental	(N° de actividades Ejecutadas/N° de actividades Programadas) x 10
---	---

Cumplimiento de Monitoreo de Factores de Riesgos Psicosociales =	(Meta muestral 35%)
--	---------------------

<b>Seguimiento de casos con diagnóstico de salud mental</b>
N° Casos Nuevos N° Casos en Seguimiento N° Casos dados de Alta

<b>ELABORADO POR</b>	<b>REVISADO POR</b>	<b>APROBADO POR</b>
Boris Cabalcanti	Boris Cabalcanti	Miembros del Comité de Seguridad Y Salud Ocupacional
<b>Senior Specialist Health</b>	<b>Senior Specialist Health</b>	<b>Comité de Seguridad y Salud Ocupacional</b>
<b>Fecha: 20/01/2026</b>		<b>Fecha: 26/03/2026</b>