

# **FACTORES LABORALES QUE INFLUYEN EN LOS PROBLEMAS DE SALUD MENTAL EN LOS TRABAJADORES DE TRES EMPRESAS DE LA REGIÓN CARIBE COLOMBIANA**

**Nombres y apellidos**

**ANGIE MARCELA GUERRA ZUÑIGA**

**Código estudiantil: 2022114244300**

**IRLENIS MONTERO MARINEZ**

**Código estudiantil: 2022114244865**

**MARÍA CLAUDIA NARVÁEZ ZAPATA**

**Código estudiantil: 2022114243838**

Trabajo de Investigación del Programa Especialización En Seguridad y Salud en el  
Trabajo

**Tutor(es):**

**Martha Mendinueta Martínez**

**Erika Palacio Duran**

**Yaneth Herazo Beltrán**

## RESUMEN

El trabajo es uno de los ambientes que en mayor medida afecta la salud física y mental de las personas y debido a los cambios actuales como el teletrabajo, el incremento en el uso de información, el empleo de las tecnologías de comunicación y los tipos de contratación, son algunos de los factores que pueden explicar los problemas de salud mental presentes en los trabajadores. Uno de los factores de riesgo más afectado dentro de los trabajadores que sufren de estrés laboral es el factor psicosocial; la presión, la sobrecarga laboral y la sobre exigencia de la empresa a los colaboradores son las causas principales de afectación en la salud mental. Los efectos de los problemas de salud mental en los trabajadores se evidencian en la baja productividad de la empresa, intermitencia en las labores de trabajo, incapacidades continuas y muchas otras situaciones negativas. Los estudios han confirmado la relación que existe entre factores laborales provenientes por condiciones del trabajo y las conductas de salud mental de los colaboradores, dicha combinación trae como consecuencia la aparición de alteraciones mentales como, la depresión y la ansiedad que tienen un impacto negativo sobre el desempeño laboral y la calidad de vida de una persona. Dentro del contexto laboral, al momento de reconocer y analizar los factores de riesgos que tienen que ver con la seguridad y salud en el trabajo, por lo general se establecen acercamientos a enfermedades que surgen de las acciones físicas laborales propias de un cargo en específico y es poco la profundización que se lleva en lo que tienen que ver con las dificultades o afecciones mentales a las que se pueden ver comprometidos los trabajadores al momento de desarrollar sus actividades.

El objetivo del presente proyecto de investigación es Identificar los factores laborales que influyen en los problemas de salud mental en los trabajadores de tres empresas de la región Caribe Colombiana.

Este proyecto es un estudio de corte transversal realizado a 80 trabajadores de tres empresas de la región Caribe Colombiana. Se evaluó la salud mental mediante el cuestionario DASS-21 que mide las variables depresión, ansiedad y estrés en las personas.

Dentro de los resultados arrojados se detectó que el 86,25% de los trabajadores no presenta depresión, aunque un 10% de los trabajadores presenta depresión leve y un 3,75% depresión moderada. En cuanto a la ansiedad, la mayoría de los trabajadores evaluados no presenta este problema (85%), sin embargo, se presentan porcentajes de ansiedad leve y moderada de 6,25% y 8,75% respectivamente. El 92,5% no presenta estrés, el 5% presenta estrés leve y el 1,25% de trabajadores presentan estrés moderado, sin embargo, podemos observar que un 1,25% presenta estrés severo.

En este estudio se concluye que los factores laborales como el tipo de cargo, modalidad de trabajo y antigüedad en el trabajo sí influyen en los niveles de depresión, ansiedad y estrés en la población trabajadora.

**Palabras clave:** salud mental, trabajadores, factores laborales, ansiedad, estrés, depresión.

## ABSTRACT

Work is one of the environments that most affects the physical and mental health of people and due to current changes such as teleworking, the increase in the use of information, the use of communication technologies and the types of hiring, are some of the factors that can explain the mental health problems present in workers. One of the most affected risk factors among workers who suffer from work stress is the psychosocial factor; Pressure, work overload and the company's over-demand of employees are the main causes of affectation in mental health. The effects of mental health problems on workers are evident in the low productivity of the company, intermittent work tasks, continuous disabilities and many other negative situations. Studies have confirmed the relationship that exists between labor factors arising from work conditions and the mental health behaviors of employees, this combination results in the appearance of mental disorders such as depression and anxiety that have a negative impact on the work performance and quality of life of a person. Within the labor context, when recognizing and analyzing the risk factors that have to do with safety and health at work, approaches to diseases that arise from physical labor actions typical of a specific position are generally established and There is little in-depth study that has to do with the difficulties or mental conditions to which workers may be compromised when carrying out their activities. The objective of this research project is to identify the labor factors that influence mental health problems in the workers of three companies in the Colombian Caribbean region.

This project is a cross-sectional study carried out on 80 workers from three companies in the Colombian Caribbean region. Mental health was evaluated using the DASS-21 questionnaire that measures the variables depression, anxiety and stress in people.

Within the results obtained, it was detected that 86.25% of the workers did not present depression, although 10% of the workers presented mild depression and 3.75% moderate depression. Regarding anxiety, most of the workers evaluated do not present this problem (85%), however, there are percentages of mild and moderate anxiety of 6.25% and 8.75% respectively. 92.5% do not have stress, 5% have mild stress and 1.25% of workers have moderate stress, however, we can see that 1.25% have severe stress.

This study concludes that labor factors such as the type of position, type of work, and seniority at work do influence the levels of depression, anxiety, and stress in the working population.

**Keywords:** mental health, workers, labor factors, anxiety, stress, depression

## REFERENCIAS

1. Organización Mundial de la Salud. Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. 2022. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
2. Ministerio de Salud y Protección Social. Colciencias. Encuesta Nacional de Salud Mental, 2015. Tomo 1. Bogotá D.C.; 2015.
3. Organización Mundial de la Salud. Día Mundial de la Salud Mental: la depresión es el trastorno mental más frecuente. 2012.
4. Organización Mundial de la Salud. La salud mental en el trabajo. 2022. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-at-work>
5. Rodríguez G, Tovar L. Salud mental y estrés laboral en docentes de una universidad privada de Cartagena en el periodo 2020. Tesis; Universidad Del Sinu Elías Bechara Zainúm Seccional Cartagena. Cartagena, Bolívar. <http://repositorio.unisinucartagena.edu.co:8080/xmlui/handle/123456789/226>
6. Mejía L, Arias Y. Análisis de los factores de riesgo que ocasionan estrés laboral en los trabajadores de la empresa Comercial y Servicios Larco S.A.S. sede Barranquilla. Tesis, Universidad ECCI (Escuela Colombiana de Carreras Intermedias). Bogotá. <https://repositorio.ecci.edu.co/handle/001/2580>
7. Palma-Contreras A, Ansoleaga E. Asociaciones entre factores de riesgos psicosociales, dimensiones organizacionales y problemas de salud mental, relacionados con la violencia laboral, en trabajadores de tres hospitales chilenos de alta complejidad. *Cad. Saúde Pública* 2020; 36(3):e00084219. doi: 10.1590/0102-311X00084219.
8. Matamala PJ, Aguayo FF. Mental health in mine workers: a literature review. *Ind Health*. 2021;59(6):343-370. doi: 10.2486/indhealth.2020-0178.
9. Mejía-Zambrano He, Ramos-Calsín L. Prevalencia de los principales trastornos mentales durante la pandemia por COVID-19. *Rev Neuropsiquiatr*. 2022; 85(1): 72-82. doi.org/10.20453/rnp.v85i1.4157.
10. Mingote AJ, Pino CP, Sánchez AR, Gálvez HM, Gutiérrez GM. El trabajador con problemas de salud mental: Pautas generales de detección, intervención y prevención. *Med. segur. trab.* 2011; 57(Suppl 1): 188-205. doi.org/10.4321/S0465-546X2011000500012.
11. Organización Mundial de la Salud. La salud mental en el lugar de trabajo: orientaciones a nivel mundial. 2019.
12. Mingote AJ, Núñez LC, Importancia de la consideración de la salud mental en la gestión de la salud laboral: una responsabilidad compartida. *Med. segur. trab.* 2011; 57(Suppl 1): 239-262. doi.org/10.4321/S0465-546X2011000500015.
13. Villca VJ, Moreno CR, Gómez VC, Vargas AA. Influencia de la pandemia del COVID-19 en la salud mental de los trabajadores en salud. *Gac Med Bol.* 2021; 44(1): 75-80.
14. Ministerio de la Salud. Ley 1616 de 2013. Bogotá; 2013.
15. Ministerio del Trabajo. Resolución 2404 de 2019. Bogotá; 2019.

16. Torales J, Barrios I, Moreno M. (2017). Modelos explicativos en psiquiatría. Rev. Científica. UCSA. 2017; 4(3): 59-70. doi.org/10.18004/ucsa/2409-8752/2017.004(03)059-070.
17. Hiriart GM. ¿De qué hablamos cuando hablamos de salud mental? Utopía y Praxis Latinoamericana, 2018; 23(83), 86-95. doi.org/10.5281/zenodo.14385700
18. Sarmiento SM, Suárez MJ. Salud Mental y desarrollo. Med. 2017; 39(3):246-254.
19. Félix VR, García HC, Mercado IS. El estrés en el entorno laboral. Revisión genérica desde la teoría. Cult. Científ. y Tecnol. 2018; 15 (64): 31-42.
20. Osorio JE, Cárdenas NL. Estrés laboral: estudio de revisión. Divers.: Perspectiva. psicol. 2017; 13(1): 81-90. doi.org/10.15332/s1794-9998.2017.0001.06 .
21. Talavera-Velasco B, Luceño-Moreno L, Martín-García J, Díaz-Ramiro EM. Asociación entre la percepción de condiciones laborales adversas y depresión: una revisión sistemática. Ansiedad y Estrés. 2017; 23(1); 45–51. doi.org/10.1016/j.anyes.2017.05.002
22. Correa DEL CID, M, T. La depresión y su impacto en la salud pública. Rev Méd Hondur. 2021; 89(1): 46-52.
23. Verdi-Estrada J, Cañedo-Galván M, Andrade-Tapia IE, Guzmán-Díaz G, Cisneros Herrera J. Vulnerabilidad cognitiva específica de la depresión. ESAT. 2021; 8(15):9-13.
24. Pego-Pérez ER, Rio-Nieto MC, Fernández I Gutierrez-Garcia. E. Prevalencia de sintomatología de ansiedad y depresión en estudiantado universitario del Grado en Enfermería en la Comunidad Autónoma de Galicia. Ene. 2018; 12 (2):225.
25. Soriano JG, Pérez-Fuentes MC, Molero MM, Begoña MT, González A. Beneficios de las intervenciones psicológicas en relación al estrés y ansiedad: Revisión sistemática y metaanálisis. Eur. j. educ. psychol. 2019; 12 (2): 191-206. doi: 10.30552/ejep.v12i2.283
26. Rivera-Rojas F, Ceballos-Vásquez P, Vilchez-Barboza V. Carga mental y la calidad de vida relacionada con salud en trabajadores. Salud Uninorte. 2020; 36(3): 545-557. doi:10.14482/sun.36.3.616.99
27. Organización Internacional del Trabajo, OIT. Factores Psicosociales en el Trabajo: Naturaleza, incidencia y prevención. Serie Seguridad, Higiene y Medicina del Trabajo, 1984; Núm. 56. Oficina Internacional del Trabajo, Ginebra, Suiza. <http://www.factorpsicosociales.com/wp-content/uploads/2019/02/FPS-OIT-OMS.pdf>
28. Tomasina F, Pisani A. Pros y contras del teletrabajo en la salud física y mental de la población general trabajadora: una revisión narrativa exploratoria. Arch Prev Riesgos Labor. 2022; 25(2): 147-161. doi: 10.12961/aprl.2022.25.02.07
29. Vargas H. Tipo de familia y ansiedad y depresión. Rev Med Hered. 2014; 25(2): 57-59.
30. Boss P. Family stress. Handbook of marriage and the family. 1987. 695–723. doi.org/10.1007/978-1-4615-7151-3\_25.

31. Martínez JM, Amadoe-Marin B, Guerra-Martín M. Estrategias de afrontamiento familiar y repercusiones en la salud familiar: Una revisión de la literatura. *Enfermería global*. 2017; 16(47): 576-604. doi.org/10.6018/eglobal.16.3.255721
32. Pérez-Ramos SP. Conciliación familia-trabajo y su relación con la salud mental y el apoyo social desde una perspectiva de género. *Dilemas contemp. educ. política valores*. 2021; 8(SPE1): 1-20. doi.org/10.46377/dilemas.v8i.2568
33. Huarcaya-Victoria J. Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. *Rev. perú. med. exp. Salud pública* 2020; 37(2):327-334. doi.org/10.17843/rpmesp.2020.372.5419
34. Mejía CR, Quispe-Sancho A, Rodríguez-Alarcón JF, Ccasa-Valero L, Ponce-López VL, Varela-Villanueva ES, et al. Factores asociados al fatalismo ante la COVID-19 en 20 ciudades del Perú en marzo 2020. *Rev haban cienc méd*. 2020;19(2): e3233.
35. Molina YA, Solano YH, Hernández YC, Guyat DC, Mederos YG. Manifestaciones psicológicas frente a la situación epidemiológica causada por la COVID-19. *Rev haban cienc méd*. 2020;19(0): e3350.
36. Pujadas SM, Pérez PF, García-Pazo P. Estrés y control percibido en trabajadores de emergencias. *Ansiedad y Estrés*. 2020; 26: 52-58. doi.org/10.1016/j.anyes.2019.12.005.
37. Valero E, Utzet M, Martín U. ¿Cómo afectan las distintas dimensiones de la precariedad laboral a la salud mental? *Gac Sanit*. 2022; 36(5): 477-483. doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.11.006.
38. Garzón DM, Rodríguez OF, Segura CA, et al. Síntomas de depresión y factores relacionados en trabajadores con empleos de subsistencia en Medellín, Colombia. *Rev Colomb Psiquiatr*. 2021. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.10.011>.
39. Morales C. Impacto de la pandemia por COVID-19 en la salud mental. *Enfermería Universitaria*. 2021; 18(2):1-4.
40. Restrepo-Martínez M, Escobar M, Marín LA, Restrepo D. Prevalence and clinical characteristics of depression and anxiety symptoms in staff at a health institution in Medellín during the COVID-19 Pandemic. *Rev Colomb Psiquiatr*. 2021:S0034-7450(21)00037-8.. doi: 10.1016/j.rcp.2021.02.001.
41. García-Iglesias JJ, Gómez-Salgado J, Fagundo-Rivera J, Romero-Martín M, Ortega-Moreno M, Navarro-Abal Y. Factores predictores de los niveles de burnout y work engagement en médicos y enfermeras: una revisión sistemática. *Rev Esp Salud Pública*. 2021;95:e202104046.
42. Ahumada M, Ansoleaga E, Castillo-Carniglia A. Acoso laboral y salud mental en trabajadores chilenos: el papel del género *Cad Saud Pública*. 2021;37(2):e00037220. doi: 10.1590/0102-311X00037220.
43. Erquicia J, Valls L, Barja A, Gil S, Miquel J, Leal-Blanquet J, Schmidt C, Checa J, Vega D. Impacto emocional de la pandemia de Covid-19 en los trabajadores sanitarios de uno de los focos de contagio más importantes de Europa. Recibido el 1 de junio de 2020 Aceptado el 9 de julio de 2020 On-line el 25 de julio de 2020. <http://www.elsevier.es/medicinaclinica>.

44. Mejia-R C, Chacon-I J, Enamorado-Leiva O, Garnica L, Chacon-Pedraza S, Garcia-Espinoza Y. Factores asociados al estrés laboral en trabajadores de seis países de Latinoamérica. Rev Asoc Esp Espec Med Trab vol.28 no.3 Madrid sep. 2019 Epub 13-Ene-2020.
45. Ruiz FJ, García-Martín MB, Suárez-Falcón JC, Odriozola-González P. The hierarchical factor structure of the Spanish version of Depression Anxiety and Stress Scale - 21. International Journal of Psychology and Psychological Therapy. 2017; 17(1): 97-105.
46. Rubbini NI. Los riesgos psicosociales en el teletrabajo. Departamento de Sociología de la Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación; 2012 [citado 13 de junio de 2023]. Disponible en: <https://www.aacademica.org/000-097/581>
47. Sagripanti Mazuquin OG. El efecto del burnout en la antigüedad en el puesto de trabajo: análisis mediacional de la ansiedad. ReiDoCrea: Revista electrónica de investigación Docencia Creativa [Internet]. 2012 [citado 13 de junio de 2023]; Disponible en: <http://hdl.handle.net/10481/21909>
48. J ALJ. Tecnología como fuente de estrés: una revisión teórica al concepto de tecnoestrés. Temas de Comunicación. 2010;(21):157-80.
49. Hernández Estrada A, Díaz Rojas A. Indicadores de vulnerabilidad al estrés en directivos y su relación con factores de estrés organizacional. Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río. junio de 2012;16(3):181-94.
50. P MA. El Estrés Laboral y su influencia en el trabajo. Industrial Data. 31 de diciembre de 2001;4(2):25-36.
51. Lastre G.A. Gaviria GG. Herazo BY. Mendinueta MM. Estresores Laborales En El Personal De Enfermería De Unidades De Cuidados Intensivos. Revista Latinoamericana De Hipertensión. 2018; 13(5):323-329 [https://www.revhipertension.com/r/h\\_5\\_2018/estresores\\_laborales\\_en\\_el\\_personal.pdf](https://www.revhipertension.com/r/h_5_2018/estresores_laborales_en_el_personal.pdf)