

Estrés laboral: influencia en desempeño de funciones de colaboradores

Leidy Katherine Ramirez Santos

Código estudiantil: 20082211962

Ysis Oriana Serrano Vargas

20102224585

Trabajo de Investigación presentado como requisito para optar el título de:
Especialista en Seguridad y salud en el trabajo

Tutor:

Diana Marcela Pantaleon Pinto

RESUMEN

El artículo se deriva de la investigación titulada: el estrés laboral y su influencia en el desempeño de funciones de los colaboradores en el Laboratorio Nutriendo. El objetivo principal fue identificar las causas del estrés laboral y la influencia que mantiene frente a las funciones desempeñadas, destacando factores y permitiendo en última instancia ofrecer algunas estrategias que permitan mitigar los efectos del estrés en entornos laborales. Metodológicamente se aborda el enfoque cuantitativo, bajo el método hipotético-deductivo, asumiendo un tipo descriptivo. La población se conformó por el personal del Laboratorio Nutriendo, tomando como muestra 30 colaboradores, a los cuales se les aplicó el cuestionario de evaluación de 360°. Entre los resultados se determinó que entre los factores generadores del estrés laboral se encuentra: que existe una tendencia de regular a la mala en el desarrollo de la competencia pensamiento estratégico, es decir que los trabajadores desconocen las decisiones tomadas por los directivos y gerencia, lo cual impide que exista una coordinación acertada y se visualicen mayores oportunidades para gestión. De igual manera, la desmotivación de los trabajadores suele ser perjudicial

en el estado de ánimo,
deseo de colaboración y espíritu de servicio para con la institución, es decir se incide
en el sentido de

pertenencia de los colaboradores. Se concluye que es indispensable que el
laboratorio nutriendo, promueve un cambio radical en los procesos de toma de
decisiones y en las acciones motivadoras que ejecutan, instando a mejorar las
condiciones emotivas para disminuir las tendencias a estrés laboral.

Palabras Clave: Estrés mental, condiciones laborales, actitud laboral, motivación,
toma de decisiones.

Work stress: influence on the performance of employees' duties

ABSTRACT

article is derived from the research titled: work stress and its influence on the
performance of functions of collaborators in the Nutriendo Laboratory. The main
objective was to identify the causes of work stress and the influence it maintains
against the functions performed, highlighting factors and ultimately allowing us to
offer some strategies to mitigate the effects of stress in work environments.
Methodologically, the quantitative approach is approached, under the hypothetical-
deductive method, assuming a descriptive type. The population was made up of the
Nutriendo Laboratory staff, taking 30 collaborators as a sample, to whom the 360°
evaluation questionnaire was applied. Among the results, it was determined that
among the factors that generate work stress is: there is a tendency to regulate the
bad in the development of the strategic thinking competence, that is, that workers
are unaware of the decisions made by managers and management, which which
prevents the existence of a correct coordination and visualizes greater opportunities
for management. In the same way, the demotivation of workers is usually detrimental
to the state of mind, desire for collaboration and spirit of service to the institution,
that is, it affects the sense of belonging of the collaborators. It is concluded that it is

essential that the nourishing

laboratory promote a radical change in the decision-making processes and in the motivating actions they carry out, urging to improve emotional conditions to reduce tendencies towards work stress.

Keywords: mental stress, working conditions, work attitude, motivation, decision making

REFERENCIAS

1. Acuña, A., Mendoza, R., & Pons, O. (2021). Burnout, engagement y la percepción sobre prácticas de gestión en pandemia por COVID-19 que tienen trabajadores del centro sur de Chile. *Estudios Gerenciales*, 37(158), 104-112. Recuperado de https://elearning.icesi.edu.co/revistas/index.php/estudios_gerenciales/article/view/4364/4138
2. Álvarez, L. S. (2012). Los estilos de vida: del individuo al contexto. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 30(1), 95-102. Recuperado de <https://revistas.udea.edu.co/index.php/fnsp/article/view/7817/10915>
3. Álvarez, L.; Herrera, P.; Lániz, C; González, J. (2022). Estrés laboral docente, e-learning y tiempo de COVID-19. Podium no.41 Samborondón jun./nov. 2022 Epub 30-Jun-2022. <https://doi.org/10.31095/podium.2022.41.7>
4. Armas, Y.; Llanos, M.; Traverso, P. (2018). Gestión del Talento Humano y nuevos escenarios laborales. Ecuador: Universidad ECOTEC. Disponible en: <https://www.ecotec.edu.ec/content/uploads/2017/09/investigacion/libros/gestion-talento-humano.pdf>
5. Arrobo, W. (15 de Octubre de 2013). Modelo de Gestión del Talento Humano por Competencias de la empresa CIMPEXA S.A. Disponible en: http://repositorio.ute.edu.ec/bitstream/123456789/1125/1/54735_1.pdf:

6. Atalaya, M. (2001). El estrés laboral y su influencia en el trabajo. *Industrial data*, 4(2), 25-36.
Recuperado de
<https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/idata/article/view/6754/5992>
7. Cancinos, A. (2015). Selección de personal y desempeño laboral. Universidad Rafael Landívar. Disponible en:
<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2015/05/43/Cancinos-Andrea.pdf>
8. Cañas Trujillo R. (2018). Implementar Un Programa De Pausa Activa A Los Empleados Del Club Campestre El Rancho Para Mejorar La Calidad De Vida Y Prevenir Las Enfermedades Profesionales. Bogotá: Udca, 2018, P. 5-12.
Disponible En:
<https://Repository.Udca.Edu.Co/Bitstream/11158/3006/1/322-Texto%20del%20art%C3%Adculo-516-1-10-20180206.Pdf>
9. Carrillo Torres J. (2018). Evaluación De La Estrategia De Pausa Activa En El Ministerio De Agricultura Y Desarrollo Rural. Tesis De Especialización. Bogotá: Universidad Distrital Francisco José De Caldas, P. 85-96. Disponible En:
<https://Repository.Udistrital.Edu.Co/Bitstream/Handle/11349/15750/Carrillotorresjuanalexander2019.Pdf?Sequence=9&Isallowed=Y>
10. Castañeda, L; Sánchez, A. (2022). Satisfacción laboral y Burnout en personal docente. *Retos* vol.12 no.24 Cuenca oct./mar. 2022.
<https://doi.org/10.17163/ret.n24.2022.03>
11. Castilla, S; Colihuil, R; Bruneau, J; Lagos, R. (2021). Carga laboral y efectos en la calidad de vida de docentes universitarios y de enseñanza media. *Revista Chakiñan* no.15 Riobamba sep./dic. 2021.
<https://doi.org/10.37135/chk.002.15.11>
12. Chiavenato, I. (1999). Administración de Recursos Humanos, Santafé de Bogotá, Colombia: Mc Graw Hill, 5ta. Edición.

13. Chiavenato, I.

(2009). Gestión del Talento Humano. En I. Chiavenato, Gestión del Talento Humano. México, D.F.: McGraw/Interamericana Editores S.A., 10.

14. Chiavenato, I. (2010). Recursos Humanos, México: Mc Graw Hill.

15. Chuchuca, J; Mora, A. (2020). El estrés laboral y el impacto en el desempeño del personal en el Hospital Aida León de Rodríguez Lara. Girón- Azuay Junio- Noviembre. Universidad Politécnica Salesiana.

<https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/19734/1/UPS-CT008939.pdf>

16. Escamilla, C; Montaguth, M; Sarmiento C; Vesga, D. (2018). Estrés laboral en los colaboradores de una empresa de confecciones de la ciudad de Cucuta. Universidad Simon Bolivar.

<https://bonga.unisimon.edu.co/handle/20.500.12442/6270?show=full>

17. Gravante, T., & Poma, A. (18 de Octubre de 2018). *Manejo emocional y acción colectiva: las emociones en la arena de la lucha política*. Obtenido de Redalyc: <https://www.redalyc.org/journal/598/59858025005/>

18. Gutiérrez, E. (01 de enero de 2018). *Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional de la Policía Nacional del Perú de Lima Metropolitana*. Obtenido de Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional de la Policía Nacional del Perú de Lima Metropolitana:

<https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/9626>

19. Hernández, R; Fuentes, M; Martínez, C. (2020). La influencia del Estrés Laboral en el Desempeño de los trabajadores en la empresa LGM Gestión Empresarial S.A.S. Corporación Universitaria Iberoamericana.
<https://repositorio.ibero.edu.co/bitstream/handle/001/1061/La%20influencia%20del%20estr%C3%A9s%20laboral%20en%20el%20desempe%C3%B1o%20de%20los%20trabajadores%20en%20la%20empresa%20LGM%20Ges%20ti%C3%B3n%20Empresarial%20S.A.S.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

20. Hernández, T;

Carrión, M. (2021). Riesgos laborales de tipo psicosocial y desgaste psíquico en trabajadores de una administración pública mexicana. *Salud, Barranquilla* vol.37 no.3 Barranquilla Sep./Dec. 2021 Epub May 12, 2022 <https://doi.org/10.14482/sun.37.3.613.62>

21. Koontz, H., Weihrich, H., & Cannice, M. (2012). *Administración: Una perspectiva Global y Empresarial* (Décimocuarta ed.). México: Mac Graw Hill.

22. Llanos, M. (2015). El desarrollo del Bournout y la Calidad de Vida en el trabajo. Congreso Internacional CLADEA (págs. 1-15). ValParaíso-Chile: Consejo Latinoamericano de Escuelas de Administración.

23. Manrique, A; Avendaño, B; Galvis, E; Ferro, J. (2021). Relación entre síndrome de Burnout y riesgo psicosocial intralaboral en profesionales sociales. *Divers.: Perspect. Psicol.* vol.17 no.2 Bogotá July/Dec. 2021 Epub July 01, 2021. <https://doi.org/10.15332/22563067.7077>

24. Marqués, C; Saraiva, R. (2022). Daños a la salud de los trabajadores de enfermería debido a la pandemia COVID-19: una revisión integradora. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412022000200517&lang=en

25. Ministerio De Trabajo. (2007). *Guía De Atención Integral De Salud Ocupacional Basada En La Evidencia Para Desórdenes Músculo Esquelético (Dme) Relacionados Con Movimientos Repetitivos De Miembros Superiores (Síndrome De Túnel*

Carpiano, Epicondritis Y Enfermedad De De Quervain). Bogotá: Imprenta Nacional, 2007, P. 8-63. Disponible En:

<https://www.misgost.com/Pagina/Guia---Gatiso-Dme>

26. Monterrosa-Castro, Á., Dávila-Ruiz, R., Mejía-Mantilla, A., Contreras-Saldarriaga, J., Mercado-Lara, M., & Florez-Monterrosa, C. (2020). Estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales

colombianos. *MedUNAB*, 23(2), 195-213.

Recuperado de

<https://revistas.unab.edu.co/index.php/medunab/article/view/3890/3280>

27. Muñoz, L., Suarez, E., Suarez, L., & Silva, J. (18 de Febrero de 2020). *La empatía y el desarrollo de las habilidades sociales en la formación de sujetos emocionales para la vida*. Obtenido de Universidad pedagógica Nacional:

<http://repository.pedagogica.edu.co/handle/20.500.12209/12816?show=full>

28. Pinillos, Y; Acosta, M; Jiménez, S; Gauna, A. (2022). Factores psicosociales en residentes de especialidades médicas en Barranquilla. Dimensiones demandas de trabajo. *Rev. Salud pública* vol.24 no.2 Bogotá Mar./Apr. 2022 Epub Aug 20, 2022. <https://doi.org/10.15446/rsap.v24n2.97527>

29. Rivera A. (2017). Efecto De La Carga De Trabajo En El Desempeño De Los Trabajadores. Tesis De Especialización. Bogotá: Universidad Militar Nueva Granada, 2017, P. 5-6. Disponible En: https://Repository.Unimilitar.Edu.Co/Bitstream/Handle/10654/16216/Riveras_anche?Sequence=1

30. Sanchez, B. (01 de Enero de 2015). *La teoría de la mente en la base de la inteligencia emocional según el modelo de Mayer y Salovey (1997)*. Obtenido de DIANET: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=133047>

31. Soto Rodríguez F & Muñoz Poblete C.(2018). Percepción Del Beneficio Del Ejercicio Para La Prevención De Trastornos Músculo-Esqueléticos. Una Perspectiva Del Trabajador. *Revista Ciencia Y Trabajo*, Vol. 61 De Enero-Abril De 2018, P. 120-135.

32. Sucapuca, E; Yapu, L; Mamni, O; Turpo, J. (2022). Efecto de la carga de trabajo y estrés sobre la percepción del teletrabajo en docentes peruanos: Rol mediador de la satisfacción laboral. *Rev Asoc Esp Espec Med Trab* vol.31 no.1 Madrid mar. 2022 Epub 23-Mayo-2022. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-62552022000100008&lang=en

33. Torres, A;
Colorado, F; Gaviria, R. (2020). Influencia de los niveles de estrés en el desempeño laboral de los colaboradores del Almacén Sandraagro en el departamento Caqueta. Universidad ECCI.
<https://repositorio.ecci.edu.co/bitstream/handle/001/831/NIVELES%20DE%20ESTRES%20EN%20EL%20DESEMPE%C3%91O%20%20LABORAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
34. OIT (2020). Empresas y Covid-19. *Organización Internacional del Trabajo*. Recuperado de https://www.ilo.org/empent/areas/business-helpdesk/WCMS_741035/lang--es/index.htm
35. Osorio, J. E., & Niño, L. C. (2017). Estrés laboral: estudio de revisión. *Diversitas*, 13(1), 81-90. Recuperado de <https://revistas.usantotomas.edu.co/index.php/diversitas/article/view/3494>
36. Valle, K. (2021). La sobrecarga laboral del personal de enfermería que influye en la atención a pacientes. *Revista San Gregorio vol.1 no.47 Portoviejo sep./nov. 2021*. <https://doi.org/10.36097/rsan.v1i47.1966>
37. Vásquez, J; Guzmán, E. (2021). Calidad de vida, Burnout e indicadores de salud en enfermeras/os que trabajan con turnos rotativos. *Univ. Salud vol.23 no.3 Pasto Sep./Dec. 2021 Epub Sep 01, 2021*.
<https://doi.org/10.22267/rus.212303.237>
38. Zaidman, H. (2016). Proceso de reclutamiento y selección de personal en la empresa de administración y mantenimiento del estacionamiento de un centro comercial ubicado en Valencia Estado Carabobo. Universidad de Carabobo. Disponible en:
<http://mriuc.bc.uc.edu.ve/bitstream/handle/123456789/3840/hzaidman.pdf?sequence=1>