UNIVERSIDAD FRANCISCO GAVIDIA

FACULTAD DE JURISPRUDENCIA Y CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA DE PSICOLOGIA

"FACTORES CAUSANTES DE ESTRÉS EN LOS TRABAJADORES DE LA RECOLECCIÓN DE DESECHOS SÓLIDOS DE LA ALCALDÍA MUNICIPAL DE CUIDAD DELGADO"

PRESENTADA POR:

CLAUDIA LISSETTE HERNÁNDEZ CHACAREÑO
MARÍA ELENA RODRÍGUEZ GARCÍA
NORA ALICIA ARÉVALO PAZ

TÉSIS PARA OPTAR AL TITULO DE LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

SAN SALVADOR, NOVIEMBRE DEL 2004

UNIVERSIDAD FRANCISCO GAVIDIA

FACULTAD DE JURISPRUDENCIA Y CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA DE PSICOLOGIA

ING. MARIO ANTONIO RUIZ
RECTOR

LICDA. ROSARIO MELGAR DE VARELA
DECANA

LICDA. TERESA DE JESÚS GONZÁLEZ DE MENDOZA
SECRETARIA GENERAL

UNIVERSIDAD FRANCISCO GAVIDIA

FACULTAD DE JURISPRUDENCIA Y CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA DE PSICOLOGIA

TRIBUNAL CALIFICADOR DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN

LIC. MARIO ALBERTO CASTRO
PRESIDENTE

LIC. RENÉ ELGAR MEJIA
VOCAL

LIC. FÉLIX EVANGELISTA
VOCAL

LIC. MAURICIO MORAN MÓNICO
ASESOR

LE AGRADEZCO A DIOS, A MI ESPOSO Y FAMILIA POR SU APOYO Y A TODAS LAS PERSONAS QUE DE UNA U OTRA MANERA HICIERON POSIBLE ESTE IDEAL.

CLAUDIA CHACAREÑO.

LE AGRADEZCO A DIOS TODO PODEROSO, POR PERMITIRME CULMINAR CON ÉXITO LO QUE UN DÍA PARA MI FUE UN SUEÑO; ASÍ COMO A MIS HIJAS Y A MI HIJO POR INSPIRARME FUERZA DE VOLUNTAD; A MI ESPOSO POR ACOMPAÑARME EN ESTE PROCESO DE FORMACION, A MI HERMANO, A MI MADRE QUE SIEMPRE HA ESTADO PRESENTE Y A MI PADRE; ASÍ COMO A TODOS AQUELLOS QUE HICIERON POSIBLE MI REALIZACION.

MARIA ELENA RODRIGUEZ GARCIA

AGRADEZCO SOBRE TODO A "DIOS " TODOPEROSO POR HABERME PERMITIDO TERMINAR MI CARRERA DE Lic. En Psicología.

A mi hija que me apoyó en todo momento de su vida con amor y con aliento para seguir adelante.

A mis padres (fallecidos),a mi familia completa por haberme ayudado a continuar y no desmayar.

A una persona muy especial "mi Pareja" que me brindó su tiempo libre , su apoyo moral y su amor y pacincia.

Y a todas las personas que de una u otra manera estuvieron conmigo siempre.

Nora Alicia Arévalo Paz.

INDICE

PAG.

INTRODUCCIÓN 2

CAPITULO 1

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....… 4

1.0. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA 4
1.1. JUSTIFICACIÓN 5
1.2. OBJETIVOS 7
1.2.1. General 7
1.2.2. Especifico 7
1.3. ALCANCES Y LIMITACIONES 8
1.3.1. Alcances 8
1.3.2. Limitaciones 8

CAPITULO 2

MARCO TEORICO .....….....…..9

2.1. ANTECEDENTES HISTORICOS .....…..9
2.2. CONSECUENCIA DEL ESTRÉS …….....12
2.2.1. Efectos Psicológicos ….....12
2.2.2. Efectos Psicosociales ……..……...12
2.2.3. Efectos Biológicos ……..……...13
2.2.4. Efectos Laborales ……. ….……13
2.3. TEORIAS RELACIONADAS CON EL ESTRÉS.. … . ……. 13
2.3.1. Teoría Psicológica ……13
2.3.2. Teoría Biológica .....…. 15
2.3.3. Teoría Social 15
2.3.4.Teoría Industrial ..……..16
2.4. FACTORES PSICOSOCIALES Y ORGANIZATIVOS 16
2.4.1. Trastornos del Estrés ……18
2.4.2. Estrés Laboral ……20
2.4.3. Concepto De Estrés ..……..20
2.5. DEFINICION DE ESTRÉS DE ALGUNOS TEORICOS……21
2.5.1. Estudios realizados sobre el Estrés Psicológico ……21
2.5.2. Definiciones sobre el Estrés Psicosocial ……23
2.6. EFECTOS TARDIOS DEL ESTRÉS ……25
2.7. ESTRÉS Y EMFERMEDAD ……27
2.8. ESTRESY TOLERANCIA ……..……27
2.8.1. Estrés ……..……27
2.8.2. Tolerancia ..……..……28
2.9. EFECTOS DE BAJA TOLERANCIA AL ESTRÉS ……..……28

2.10. MARCO CONCEPTUAL ..……..……29

CAPITULO 3

3.1. PLANTEAMIENTO DE HIPÓTESIS 35
3.1.1. Hipótesis General 35
3.1.2. Hipótesis Específica 35
3.2. MATRIZ DE CONGRUENCIA 36
3.3 OPERACIONALIZACION DE VARIABLES ……..37

CAPITULO 4

4. METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION 38
4.1. Tipo de Estudio 38
4.2. Población y Muestra 39
4.3. Instrumentos para colectar datos 39
4.3.1. Escala de acontecimientos vitales …. …. ……39

4.3.2. Cuestionario sociodemográfico …….……42
4.3.3. Procedimiento ……43
4.3.4. Prueba piloto ……...….43
4..4. Trabajo de campo ……...……..44
4.4.1. Forma de aplicación del instrumento ……45

CAPITULO 5

5.1.Análisis e interpretación de Resultados ……..……46
5.2 Análisis de la prueba de hipótesis ……..52
5.3. Análisis Descriptivo ….....54
5.4 Análisis inferencial ……..55
5.5 Prueba de hipótesis ……..55
5.6 Tablas de contingencia de grados de libertad ……..56

CAPITULO 6

6.1.Conclusiones .....….. 58
6.2. Recomendaciones ……..59

BIBLIOGRAFIA .....….63

ANEXOS .....…65

INTRODUCCIÓN

En El Salvador, la recolección de desechos sólidos por las municipalidades inicia en los años 60`s, esta fue administrada de forma concesionada por el señor Francisco Sabater.

Inicialmente el personal relacionado con esta actividad estaba formado por 100 trabajadores, recibían un salario de ¢ 2.50 colones diarios. No contaban con equipos de protección, ni con prestaciones sociales y su jornada laboral era única. En 1965 los trabajadores organizados presentan sus demandas reivindicando las jornadas en dos turnos; de 4:00 am a 12:00m y de 1:00 pm a 6:00 pm, con un personal rotativo. Siendo más estresante la jornada vespertina.

El tema de la recolección de desechos sólidos es muy comentado a nivel nacional e internacional, la preocupación se enfoca fundamentalmente en la contaminación ambiental, necesidad de rellenos sanitarios, uso de contenedores y equipo sofisticado para la recolección. Dejando de lado el estrés que siempre sufre el trabajador; Cuando éste debería ser igual de importante.

Cabe mencionar que hasta ahora no se ha tomado en cuenta las particularidades del personal que se desempeña en esta actividad, considerada agitada, con mucha presión psicológica y que es causante de estrés. Es inevitable que el estrés es una enfermedad de tipo psicológico, que se manifiesta Biológicamente y considerada por mucho tiempo la enfermedad del siglo; la sobrecarga impuesta afecta actualmente a muchas personas en su vida cotidiana, razón por la cual se hace necesario su estudio a fin de determinar sus posibles causas, e identificar sus consecuencias.
El presente estudio, esta estructurado de la manera siguiente:

Capitulo I, planteamiento del problema, descripción del problema, justificación, objetivos, alcance y limitación acerca del problema investigado.El Capitulo II Contiene el marco teórico en el cual se expone los antecedentes históricos del problema, teorías relacionadas con el estrés, respuestas del organismo ante el estrés, factores psicosociales organizativos, definición de estrés de algunos teóricos, efectos tardíos del estrés, estrés y enfermedad, estrés y tolerancia, efectos de baja tolerancia al estrés y marco conceptual. Capitulo III, plantea el sistema de hipótesis bajo el cual se sustenta la investigación realizada,Capitulo IV contempla la metodología y tipo de estudio de la investigación, Capitulo V, Sistematización de datos y respectivo análisis.

Capitulo VI, se plantea las conclusiones y recomendaciones, producto de la investigación realizada. Así como también se incluyen anexos.

CAPITULO 1

Planteamiento del problema

¿ Cuales serán los factores causantes de estrés en los trabajadores de la recolección de desechos sólidos de la Alcaldía Municipal de Ciudad Delgado?

1.0. Descripción del Problema

En la Alcaldía Municipal de Ciudad Delgado existen varios Departamentos y cada uno tiene una labor especifica entre estos se encuentra el Departamento de Recolección de Desechos Sólidos.

Este Departamento se encarga de limpiar el municipio durante la semana trasladando los desechos hasta el relleno sanitario ubicado en Nejapa en un tiempo determinado .Algunos empleados se quejan frecuentemente de dolores de espalda, cabeza y otros manifiestan que el trabajo es agotador . A estos empleados no se les presta la debida atención para entender los efectos del estrés producto de la actividad que estos desempeñan , a pesar de que su labor es importante a ellos en particular no se les da la mayor atención en cuanto a salud mental.

El Diagnóstico presentado por el ISSS en el año (2000) reporta un alto índice de accidentes de trabajo en los trabajadores de la recolección de desechos

sólidos; y todos relacionados con la falta de equipo de protección, pero nunca con el Estrés que sufren y cómo este afecta su diario vivir.

1.1. Justificación

El mundo actual implica una época de grandes cambios, con ritmos de vida enormemente acelerados, mayor demanda de competencia y especialización. Continua reformulación de objetivos, metas, estrategias, entre otros aspectos. Este entorno exige a las personas, mayor grado de autonomía, flexibilidad, iniciativa, seguridad en sí mismo y capacidad para moldearse a situaciones nuevas. Las contrariedades y exigencias que cotidianamente debe enfrentar la humanidad, propician estar sometidos al estrés y sus posibles consecuencias negativas para su salud física y psicológica.

El Fisiólogo Walter Canon[1] (1932), en sus investigaciones, hace referencia sobre que al estrés se le hace responsable de aspectos tan diversos como: "la primera úlcera gástrica de un ejecutivo, el accidente laboral de cierta persona, la incapacidad de un individuo para disfrutar de las relaciones sexuales con su pareja o su inexplicable depresión". De ahí que en la actualidad, investigaciones multidisciplinarias se proyecten al estudio desde la perspectiva de cómo controlar el estrés.

[1] Walter Canon Fisiólogo (1932)

Como estudiantes de Psicología, existe un interés muy particular por indagar como incide el estrés en el ambiente Psicológico, Biológico, Social y laboral; Así como el nivel de riesgo y enfermedades.

Sobre las personas que trabajan en la recolección de desechos sólidos, es poco o casi nada lo que se conoce. Estos trabajadores están sometidos a diferentes factores de riesgo, su impacto se refleja en las bajas laborales por enfermedad; de acuerdo a diagnostico del ISSS año (2000); en donde los accidentes laborales van a la vanguardia y muchas veces debido al estrés.

Como características propias de esta actividad pueden identificarse diferentes niveles de riesgos tanto en la recolección domiciliar, como en la recolección de desechos peligrosos (hospitalarios-biológicos-infecciosos.) Algunos trabajadores manifiestan que la población externa considera esta actividad además de insalubre, la más degradante; “eso influye en su autoestima”.

Esta tarea es considerada muy agitada y con mucha presión psicológica debido a que el tiempo establecido por la Gerencia es de 6 horas y media; con un recorrido de aproximadamente 40 Km, incluyendo el deposito de la basura en el relleno sanitario, ubicado en Nejapa. No son considerados otros factores tales como que entre la basura se encuentren vidrios, jeringas, objetos contaminantes y ramas secas que pueden causar accidentes en los trabajadores que ejecutan esta actividad; otro factor es la rapidez con la que

tienen que desplazarse, arriesgándose a ser atropellados , aun por el mismo camión recolector.

En este sector de trabajadores, se observa el consumo de bebidas embriagantes, tabaco y en algunos hasta marihuana; así como problemas intra familiares. Con frecuencia presentan enfermedades desconocidas por ellos y son relacionadas a otro tipo de problemas menos al estrés.

De lo expuesto anteriormente queda cada vez más claro la necesidad de encontrar mecanismos de control con el fin de minimizar el estrés. Por esta razón es importante investigar cómo el estrés afecta en lo Biológico, Psicológico, social y laboral a los trabajadores de la recolección de desechos sólidos de la alcaldía de Ciudad Delgado.

1.2. Objetivos

1.2.1. General

Identificar los factores causantes de estrés Biológico, Psicológico, Social y Laboral en los trabajadores de la recolección de desechos sólidos de la Alcaldía Municipal de Ciudad Delgado

1.2.2. Específicos

1. Identificar los factores causantes de estrés físico-biológico en los trabajadores de la recolección de desechos sólidos.

2. Identificar los factores causantes de estrés psicológico en los trabajadores de la recolección de desechos sólidos.

1.3. Alcance y Limitaciones

1.3.1. Alcance

1. Identificar los factores Biopsicosocial y laboral de mayor incidencia causantes de estrés en los trabajadores de la recolección de desechos sólidos.

1.3.2. Limitaciones

1. Problemas de lectura mecánica y comprensiva, dificultando la autoaplicación de los instrumentos .

CAPITULO II

Marco Teórico

2.1 Antecedentes Históricos del Estrés.

El concepto de estrés fue introducido por primera vez en el ámbito de la salud por Hans Selye (1926). En la actualidad, es uno de los términos más utilizados. Partió de un concepto físico haciendo referencia a una fuerza o peso que cuerpo. Selye (1956), no hace referencia al estimulo, peso o fuerza; Sino a la respuesta del organismo ante el estrés. Utiliza el termino estrés para describir la suma de cambios inespecíficos del organismo en respuesta a un estimulo o situación estimulante. El término se ha utilizado con múltiples significados y ha servido tanto para designar una respuesta del organismo, como para señalar los efectos producidos ante repetidas exposiciones a situaciones estresantes.

ESTRÉS: En Psicología y Fisiología, se emplea con el sentido de sobrecarga impuesta en el individuo creado por un estado de tensión originado por múltiples causas. (Exceso de responsabilidad familiar o laboral, agotamiento muscular y situación de peligro físico.)

Tras controvertidas discusiones científicas sobre si el estrés era el estimulo o la respuesta del organismo, los autores Paterson y Neufel (1984)[2], comienzan a considerar el termino estrés como un termino genérico que hace referencia a un área o campo de estudio determinado; Llegando a concluir que el estrés es un trastorno que somete a las personas a enfrentar demandas que sobrepasan sus fuerzas físicas y psíquicas.

Desde el punto de vista psicológico se menciona que los factores a considerar son: la sintomatología, el curso, antecedentes de un acontecimiento biográfico capaz de producir una reacción a estrés agudo y la presencia de un cambio vital significativo, que da lugar a situaciones desagradables persistentes que llevan a un trastorno de adaptación (CIE-10). Cuando la respuesta de estrés es demasiado frecuente, intensa y duradera puede tener repercusiones negativas.

Ivancevich y Matteson (1989) [3]citan que fue Walter Cannon (1932) quien adoptó el término stress y en sus estudios habló sobre los "niveles críticos del estrés" definiéndolos como aquellos que podrían provocar un debilitamiento de los mecanismos homeostáticos (Acuñó el término homeóstasis para referirse al mantenimiento del medio interno).

---

[2] (1984) Parámetros del Estrés, Pág. 20
[3] Ivancevich y Matteson (1989) Libro " Estrés y Trabajo".

La mayoría de investigadores han encontrado que las reacciones tanto positivas como negativas, incluyen aspectos individuales y diferencias culturales; Estos factores pueden determinar que un hecho, sea sin trascendencia para una persona y que para otras desencadene violentas respuestas; ya que ambos factores suponen cambios que exigen adaptarse a nuevas circunstancias.

Susan L. Lind y Fred L. Otte, 2000).[4] . El estrés laboral es un costoso egreso empresarial que afecta tanto la salud de los empleados, como a las utilidades de la compañía. Aseguran que una persona trabaja 8 horas o más, la actividad continua puede presentar en el trabajador índice de estrés afectando su salud física y mental; y su desempeño en la empresa.

El estrés debe de verse desde otra perspectiva, no sólo desde el ámbito laboral. Debe tomarse en cuenta que el estrés afecta al trabajador desde diferentes ámbitos tales como en lo biológico, psicológico y social. Los sucesos diarios estresantes de pequeña intensidad según algunos autores, pueden provocar efectos psicológicos y biológicos más impactantes que los que puedan generar acontecimientos, cómo la muerte de un familiar.

Wallace y Szelagi (1982) Sostienen que gran variedad de condiciones organizacionales y ambientales son capaz de producir estrés y que los

individuos responden a la misma condición de manera diferente. La intensidad y el grado de estrés son difíciles de predecir en el individuo mismo; sus consecuencias provocan cambios Psicológicos "conductuales" o enfermedades crónicas.

2.2. CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS

2.2.1. Efectos Psicológicos:

Ansiedad, agresión, apatía, aburrimiento, depresión, fatiga, frustración, culpabilidad, vergüenza, irritabilidad y mal humor, melancolía, baja autoestima, amenaza y tensión, nerviosismo, soledad y aspectos cognitivos; Incapacidad para tomar decisiones y concentrarse, olvidos frecuentes, hipersensibilidad a la crítica y bloqueo mental.

2.2.2. Efectos Psicosociales:

- Propensión a sufrir accidentes, drogadicción, arranques emocionales, excesiva ingestión de alimentos o pérdida de apetito, consumo excesivo de alcohol o tabaco, excitabilidad, conducta impulsiva, habla afectada, risa nerviosa, inquietud, temblor.

---

[4] El estrés como respuesta (Latín Salud.com 2000)

2.2.3 Efectos Biológicos:

- Aumento de las catecolamina (hormonas) y corticoides en sangre y orina, elevación de los niveles de glucosa sanguíneos, incrementos del ritmo cardiaco y de la presión sanguínea, sequedad de boca, exudación, dilatación de las pupilas, dificultad para respirar, escalofríos, nudos de la garganta, entumecimiento y escozor de las extremidades.

2.2.4.Efectos Laborales*:*

- Ausentismo, relaciones laborales pobres y baja productividad, alto índice de accidentes y de rotación del personal, clima organizacional pobre, antagonismo e insatisfacción en el trabajo.

2.3. TEORIAS RELACIONADAS CON EL ESTRÉS

2.3.1. Teoría Psicológica

Lazarus y Susan Folkman; Definieron el estrés psicológico como una relación particular entre la persona y el entorno, valorada por la persona como una situación que le sobrepasa o pone en peligro su bienestar (1984, p 19).

Aspectos significativos de esta definición. Lazarus y Folkman adoptan una posición basada en la interacción, afirmando que el estrés hace referencia a una relación existente entre la persona y el entorno. También considera que la

clave de esta interacción es la valoración personal de la situación psicológica. Por ultimo creen que esta situación debe considerarse como una condición amenazante, desafiante o peligrosa.

RESPUESTA DEL ORGANISMO ANTE EL ESTRÉS:

La respuesta del organismo es proporcional a la intensidad de la agresión. “La gente puede estar expuesta a una serie de agentes como el frío, trabajo muscular pesado y ansiedad, que al principio tenían un efecto muy alarmógeno; sin embargo, por una prolongada exposición mas temprana o más tarde, todas las resistencias se desmoronan y el agotamiento sobreviene”. La enfermedad de adaptación sobreviene como consecuencia de la incapacidad del organismo para hacer frente a la agresión mediante una reacción de adaptación adecuada. Los principales reguladores del estrés son el cerebro, el sistema nervioso, la hipófisis, la tiroides, las suprarrenales, el hígado, los riñones, el páncreas, los vasos sanguíneos, los glóbulos blancos y las células del tejido conjuntivo.

Existen una serie de hormonas propias del estado de estrés y la reacción de alarma pone en alerta a todo el organismo. La mala adaptación del organismo ante tanto agente agresor mantenido en el tiempo, baja las defensas y predisponen además a las enfermedades nerviosas y mentales.

2.3.2. Teoría Biológica:

El fisiólogo Walter Cannon (1871-1945),[5] introduce el término estrés para referirse a la reacción fisiológica provocada por la percepción de situaciones aversivas o amenazantes.

Desde el punto de vista biológico se pueden definir los estímulos o situaciones en estresores, que por su capacidad para producir cambios fisiológicos en el organismo, automáticamente disparan la respuesta de estrés, causando enfermedades como: Colitis, Ulceras Gástricas, Migrañas, Gastritis, Lumbago Los estímulos aversivos pueden producir, además de respuestas emocionales negativas, un daño en la salud de las personas. Por ejemplo los sucesos familiares que causan estrés, como mudanzas, cambio de empleo, divorcio y muerte. Muchos de estos efectos dañinos no son producidos por los propios estímulos. Si no por las reacciones a ellos. Por tanto la expresión de las emociones negativas puede tener efectos negativos, sobre quienes las experimentan y sobre aquellas con quienes interactúan.

2.3.3. Teoría Social:

Los teóricos Lazarus y Folkman (1984) consideraron la salud y la energía como una de las fuentes importantes de afrontamiento. Los individuos fuertes y saludables pueden responder mejor a las demandas externas e internas que las

[5] El Choque traumático, 1923. Pág. 40

personas débiles, enfermas y cansadas. Dentro de estas resistencias aparecen las habilidades sociales. La confianza que uno tiene en su propia capacidad de hacer que otras personas colaboren puede constituir una importante fuente de manejo del estrés. Íntimamente relacionado con este recurso está el Apoyo social o la sensación de aceptación, afecto o valoración por parte de otras personas.

Según esta teoría existen circunstancias que el individuo experimenta cuando se relaciona con su medio ambiente y con la sociedad que lo rodea y éstas muchas veces pueden convertirse en algo nocivo para la salud y el equilibrio de su relación con los demás y el trabajo mismo provocando el estrés.

2.3.4. Teoría Industrial:

Vitaliano y Cols. ,1988) Establecieron diversos estudios han confirmado que la combinación entre una exigencia elevada y un escaso nivel de control produce estrés a la vez que está relacionada con las enfermedades cardiovasculares.

El avance tecnológico ha provocado que el trabajo manual, artesanal sea reemplazado por un trabajo mecanizado, automatizado, en cadena, a veces viable, pero muy veloz, quizá menos fatigoso físicamente. Por otra parte, la sociedad organizada pide a sus miembros una calma aparente y que soporten presiones sin protestar. Todo lo anterior, potencia los factores causantes de estrés.

La Organización Internacional del Trabajo (OIT) se refiere al estrés laboral en los siguientes términos: " Esta enfermedad es un peligro para las economías de los países industrializados y en vías de desarrollo. Resiente la productividad, al afectar la salud física y mental de los trabajadores". Múltiples estudios epidemiológicos han demostrado que la salud está relacionada con factores psicosociales presentes en el trabajo y que la función de esos factores, tanto con respecto al estado de salud como a las causas de la enfermedad, es de alcance relativamente general.

2.4 FACTORES PSICOSOCIALES Y ORGANIZATIVOS

Los factores que provocan el estrés pueden atribuirse a aspectos relacionados a la organización o a factores personales que surgen en la vida privada del empleado. Los estresores se pueden clasificar en extraorganizacionales e intra organizacionales.

Los primeros: Son eventos o situaciones ajenos a la vida laboral inmediata de la persona pero que influyen en el trabajo y en el desempeño.

Los segundos: Se relacionan con la fuente inicial del estresor y puede ser de tres tipos: individuales, grupales y organizacionales.

Los investigadores Sarason (1988)[6] afirman que las situaciones que despiertan estrés pueden analizarse en términos de su: duración, gravedad, predictibilidad, grado de pérdida de control, grado de confianza que la persona tiene en sí misma y de lo que repentinamente ha aparecido la situación.

2.4.1. LOS TRASTORNOS AL ESTRÉS

Señalan también como los trastornos reactivos, breves o prolongados, que son desadaptaciones al estrés; los trastornos postraumáticos al estrés que son ocasionados por la ansiedad y los trastornos disociativos en los que las personas utilizan una variedad de maniobras para escapar de las angustias y conflictos despertados por el estrés. Drogas, alcoholismo y violencia familiar.

Mario Timio (1983) [7]al reseñar varios estudios sobre el estrés, encontró que éste puede surgir del contexto social donde vive la persona y que una lista de situaciones productoras de estrés creadas por el contraste entre el sistema organizativo y la idiosincrasia personal puede ser la siguiente:

1. Estrés debido a los rápidos cambios ambientales y tecnológicos que progresan hacia la institucionalización.

[6] Sarason, Relaciones Personales, Implicaciones para la Psicología, Limites y Personalidad, 2000
[7] www.mastery.com/estrés.htm

2. Estrés a nivel individual producido por modificaciones del papel personal en el ámbito de cierto contexto social y laboral (arranque de una carrera, realización de proyectos, éxitos personales) etc.

3. Estrés originado por las relaciones con el grupo (familia, grupo de trabajo y amigos)

4. El estrés surgido de la polivalencia de papeles que se ejercen en el contexto social en el cual se actúa.

Factores del ámbito laboral que pueden incidir para que haya presencia de estrés en trabajadores, según Mario Timio (1983) son los siguientes:

- Falta de tiempo
- Situaciones incontrolables constantes
- Distracciones ajenas a tareas especificas
- Falta de espacio en su ámbito laboral
- Incertidumbre general
- Mucha carga de trabajo
- Perdida de discrecionalidad o de control en las tareas
- Falta de apoyo por jefes o compañeros
- Demandas extremas por responsabilidades, tareas repetitivas y bajos salarios.

Afirma que los factores que se pueden modular ante la respuesta de los elementos que generan estrés son la constitución personal y hereditaria, el carácter, la cultura y la educación, entre otros.

2.4.2. Estrés Laboral.

El Fisiólogo Selye en (1975), describió lo que se ha dado en llamar " síndrome de adaptación general ", que se caracteriza por una exposición prolongada al estrés. Desde entonces se ha convertido en un concepto muy útil para explicar diversas situaciones derivadas del ritmo de trabajo y su volumen; y es desde la década de los 80's que se está estudiando el efecto del estrés en la reducción del rendimiento laboral, como un fenómeno que afecta fuertemente a la empresa moderna.

2.4.3. Concepto de estrés.

Desde la perspectiva del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, dependiente del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales (1997); lo define como " la respuesta fisiológica, psicológica y de comportamiento de un individuo que intenta adaptarse y ajustarse a presiones que su entorno le ocasiona.

2.5. DEFINICIÓN DE ESTRÉS DE ALGUNOS TEORICOS

2.5.1. Estudios realizados sobre el estrés psicológico.

Según **S. Rosenzweig** (1972)[8] Se denomina **"**stress**"** (presión), “a la situación estímulo que constituye un obstáculo o una obstrucción más o menos insuperable en la vía que conduce a la satisfacción de una necesidad vital cualquiera”. La espera del organismo que corresponde a esta presión puede concebirse como un aumento de tensión, como en el caso siguiente: en el que si una persona tiene hambre y se ve privada de comer por la presencia de un visitante inoportuno ocurre frustración y el visitante constituye el elemento de presión que aumenta la tensión de la persona.

Wallace y Szilagyi (1982)[9] definen al estrés como una experiencia interna o posición que crea un desequilibrio fisiológico o psicológico en el individuo.

(as an internal experience or position creating physiological o psychological imbalance with in the individual).

El estrés **(Wallace y Szilagyi, 1982),** lo agrupan en dos categorías: estrés laboral u organizacional asociado con causas organizacionales y el estrés de la vida diaria (life stress) relacionado con causas individuales y/o familiares.

---

[8] El papel de los sucesos y experiencias estresantes, 1972, Pág.287-298.
[9] 1982, Manejo del comportamiento en organizaciones

Para **Davis y Newstrom (1987)**[10] el estrés es un estado de sobreexcitación de las emociones individuales, los procesos del pensamiento y las condiciones físicas. Y agregan que este término se aplica generalmente a las presiones que las personas tienen en la vida diaria.

John M. Ivancevich y Michel T. Matteson (1989) en su libro" Estrés y trabajo, Una perspectiva gerencial"**,** afirman que las definiciones pueden basarse en la respuesta, en los estímulos y en la relación estímulo-respuesta. Una definición basada en los estímulos podría ser: Estrés es una fuerza o el estímulo que actúa sobre el individuo y que da lugar a una respuesta de tensión, en la cual tensión es sinónimo de presión, en sentido físico, de deformación, mientras que una definición fundada en la respuesta sería que el estrés es la respuesta fisiológica o psicológica que manifiesta un individuo ante un estresor ambiental, en la cual el estresor puede consistir en un evento externo o en una situación, ambos potencialmente dañinos.

Una definición de estrés que toma en cuenta el estímulo y la respuesta, es la de **Ivancevich y Matteson**[11]: Estrés es una respuesta adaptiva, mediada por las características individuales y/o por procesos psicológicos, la cual es a la vez

[10] Comportamiento Humano en el Trabajo, 1987, Cáp.V
[11] 1989, Estrés y Trabajo.

consecuencia de alguna acción, de una situación o un evento externo que plantean a la persona especiales demandas físicas o psicológicas.

Vernier (1993)[12] dice que el vocablo estrés designa el estado de tensión inhabitual en una persona como resultado de una acción de cualquier índole, ya sea brusca o bien continuada y que suele ser nociva para el organismo.

Está científicamente comprobado que el Estrés es un fenómeno fisiológico y psico-biológico así como una respuesta neuro-endocrina y psicológica.

Una clasificación más es la de **Hans Selye (1926**). Para este autor, el estrés se divide en: 1) Distrés y 2) eustrés. El primero se refiere al estrés perturbador o "malo" y el segundo al estrés bueno o que produce resultados positivos o constructivos. Selye Biólogo canadiense, definió al estrés como una respuesta adaptativa del organismo ante un estimulo real o imaginario.

2.5.2. Definiciones sobre el estrés psicosocial

S.P. Robbins (1988)[13] adaptó de R.S. Schuler la idea de estrés a una condición dinámica en la cual una persona se halla ante la oportunidad, limitación o exigencia relacionada con lo que se desea y para las cuales el resultado se considera inseguro e importante a la vez.

---

[12] Factores psicosociales de estrés, 1993.
[13] Generalidades de recurso humano estratégico, 2000. Pg. 12

McGrath citado por **Stoner y Wankel (1989)**[14] expresa que ".Existen posibilidades de estrés cuando se piensa que una situación ambiental presenta una exigencia que amenaza exceder las capacidades del sujeto y sus recursos para satisfacerla. De los estresores o tensores dice que son las fuentes de presión y tensión que provocan el estrés."

Stoner y Wankel (1989) señalan que la tensión y presión que resultan cuando un individuo considera que una situación presenta una exigencia que amenaza con superar sus capacidades y recursos es lo que constituye el fenómeno del estrés

G. Sarason y Barbara G. Sarason (1996) [15]indican que una misma persona puede enfrentarse satisfactoriamente a una situación difícil o atemorizante y en otras hacerlo en forma desadaptada y al preguntarse la razón de esto encontraron dos conceptos (estrés y vulnerabilidad) que ayudan a entender las diferencias de conducta y definen el estrés como las reacciones que ocurren ante situaciones que presentan exigencias, coacciones u oportunidades y a la vulnerabilidad la conciben como la probabilidad de que una persona reaccione en forma desadaptada ante ciertas situaciones y agregan que ésta última puede incrementarse por factores hereditarios, características de personalidad, falta de ciertas habilidades o por la acumulación de experiencias negativas.

[14] 1989, La organización Formas.

Señalan también estos autores que el estrés y la vulnerabilidad interactúan. En otras palabras, cuanto mayor sea el estrés, se necesita tener menos vulnerabilidad para que no ocurra una conducta desadaptada.

El NIOSH (National Institute of Ocupational Health and Safety)[16] Estrés laboral según Instituto Nacional de Seguridad Ocupacional de la Salud.

Tiene una aproximación que reconoce que los factores del trabajo pueden generar estrés; y que los factores personales y situacionales intervienen para fortalecer o debilitar ese efecto.

Se entenderá que el estrés, puede generarse por un problema de adaptación que genera cambios físicos o fisiológicos, amenazando la salud mental.

2.6. EFECTOS TARDIOS DEL ESTRÉS:

Respecto de los efectos tardíos del estrés, aun no está tan claramente demostrada la asociación, también se sospecha que el estrés puede causar problemas de largo plazo, ayudando en la aparición de enfermedades crónicas. Algunas investigaciones han planteado las siguientes, enfermedad Cardiovascular: Existen estudios que plantean que trabajos psicológicamente muy demandantes, con escaso control del trabajador sobre el proceso productivo, se asocian a riesgo

---

[15] Psicología Anormal (1996)
[16] Instituto Nacional de Salud y Seguridad ocupacional.

aumentado de enfermedad cardiovascular; específicamente se menciona hipertensión arterial, infarto al miocardio y accidente vascular cerebral.

Respecto de las Enfermedades Músculo esqueléticas**:** existe una opinión ampliamente extendida en especialistas de salud ocupacional acerca de que el estrés laboral aumenta el riesgo de sufrir lumbago y lesión de extremidades superiores (tendinitis). En las enfermedades Psicológicas: se ha observado que hay diferencias en la frecuencia de diversos cuadros de salud mental, como depresión y el síndrome de desgaste profesional y/o emocional (burn-out)[17] asociado a ocupaciones diferentes en cuanto a su nivel de estrés. El cáncer, la accidentabilidad, el suicidio y otros cuadros también han sido relacionados con el estrés, aunque aún es necesario contar con mayores estudios para certificar dicha relación. Se ha asociado estrés y enfermedad coronaria pues se ha demostrado que el estrés actúa elevando el colesterol sanguíneo, induciendo hipertensión arterial, con lo que contribuye al daño coronario; si se añade la agregación plaquetaria y la descarga de adrenalina y noradrenalina, se tiene una explosiva combinación. En cuanto a enfermedad gastrointestinal, se ha observado que en una tarea de alto estrés, tienen el doble de ulcera duodenal que otros personas con actividades mas leves. La enfermedad neuropsiquiátrica se ha estudiado en largos seguimientos, por mas de 20 años (Kornhauser)[18], que muestran aumento de problemas de salud mental en estrecha relación con factores primariamente

[17] Síndrome de desgaste emocional

laborales (satisfacción, remuneraciones, control, rol, rutina). Alcohol, drogas y suicidio.

2.7. ESTRÉS Y ENFERMEDAD:

Esta relación puede provocar desde síntomas específicos de alguna enfermedad, hasta una patología que puede ser mental o fisiológica. Existen receptores que comunican al cerebro dos tipos de mensajes: los positivos y los negativos; estos mensajes son llevados por distintos mensajeros dependiendo de la situación que se esta viviendo. Mientras haya un equilibrio entre estos dos tipos de mensajes todo funciona con normalidad. Cuando existe demasiado estrés, los mensajeros encargados de llevar señales positivas, comienzan a fallar.

2.8. ESTRÉS Y TOLERANCIA

2.8.1. ESTRÉS:

No todas las personas reaccionan de la misma manera al estrés, esto depende de un factor hereditario el cual determina que cantidad de estrés puede tolerar una persona antes de que sus mensajes positivos comiencen a fallar, y a esto se le llama Tolerancia al estrés. Esto explica por que un grupo de personas que se someten al mismo estrés, no reaccionan de la misma manera.

---

[18] Estrés Social, 1993. Pág.35-44

2.8.2. TOLERANCIA:

Es más común de lo que parece, ya que un 10% de la población tienen una baja tolerancia al estrés; lo que significa que una de cada 10 personas lo padecen.

Los tres mensajeros que transmiten los mensajes positivos al cerebro son**:** La serotomina, la cual esta íntimamente ligada con los ciclos de sueño; la noradrenalina que se relaciona con el nivel de energía y la dopamina que regula la sensación de dolor y el centro de placer.

2.9. EFECTOS DE BAJA TOLERANCIA AL ESTRÉS:

Si se considera que el sobre- estrés disminuye estos mensajeros, se puede inferir que los síntomas más frecuentes y más conocidos de un estrés excesivo son los trastornos en el ciclo del sueño como el insomnio, cansancio excesivo, perdida de interés por las cosas, fallas en la concentración y memoria, ganas de llorar todo el tiempo y sentimientos de angustia e irritabilidad. Estos síntomas están íntimamente ligados con la depresión ya que es una consecuencia importante del sobre-estrés.

Se ha encontrado que en todas las situaciones se conjuntan tres elementos fundamentales que son: el entorno, las respuestas fisiológicas ante la persona y los pensamientos negativos que este sufre.

Al menos una tercera parte de las personas que acuden a una consulta medica, padecen una enfermedad originada por el estrés y en la mayoría de los casos solo

se curan los síntomas, dejando que la causa siga actuando hasta agravar el problema.

La percepción de las situaciones es importante, ya que depende de cómo las personas perciban las situaciones, y de la forma en que se les presente. Esto quiere decir que si uno percibe una situación como amenazante, le va a provocar estrés, mientras que la misma situación para otra persona resulta ser una actividad cotidiana que no provoca estrés alguno. Esta diferencia en la percepción de los peligros deja abierta una oportunidad para empezar a prevenir el estrés.

Existen situaciones amenazantes en las que es imposible no activar los sistemas de alerta, pero se pueden practicar técnicas de relajación para que situaciones estresantes no repercutan en la salud.

El ser humano sufre de estrés, vive los efectos del estrés, porque no es una maquina. Pero si es un ente productivo e inteligente para crear y buscar nuevas técnicas y estrategias para controlarlo.

2.10. MARCO CONCEPTUAL

Adrenalina: Hormona que se produce en las glándulas endocrinas, específicamente en las suprarrenales, y tiene un papel significativo en la transmisión de impulsos emocionales.

Autoestima: Valoración que un sujeto hace de sus propios logros.

Burn-Out: Síndrome de desgaste emocional

Corticoides: Relativo a la corteza Cerebral

Cognitiva: Lo que concierne al conocimiento.

Depresión: Estado de ánimo triste, afligido, de mal humor con inhibición del curso del pensamiento, falta de voluntad e incapacidad de decisión.

Dopamina: Neurotransmisor implicado en la actividad motora. La destrucción de neuronas dopamínicas del cuerpo estriado provoca la rigidez y el temblor de la enfermedad de parkinson.

Distres: Es la reacción psicofisiológica adversa ante un evento, acontecimiento o cambio vital.

Estrés: Es la reacción psicofisiológica ante un evento o acontecimiento vital que amenaza el equilibrio psicofisiológico.

Eustres: Al Estrés bueno o que produce resultados positivos o constructivos.

Estímulo: Incitamiento para obrar o funcionar, cualquier excitación que contribuye a desencadenar los mecanismos de la vida mental, afectiva o intelectual. Puede provenir del exterior o nacer en el organismo mismo.

Epidemia: Cualquiera enfermedad que acomete a un mismo tiempo a muchas personas y aflige temporalmente a una población o país.

Fisiología: Parte de la biología que tiene por objeto estudiar las funciones y las propiedades de los órganos y de los tejidos de los seres vivos.

Fisiología Patológica: Estudio del funcionamiento del organismo, o de un órgano, cuando esta perturbado por la enfermedad.

Frustración: Acto de privación en el sentido de imponer una carencia a alguien o buscar imponérsela así mismo.

Hereditaria: Que es transmitido de los padres a los descendientes.

Hormona: Sustancia producida en un órgano (glándula endocrina) y transportada por la circulación sanguínea a otro órgano o tejido de que excita o inhibe el desarrollo o funcionamiento.

Lumbago: Dolor reumático en la región lumbar.

Noradrenalina: Hormona que estimula la irrigación sanguínea y el sistema nervioso simpático.

Nocivo: Dañoso perjudicial.

OIT: Organización Internacional del Trabajo.

Psicología: Ciencia que estudia la conducta de los seres vivos, la manera de sentir de una persona o del alma. Se ocupa de la descripción y explicación de los hechos y fenómenos que ocurren en el mundo interno o que pertenecen a la experiencia inmediata.

Síndrome: Conjunto de características síntomas y signos que sirve para diagnosticar una enfermedad

Síntoma: Fenómeno propio y característico de una enfermedad.

Serotonina: Neurotransmisor implicado en los procesos del sueño.

Tendinitis: Inflamación de las fibras conjuntivas que unen los músculos a los huesos.

Tensión: Estado de un cuerpo estirado por la acción de alguna fuerza.

Trastorno: Acción y efecto de trastornar o trastornarse.

Etimología del estrés: Etimológicamente el termino estrés se deriva de la palabra latina strigere, que significa apretar, comprimir, estrechar fuertemente, oprimir o sujetar.

(Blanquez Fraile, 1981)

Estrés: El diccionario usual de Larousse, se refiere al agotamiento físico general producido por un estado nervioso, conjunto de alteraciones que aparece en el organismo al estar sometido a una agresión simplemente física (traumatismo), patología (enfermedad) o psíquica.

(García – Pelayo y Gross, 1989)[19]. La biología y la medicina han incorporado este término (que en lenguaje técnico como vocablo inglés designa "una fuerza que deforma los cuerpos o provoca tensión"), como "el proceso o mecanismo general con el cual el organismo mantiene su equilibrio interno, adaptándose a las exigencias, tensiones e influencias a las que se expone en el medio en que se desarrolla".

El estrés se involucra en la interacción del organismo con el medio, lo que lleva a definir el estrés según el estímulo, la respuesta o el concepto estímulo-respuesta.

- Estrés es la fuerza o el estímulo que actúa sobre el individuo y que da lugar a una respuesta.
- Estrés es la respuesta fisiológica o psicológica del individuo ante un estresor ambiental.
- Estrés es una consecuencia de la interacción de los estímulos

Ambientales y la respuesta idiosincrásica del individuo.

Estresor: Palabra técnica (científica) que se usa para designar los factores que producen estrés; agente causativo que actúa en la personalidad del individuo y decide su reacción, como también por cuanto tiempo el estresor le va a afectar.

[19] Diccionanario Moderno Larousse, 1989.

Estresor: toda situación nueva o hábito que lleve al cuerpo a usar energía (estrés) y que causa un desequilibrio en la homeostasis (equilibrio).

CAPITULO III

Planteamiento de Hipótesis

3.1 Hipótesis

3.1.1. General

Hi: Los factores Biológico, Psicológico, Social y Laboral, influyen en el estrés de los trabajadores de la recolección de Desechos Sólidos de la Alcaldía Municipal de Ciudad Delgado.

Ho: Los factores Biológico, Psicológico, Social y Laboral no influye en el estrés de los trabajadores de la recolección de Desechos Sólidos de la Alcaldía Municipal de Ciudad Delgado.

3.1.2. Hipótesis Específica

Hi: El factor Físico – Biológico influye generando estrés en los trabajadores de la recolección de desechos sólidos de la Alcaldía Municipal de Ciudad Delgado.

Ho: El factor Físico - Biológico no influye generando estrés a los trabajadores de la recolección de desechos sólidos de la Alcaldía Municipal de Ciudad Delgado.

Hi: El factor Psicológico, genera estrés en los trabajadores de la recolección de desechos sólidos de la Alcaldía Municipal de Ciudad Delgado.

Ho: El factor Psicológico no genera estrés en los trabajadores de la recolección de desechos sólidos de la Alcaldía Municipal de Ciudad Delgado.

3.2 MATRIZ DE CONGRUENCIA.

TEMA	PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	VARIABLES INDEPENDIENTES.
Factores causantes de Estrés en los trabajadores de la recolección de Desechos Sólidos de la Alcaldía Municipal de Ciudad Delgado.	En qué medida los factores Biológicos, Psicológicos, Sociales y Laborales, incrementan el estrés y consecuentemente afectan las relaciones interpersonales entre los trabajadores de la recolección de Desechos Sólidos de la Alcaldía Municipal de Ciudad Delgado.	**- General** Identificar los factores causantes de estrés Biológico, Psicológico, Social y Laboral en los trabajadores de la recolección de desechos sólidos de la Alcaldía Municipal de Ciudad Delgado **-Específicos** -Identificar los factores causantes de estrés físico-biológico en los trabajadores de la recolección de desechos sólidos. -Identificar los factores causantes de estrés psicológico en los trabajadores de la recolección de desechos sólidos.	**- General** Hi: Los factores Biológico, Psicológico, Social y Laboral, influyen en el estrés de los trabajadores de la recolección de Desechos Sólidos de la Alcaldía Municipal de Ciudad Delgado. Ho: Los factores Biológico, Psicológico, Social y Laboral no influye en el estrés de los trabajadores de la recolección de Desechos Sólidos de la Alcaldía Municipal de Ciudad Delgado. **- Hipótesis Específica** Hi: El factor Físico – Biológico influye generando estrés en los trabajadores de la recolección de desechos sólidos de la Alcaldía Municipal de Ciudad Delgado. Ho: El factor Físico - Biológico no influye generando estrés a los trabajadores de la recolección de desechos sólidos de la Alcaldía Municipal de Ciudad Delgado. Hi: El factor Psicológico, genera estrés en los trabajadores de la recolección de desechos sólidos de la Alcaldía Municipal de Ciudad Delgado. Ho: El factor Psicológico no genera estrés en los trabajadores de la recolección de desechos sólidos de la Alcaldía Municipal de Ciudad Delgado.	**VARIABLES:** **Se tomo como variable independiente** Factores Biológico, Psicológico, Social y Laboral **Se tomo como variable dependiente:** El Estrés.	**BIOLÓGICO:** -Dolores de Cabeza. -Ulceras. -Olvidos frecuentes. -Temblor en el cuerpo. -Enfermedades personales **PSICOLÓGICOS** -Manos heladas. y sudor. -Dolores de cabeza. -Arranques emocionales. -Risa Nerviosa **SOCIALES:** -Consumo de alcohol -Consumo de tabaco -Consumo de marihuana -Logros prof. Y sobres. **LABORALES:** -Cambio de tipo de Trabajo. -Despido de Trabajo. -Cambio de Horario y condiciones de trabajo.

3.3 Operacionalización de Variables

VARIABLES:

Se tomo como variable independiente: Factores Biológico, Psicológico, Social y Laboral

Se tomo como variable dependiente: El Estrés.

CAPITULO IV

Metodología de la investigación.

4.1. Tipo de Estudio

Exploratoria - Descriptivo

- ✓ **Exploratoria**: por que sí bien es cierto, existe infinidad de estudios sobre el estrés y sus consecuencias; pero no existe estudio alguno que ilustre como impacta este fenómeno en los trabajadores de la recolección de desechos sólidos.

- ✓ **Descriptiva:** Describe los factores mantenedores de estrés y sus consecuencias; de cómo afecta a nivel Psicológico, Biológico, Social y Laboral que describe la población sujeta de estudio, de acuerdo a los resultados obtenidos.

- ✓ **TIPO DE ESTUDIO:**

Fue un estudio transversal porque el estudio se hizo en un momento determinado.

4.2. Población y Muestra.

45 sujetos masculinos comprendidos entre las edades de 20 a 65 años, con estudios básicos y todos trabajadores pertenecientes al departamento de la recolección de desechos sólidos de la Alcaldía Municipal de Ciudad Delgado.

No se utilizó la fórmula para seleccionar el tamaño de la muestra ya que se trabajó con todo el personal (Motoristas, Tripulantes y Barredores de calles), que laboran en el departamento de la recolección de deshechos sólidos de la Alcaldía Municipal de Ciudad Delgado.

4. 3. Instrumentos para colectar los datos

4.3.1. Escala de Acontecimientos Vitales:

En esta investigación se utilizó el cuestionario como instrumento para la recolección de los datos.

Thomas Holmes y Richard Rahe (1989)[20]; Con la esperanza de aportar mayor precisión a los estudios que trataban de demostrar las asociaciones entre los acontecimientos vitales estresantes y la enfermedad, diseñaron una escala con 43 eventos vitales más representativos asociados con diferentes grados de alteración y estrés, en la vida de una persona normal, a los que le adjudicaron a cada uno un valor entre 0 y 100; de lo que denominaron

[20] Tablas de Evaluación de Unidad de Cambio de Vida (1989). Escala de Grado Social del Reajuste .

Unidades de Cambio Vital (UCV), el instrumento diseñado por estos autores presenta una interpretación en la que los resultados de la evaluación vienen expresados en un numero de eventos registrados, Índice de Sucesos Vitales (ISV) y en la suma de Unidades de Cambio Vital (UCV).

En el trabajo original de Holmes y Rahe (1989), afirman que el alto grado de consenso, entre las diferentes subpoblaciones de la muestra, al asignar a los diferentes items de la escala un valor en UCV, le sugiere un acuerdo universal entre grupos e individuos sobre el peso específico de los eventos vitales.

Cuestionario "Unidad de Cambio de Vida"

Psiquiatra, **Thomas Holmes**, 1989. Propone una escala de medición a los cambios que suelen afectar tanto a hombres como a mujeres; y cuando estos ocurren en el plazo de un año y sumen una puntuación mayor de 300, reflejan una (susceptibilidad a cambio de vida y escala de enfermedad), y alto nivel de riesgo a sufrir un daño grave en su salud mental. Este instrumento consiste en pruebas elaboradas y estandarizadas a nivel mundial, por eso no se sometió a prueba de experto.

Descripción: Evalúa los acontecimientos vitales (ucv), ocurridos durante los últimos 10 años, como factores estresores situacionales. El instrumento consta de 37 reactivos, distribuyéndose de la siguiente manera:

Psicológico : Muerte del cónyuge, divorcio, condena a prisión, muerte de un familiar cercano, matrimonio, jubilación, muerte de un amigo intimo, llegada de un nuevo miembro a la familia, cambio en el número de discusiones con el cónyuge, hijos que se van de la casa, problemas con parientes políticos, cambio de escuela, cambio en los hábitos de sueño.

Se evaluó con 13 reactivos.

Biológico: Lesión o enfermedad personal, cambio de salud de un miembro de la familia, embarazo, dificultades sexuales, cambio en los hábitos alimenticios.

Se evaluó con 5 reactivos.

Social: logros profesionales sobresalientes, revisión de hábitos personales, principio / fin de periodo escolar, cambio de residencia, cambio de actividad social y recreativa, cambio en el numero de reuniones familiares.

Se evaluó con 7 reactivos.

Laboral: Despido del trabajo, cambio de tipo de trabajo, cambio en las responsabilidades de trabajo, problemas con el jefe, cambio de horario o condiciones de trabajo.

Se evaluó con 5 reactivos.

4.3.2. Cuestionario Sociodemográfico (BPS):

Su finalidad es identificar signos y síntomas de estrés.

Descripción:

Parte I: Datos Sociodemográficos:

Fecha de nacimiento, edad, sexo, ocupación, estado familiar, lugar de procedencia. En total fueron 11 preguntas.

Parte II: Se describen aspectos relacionados con: Lo Biológico, Psicológico y Social.

Biológico: se evaluó, Olvidos frecuentes, temblor en el cuerpo, inquietud, inmovilidad en alguna parte del cuerpo, taquicardia, dolor de cabeza y migrañas evaluó con 7 reactivos.

Psicológico: Mala digestión, gastritis, ulcera gástrica, alergias, lumbago, arranques emocionales, dolores de cabeza, risa nerviosa, nudo en la garganta, incapacidad para tomar decisiones, incapacidad para concentrarse, dificultad para respirar, sequedad en la boca, angustias, manos heladas y sudorosas, perdida de apetito y escalofríos.

Se evaluó con 17 reactivos.

Social: Consumo de marihuana, alcohol, tabaco, cocaína, crack.

Se evaluó con 5 reactivos.

Este instrumento arroja datos muy importantes que se pueden observar en el apartado estadístico.

4.3.3. Procedimiento

Para aplicar la muestra se selecciono el Departamento de Recolección de Desechos Sólidos de la Alcaldía Municipal de Ciudad Delgado, con la colaboración del Administrador del Departamento de Saneamiento ambiental (Sr. Luis Ramírez. Se coordino a través de llamadas telefónicas y visitas a la Alcaldía Municipal de Ciudad Delgado.

El diseño de la prueba es para aplicarse de forma grupal, en un tiempo aproxiado de 30 minutos.

4.3.4. Prueba Piloto

Se trabajo con un grupo con características sociodemográficas similares a la muestra; fueron 30 las personas evaluadas; de ellos 18 de la Alcaldía Municipal de Aguilares y 12 en la Alcaldía Municipal de Antiguo Cuscatlan, con el objeto que los resultados reflejaran cambios significativos y estandarizar Semánticamente los reactivos de los cuestionarios, para que la muestra en estudio no tuviera sesgo al momento del trabajo de campo.

En la aplicación de la prueba piloto se pedía que escribiera su nombre observando en algunas personas resistencia a escribirlo por el temor a que la información fuera utilizada en contra de su estabilidad laboral, relacionada con los cambios de gobierno municipal; por esa razón se elimino el ítem del nombre en los datos personales Sociodemograficos.

Al aplicar el cuestionario se detectó que no era funcional la aplicación de forma grupal autoaplicable, ya que se presentaron dificultades tales como: respuestas incompletas, se tardaban mas del tiempo promedio, preguntaban con frecuencia; concluyendo que tenían problemas de lectura mecánica y lectura comprensiva; por lo cual se optó por una aplicación personalizada denominada activa, pasiva y directiva. Para validar el instrumento, se hizo una prueba piloto que sirvió para adaptar semánticamente los 51 reactivos. Sólo se presentó dificultad en el ítem 15, sin alterar su validez ;

4.4. Trabajo de campo

Por cuestiones metodológicas se establecieron 3 grupos de trabajo para la aplicación del instrumento de forma personalizada; explicando detenidamente los términos que no comprendían, sin incidir en sus respuestas.

4.4.1. Forma de aplicación del instrumento:

Se les informó a los evaluando que este estudio se estaba llevando a cabo por estudiantes de la Universidad Francisco Gavidia, para optar al grado de licenciatura en Psicología. Se les agradeció de ante mano su cooperación ya que ésta era de forma voluntaria. Posteriormente se indicó las instrucciones siguientes:

Se explicó en que consistía el cuestionario; posteriormente fue pasando uno a uno, se pregunto cada ítem del cuestionario y se anotó cada respuestas que daba el evaluando; al finalizar se agradeció de forma individual por su participación. Luego se evaluó a otra persona de la misma forma y así sucesivamente.

Al finalizar la aplicación de la prueba a cada evaluando, se visitó nuevamente la oficina de recolección de desechos sólidos para agradecerles por la oportunidad brindada para la realización de esta investigación.

CAPITULO V

5.1 Análisis e interpretación de Resultados

Cuadro # 1

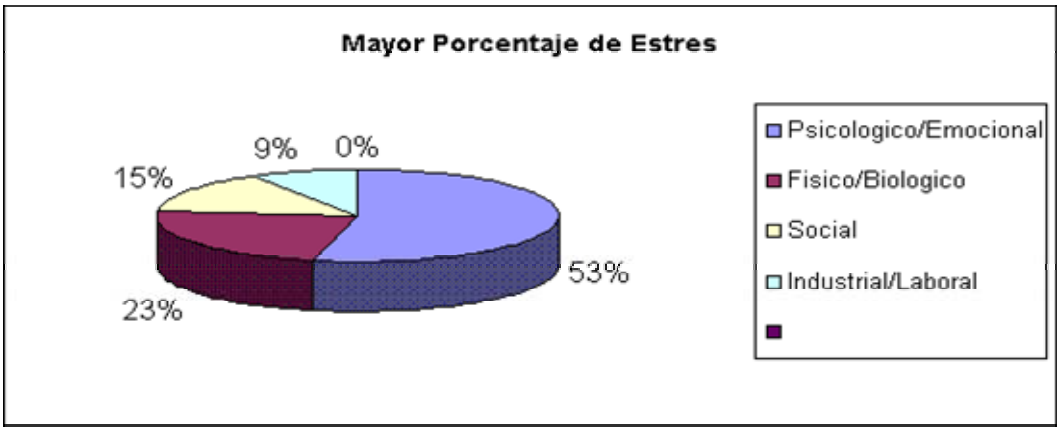
Nivel de significancia según X^2

CLASIFICACION	F	%
Psicológico/Emocional	210	53.57
Fisico/Biologico	91	23.21
Social	57	14.54
Industrial/Laboral	34	8.67
Total……..	392	100

Análisis:

Los factores de mayor incidencia causantes de estrés, son el Psicológico Emocional, se observa una calificación del 53 %, seguido por el factor Físico Biológico con el 23 %, el social 14%, el laboral con un 8%.

Se observa que en primer lugar, el mayor porcentaje recae en el factor Psicológico Emocional, factor que puede incidir de forma directa o indirecta en los trabajadores. En segundo lugar, el factor físico biológico, en tercer lugar se encuentra el factor social y por último el factor laboral.

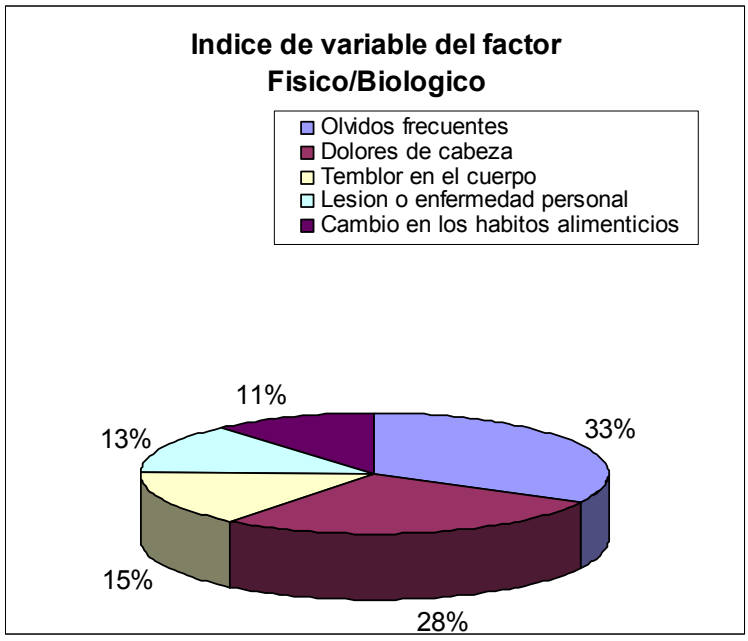


Cuadro # 2

Biologico	F	%
Olvidos frecuentes	20	32.79
Dolores de cabeza	17	27.87
Temblor en el cuerpo	9	14.75
Lesion o enfermedad personal	8	13.11
Cambio en los habitos alimenticios	7	11.48
Total.....	**61**	**100**

En el grafico # 2 se observa como se manifiesta el ESTRÉS según los siguientes indicadores: Olvido frecuente un 33%, dolores de cabeza un 28%, temblor en el cuerpo 15%, lesión o enfermedad personal 13% y el 11% representado por cambios en la hábitos alimenticios.

Observándose con mayor frecuencia, los olvidos frecuentes y los dolores de cabeza como válvula de escape al estrés.



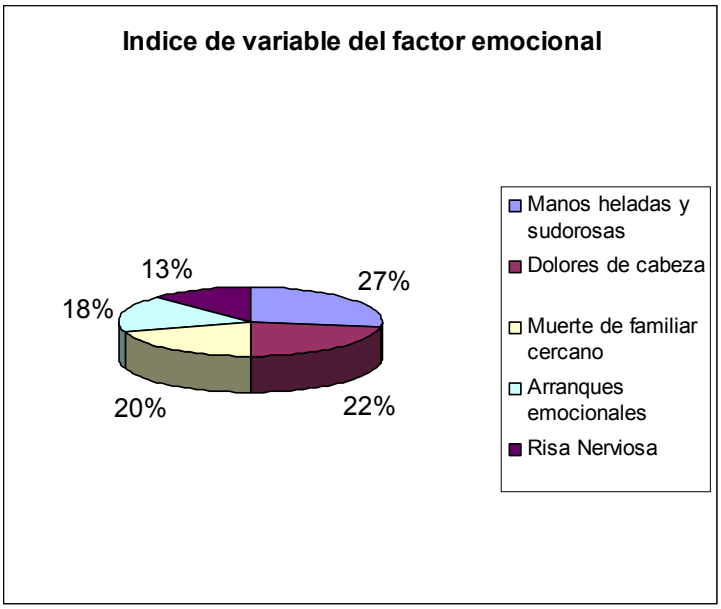
FACTOR EMOCIONAL: NIVEL DE ESTRÉS SEGÚN INDICADORES

Cuadro # 3

Emocionales/Psicologicos	F	%
Manos heladas y sudorosas	22	27.50
Dolores de cabeza	18	22.50
Muerte de familiar cercano	16	20.00
Arranques emocionales	14	17.50
Risa Nerviosa	10	12.50
Total……	80	100

En el grafico # 3 se ilustra la frecuencia de los factores emocionales observándose que: Manos heladas y sudorosas, representado con una calificación del 27%, dolores de un 22%, muerte de familiar cercano 20%, risa nerviosa 13% y arranques emocionales un 8%.

Manos heladas y dolores de cabeza son síntomas comunes en la población en general.



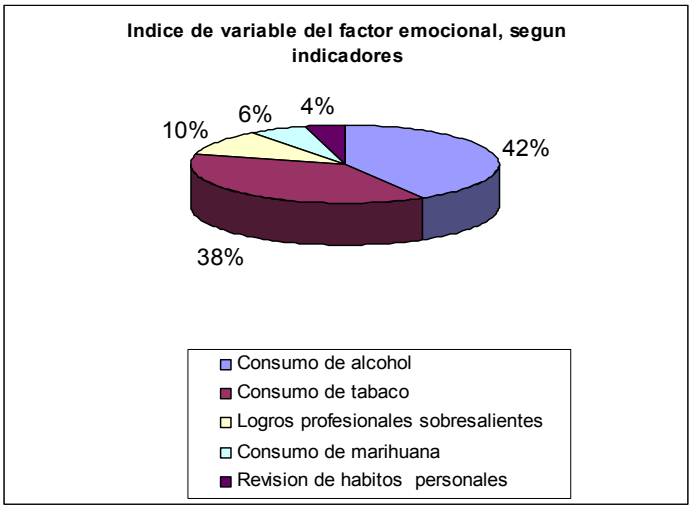
FACTOR SOCIAL, NIVEL DE ESTRÉS SEGÚN INDICADORES

Cuadro # 4

SOCIAL	F	%
Consumo de alcohol	20	41.67
Consumo de tabaco	18	37.50
Logros profesionales sobresalientes	5	10.42
Consumo de marihuana	3	6.25
Revision de habitos personales	2	4.17
Total.....	**48**	**100**

El estresor que presenta un nivel mas alto es el consumo de alcohol con un 42%, consumo de trabajo con el 38% , logros profesionales con un 10%, consumo de marihuana con el 6% y revisión de hábitos personales con el 4%.

Se puede observar que el consumo de sustancias psico-activas se consumen con mayor frecuencia, como producto de estrés, pero también es importante hacer notar que, el éxito laboral también genera estrés.

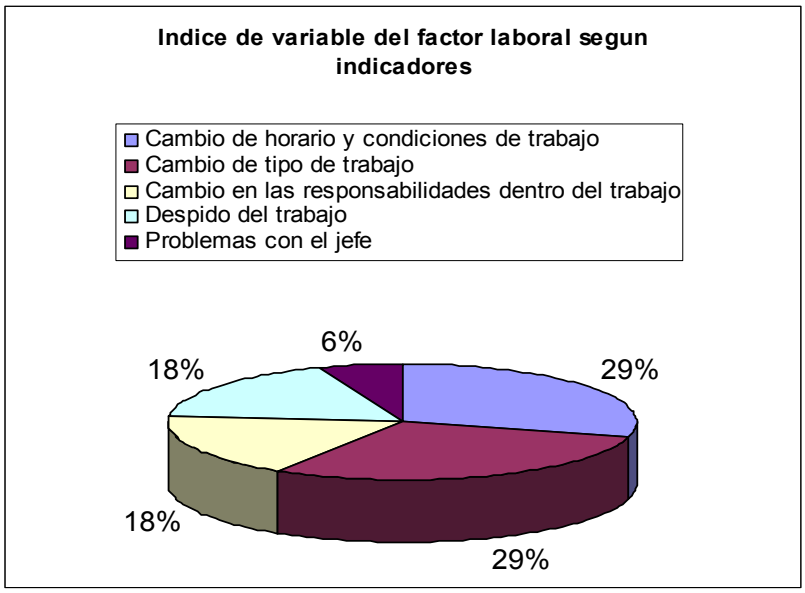


FACTOR LABORAL, NIVEL DE ESTRÉS SEGÚN INDICADORES

Cuadro # 5

Laboral	F	%
Cambio de horario y condiciones de trabajo	10	29.41
Cambio de tipo de trabajo	10	29.41
Cambio en las responsabilidades dentro del trabajo	6	17.65
Despido del trabajo	6	17.65
Problemas con el jefe	2	5.88
Total.....	**34**	**100**

El estresor que indica cambio de horario y condiciones de trabajo muestra un porcentaje de 29%, un porcentaje similar muestra el estresor cambio de tipo de trabajo. Responsabilidades dentro del trabajo, refleja un 18%; así como el despido de trabajo. Los problemas con el jefe esta representado con un 6%.

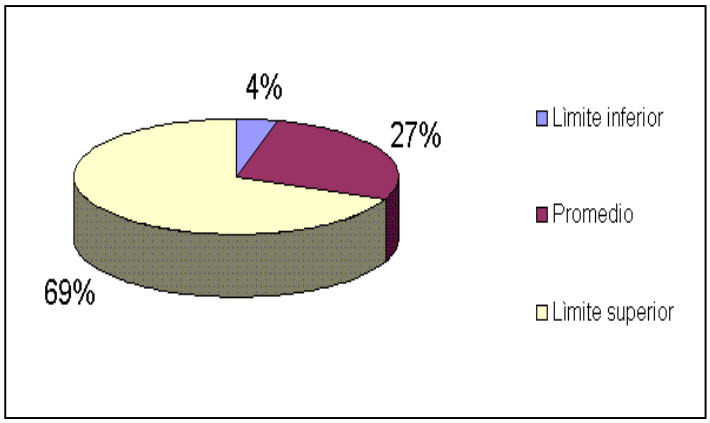


SINTESIS DE LA CLASIFICACION DEL INDICE DE ESTRÉS SEGÚN RESULTADOS DEL ESTUDIO REALIZADO EN LOS TRABAJADORES DE LA RECOLECCION DE DESECHOS SÓLIDOS DE LA ALCADIA DE CIUDAD DELGADO (NOVIEMBRE DE 2004).

Cuadro # 6

NIVEL DE ESTRES	CALIFICACION	%	SIGNIFICADO
Leve	28.00	4.03%	Buena salud
Promedio	190.00	27.34%	Cambio leve de vida
Alto	477.00	68.63%	Enfermedades importantes en el Plazo de un año.
TOTALES	**695.00**	**100%**	**TOTALES**

El grafico indica que un 4.03% de estos trabajadores presentan buena salud, un 27.34% presentan un nivel de estrés promedio y el 68.63%, presenta un nivel de estrés alto; es una población que al año de tolerancia al estrés, y a partir de un año de labores agitadas, el estrés los hace más vulnerables a sufrir accidentes, enfermedades y otros conflictos.



5.2. ANÁLISIS DE LA PRUEBA DE HIPÓTESIS

Factor Biológico	**Interpretación de los datos**
Se comprobó que el estrés Biológico afecta directamente a los trabajadores de la recolección de desechos sólidos de la Alcaldía Municipal de Ciudad Delgado; ya que se obtuvo un X^2 de 11.3 y según tabla un X^2 = 9.488; al compararlo se observa que es más grande que el esperado por la tabla, lo que indica que es altamente significativo.	X^2 11.3> X^2 = 9.488 gl =4 Altamente Significativa al 0.05
Factor Psicológico:	**Interpretación de los datos**
Se comprobó que el estrés Psicológico afecta directamente el factor psicológico, al obtener un X^2 11.38 mayor que el esperado por la tabla X^2 9.488; comprobándose nuevamente que el resultado es altamente significativo, 0.05	X^2 11.3> X^2 = 9.488 gl= 4 Altamente Significativa al 0.05
Factor Social:	**Interpretación de los datos**
Se comprobó que el estrés social, afecta directamente al factor social, al obtener un X^2 =30.99 mayor que el esperado por la tabla X^2 9.488 comprobándose nuevamente que el resultado es altamente significativo 0 .05	X^2 30.99> X^2 = 9.488 gl= 4 Altamente Significativa al 0.05
Factor Laboral:	**Interpretación de los datos**
Se comprobó que el estrés laboral afecta directamente en el factor laboral al obtener un X^2 =6.34 mayor que el esperado por la tabla X^2 6.25 comprobándose nuevamente que el resultado es altamente significativo 0.05	X^2 6.34> X^2 = 6.25 g5l. = 3 Altamente Significativa al 0.10

Análisis:

Según el análisis estadístico los resultados obtenidos, indican que los signos en el factor psicológico como manos heladas, dolores de cabeza, arranques emocionales provocan en la persona malestar emocional como producto del estrés y en el factor social el consumo de alcohol y tabaco lo practican con mucha frecuencia y probablemente como salida inadecuada al estrés que manifiestan.

En el factor biológico y psicológico se comprobó que dolores de cabeza y temblor en el cuerpo, enfermedades gastrointestinales, lumbago y algunas alergias se presentan con mucha frecuencia en estas personas siendo sus resultados altamente significativos, es decir que el estrés si esta afectando a los trabajadores de desechos sólidos.

En el factor laboral el estrés afecta a los trabajadores; y es más evidente en los cambios de horario y condiciones de trabajo siendo sus resultados significativos.

Se comprobó que el estrés que presentan los trabajadores influye directamente en los factores estudiados en este trabajo de grado, aceptándose la hipótesis de trabajo y rechazándose la hipótesis nula ya que se alcanzaron todos los objetivos planteados.

Procedimiento:

La prueba de Chi - cuadrada se utilizó para probar la Hipótesis relacionada con la diferencia entre el conjunto de frecuencias observadas en la muestra y el conjunto correspondiente de frecuencias teóricas o esperadas.

Primero formulamos la Hipótesis Nula mediante la cual determinamos las frecuencias esperadas después, investigamos los datos con el propósito de establecer las frecuencias observadas; luego comparamos, establecimos diferencias y finalmente fundados en las diferencias se especifico un criterio de decisión para juzgar si las frecuencias observadas en promedio, diferían significativamente de las frecuencias esperadas. Estas diferencias nos llevo a concluir que son altamente significativas y significativas; por lo tanto se rechaza la Hipótesis Nula.

5.3. Análisis Descriptivo

En este apartado se describen los porcentajes y las frecuencias obtenidas en la investigación, en donde se observa como afecta el estrés en cada una de las personas que laboran en el área de la recolección de desechos sólidos.

5.4. Análisis Inferencial

Aquí se describe la relación de las hipótesis general y especificas planteadas en el capitulo **III,** utilizando la fórmula estadística de X^2 , el objetivo principal es buscar el nivel de significancia entre el estrés y los factores biológicos, psicológicos, social y laboral en los trabajadores que laboran en la recolección de desechos sólidos.

5.5. Prueba de Hipótesis

NIVEL DE SIGNIFICANCIA SEGÚN X^2

Factores	X^2	gl	X^2 Tabla	Nivel de Significación
Biológico	11.3	4	9.488	0.05 Altamente significativo
Psicológico	11.38	4	9.488	0.05 Altamente significativo
Social	30.99	4	9.488	0.05 Altamente significativo
Laboral	6.34	3	6.251	0.10 Significativo

Según los resultados obtenidos, al aplicar X^2 se comprobó que el Estrés que Presentan los trabajadores que se desempeñan en el área de recolección de Desechos Sólidos de la Alcaldía Municipal de Ciudad Delgado, son altamente Significativos; al compararlos con la tabla de Distribución X^2.

De esta manera se da por aceptada la hipótesis general del presente estudio y se rechaza la hipótesis nula.

5.6. Tablas de contingencia de grados de libertad.

FACTOR BIOLÓGICO

Cuadro # 1

F	C1	C2	C3	C4	C5	∑
fo	20	17	9	8	7	61
fe	12.2	12.2	12.2	12.2	12.2	
(fo-fe)	7.8	4.8	-3.2	-4.2	-5.2	
$(fo-fe)^2$	60.84	23.04	10.24	17.64	27.04	
	4.9	1.9	0.83	1.45	2.22	11.3

$X^2 = 11.6$ > 9.488 al 0.5, altamente significativo
gl = 4

FACTOR PSICOLÓGICO

Cuadro # 2

F	C1	C2	C3	C4	C5	∑
fo	22	18	16	14	10	80
fe	16	16	16	16	16	
(fo-fe)	6	2	0	-2	-6	
$(fo-fe)^2$	36	4	0	4	12	
	2.3	0.25	0	0.25	0.75	
	2.3	4	0	4	1.3	11.6

FACTOR SOCIAL

Cuadro # 3

F	C1	C2	C3	C4	C5	∑
Fo	20	18	5	3	2	48
Fe	9.6	9.6	9.6	9.6	7.6	
(fo-fe)	10.4	8.4	-4.6	6.6	7.6	
$(fo-fe)^2$	108.16	70.56	21.16	43.56	57.76	
	10.9	7.35	2.2	4.54	6.0	30.99

$X^2 = 30.99$ > 9.488 al 0.05 altamente significativo
gl = 4

FACTOR LABORAL

Cuadro # 4

F	C1	C2	C3	C4	∑
Fo	10	10	6	2	28
Fe	7	7	7	7	
(fo-fe)	3	3	-1	-5	
$(fo-fe)^2$	9	9	1	25	
	1.3	1.3	0.14	3.6	6.34

$X^2 = 6.34$ > 6.251 al 0. 10 altamente significativo

BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA

- Brannon Linda. Psicología de la Salud, Thomson Ed. España.2001
- Bonilla Gildaberto .Estadística II. Segunda Edición. UCA Editores.
- Cooper C. Estrés y Cáncer. Ed. Díaz Santos. Barcelona España. 1986
- Enciclopedia de la Psicología, Ed. Océano
- Ivancevich y Matteson, Estrés y Trabajo. Ed. Trillas, México (1989)
- Lazarus, R. Estrés y procesos cognitivos. Ed. Martínez Roca. Barcelona 1986.
- Larousse, Diccionario de Psicología, edición especial, Aribau, 197-199, 3ª. 08021, Barcelona.
- Neulfed, R.W.J., Sicopatología y Estrés. Ed. Toray, Barcelona 1984.
- Pacheco, Rene.Estadística II. Segunda Edición, El Salvador 1996.
- Selye Hans. Tensión sin angustia. Ed. Guarrayama, Madrid, España 1975.
- Sarason. Relaciones personales, implicación para la Psicología, limites y personalidad. WWW, mastery.com/estrés. Htm.
- Valdez M de Flores T. Psicología del Estrés, Ed. Martínez Roca, Barcelona, 1985.
- Cannon Walter, shock Traumatico (Traumatic Shock) New York, London. 1923.
- Wallace y Szllagyi, Revisión de la literatura medica y administrativa, 1982.

- Carlson Neil R. Fundamentos de Psicología Fisiológica Tercera Edición,1996
- Tesis : Estrés laboral y su relación con el absentismo y la predisposición a la agresividad manifestado en el desempeño de su trabajo por hombres y mujeres, entre las edades de 20 a 60 años, empleados de industrias militares de la fuerza armada, del municipio de ciudad delgado, del Departamento de San Salvador.

ANEXOS

UNIVERSIDAD FRANCISCO GAVIDIA.
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA DE PSICOLOGIA.

Somos alumnas egresadas de la carrera de Psicología y estamos realizando el presente estudio para optar al grado de Licenciatura en Psicología . De antemano agradecemos su colaboración.

INSTRUCCIONES:

Se le pide que lea cuidadosamente cada una de las preguntas y que responda con sinceridad. Marque con una x como se percibe usted en cada una de las preguntas, tomando en cuenta los años y la frecuencia de acuerdo al acontecimiento.

I PARTE:

DATOS GENERALES:

1. Fecha de Nac.:_____
2. Edad :_____
3. Sexo:_____
4. Ocupación:_____
5. Estado familiar:_____
6. # de hijos:_____
7. Actualmente reside en:_____
8. Lugar de procedencia: Ciudad ☐ Pueblo ☐ Campo ☐

Marque con una x la casilla que corresponde según su respuesta:

10. Vive en casa: Propia ☐ Alquilada ☐ La cuida ☐ Otro especifique:_____

11. Reside en: Colonia ☐ Comunidad ☐ Otras, especifique:_____

12. Religión a la que pertenece: Católica ☐ Evangélica ☐ otra, especifique:_____

13. Durante los últimos seis meses ha padecido usted de las siguientes enfermedades: Colitis ☐ Mala digestión ☐ Gastritis ☐ Ulcera gástrica ☐ Alergias ☐ Lumbago ☐ Dolores de cabeza ☐ Migraña[1] ☐

Otros, especifique_____; con que frecuencia:_____

_____

14. Es usted propenso a sufrir problemas emocionales tales como: Arranques emocionales ☐ Conducta impulsiva ☐ Risa nerviosa ☐ Nudo en la garganta ☐ Incapacidad para tomar decisiones ☐ para concentrarse ☐

Problemas de memoria tales como: Olvidos frecuentes ☐

Problemas de motricidad tales como: Temblor en el cuerpo ☐ Inquietud ☐ Inmovilidad de alguna parte del cuerpo ☐

Problemas de ansiedad tales como: Perdida de apetito ☐ Bloqueo mental ☐ Dificultad para respirar ☐ Angustias ☐ Manos heladas ☐ Sudor en las manos ☐ Problemas para comunicarse ☐

Problemas de estrés : Risa nerviosa ☐ Sequedad en la boca ☐ Incremento del ritmo cardiaco y de la presión sanguínea ☐ Nudo en la garganta ☐

Hipersensibilidad a la crítica ☐ Escalofríos ☐

15. Actualmente consume usted sustancias tales como: Alcohol ☐ Tabaco ☐ Marihuana ☐ Cocaína ☐ Crack ☐ **: Si** ☐ **No** ☐

Con que frecuencia : Mensualmente ☐ Semanalmente ☐ Diariamente ☐
Otros:_____

16.- Meses atrás consumió usted sustancias tales como: Alcohol ☐ Tabaco ☐

Marihuana ☐ Cocaína ☐ Crack ☐ **: Si** ☐ **No** ☐

Con que frecuencia la consumió: Diariamente ☐ Mensualmente ☐ Semanalmente ☐
Otros:_____

[1] Conducta impulsiva: Conducta neurótica que es originada por un estimulo (Objetiva)
Arranques emocionales: Conducta que no es originada por estímulos. Ej. Llorar sin motivo, enojarse, tirar cosas, intentar herirse. (Subjetiva)

II PARTE:

SUSCEPTIBILIDAD A CAMBIO DE VIDA Y ESCALA DE ENFERMEDAD

Marque (x) los acontecimientos de la escala que le hayan ocurrido durante el ultimo año.

No.	ACONTECIMIENTO VITAL	VALOR	AÑO										
			1993	1994	1995	1996	1997	1998	1999	2000	2001	2002	2003
1	Muerte del Cónyuge	100											
2	Divorcio	73											
3	Separación Marital	65											
4	Condena a prisión	63											
5	Muerte de familiar cercano	63											
6	Lesión o enfermedad personal	53											
7	Matrimonio	50											
8	Despido del trabajo	47											
9	Reconciliación marital	45											
10	Jubilación	45											
11	Cambios de salud de un miembro de la familia	44											
12	Embarazo	40											
13	Dificultades sexuales	39											
14	Llegada de un nuevo miembro de la familia	39											
15	Cambios en el estado financiero	38											
16	Muerte de un amigo intimo	37											
17	Cambio de tipo de trabajo	36											
18	Cambio en el numero de disputas con el cónyuge	35											
19	Hipoteca mayor de $ 5,000 (Dólares)	31											
20	Ejecución por hipoteca o deuda	30											
21	Cambio en las responsabilidades del trabajo	29											
22	Hijo o hija que se van de la casa	29											
23	Problemas con parientes políticos	29											

24	Logros profesionales sobresalientes	28											
25	La esposa empieza a trabajar o deja de hacerlo	26											
26	Principio o final del periodo escolar	26											
27	Revisión de hábitos personales	24											
28	Problemas con el jefe	23											
29	Cambios de horario o condiciones de trabajo	20											
30	Cambio de residencia	20											
31	Cambio de escuela	20											
32	Cambio de actitud recreativa	19											
33	Cambio de actividad social	18											
34	Hipoteca o deuda menores de $10,000 (dólares)	17											
35	Cambio en los hábitos de sueño	16											
36	Cambio en el numero de reuniones familiares	15											
37	Cambio en los hábitos alimenticios	15											
38	Vacaciones	13											
39	Violaciones menores de la ley	11											
	Total												

Observaciones:_____

_____

_____

Evaluadora:_____

_____