

Riesgos psicosociales y síntomas de estrés laboral en trabajadores operativos de dos empresas en Jalisco, México

Carolina Aranda Beltrán
Universidad de Guadalajara, Jalisco, México.

Manuel Pando
Universidad de Guadalajara, Jalisco, México.

Berenice Hernández Guzmán
Instituto Mexicano del Seguro Social, Jalisco, México.

Resumen:

Introducción: Todo trabajador está expuesto a sufrir un riesgo laboral, ya sea derivados de los medios de producción y los modos de la organización de la empresa. Es en estos últimos, donde los riesgos psicosociales hacen su aparición. Una de las consecuencias más conocidas por la exposición a estos riesgos es el estrés laboral y sus mismas repercusiones en la salud.

Objetivo: Analizar la relación entre los factores de riesgo psicosociales y los síntomas de estrés en trabajadores operativos de dos empresas en Jalisco, México.

Material y métodos: El estudio fue descriptivo transversal. La población de estudio fueron operadores tanto de una empresa de fabricación de llantas como de una metalmecánica, ambas localizadas en Jalisco, México. Se emplearon tres instrumentos, un cuestionario de datos sociodemográficos y laborales, la Escala Sintomática de Estrés y la escala de Factores Psicosociales en el Trabajo. Los análisis estadísticos fueron tanto descriptivos como inferenciales. **Resultados:** Se observaron mayores porcentajes de síntomas de estrés para la empresa metalmecánica, así como de presencia de factores psicosociales con excepción de las áreas de interacción social y aspectos organizacionales. También para la empresa metalmecánica, todas las áreas de los factores psicosociales se asociaron con los síntomas de estrés, no así para la de fabricación de llantas.

Conclusiones: Es imprescindible que el trabajador conozca a profundidad sus tareas laborales y los riesgos a los que pudieran estar expuestos, sin embargo, es mayor la responsabilidad de la empresa el reconocer los peligros y consecuencias de estos riesgos, tanto para la salud del trabajador como para la propia empresa. Una empresa bien organizada y diseñada no debería tener riesgo alguno.

Palabras clave: Riesgo psicosocial, estrés laboral, síntomas de estrés.

Abstract:

Introduction: Every worker is exposed to suffer an occupational hazard, whether derived from the means of production or from the modes of organization of the company. It is in the latter, where psychosocial risks make their appearance. Workplace stress and its impact on health are one of the most known consequences of exposure to these risks. **Objective:** Analyze the relationship between psychosocial risk factors and stress symptoms in operative workers of two companies in Jalisco, Mexico.

Material and methods: The study was cross-sectional and descriptive. The study population were operators of both a tire manufacturing company and a metalworking company, both located in Jalisco, Mexico. Three instruments were used, a sociodemographic and labor data questionnaire, the Symptomatic Stress Scale and the Psychosocial Factors Scale at Work. The statistical analyzes were descriptive and inferential.

Results: Higher percentages of stress symptoms were observed for the metalworking company, as well as the presence of psychosocial factors, with the exception of the areas of social interaction and organizational aspects. Also for the metalworking company, all areas of psychosocial factors were associated with stress symptoms, but not for tire manufacturing.

Conclusions: It is essential that the worker knows in depth their work tasks as well as the risks to which they may be exposed, however, it is the responsibility of the company to recognize the dangers and consequences of these risks for both the health of the worker and for the company itself. A well-organized and designed company should not have any risk.

Key words: Psychosocial risk, work stress, stress symptoms.

Introducción

Mucho se habla de los factores de riesgo psicosocial laboral, la prueba se encuentra en que ya existe en nuestra normatividad, aunque aún en proyecto, la Norma Oficial Mexicana 035 de la Secretaría del Trabajo y Previsión Social (DOF, 2016); el cual es, un proyecto orientado a la prevención e identificación de los factores de riesgo psicosocial en un entorno organizacional y de las enfermedades laborales surgidas de los mismos riesgos psicosociales.

Mientras que la Organización Internacional del Trabajo (OIT) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) definen a los riesgos psicosociales como “todas las interacciones entre el trabajo, su medio ambiente, la satisfacción en el trabajo y las condiciones de su organización, por una parte, y por la otra, las capacidades del trabajador, sus necesidades, su cultura y su situación personal fuera del trabajo, todo lo cual, a través de percepciones y experiencias, pueden influir en la salud y en el rendimiento y la satisfacción en el trabajo” (OIT-OMS, 1984-1986). La Comisión Europea en el 2002, define al estrés laboral como “un patrón de reacciones emocionales, cognitivas, fisiológicas y de comportamiento a ciertos aspectos adversos o nocivos del contenido del trabajo, de la organización del trabajo y del medio ambiente de trabajo”, apoyados por la propuesta también por la OIT como “la relación que puede tener el individuo ante exigencias y presiones laborales que no se ajustan a sus conocimientos y capacidades y que ponen a prueba su capacidad para afrontar la situación”, concepto con el cual se trabaja en el presente estudio.

Dicho lo anterior, se entiende que son precisamente esas percepciones que el trabajador tiene sobre si ese factor es estresante para él y por lo tanto nocivo, lo que originará consecuencias negativas en su salud, manifestándose entonces o como un accidente de trabajo, o como una enfermedad laboral, o ambos, o quizá la muerte (Moreno y Báez, 2010), quedando implícitos los síntomas de estrés laboral.

Ha quedado manifestado en la literatura que los síntomas por estrés laboral varían según la actividad laboral que el trabajador desarrolla, bien sean trabajadores empresarios, ingenieros, médicos, enfermeras, docentes, administrativos,

choferes, controladores aéreos, bomberos. Entre los síntomas de estrés reportados se encuentran desde una mala salud física y mental en general (Guic, Bilbao y Bertin, 2002), hasta trastornos del sueño y de cambios alimenticios (Arias, 2012) taquicardia, tensión, insomnio, sudoración excesiva (González et al. 2013), alteraciones de la conducta (Osorio et al., 2013), cefaleas, fatiga, debilidad, irritabilidad, ardor estomacal, (Román, 2003; Aynaguano, 2017), problemas músculo esqueléticos (León y Fornés, 2015; Marín y Piñeros, 2016) por mencionar algunos.

Así como ha quedado confirmado el desarrollo de síntomas de estrés en otras ocupaciones, el objetivo de este estudio es el analizar la relación entre los factores psicosociales y los síntomas de estrés laboral en trabajadores operativos (población poco estudiada) de dos empresas ubicadas en Jalisco, México.

Material y métodos

Tipo de estudio

Se diseñó una investigación descriptiva transversal.

Población de estudio

El contexto de trabajo incluyó dos empresas: una de ellas encargada de la fabricación y exportación de llantas, la otra enfocada a lo metalmecánico. La población de estudio para la empresa de fabricación de llantas fue de 60 sujetos, que es el total de trabajadores de dos de las áreas de la empresa, el motivo de la selección de estas áreas fue precisamente por observarlas de mayor riesgo, mientras que en la metalmecánica la población fue de 150 trabajadores. El 83.6% fueron hombres y 16% de mujeres, 50.9% estaban casados, la antigüedad en la empresa osciló de 10 a 7 años. Por parte de la empresa metal mecánica 68% eran hombres contra el 32.0% de mujeres, 54.7% estaba casada, En cuanto a la antigüedad osciló entre 1 a 36 años.

Instrumentos de evaluación

Para recabar la información se emplearon tres instrumentos: 1. El cuestionario de datos sociodemográficos y laborales; 2. La escala sintomática de estrés de Seppo Aro-ESE (Román, 2003) y, 3. La escala de factores psicosociales de Silva Gutiérrez (adaptado) (Silva, 2006).

La escala de síntomas de Estrés de Seppo Aro (ESE) creada por el autor en 1983 contiene 18 ítems, uno por cada síntoma asociado al estrés ya sea de naturaleza somática, fisiológica o emocional. Cada ítem tiene cuatro opciones de respuesta que va de 0 a 3. El resultado se obtiene de sumar la puntuación de cada ítem, oscilando entre 0 a 54 puntos, en donde de 0-8 es

“estrés normal”, de 8 a 10 “tendencia al estrés” y puntuaciones mayores de 10 se considera “estrés patológico”. Aguado, Bátiz, y Quintana (2013) refieren cifras de validación del instrumento con un alfa de Cronbach de 0,83. El instrumento de Factores Psicosociales en el Trabajo de Silva (2006) consiste en una lista de ítems agrupados en siete áreas: a) condiciones del lugar de trabajo; b) carga de trabajo; c) contenido y características de la tarea; d) exigencias laborales; e) papel del académico y desarrollo de la carrera; f) interacción social y aspectos organizacionales; y g) remuneración del rendimiento. Utiliza una escala tipo Likert, representado desde el 0 (nunca) a 4 (siempre); se suman los puntajes de cada apartado y se determinan tres categorías: bajo, medio y alto las cuales se categorizan tanto por cada una de las subescalas como de manera global. También este instrumento ha sido validado con valores de alfa de Cronbach de 0,8 y de 0,9 (Colunga et al, 2008; Pando, Varillas, Aranda y Elizalde, 2016).

Análisis estadístico: Se realizaron tanto análisis descriptivos como inferenciales. En los primeros se obtuvieron frecuencias, porcentajes, promedios y prevalencias; y en los segundos, valores de relación con un valor significativo de p igual o menor a 0.05.

Aspectos éticos: La participación de los trabajadores fue voluntaria posterior a ser informados sobre el objetivo del estudio. Cada trabajador firmó su participación en la carta de consentimiento informado. Este estudio fue considerado sin riesgo “categoría uno” según el reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud en su artículo 17 (DOF, 1984).

RESULTADOS

En cuanto a los resultados obtenidos según la escala de Seppo Aro en cada una de las empresas, se observa en la tabla 1 mayores porcentajes de síntomas de estrés para la empresa metalmecánica. En menor o mayor porcentaje todos los síntomas que evalúa la escala hicieron su presencia. Los síntomas por arriba del 50% observados para la empresa metalmecánica fueron: acidez o ardor en el estómago, diarreas u orinar frecuentemente, falta de energía o depresión y temblor o sudoración en las manos, dificultades para quedarse dormido o despertarse durante la noche, dolores de cabeza, falta de energía o depresión, fatiga o debilidad, nerviosismo o ansiedad e irritabilidad o enfurecimiento; mientras que para la de fabricación de llantas la acidez o ardor en el estómago fue el único síntoma por arriba del cincuenta porciento.

TABLA 2. PREVALENCIAS DE LOS FACTORES PSICOSOCIALES EN EL TRABAJO SEGÚN LA ESCALA DE SILVA (ADAPTADA, 2004), EN AMBAS EMPRESAS

ÁREAS DE LOS FACTORES PSICOSOCIALES	EMPRESA DE FABRICACIÓN DE LLANTAS		EMPRESA METAL MECÁNICA	
	Si presencia	No presencia	Si presencia	No presencia
Condiciones de lugar de trabajo	47.3%	52.7	66.5	33.5
Carga de trabajo	30.9%	69.1	75.6	24.4
Contenido y características de la tarea	32.7%	67.3	64.3	35.7
Exigencias laborales	32.7%	67.3	74.8	25.2
Papel laboral y desarrollo de la carrera	47.3%	52.7	71.2	28.8
Interacción social y aspectos organizacionales	78.2%	21.8	68.2	31.8
Remuneración del rendimiento	72.7%	27.3	65.6	34.4

Fuente: elaboración propia

TABLA 1.- PORCENTAJES DE SÍNTOMAS DE ESTRÉS SEGÚN LA ESCALA SINTOMÁTICA DE ESTRÉS DE SEPPO ARO

SÍNTOMAS	EMPRESA DE FABRICACIÓN DE LLANTAS		EMPRESA METAL MECÁNICA	
	Raramente nunca	o Algunas veces a frecuentemente	Raramente o nunca	Algunas veces a frecuentemente
Acidez o ardor en el estomago	49.1	50.9	34.0	66.0
Pérdida de apetito	65.5	34.5	53.3	47.7
Deseos de vomitar o vómitos	83.6	16.4	72.0	28.8
Dolores abdominales	74.5	25.5	53.3	46.7
Diarreas u orinar frecuentemente	65.5	34.5	49.3	50.7
Dificultades para quedarse dormido o despertarse durante la noche	54.5	45.5	47.3	52.7
Pesadillas	74.5	25.5	67.3	32.7
Dolores de cabeza	52.7	47.3	27.3	72.7
Disminución del deseo sexual	74.5	25.5	72.0	28.0
Mareos	78.2	21.8	66.0	34.0
Palpitaciones o latidos irregulares del corazón	72.7	27.3	70.7	29.3
Temblor o sudoración en las manos	69.1	30.9	66.7	33.3
Sudoración excesiva si haber realizado esfuerzo físico	72.2	27.8	72.7	27.3
Falta de aire sin haber realizado esfuerzo físico	87.3	12.7	76.0	24.0
Falta de energía o depresión	65.5	34.5	46.0	54.0
Fatiga o debilidad	60.0	40.0	33.3	66.7
Nerviosismo o ansiedad	56.4	43.6	40.7	59.3
Irritabilidad o enfurecimiento	60.0	38.3	38.0	62.0

Fuente: elaboración propia

TABLA 3. VARIABLES SIGNIFICATIVAS ENTRE LOS FACTORES SICOSOCIALES Y LOS SÍNTOMAS DE ESTRÉS EN AMBAS EMPRESAS

ÁREAS DE FACTORES PSICOSOCIALES	SÍNTOMAS DE ESTRÉS	
	Empresa de Fabricación de Llantas	Empresa Metal Mecánica
1.-Condiciones del lugar de trabajo	0.028	0.195
2.-Carga de trabajo	.012	0.001
3.-Contenido y características de la tarea	---	0.000
4.-Exigencias laborales	---	0.010
5.-Papel laboral y desarrollo de la carrera	---	0.017
6.-Interaccion social y aspectos organizacionales	---	0.027
7.-Remuneracion del rendimiento	---	0.912

Fuente: elaboración propia

Nota: --- valores no significativos

DISCUSIÓN

El trabajo es la ejecución de tareas que implican un esfuerzo físico y/o mental para atender la diversidad de necesidades básicas o no, de todo ser humano. La industria metalmecánica (manufactura de materiales y herramientas con los metales) ha ido en crecimiento “formando un eslabón fundamental en el entramado productivo, no sólo por su contenido tecnológico, sino también por su articulación con distintos sectores industriales; prácticamente todos los países con un desarrollo industrial avanzado cuentan con sectores metalmecánicos consolidados”, palabras de la Cámara Nacional de la Industria de Transformación (CANACINTRA), órgano de consulta interlocutor entre el sector público y el sector privado para los micros, pequeños y medianos industriales. La misma Cámara la llama “industria de industrias”, porque provee de maquinaria e insumos a otras áreas de producción, principalmente a la automotriz, autopartes y minera; además es una industria competitiva, generadora de empleos y como ya se mencionó consolidada (CANACINTRA, 2015).

Por el lado de la industria de fabricación y exportación de llantas, México ocupa un lugar importante a nivel mundial, así lo asegura la Asociación Nacional de Distribuidores de Llantas y Plantas Renovadoras (ANDELLAC) al mencionar qué en los últimos cinco años, la producción total de llantas en México ha crecido casi 82%; además de ser también una industria sana, consolidada y generadora de empleos (ANDELLAC, 2014). De las cinco plantas que lideran en el mercado mundial, cuatro de ellas se encuentran en México, específicamente en Guadalajara, Jalisco trabajan dos de ellas (INEGI, 2016).

Ese esfuerzo físico y mental que requieren ambas empresas de sus trabajadores puede originar manifestaciones en la salud del trabajador sobre todo cuando las condiciones laborales no son las adecuadas para que el trabajador desarrolle sus tareas, como se observa en este estudio para todas las áreas que evalúa la escala (Condiciones de lugar de trabajo, Carga de trabajo, Contenido y características de la tarea, Exigencias laborales, Papel laboral y desarrollo de la carrera, Interacción social y aspectos organizacionales y por último, Remuneración del rendimiento) sobre todo para la empresa metalmecánica, en donde quizá por el

tipo de giro, la diversidad de actividades y de riesgo, es que se presenta con mayor prevalencia en cuanto a la presencia del factor psicosocial de riesgo que la de fabricación de llantas.

Una de las principales preocupaciones es la relación que guardan estos factores con la presencia de estrés laboral y más aún con la presencia de síntomas de estrés o mejor dicho distrés (Aranda, Pando, Torres, Salazar y Franco, 2005), “mecanismo por el cual estos factores de riesgo se asocian al surgimiento de enfermedades” (Ansoleaga, Vezina y Montaña, 2014).

Al respecto, no hay suficientes estudios en donde puedan compararse estas variables en dichos trabajadores o giros laborales; de los que hay o al menos lo más cercanos, es el estudio de Benavides y cols. (2002) con 890 trabajadores voluntarios de cuatro empresas (industria de la construcción, automovilística, eléctrica, electrónica y multinacional) con el objetivo de validar su instrumento para estimar la intensidad de los factores de riesgo psicosocial en el ambiente laboral. Ellos observaron entre otras cosas, que, el control de la organización parece ser la característica de la organización del trabajo que presenta mayor heterogeneidad sin diferencias entre las empresas y con la misma ocupación.

Así mismo el estudio de Walter (2012) en 100 trabajadores de una empresa minera en Perú con ingenieros, administrativos y mecánicos, revelaron prevalencias en algún nivel de estrés, más altas para los ingenieros hasta en el 100 por ciento. Específicamente el 82% de ellos se ubicaba en el nivel de “crisis moderado a considerable” y un 18% en “estrés medio”. Ahora bien, los trabajadores administrativos tenían un 22% de estrés medio, contra un 72% de moderado a considerable y un 6% sin estrés. Llama la atención que los obreros, es decir los mecánicos, obtenían menores porcentajes de estrés en todos los niveles (sin estrés 14%, medio 18%, 68% entre moderado a considerable). Además, refieren que las manifestaciones de estrés dependían de su cargo laboral, encontrando cambios en los hábitos de alimentación y de sueño, de las condiciones de vida, en el estatus económico y gran logro personal, cambio de responsabilidades en el trabajo, entre otros. De entre las causas laborales probables de estas manifestaciones estaban los problemas con el jefe, ser despedido del trabajo y retirarse del mismo.

Comparando lo anterior con nuestros resultados, se observa en este estudio un alto porcentaje de estrés

en los obreros, sobre todo para la empresa metal mecánica, y por consecuencia de síntomas de estrés, muy diferentes a los referidos por Walter, pero iguales en cuanto a cambios en los hábitos de sueño, sea con dificultad para quedarse dormido o despertarse durante la noche.

Datos expuestos en otro estudio pero con población de gerentes empresariales privados, manifestaron también ciertos factores de riesgo sobre todo aquellos por arriba del 50% de su prevalencia como descender de cargo o trabajar a un nivel inferior al de sus habilidades, guía y respaldo inadecuado de sus superiores, manifestando por lo tanto, encontrar relación con ciertos síntomas de estrés laboral sean estos a nivel de su salud mental o de su salud física, siendo el mejor predictor las tensiones relacionadas a la responsabilidad del rol gerencial. En este estudio también se manifestaron cambios en los hábitos del sueño como dificultad para dormir. Concluyen que los altos niveles de estrés se correlacionan con altos niveles de impaciencia, asociado a una peor salud física, con baja capacidad de afrontamiento y de percepción de control sobre la situación (Guic, Bilbao y Bertin, 2002).

Estudios con diseño metodológico cualitativo también orientan sobre los síntomas que por estrés puede padecer el trabajador en la industria manufacturera. Tal es el caso de lo aportado por Salazar, Aranda, Pando, Gómez y González (2010) en donde mencionan que la percepción del riesgo varía según el peligro al que se exponen y al género hasta en un 93%. Como causas refieren a la desmotivación, más que la insatisfacción. Ellos concluyen que son las industrias pequeñas y medianas las de mayor riesgo en cuanto a problemas de salud y seguridad ocupacional se trate.

En concordancia con lo anterior, es que se manifiesta que la presencia de riesgos psicosociales en las áreas laborales, pueden convertirse en importantes problemas de salud para los trabajadores, con repercusiones no solo para las mismas organizaciones sino para la familia y la sociedad en general, por lo que trabajar bajo condiciones adecuadas traerá como consecuencia trabajadores sanos, satisfechos, motivados y con calidad de vida adecuada.

Referencias

Aguado, J., Bátiz, A. & Quintana, S. (2013). El estrés en personal sanitario hospitalario: estado actual. *Med. Secur. Trab.* 2013; 59 (231) 259-275. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0465-546X2013000200006

Ansoleaga, E., Vezina, M. & Montano, R. (2014). Síntomas depresivos y distrés laboral en trabajadores chilenos: condiciones diferenciales para hombres y mujeres. *Cad. Saúde Pública*, 30(1), 107-118.

Aranda, C., Pando, M., Torres, T., Salazar, J. & Franco, S. (2005). Factores psicosociales y síndrome de burnout en médicos de familia. México. *Anales de la Facultad de Medicina*, 66(3), 225-231. Disponible en: <http://revista-sinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/anales/article/view/1346/1141>

Arias, W. (2012). Estrés laboral en trabajadores desde el enfoque de los sucesos vitales. *Revista Cubana de Salud Pública*, 38(4), 325-335. Recuperado en 26 de enero de 2018, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S086434662012000400004&lng=es&tlng=es.

Aynaguano, M. (2017). Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en las áreas productivas de laboratorio Neo Fármaco Cía. Ltda. Tesis de grado Maestría en Gerencia de Institución de Salud. Editorial: Universidad Técnica de Ambato. Facultad de Ciencias Administrativas. Disponible en: <http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/26417/1/39%20GIS.pdf>

Benavides, F., Gimeno, D., Benach, J., Martínez, J., Jarque, S., Berra, A. & Devesa, J. (2002) Descripción de los factores de riesgo psicosocial en cuatro empresas. *Gac Sanit*, 16(3). pp. 222-229. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0213-91112002000300005

Colunga, C., Enríquez, C., González, M, y Domínguez, R. (Agosto, 2008). Factores psicosociales en el trabajo asociados a síntomas de estrés en enfermeras de atención terciaria. *Memorias del 2do Foro de las Américas en Investigación sobre Factores Psicosociales: Estrés y Salud Mental en el Trabajo*, 1-9.

Comisión Europea. Guía sobre el estrés relacionado con el trabajo. ¿La sal de la vida o el beso de la muerte? (2002). Dirección general de empleo y asuntos sociales: Bruselas. Disponible en: https://webs.ucm.es/info/seas/estres_lab/informes/Informe%20europeo%20Estrés%20Laboral.pdf

Diario Oficial de la Federación. Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud. (1984). Disponible en: <http://www.salud.gob.mx/unidades/cdi/nom/compil/rlgsmis.html>

Directorio de la Asociación Nacional de Distribuidores de Llantas y Plantas Renovadoras directorio-andellac (2014). Reinventarse o reinventarse... no hay otra. https://issuu.com/salvadordario1954/docs/directandellac_14

Estudio para determinar la competitividad de la industria metalmecánica de la CANACINTRA. Disponible en: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/189121/0014-F-11032015_Estudio_de_Competitividad_de_la_Industria_metalmec_nica_Parte_1.pdf

González, M., Landero, R., Maruris, M., Cortés, P., Vega, R. y Godínez, F. (2013). Estrés cotidiano en trabajadores del volante. *Summa Psicológica UST*, 10 (1), 85-90.

Guic, E., Bilbao, M., & Bertin, C. (2002). Occupational stress and health in a sample of Chilean executives. *Revista médica de Chile*, 130(10), 1101-1112. <https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872002001000004>

León, M. y Fornés, J. (2015). Estrés psicológico y problemática musculoesquelética. Revisión sistemática. *Enfermería Global*, 38, 276-300.

Marín, C. & Piñeros, O. (2016). Acoso psicológico en el trabajo “mobbing” en empresas de servicios colombianas. Un factor de riesgo que se debe controlar. *Revista Colombiana de Salud Ocupacional*, 6(3), p.p. 20-25.

Moreno, B., y Báez, C. (2010). Factores y Riesgo Psicosociales, formas, consecuencias, medidas y buenas prácticas. Madrid: INSHT-UAM

Organización Internacional del Trabajo (OIT). (1986). Psychosocial Factors at Work: Recognition and Control. Occupational Safety and Health Series. OIT: Geneva. Disponible en: http://www.who.int/occupational_health/publications/ILO_WHO_1984_report_of_the_joint_committee.pdf

Organización Internacional del Trabajo / Organización Mundial de la Salud (OIT/OMS). (1984). Factores psicosociales en el trabajo: Naturaleza, incidencia y prevención. Informe del Comité mixto OIT/OMS sobre medicina del trabajo. Ginebra, Suiza, 122 págs.

Osorio, M., Rodríguez, C., Parra, L., Acosta, M. y Cruz, A. (2013). Estrés y salud mental en controladores de tránsito aéreo y bomberos de un aeropuerto de Colombia. *Revista Colombiana de Salud Ocupacional*, 3 (2), 7-11.

Pando, M., Varillas, W., Aranda, C., & Elizalde, F. (2016). Exploratory and Factorial Analysis of the ‘Questionnaire of Psychosocial Factors at Work’ in Perú. *Anales de la Facultad de Medicina*, 77, 365-371.

Peiró, J. (2001). El estrés laboral: una perspectiva individual y colectiva. *Investigación Administrativa* Enero-Junio 2001. 30 No.88: pag. 31-40.

Proyecto de Norma Oficial Mexicana PROY-NOM-035-STPS-2016, Factores de riesgo psicosocial-Identificación y prevención. DOF: 26/10/2016. http://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5458430&fecha=26/10/2016

Román, J. (2003). Estrés y Burnout en profesionales de la salud de los niveles primario y secundario de atención. *Revista Cubana de Salud Pública*. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662003000200002

Salazar, J., Aranda, C., Pando, M., Gómez, G. & González, R. Seguridad, Salud y Percepción de Factores Personales y Organizacionales en la Industria Manufacturera. Localización: Ciencia & Trabajo, ISSN-e 0718-2449, N°. 38, 2010, págs. 397-402

Silva, N. (2006). Factores Psicosociales, Estrés y Desgaste Profesional en académicos del CUCBA, Universidad de Guadalajara, Tesis doctoral.