



Incidencia del estrés y carga mental post pandemia en los trabajadores del departamento de avalúos y catastros del gobierno autónomo descentralizado municipal del Cantón Pastaza

Incidence of post-pandemic stress and mental load in the workers of the department of appraisals and cadastres of the municipal decentralized autonomous government of Cantón Pastaza

Incidência de estresse pós-pandêmico e carga mental nos trabalhadores do departamento de avaliações e cadastros do governo autônomo municipal descentralizado de Cantón Pastaza

Ubaldo Vázquez Silva ^I

ubaldo.vasquez@unach.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0003-5277-7778>

Carlos Cepeda Godoy ^{II}

ccepeda@esPOCH.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-4566-4180>

Correspondencia: ubaldo.vasquez@unach.edu.ec

Ciencias de la Salud

Artículo de Investigación

* **Recibido:** 23 de abril de 2023 * **Aceptado:** 12 de mayo de 2023 * **Publicado:** 29 de junio de 2023

- I. Maestrante, Instituto de Posgrado, Universidad Nacional de Chimborazo, Ecuador.
- II. Facultad de Ciencias, Escuela Superior Politécnica del Chimborazo, Ecuador.

Resumen

Luego de la pandemia de COVID-19 en el país y el mundo, los trabajadores de empresas públicas y privadas han sufrido afectaciones físicas y mentales que requieren ser evaluadas. En este contexto el estrés y la carga mental han afectado a los trabajadores por el uso excesivo de un ordenador por efectos del teletrabajo que se vieron obligados por el confinamiento. El objetivo es determinar la incidencia del estrés y la carga mental en los trabajadores del departamento de avalúos y catastros del Gobierno Autónomo Descentralizado Municipal del Cantón Pastaza. Se aplicó dos test a los trabajadores: uno de estrés y el otro de carga mental, a los que se les complemento con variables sociodemográficas. La población estuvo constituida por 42 trabajadores del departamento. El resultado encontrado de estrés: 21.4 % bajo, 73.8 % medio y 4.8 % alto; referente a la carga mental se tiene: 7.1 % bajo y 92.9 % medio, se establece la correlación por medio del V de Cramer entre las variables y los test aplicados. Se concluye la presencia entre media - alta de estrés; carga mental media - baja en los trabajadores de avalúos y catastros, lo que revela la necesidad de implementar un plan de prevención de psicología positiva en el entorno laboral para evitar enfermedades físicas y mentales.

Palabras Clave: Estrés; Carga mental; trabajadores; Covid 19.

Abstract

After the COVID-19 pandemic in the country and the world, workers in public and private companies have suffered physical and mental effects that require evaluation. In this context, stress and mental load have affected workers due to the excessive use of a computer due to the effects of teleworking that were forced by confinement. The objective is to determine the incidence of stress and mental load in the workers of the department of appraisals and cadastres of the Autonomous Decentralized Municipal Government of Canton Pastaza. Two tests were applied to the workers: one for stress and the other for mental load, which were complemented with sociodemographic variables. The population consisted of 42 department workers. The result found for stress: 21.4% low, 73.8% medium and 4.8% high; Regarding the mental load, we have: 7.1% low and 92.9% medium, the correlation is established by means of Cramer's V between the variables and the tests applied. The presence between medium and high stress is concluded; medium - low mental load in appraisal and cadastre workers, which reveals the need to implement a positive psychology prevention plan in the work environment to avoid physical and mental illnesses.

Keywords: Stress; mental load; workers; Covid 19.

Resumo

Após a pandemia da COVID-19 no país e no mundo, trabalhadores de empresas públicas e privadas sofreram sequelas físicas e psíquicas que requerem avaliação. Neste contexto, o stress e a carga mental têm afetado os trabalhadores devido ao uso excessivo do computador devido aos efeitos do teletrabalho que foram forçados pelo confinamento. O objetivo é determinar a incidência de estresse e carga mental nos trabalhadores do departamento de avaliações e cadastros do Governo Municipal Autônomo Descentralizado de Canton Pastaza. Dois testes foram aplicados aos trabalhadores: um para estresse e outro para carga mental, os quais foram complementados com variáveis sociodemográficas. A população consistia em 42 funcionários do departamento. O resultado encontrado para estresse: 21,4% baixo, 73,8% médio e 4,8% alto; Em relação à carga mental, temos: 7,1% baixa e 92,9% média, a correlação é estabelecida por meio do V de Cramer entre as variáveis e os testes aplicados. Conclui-se a presença entre estresse médio e alto; carga mental média - baixa em trabalhadores de avaliação e cadastro, o que revela a necessidade de implementar um plano de prevenção de psicologia positiva no ambiente de trabalho para evitar doenças físicas e mentais.

Palavras-chave: Estresse; carga mental; trabalhadores; COVID-19.

Introducción

La presencia del Covid 19, en el mundo y a nivel país, genero muerte y pérdidas económicas a las empresas y a la población en general, también desempleo, así como el aparecimiento de una nueva modalidad de trabajo en casa conocida como teletrabajo para evitar el contagio del virus, el proceso pandemia y post hace que los trabajadores estuvieran sometidos a excesivo número de horas frente a un computador, carga mental alta, estrés, fatiga visual, estos trastornos consecuencia de la situación sanitaria , el agotamiento derivado del entorno laboral, la alta carga laboral y factores estresantes relacionados con las tareas del trabajador en casa y en un retorno progresivo a la normalidad. (Lai et al, 2019).

El trabajo en casa (teletrabajo) que se desarrolla fuera de las instalaciones de la empresa, por la situación de contingencia por el Covid 19, las empresas han optado esta modalidad de trabajo

(Fasecolda, 2020), esta es la razón que se deben analizar los diferentes factores de riesgo por las graves consecuencias que estos traen: accidentes laborales y enfermedades profesionales, especialmente los psicosociales. Rodríguez et al., (2013), plantea que el trabajador tiene una percepción sobre los factores de riesgo que pueden afectar a la salud por la realización de la tarea en el tiempo de exposición prolongado. Según Slovic (1987), manifiesta que la percepción de los riesgos establece la diferencia entre la presencia del riesgo o no.

Los factores de riesgo en los entornos laborales como: la organización, tipo de trabajo, desarrollo de la tarea, falta de pausas, condiciones con disconfort, entre otros, afectan a la salud, bienestar y rendimiento del trabajador en la empresa. La carga mental es uno de los aspectos hacer considerados como un factor de riesgo psicosocial (Moreno, 2011).

La carga mental está en función de la actividad que desarrolla, el número de pasos, el tiempo que se requiere, el esfuerzo mental y la respuesta que requiere dar ante un estímulo. Los factores que intervienen en el desarrollo de la carga mental: la cantidad de información que recibe y la calidad, tiempo de procesamiento del individuo para dar la respuesta. (Nogareda, s.f).

La carga de trabajo, los límites inexactos en las funciones del puesto, la falta de participación en la toma de decisiones y de apoyo social e inseguridad laboral, son algunos de los factores de riesgo psicosociales que pueden producir alteraciones a nivel psicológico, físico o social a los trabajadores (Rubio V & Rodrigo T, 2017). La carga es: trabajo, dificultad, peso, desgaste, energía cuando se ejecuta algo. (Carreño et al, 2018). La carga mental afecta a: sus relaciones personales y sexuales, ocio, amistad, intimidad, equilibrio emocional y libertad, entre otros, (Velásquez Y. & Espín A., 2017).

La carga mental establece características del individuo como: habilidad, energía, comportamientos personales, percepciones, motivación, estado físico y emocional (Pereira F, 2014). En la parte cognitiva, la carga mental tiene que ver con la gestión de la información, en los diferentes niveles, acciones, dinámica y variabilidad de las situaciones de trabajo (Pinho et al, 2003).

Aranguren, (2014), manifiesta que la carga mental se define por la cantidad de información a procesar, el tiempo para responder y las decisiones a tomar, se relaciona con el trabajo intelectual (cerebro y la respuesta por medio de estímulos), esto es carga intelectual que se da: se detecte la información, se identifica, codifica e interpreta, se determina las posibles respuestas y se emite la misma. La carga mental genera fatiga, por las condiciones de trabajo, lugar de trabajo, tiempo,

complejidad de la tarea, el nivel de atención, minuciosidad, supervisión, entre otros aspectos que el trabajador tiene que estar alerta de como realiza el proceso para evitar accidentes laborales.

La crisis sanitaria por lo general genera estrés y pánico en la población, al sentir miedo de adquirir la enfermedad y morir. (Hawryluck et al, 2004). El estrés laboral se presenta en las personas como respuesta a las exigencias del trabajo y no se ajustan a las capacidades, afecta de diferentes maneras a cada persona, el estrés se manifiesta con: depresión, intranquilidad, agotamiento o cansancio, problemas para dormir o dificultades físicas como problemas cardíacos, digestivos o arteriales manifiesta la Organismo Mundial de la Salud (OMS, 2020), que afectan tanto en la parte física o mental del individuo.

Según el Consejo Europeo del Cerebro (CEC, 2011), en el entorno laboral los trastornos frecuentes son: estrés 25%, ansiedad 14%, 50% a 60% son bajas laborales por estos trastornos; la Sociedad Española de Medicina Psicosomática (2016), manifiesta: el 12% es por ansiedad, depresión y estrés causados por factores de riesgo laboral y por la pandemia se han vuelto más críticos.

La Organización Internacional del trabajo, (OIT,2016), manifiesta que trabajar en condiciones desfavorables, con exposición a niveles de riesgo, las exigencias empresariales hacen que el trabajador mejore sus habilidades y destrezas para realiza la tarea, debe ser más flexible, adaptarse al entorno laboral, trabajar en equipo, decidir adecuadamente, manejar tecnologías de punta y sobre todo adaptarse a los continuos cambios de la globalización. (Ramos & Jordão,2015), el trabajador debe afrontar múltiples exigencias interna, externa que genera estresores que dependen de cada individuo como lo afrontan. (Hermosa & Perilla, 2015).

Paredes et al, (2016), manifiesta que el estrés afecta: fisiológica, cognitiva, conductual y emocional, no se manifiesta sola se acompaña con sintomatología física y mental: cansancio, angustia, depresión, impotencia, incapacidad con dificultad para afrontar a los estresores generando consumo de alcohol, tabaco y otras sustancias ilícitas. El estrés provoca: percepción del cerebro del problema de manera real o imaginario, los pulmones envían cantidades altas de aire, el corazón bombea sangre a gran velocidad, las arterias del estómago se contraen, existe mayor cantidad de sangre en los músculos, se genera demasiada ira, tristeza, ansiedad, trastorno del sueño, dolor de cabeza, problemas digestivos, entre otros.

Cabezas (2021), manifiesta que investigar sobre los factores de riesgo psicosocial ayuda a generar iniciativas de impacto social y sanitario de tratamiento para prevenir los efectos psicosociales de la pandemia para que la sociedad salga de la crisis sanitaria que le ha tocado afrontar y disminuir

los efectos negativos en la salud de las personas, adicionalmente establece la importancia de un afrontamiento adecuado que impida al estrés derivarse en el síndrome de Burnout, es por estas razones que se plantea la presente investigación.

La Maestría en Prevención de Riesgos Laborales de la Universidad Nacional de Chimborazo (UNACH), por medio del módulo de Psicología Laboral, ve la necesidad de conocer la realidad en la empresa mediante esta investigación sobre los aspectos psicosociales post-pandemia, por lo que se plantea el siguiente problema de investigación por solucionarse: **¿Determinar la incidencia del estrés y carga mental Post pandemia en los trabajadores del Departamento de Avalúos y Catastros del Gobierno Autónomo Descentralizado Municipal del Cantón Pastaza?**

Método

Diseño y Tipo de la Investigación

El diseño de la investigación que se utilizó es no experimental, porque en ningún momento manipula las variables u se realizó un trabajo en laboratorio, por el tiempo fue transversal, se analizó en un solo momento, también descriptivo porque permitió indagar la incidencia del estrés y la carga mental post pandemia de Covid 19, también correlacional ya que se encargó de describir si existe relación entre las variables de estudio de los test aplicados por medio del V de Cramer, sus dimensiones y las variables sociodemográficas, de campo ya que utilizó las técnicas de observación y encuesta realizadas a los trabajadores del departamento de avalúos y catastros.

Muestra y Población de estudio

La población de estudio fue los trabajadores del departamento de avalúos y catastros del Gobierno Autónomo Descentralizado Municipal del Cantón Pastaza, fueron 42 encuestados, por lo que se utilizó toda la población y no se realizó muestreo.

Metodología y/o instrumentos utilizados

Los trabajadores fueron encuestados con el test de estrés y carga mental, participaron de manera voluntaria y anónima, garantizando confidencialidad de la misma. A los trabajadores se les envió

un link que contenía los test creados en el google forms, previo a lo cual, se les dio una inducción del proceso de llenado de la misma.

Los datos recolectados en el Google drive, se los descargó, programo y analizó a través de la hoja electrónica Excel, luego esta data se les exporto al SPSS V26, para nuevamente ser programada. Los test aplicados constan de variables sociodemográficas de los trabajadores del departamento de avalúos y catastros y los ítems del test de estrés, carga mental que contiene una escala de lickers. Se empleó el test de estrés, el mismo que fue analizado mediante una prueba piloto de datos para determinar si el test tiene la fiabilidad a través del Alpha de Cronbach y la confiabilidad por medio del Kaiser-Meyer-Olkin (KMO). El test de estrés consta de 12 ítems en forma de afirmaciones; estos enunciados se valoraron con una escala tipo Likert con 6 opciones de respuesta del (1-6), que son: 1 = nunca; 2 = casi nunca; 3 = pocas veces; 4 = algunas veces; 5 = relativamente frecuente; 6 = muy frecuente.

El puntaje del estrés se determina por la suma de las preguntas, multiplicada por la escala de licker para encontrar un valor total.

La valoración del estrés se determina de acuerdo a una escala de valoración del test que establece las siguientes condiciones que se presentan en la siguiente tabla:

Tabla N. 1

Niveles de Estrés

Nivel de Estrés	Puntaje
Bajo	De 0 a 24
Medio	De 25 a 48
Alto	De 49 a 72

Se puede valorar de acuerdo a la siguiente tabla:

Tabla N. 2

Valoración del test de estrés

Fuente:

Valoración	Interpretación
Puntaje de 12 a 24 (Sin estrés)	No existe síntoma alguno de estrés. Mantiene un buen equilibrio, continúe y difunda cuál es su forma de afrontarlo
Puntaje de 25 a 36 (Estrés leve)	Fase de alarma, trata de identificar los factores estresores para implementar medidas preventivas
Puntaje de 37 a 48 (Estrés medio)	Haz conciencia de la etapa que te encuentras, cambia porque se puede romper el equilibrio entre lo laboral y personal. No agotes tu resistencia
Puntaje de 49 a 60 (Estrés Alto)	Fase de agotamiento físico y mental con consecuencias serias para la salud
Puntaje de 61 a 72 (Estrés muy Alto)	Busca ayuda

Recuperado de: <https://www.bing.com/images>

Se empleó adicionalmente el test de carga mental, el mismo que analizado con una prueba piloto de la data para determinar la fiabilidad a través del Alpha de Cronbach y la confiabilidad del test por medio del Kaiser-Meyer-Olkin (KMO).

El test de carga mental consta de 9 ítems en forma de afirmaciones; se valoraron con una escala tipo Likert con 5 opciones de respuesta del (1-5), que son: 1 = muy bajo; 2 = bajo; 3 = moderado; 4 = alto; 5 = muy alto.

El test de carga mental tiene 3 dimensiones las mismas que se valoran en la siguiente tabla:

Tabla N. 3

Valoración del test de carga mental por dimensiones

Dimensiones	Preguntas	Puntaje
Tiempo	P1,P2,P3	De 0 a 5 (Bajo) De 6 a 10 (Medio) De 11 a 15 (Alto)
Esfuerzo Mental	P4,P5,P6	De 0 a 5 (Bajo) De 6 a 10 (Medio) De 11 a 15 (Alto)
Estrés	P7,P8,P9	De 0 a 5 (Bajo) De 6 a 10 (Medio) De 11 a 15 (Alto)

La valoración de la carga mental se refleja en la siguiente tabla:

Tabla N. 4

Valoración del test de carga mental

Denominación	Puntaje
Bajo	De 0 a 15
Medio	De 16 a 30
Alto	De 31 a 45

Resultados y discusión

Los resultados de la investigación sobre el test del estrés y carga mental, variables sociodemográficas en época de Post Covid 19, se muestran a continuación:

Tabla N. 5

Variables sociodemográficas de la investigación

Variable	Resultados	Interpretación
Género	<ul style="list-style-type: none"> • 81 % hombres • 19 % mujeres 	En el departamento analizado no existe equidad de género por falta de técnicos mujeres en esa especialidad.
Edad	<ul style="list-style-type: none"> • De 18 a 28 años: 14.3 % • De 29 a 39 años: 40.5 % • De 40 a 50 años: 31 % • De 51 años o más: 14.3 % 	El mayor % es joven y con experiencia que puede aportar al mejor cumplimiento de metas y objetivos institucionales.
Estado Civil	<ul style="list-style-type: none"> • Soltero: 40.5 % • Casado: 31 % • Divorciado: 14.3 % • Unión Libre: 11.8 % • Viudo: 2.4 % 	El mayor % está entre solteros y casados en busca de una estabilidad laboral y superación.
Acción de Personal	<ul style="list-style-type: none"> • Contrato por horas: 61.9 % • Nombramiento Provisional: 7.1 % 	Existe un % bajo con nombramiento definitivo esto hace que muchas de las veces el personal no se comprometa con las tareas encomendadas.

En	<ul style="list-style-type: none"> • Nombramiento definitivo: 11.9 % • Otros: 19 % 	la
----	--	----

siguiente tabla se presenta el análisis de fiabilidad por medio del Alpha de Cronbach del test de estrés, siendo esta la siguiente:

Tabla N. 6

Fiabilidad del test de estrés

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
0,898	12

El análisis de fiabilidad del test de estrés por medio del Alpha de Cronbach es de 0.898, lo que significa que es bueno, por lo tanto, es fiable se puede aplicar a este entorno de estudio, sin embargo, se puede mejorar eliminando preguntas.

En la siguiente tabla se presenta el análisis de confiabilidad por medio del KMO del test de estrés, siendo esta la siguiente:

Tabla N. 7

Confiabilidad del test de estrés

Prueba de KMO y Bartlett		
Medida	Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo	
		0,791

El análisis de confiabilidad del test de estrés por medio del KMO es de 0.791, lo que significa que es aceptable, por lo tanto, es confiable se puede aplicar a este entorno de estudio, sin embargo, se puede mejorar aumentando el número de encuestados.

En la siguiente tabla se presenta el análisis de fiabilidad por medio del Alpha de Cronbach del test de carga mental, siendo esta la siguiente:

Tabla N. 8

Fiabilidad del test de carga mental

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
0,772	9

El análisis de fiabilidad del test de carga mental por medio del Alpha de Cronbach es de 0.772, lo que significa que es aceptable, por lo tanto, es fiable se puede aplicar a este entorno de estudio, sin embargo, se puede mejorar eliminando preguntas.

En la siguiente tabla se presenta el análisis de confiabilidad por medio del KMO del test de carga mental, siendo esta la siguiente:

Tabla N. 9

Confiabilidad del test de carga mental

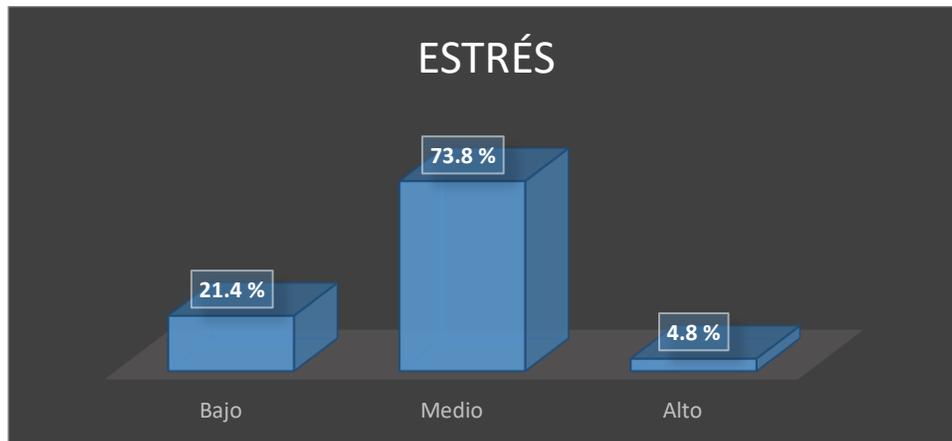
Prueba de KMO y Bartlett	
Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo	0,768

El análisis de confiabilidad del test de carga mental por medio del KMO es de 0.768, lo que significa que es aceptable, por lo tanto, es confiable se puede aplicar a este entorno de estudio, sin embargo, se puede mejorar aumentando el número de encuestados.

En la siguiente figura se presenta el análisis del test de estrés general, siendo esta la siguiente:

Figura N. 1

Estrés General de los trabajadores del Departamento de Avalúos y Catastros del Gobierno Descentralizado Municipal del Cantón Pastaza

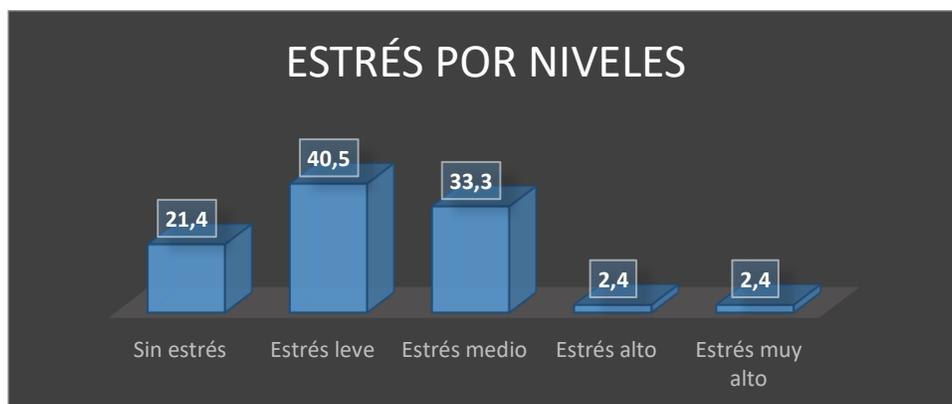


La figura muestra el estrés general de los trabajadores del departamento de avalúos y catastros del Gobierno Descentralizado Municipal del Cantón Pastaza encuestados: 21.4 % bajo, 73.8 % medio y 4.8 % alto, se concluye que el estrés es medio – alto, por lo que es necesario implementar vigilancia epidemiológica y medidas de prevención para no tener afectación en la salud del trabajador.

En la siguiente figura se presenta el análisis del test de estrés por niveles, siendo esta la siguiente:

Figura N. 2

Estrés por niveles de los trabajadores del Departamento de Avalúos y Catastros del Gobierno Descentralizado Municipal del Cantón Pastaza

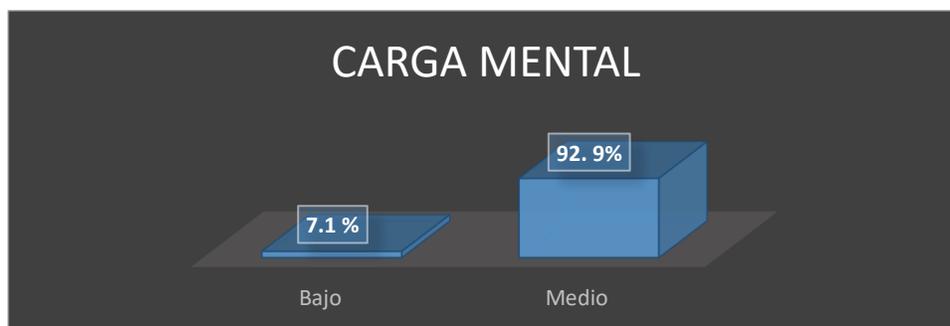


La figura muestra el estrés por niveles de los trabajadores del departamento de avalúos y catastros del Gobierno Descentralizado Municipal del Cantón Pastaza encuestados: 21.4 % sin estrés, 40.5 % estrés leve, 33.3 % estrés medio, 2.4 % estrés alto y 2.4 % estrés muy alto, se concluye que existe presencia de estrés con casos alto y muy alto que requieren de un especializada para disminuir el efecto en la salud.

En la siguiente figura se presenta el análisis del test de carga mental, siendo esta la siguiente:

Figura N. 3

Carga Mental de los trabajadores del Departamento de Avalúos y Catastros del Gobierno Descentralizado Municipal del Cantón Pastaza

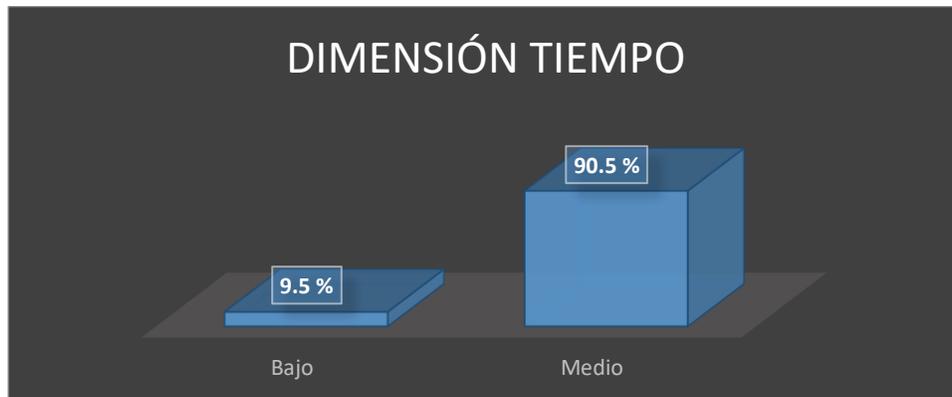


La figura muestra la carga mental de los trabajadores del departamento de avalúos y catastros del Gobierno Descentralizado Municipal del Cantón Pastaza encuestados: 7.1 % bajo y 92.9 % medio, se concluye que la carga mental es media – baja se determina que el trabajo es adecuado, distribuido bien y en jornadas acordes a las tareas encomendadas.

En la siguiente figura se presenta el análisis de las dimensiones del test de carga mental (tiempo), siendo esta la siguiente:

Figura N. 4

Dimensión tiempo del test de Carga Mental de los trabajadores del Departamento de Avalúos y Catastros del Gobierno Descentralizado Municipal del Cantón Pastaza

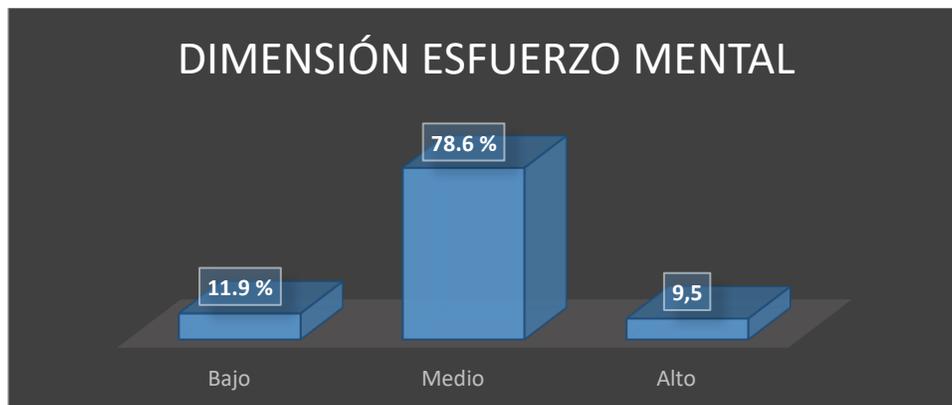


La figura muestra la dimensión tiempo de carga mental de los trabajadores del departamento de avalúos y catastros del Gobierno Descentralizado Municipal del Cantón Pastaza encuestados: 9.5 % bajo y 90.5 % medio, se concluye que el factor tiempo es medio – bajo, no existe exceso o acumulación de horas de trabajo que se refleje en la cantidad elevada de tareas que contribuya a elevar la carga mental.

En la siguiente figura se presenta el análisis de las dimensiones del test de carga mental (esfuerzo mental), siendo esta la siguiente:

Figura N. 5

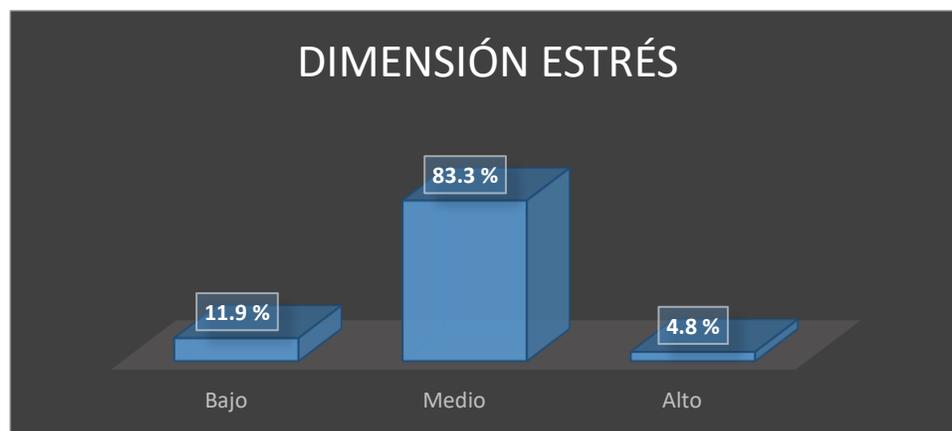
Dimensión esfuerzo mental del test de Carga Mental de los trabajadores del Departamento de Avalúos y Catastros del Gobierno Descentralizado Municipal del Cantón Pastaza



La figura muestra la dimensión esfuerzo mental de los trabajadores del departamento de avalúos y catastros del Gobierno Descentralizado Municipal del Cantón Pastaza encuestados: 11.9 % bajo, 78.6 % medio y 9.5 % alto, se concluye que existe un elevado % medio – alto con gran esfuerzo que puede contribuir a generar una enfermedad psicosomática de no ser atendida inmediatamente. En la siguiente figura se presenta el análisis de las dimensiones del test de carga mental (estrés), siendo esta la siguiente:

Figura N. 6

Dimensión estrés del test de Carga Mental de los trabajadores del Departamento de Avalúos y Catastros del Gobierno Descentralizado Municipal del Cantón Pastaza



La figura muestra la dimensión estrés de los trabajadores del departamento de avalúos y catastros del Gobierno Descentralizado Municipal del Cantón Pastaza encuestados: 11.9 % bajo, 83.3 % medio y 4.8 % alto, se concluye que el estrés en la carga mental es medio – alto se recomienda intervenir antes de tener un cuadro clínico que afecte a la salud del trabajador.

Referente a las variables sociodemográficas y los dos test aplicados, se establece las correlaciones por medio del V de Cramer que se presentan a continuación:

Tabla N. 10

Correlaciones de las variables sociodemográficas y los test aplicados

Variables correlacionadas	Resultados	V de Cramer e Interpretación

Género y estrés	<ul style="list-style-type: none"> • 8 hombres y 1 mujer con estrés bajo • 25 hombres y 6 mujeres con estrés medio • 1 hombre y 1 mujer con estrés alto 	<p>$V = 0.196$, la relación entre variables es pequeña, se concluye que el estrés es medio alto y afecta a casi la mayoría de sus trabajadores, se debe implementar un plan de medidas preventivas.</p>
Género y Carga Mental	<ul style="list-style-type: none"> • 2 hombres y 1 mujer con carga mental baja • 32 hombres y 7 mujeres alta 	<p>$V = 0,101$, la relación entre variables es pequeña, se concluye que la carga mental en su mayoría es media, debe atenderse de manera inmediata puesto que si no existe un afrontamiento adecuado puede traer consecuencias graves a la salud</p>
Género y Tiempo	<ul style="list-style-type: none"> • 2 hombres y 2 mujeres con tiempo bajo • 32 hombres y 6 mujeres con tiempo medio 	<p>$V = 0.256$, la relación entre variables es pequeña, se concluye que la dimensión tiempo en afección es media, se debe implementar controles y un manual de procedimientos para regular el tiempo de cada tarea.</p>
Género y Esfuerzo Mental	<ul style="list-style-type: none"> • 4 hombres y 1 mujer con esfuerzo mental bajo • 26 hombres y 7 mujeres con esfuerzo mental medio • 4 hombres con esfuerzo mental alto 	<p>$V = 0.158$, la relación entre variables es pequeña, se concluye que la dimensión esfuerzo mental es media alta, afecta en su mayoría a los hombres se debe dosificar la carga de trabajo con tareas</p>

		acorde a su conocimiento y experticia.
Género y dimensión estrés	<ul style="list-style-type: none"> • 5 hombres con estrés bajo • 27 hombres y 8 mujeres con estrés medio • 2 hombres con estrés alto 	V = 0.217, la relación entre variables es pequeña, se concluye que la dimensión de estrés es media alta y afecta en su mayoría a los hombres, se debe implementar un programa de psicología positiva que reduzca los niveles de estrés y demás efectos psicósomáticos.
Edad y estrés	<ul style="list-style-type: none"> • De 18 a 28 años 6 personas con estrés medio • De 29 a 39 años: 5 personas con estrés bajo, 10 medio y 2 alto • De 40 a 50 años: 3 personas con estrés bajo y 10 con medio • De 51 años o más: 1 persona con estrés bajo y 5 con medio 	V = 0.267, la relación entre las variables es pequeña, se concluye que el estrés afecta a la edad de 29 a 50 años que es las personas con mayor actividad laboral en la empresa se debe medidas preventivas que reduzcan los niveles de estrés como las pausas activas.
Edad y Carga Mental	<ul style="list-style-type: none"> • De 18 a 28 años: 6 personas con carga mental media • De 29 a 39 años: 3 persona con carga mental baja y 14 con media • De 40 a 50 años: 13 personas con carga mental media 	V = 0.336, la relación entre las variables es mediana, se concluye que la edad si influye en la carga mental y la mayoría de personas tiene carga mental media, se debe realizar una organización del trabajo para optimizar los tiempos de cada

	<ul style="list-style-type: none"> • De 51 años o más: 6 personas con carga mental media 	tarea y reducir efectos perjudiciales para la salud.
Edad y Dimensión tiempo	<ul style="list-style-type: none"> • De 18 a 28 años: 6 personas con tiempo medio • De 29 a 39 años: 4 personas con tiempo bajo y 13 con medio • De 40 a 50 años: 13 personas con tiempo medio • De 51 años o más: 6 personas con tiempo medio 	V = 0.393, la relación entre las variables es mediana, se concluye que la edad si influye en la dimensión tiempo, la mayoría tiene tiempo medio, este factor es importante para el análisis de la información y toma de decisiones, falta de descansos puede causar molestias músculo esqueléticas y afección en aspectos psicosomáticos.
Edad y Dimensión Esfuerzo mental	<ul style="list-style-type: none"> • De 18 a 28 años: 5 personas con esfuerzo mental medio y 1 alto • De 29 a 39 años: 4 personas con esfuerzo mental bajo, 12 medio y 1 alto. • De 40 a 50 años: 1 persona con esfuerzo mental bajo, 10 con medio y 2 alto. • De 51 años o más: 6 personas con esfuerzo mental medio 	V = 0.260, la relación entre las variables es pequeña, se concluye que la edad no influye en el esfuerzo mental, existe casos alto que deben ser analizados que pueden converger en algún tipo de enfermedad física o mental del trabajador.
Edad y Dimensión estrés	<ul style="list-style-type: none"> • De 18 a 28 años: 5 con estrés medio y 1 alto 	V = 0.229, la relación entre las variables es pequeña, se concluye que la edad no influye

	<ul style="list-style-type: none"> • De 29 a 39 años: 2 personas con estrés bajo y 15 medio • De 40 a 50 años: 3 personas con estrés bajo, 9 medio y 1 alto • De 51 años o más: 6 personas estrés medio 	<p>en la dimensión estrés, existe casos con estrés medio alto que de no ser atendidos pueden derivar en Burnout.</p>
Estado Civil y estrés	<ul style="list-style-type: none"> • Solteros: 4 personas con estrés bajo, 12 medio y 1 alto • Casados: 3 personas con estrés bajo, 9 medio y 1 alto • Divorciados: 6 personas con estrés medio • Unión Libre: 2 personas con estrés bajo y 3 con medio • Viudo: 1 persona con estrés medio 	<p>$V = 0.220$, la relación entre las variables es pequeña, se concluye que el estado civil no influye en el estrés, existe casos altos de estrés que requieren ser atendidos por un especialista para evitar problemas en la salud del trabajador.</p>
Estado Civil y carga mental	<ul style="list-style-type: none"> • Solteros: 17 personas con carga mental media • Casados: 2 personas con carga mental baja y 11 con media • Divorciados: 6 personas con carga mental media • Unión Libre: 1 persona con carga mental baja y 4 media • Viudo: 1 persona con carga mental media 	<p>$V = 0.325$, la relación entre las variables es mediana, se concluye que el estado civil si influye en la carga mental, existe casos con carga media que el departamento debe analizar para regular la carga de trabajo.</p>

<p>Estado civil y Dimensión tiempo</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Solteros: 1 persona con tiempo bajo y 16 con medio • Casados: 2 personas con tiempo bajo y 11 con medio • Divorciados: 6 personas con tiempo medio • Unión Libre: 1 persona con tiempo bajo y 4 con medio • Viudo: 1 persona con tiempo medio 	<p>$V = 0.226$, la relación entre las variables es pequeña, se concluye que el estado civil no influye en la dimensión tiempo, existe casos con tiempo medio se debe establecer un estudio de tiempos y movimientos que permita estandarizar los mismos para mejorar la producción y ahorro de recursos.</p>
<p>Estado Civil y Dimensión esfuerzo Mental</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Solteros: 2 personas con esfuerzo mental bajo, 12 medio y 3 alto • Casados: 2 personas con esfuerzo mental bajo y 11 medio • Divorciados: 5 personas con esfuerzo mental medio y 1 alto • Unión Libre: 1 persona con esfuerzo mental bajo y 4 medio • Viudo: 1 persona con esfuerzo mental medio 	<p>$V = 0.240$, la relación entre las variables es pequeña, se concluye que el estado civil no influye en la dimensión esfuerzo mental, existe casos de esfuerzo mental medio alto que requieren ser atendidos, se debe dosificar la tarea con un manual de procedimientos.</p>
<p>Estado Civil y Dimensión de estrés</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Solteros: 3 personas con estrés bajo y 14 con medio • Casados: 1 persona con estrés bajo, 11 con medio y 1 con alto 	<p>$V = 0.271$, la relación entre las variables es pequeña, se concluye que el estado civil no influye en la dimensión estrés, existe casos medio alto que deben prestarse atención que de</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Divorciados: 6 personas con estrés medio • Unión Libre: 1 persona con estrés bajo, 3 medio y 1 alto • Viudo: 1 persona con estrés medio 	no haber un afrontamiento adecuado y la atención especializada puede tener graves consecuencias en la salud del trabajador.
Relación Laboral y estrés	<ul style="list-style-type: none"> • Contrato por horas: 5 personas con estrés bajo y 21 con medio • Nombramiento Provisional: 1 persona con estrés bajo y 2 con medio • Nombramiento definitivo: 2 personas con estrés bajo y 3 con medio • Otros: 1 persona con estrés bajo, 5 medio y 2 alto 	V = 0.350, la relación entre las variables es mediana, se concluye que la relación laboral si influye en el estrés, existe caso medios y altos que requieren prioridad de análisis puesto que se puede derivar en burnout con consecuencias físicas y mentales en el trabajador.
Relación Laboral y Carga Mental	<ul style="list-style-type: none"> • Contrato por horas: 1 persona con carga mental baja y 25 media • Nombramiento Provisional: 1 persona con carga mental baja y 2 media • Nombramiento definitivo: 5 personas con carga mental media • Otros: 1 persona con carga mental baja y 7 media 	V = 0.318, la relación entre las variables es mediana, se concluye que la relación laboral si influye en la carga mental, existe casos media sin presencia de altos por lo que no se debe descuidar mediante una prevención en seguridad y salud del trabajador.

<p>Relación Laboral y dimensión tiempo</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Contrato por horas: 1 persona con dimensión tiempo bajo y 25 medio • Nombramiento provisional: 1 persona con dimensión tiempo bajo y 2 con medio • Nombramiento definitivo: 5 con dimensión tiempo medio • Otros: 2 personas con dimensión tiempo bajo y 6 medio 	<p>$V = 0.368$, la relación entre las variables es mediana, se concluye que la relación laboral si influye sobre el tiempo, existe casos medios, se debe realizar un estudio de tiempos y movimientos de las diferentes tareas para optimizar los mismos.</p>
<p>Relación Laboral y esfuerzo mental</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Contrato por horas: 3 personas con esfuerzo mental bajo, 21 medio y 2 alto • Nombramiento provisional: 1 persona con esfuerzo mental bajo, 1 medio y 1 alto • Nombramiento definitivo: 4 personas con esfuerzo mental medio y 1 alto • Otros: 1 persona con esfuerzo mental bajo y 7 medio. 	<p>$V = 0.264$, la relación entre las variables es pequeña, se concluye que la relación laboral no influye en el esfuerzo mental, existe casos medios y altos que deben brindarse los primeros auxilios psicológicos y derivarse al especialista.</p>
<p>Relación Laboral y dimensión estrés</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Contrato por horas: 3 personas con estrés bajo, 22 medio y 1 alto 	<p>$V = 0.164$, la relación entre las variables es pequeña, se concluye que la relación laboral no influye en la dimensión</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Nombramiento provisional: 3 personas con estrés medio • Nombramiento definitivo: 1 persona con estrés bajo y 4 medio • Otros: 1 persona con estrés bajo, 6 medio y 1 alto 	estrés, existe casos medios y altos que preocupan por las consecuencias en la salud del trabajador.
Género y estrés por niveles	<ul style="list-style-type: none"> • Hombres: 8 personas sin estrés, 15 con estrés leve, 10 medio y 1 alto • Mujeres: 1 persona sin estrés, 2 con leve, 4 medio y 1 muy alto 	$V = 0.386$, la relación entre las variables es mediana, se concluye que la relación entre género influye en los niveles de estrés, existen casos medios altos que pueden provocar enfermedades psicosomáticas en el trabajador.
Edad y estrés por niveles	<ul style="list-style-type: none"> • De 18 a 28 años: 5 personas con estrés leve y 1 medio • De 29 a 39 años: 5 personas sin estrés, 6 con estrés leve, 6 medio, 1 alto y 1 muy alto. • De 40 a 50 años: 3 personas sin estrés, 5 con estrés leve y 5 medio • De 51 años o más: 1 persona sin estrés, 3 con estrés leve y 2 medio 	$V = 0.275$, la relación entre las variables es pequeña, se concluye que la relación entre edad poco influye en el estrés por niveles, existen casos que llegan de medio a muy alto que deben ser atendidos por el médico del municipio.
Estado civil y estrés por niveles	<ul style="list-style-type: none"> • Solteros: 4 personas sin estrés, 5 con estrés leve, 7 con medio y 1 muy alto 	$V = 0.269$, la relación entre las variables es pequeña, se concluye que la relación entre estado civil poco influye en el

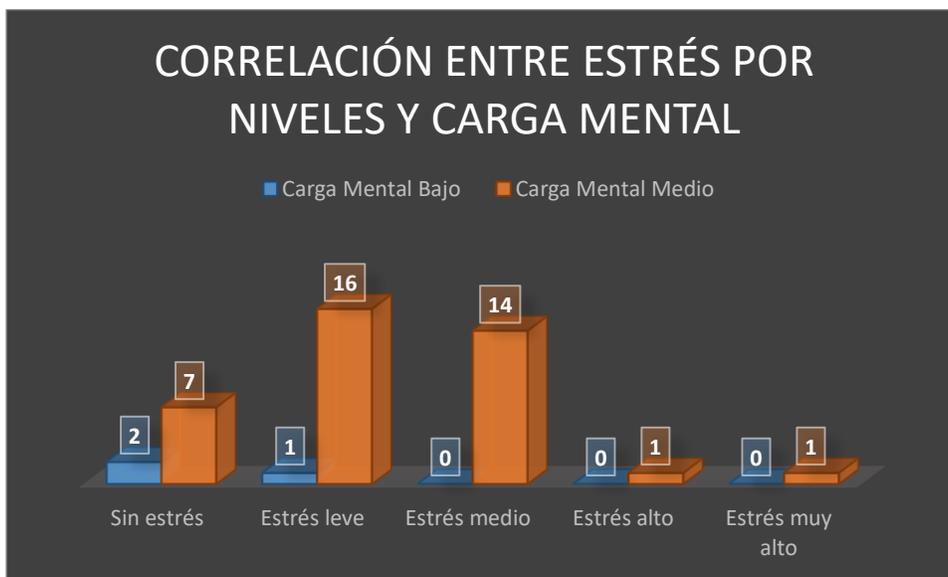
	<ul style="list-style-type: none"> • Casados: 3 personas sin estrés, 5 con estrés leve, 4 medio y 1 alto • Divorciado: 5 personas con estrés leve y 1 medio • Unión Libre: 2 personas sin estrés, 2 con estrés leve y 1 medio • Viudo: 1 persona con estrés medio 	<p>estrés, existen casos de medio a muy alto requieren de vigilancia de la salud inmediata.</p>
Relación Laboral y estrés por niveles	<ul style="list-style-type: none"> • Contrato por horas: 5 personas sin estrés, 14 estrés leve y 7 medio • Nombramiento provisional: 1 persona sin estrés, 2 estrés medio • Nombramiento definitivo: 2 personas sin estrés, 1 estrés leve y 2 medio • Otros: 1 persona sin estrés, 2 con leve, 3 medio, 1 alto y 1 muy alto 	<p>$V = 0.341$, la relación entre las variables es mediana, se concluye que la relación entre la parte laboral y estrés por niveles si influye, existen casos de medio a muy alto, se requiere un análisis por medio de una consultoría para establecer las causas raíz del problema y solucionarlo.</p>
Estrés y Carga mental por niveles	<ul style="list-style-type: none"> • Sin estrés: 2 con carga mental baja y 7 media • Estrés leve: 1 persona con carga mental baja y 16 medio • Estrés medio: 14 personas con carga mental media 	<p>$V = 0.322$, la relación entre las variables es mediana, se concluye que la relación existe entre estrés y carga mental, existe casos con sintomatología psicológica que deriva en afecciones a la salud que deben ser atendidos.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Estrés alto: 1 persona con carga mental media • Estrés muy alto: 1 persona con carga mental media 	
--	--	--

Se estima importante establecer un análisis grafico de las variables de estudio estrés por niveles y carga mental para determinar su correlación.

Figura N. 7

Correlación estrés por niveles y carga mental de los trabajadores del Departamento de Avalúos y Catastros del Gobierno Descentralizado Municipal del Cantón Pastaza



Al realizar el análisis de los dos factores de riesgo psicosocial analizados por medio del V de Cramer cuyo valor es de 0.322 significado medio entre las dos variables en su relación, se puede establecer que existe otros factores internos y externos del entorno laboral que se deben estudiar para establecer las causas raíz del problema que son los que se concluyen que afectan para el aparecimiento del estrés y la carga mental como es: la pandemia, relación laboral, pocas oportunidades de mejora en la organización entre otras que deben ser consideradas y que afectan al trabajador del departamento.

Conclusiones

El análisis de los factores psicosociales: estrés y carga mental post – pandemia y teletrabajo, se pudo evidenciar: problemas de sueño, dolor de cabeza, problemas gastrointestinales, fatiga, consumo de alimentos o bebidas en exceso, temblores musculares. Los niveles identificados de estrés tenemos: 21.4 % bajo, 73.8 % medio y 4.8 % alto; referente a la carga mental se tiene: 7.1 % bajo y 92.9 % medio por lo que se puede sufrir de agotamiento constante, problemas de concentración, interrupciones y cometer errores en el desarrollo de la actividad, que causa tensión psicológica alta en el trabajador.

Al existir niveles de estrés medio alto y carga mental media se ve la necesidad de implementa pausas activas en el departamento de avalúos y catastros del municipio de 5 minutos cada dos horas para disminuir las molestias músculo esqueléticas y carga mental o estrés que puede causar permanecer un número elevado de horas frente a un computador, esto se debe complementar con el programa de psicología positivo propuesto como medidas preventivas en la parte mental de los trabajadores.

El estudio aplicado de psicología laboral permite realizar una evaluación de la situación actual sobre las variables analizadas y contraponerles con las variables sociodemográficas por medio del V de Cramer en la que existe correlación pequeñas y medianas, es decir influyen en el comportamiento del trabajador, sin embargo, se debe complementar el estudio con una evaluación ergonómica sobre posturas y uso de PVD en los trabajadores para disminuir las TME que estas pueden causar al trabajador.

Al comparar el estado inicial que se presumía sobre la existencia de estrés y alta carga mental por el uso excesivo del computador se corroboran con los resultados de los test aplicados estrés medio – alto, carga mental media que son similares a otros estudios aplicados como el de Contreras (2021) con valores de riesgo medio alto en centros laborales por lo que se recomienda implementar medidas correctivas para mejorar los niveles de percepción de los factores de riesgo psicosocial en los trabajadores como también para disminuir los altos niveles de carga mental y estrés laboral en los trabajadores.

Referencias

- Aranguren Álvarez, Williams (2014). Carga mental en el trabajo. *Sapienza Organizacional*, 1(1),9-20. [fecha de Consulta 27 de noviembre de 2020]. ISSN: 2443-4256. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=5530/553056603003>
- Cabezas-Heredia, E., Herrera-Chávez, R., Ricaurte-Ortiz, P., & Novillo Yahuarshungo, C. (2021). Depresión, Ansiedad, estrés en estudiantes y docentes: Análisis a partir del Covid 19. *Revista Venezolana De Gerencia*, 26(94), 603-622. <https://doi.org/10.52080/rvgluzv26n94.9>
- Carreño SP, Sánchez-Herrera B, Carrillo-González M, Chaparro-Díaz L, Gómez OJ. Carga de la enfermedad crónica para los sujetos implicados en el cuidado. *Rev Fac Nac Salud Pública* [Internet]. 2016 [consultado 2018]; 34(3):342-349. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/120/12046949008.pdf>
- Contreras, L (2021) Influencia de la percepción del riesgo sobre la carga mental y estrés en los trabajadores de almacenes de barrio de la ciudad de los Ángeles. Repositorio Dspace. <http://repositorio.udec.cl/jspui/handle/11594/8488>
- Fasecolda, (2020) Guía de buenas prácticas de trabajo remoto para el sector asegurador. Recuperado de https://fasecolda.com/cms/wp-content/uploads/2020/07/20200710-Guia-Trabajo-Remoto_final.pdf
- Hawryluck L, Gold WL, Robinson S, Pogorski S, Galea S, Styra R. SARS control and psychological effects of quarantine, Toronto, Canada. *Emerg Infect Dis*. 2004;10(7):1206-1212.
- Hermosa, A. M., & Perilla, L. E. (2015). Retos investigativos en psicología de la salud ocupacional: el estrés laboral. *Facultad Nacional de Salud Pública*, 33 (2), 252-261. <http://doi.org/10.17533/udea.rfnsp.v33n2a12>
- Lai J, Ma S, Wang Y, Cai Z, Hu J, Wei N et al, Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019. *JAMA Netw Open* 2020; 3: e203976. <https://doi:10.1001/jamanetworkopen.2020.3976>
- Moreno, (2011) Factores y riesgos laborales psicosociales: conceptualización, historia y cambios actuales. *Medicina y Seguridad del Trabajo* versión On-line ISSN 1989- 7790versión impresa ISSN 0465-546X. Recuperado de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0465-546X2011000500002

- Nogareda, (s.f) La carga mental del trabajo: definición y evaluación. Instituto nacional de seguridad e higiene en el trabajo. España. Recuperado de https://www.insst.es/documents/94886/326801/ntp_179.pdf/8ab5f66a-8a0d-4a8cb096-eda49e55e048
- Organización Internacional del Trabajo. (2016). Estrés en el trabajo: un reto colectivo. (Primera edición).
- Italia: Centro Internacional de Formación de la OIT. Recuperado de https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/publication/wcms_466549.pdf
- OMS (2020) Definición de estrés laboral. recuperado de https://www.who.int/occupational_health/publications/stress/es/
- Paredes, R., Peña, N., & Vacio, I. (2016). El estrés laboral en México. La Micro y Pequeña Empresa: Un análisis desde la perspectiva económico administrativa. Tópicos Selectos de Micro y Pequeñas Empresas. ECORFAN. 1(1), 368-376.
- Pereira-da-Silva F. Mental work-load, task demand and driving performance: ¿what relation? Procedia – Social and Behavioral Sciences [Internet]. 2014 [Consultado 2018]; 162:310–319. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.12.212>
- Pinho MD, Julia IA, Ferreira MC. Operatory strategies and information management of nursing work in the hospital context. Revista Latino-Americana De Enfermagem [Internet]. 2003 [consultado 2017]; 11(2): 168-176. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12852293/>
- Ramos, V., & Jordão, F. (2015). La relación entre el estrés laboral, las fuentes que dan el origen y las estrategias de afrontamiento en el sector público y privado. Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones, 31 (1), 11-20. <http://doi.org/10.1016/j.rpto.2014.11.008>
- Rodríguez, I., Martínez-Fiestas, M y López, M. (2013). El riesgo percibido por el trabajador de la construcción: ¿qué rol juega el oficio? Revista de la Construcción vol.12 no.3 Santiago dic. 2013. Recuperado de https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-915X2013000300010
- Rubio VS, Rodrigo TI. Fuentes de carga mental en una muestra de enfermeros y técnicos auxiliares de enfermería de Madrid (España). Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación -

e Avaliação Psicológica [Internet]. 2017 [consultado 2017]; 43, 177-185. Disponible en:
<https://www.aidep.org/sites/default/files/articles/R43/Art13.pdf>

Slovic, P. (1987). Perception of Risk. *Science*, 236 (1987), pp. 280-285. Recuperado de
https://scholar.google.com/scholar_lookup?title=Perception%20of%20Risk&publication_year=1987&author=P.%20Slovic

Velázquez-Pérez Y, Espín-Andrade AM. Repercusión psicosocial y carga en el cuidador informal de personas con insuficiencia renal crónica terminal. *Revista Cubana de Salud Pública* [Internet]. 2014 [consultado 2017]; 40(1). Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.orcid=21430496002>

© 2023 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).