



UNIVERSIDAD
PRIVADA
DEL NORTE

FACULTAD DE NEGOCIOS

Carrera de **Administración**

“Análisis del estrés Laboral en las Empresas Privadas de Latinoamérica: Una Revisión Sistemática de la Literatura Científica En Los Últimos 10 Años, 2008 - 2018”

"Labor stress in private companies in Latin America: a systematic review of scientific literature in the last 10 years, 2008 - 2018"

Trabajo de investigación para optar al grado de:

Bachiller en Administración

Autores:

María Gabi García García

Asesor:

Mg. Emilio José Chocobar Reyes

Lima - Perú

2018



ACTA DE AUTORIZACIÓN PARA PRESENTACIÓN DEL TRABAJO DE
INVESTIGACIÓN

El Asesor EMILIO JOSÉ CHOQUIBAR REYES, docente de la
Universidad Privada del Norte, facultad de NEGOCIOS,
carrera profesional de ADMINISTRACION, ha
realizado el seguimiento del proceso de formulación, desarrollo, revisión de fondo y forma
(cumplimiento del estilo APA y ortografía) y verificación en programa de antiplagio del Trabajo de
Elija un elemento. del o los estudiantes(s)/egresado (s):

- MARIA GABI GARCIA GARCIA
(Nombre completo de estudiante o egresado)
-
(Nombre completo de estudiante o egresado)

Por cuanto, **CONSIDERA** que el Trabajo de Elija un elemento. titulado

Análisis del estrés laboral en la Empresas privadas de Latinoamérica:
Una Revisión Sistemática de la Literatura Científica: 2008-2018

para optar al grado de bachiller por la Universidad Priva del Norte, reúne las condiciones adecuadas
en forma y fondo, por lo cual, **AUTORIZA** su presentación.

Lima 22 de Abril del 2019
(Lugar) (Día) (mes) (año)


Ing./Lic. (Mg.) Dr. Emilio José Choquirar Reyes
(Nombre completo del Asesor)
Asesor



ACTA DE EVALUACIÓN DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

El Director/Coordinador William César Jarama Jáuregui, de la carrera de Administración de la Universidad Privada del Norte, ha procedido a realizar la evaluación del Trabajo de Elija un elemento. del (o los) estudiante (s)/egresado (s):

- Maria Gabi García García
(Nombre completo de estudiante o egresado)
- _____
(Nombre completo de estudiante o egresado)

Para aspirar al grado de bachiller con el Trabajo de Elija un elemento. titulado

“Análisis del estrés laboral en las empresas privadas de Latinoamérica, que revisan sistemática de la literatura científica en los últimos 10 años, 2008 - 2018”

Luego de la revisión, en forma y contenido, del Trabajo de Elija un elemento. expresa el siguiente resultado:

Aprobado

Calificativo:

() Excelente: De 20 a 18.

Sobresaliente: De 17 a 15.

() Bueno: De 14 a 13.

Desaprobado

22 de abril del 2019
(lugar) (día) (mes) (año)

William César Jarama Jáuregui
(Nombre completo del Director/Coordinador)
Director/Coordinador de Carrera



DEDICATORIA

Dedico este esfuerzo a mis padres que me dieron la vida y tener la dicha de seguir su ejemplo de emprendimiento, superación personal y profesional también a mi familia que día a día me acompañaron en esta trayectoria de estudios el apoyo emocionalmente y económicamente, quiero decirles que todo lo que ahora soy es gracias a su apoyo y ejemplo de valentía para seguir adelante y ser persona de bien con valores y principios añadido con el conocimiento adquirido gracias totales.

AGRADECIMIENTO

Agradezco en primer lugar a Dios por darme la vida la salud y la fortaleza y el entendimiento de gozar de esta maravillosa etapa de estudios y conocimiento, así mismo agradezco a mi asesor Chocobar Emilio que con sus materiales y experiencia en la materia me ha ayudado a realizar este trabajo de investigación científica.

Tabla de contenido

ACTA DE AUTORIZACIÓN PARA PRESENTACIÓN DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	¡Error! Marcador no definido.
ACTA DE EVALUACIÓN DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	¡Error! Marcador no definido.
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
ÍNDICE DE TABLAS	7
ÍNDICE DE FIGURAS.....	8
RESUMEN.....	9
CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN	10
CAPÍTULO II. METODOLOGÍA.....	16
CAPÍTULO III. RESULTADOS	20
CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	25
CONCLUSIONES.....	28
REFERENCIAS	29

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N°. 1. Palabras clave y sinónimos.....	15
Tabla N° 2.1: Declaración de Artículos Encontrados.....	19
Tabla N° 3.1: tabla estadística/país / ciudad.....	20
Tabla N° 3.2: tabla de resultados /país / ciudad – Principales conceptos del estrés laboral.....	21
Tabla N°3.4: Causas y consecuencias 2008 – 2018 (Porcentaje %).....	23
Grafico N° 1: Causas y consecuencias 2008 – 2018 (Porcentaje %).....	23

RESUMEN

La presente investigación sobre el estrés laboral es un tema muy importante a nivel global de los países de Latinoamérica por los mismos efectos que puede ocasionar en las salud de las personas, tanto en los centros laborales centros académicos, hospitales y en todo tipo de empresas y organizaciones tanto privadas como públicas. El objetivo del estudio fue determinar un análisis en cuanto a la percepción que tienen los colaboradores en las empresas privadas de Latinoamérica sobre las posibles desencadenantes consecuencias que pueden ocasionar. Es por ello que existen modelos explicativos de cómo tratar el estrés. La investigación realizada de los últimos 10 años muestra investigaciones actuales que se han realizado, donde nos indican que se puede emplear diferentes métodos entre ellos están, los deportes, ejercicios y actividades recreativas en el trabajo, que las empresas deben invertir para tener un mejor equilibrio en el capital humano y así tener un mejor clima laboral. Para ello el estudio se realizó mediante un diseño descriptivo y cualitativo en revistas científicas y artículos encontrados en la biblioteca virtual UPN. EBSCO, PROQUESThot, SciELO, Redalyc, Google Académico y Alicia Concytec. Donde se analizaron 100 referencias de revistas científicas los cuales se relaciona al tema estrés laboral, por lo cual se descartan artículos que no guardan relacion al tema quedando 30 referencias que si guardan relación más cercana al estrés laboral.

PALABRAS CLAVES: Estrés, Laboral, Estrés ocupacional, Estrés en el Trabajo, Job Stress, Work Stress y Occupational Stress empresas.

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

Definición del estrés laboral

El término estrés suele abordarse desde distintos enfoques, por lo que resulta complejo precisar una única definición. Por ello se parte de una definición general, para luego detallarlo dentro del ámbito laboral.

Anitei, Stoica, (2013, p.1011), Consideran al estrés un fenómeno vigente en el siglo XXI, considerado importante en la legislación colombiana como enfermedad laboral República de Colombia, (2009), derivada de trabajos de sobrecarga, trabajo repetitivo, trabajos con efectos psicosociales; posteriormente, han sido numerosos los autores que han intentado definir el estado del estrés.

La organización mundial de la salud propuso al estrés como una de las enfermedades del siglo XXI. Desde los estudios pioneros, el estrés fue definido por Selye Hans, como síndrome de adaptación general o respuesta defensiva del cuerpo de la psique a las lesiones o al estrés prolongado, es por ello que se denomina como un conjunto coordinado de reacciones fisiológicas ante cualquier forma de estímulo nocivo, así mismo el estrés se emplea con sobre carga laboral impuesta en el individuo creado por un estado de tensión originado por múltiples causas. Excesos de carga familiar o laboral, agotamiento muscular, clima laboral. A su vez, Álvarez, Román y Hernández, (2019), Mencionó que a partir de la perspectiva de otras ciencias se desarrollan una variedad de definiciones que explican sobre el estrés.

El estrés puede concebirse como concepto organizador que integra distintas variables y procesos orientados a la adaptación, y puede definirse como un conjunto de relaciones particulares entre la persona y la situación del mismo modo, Moreno y Báez, (2010, p.50). Indican de como el estrés ha pasado a formar parte de nuestra vida cotidiana, comúnmente se le ha asociado a inestables estados de cansancio o agotamiento físico y mental de situaciones de tensión que en el trabajo cotidianamente enfrentan los individuos y grupos enteros, enfermeras, médicos, académicos, obreros, oficinistas, profesionales etc.

Por otro lado, Rodríguez, Carvajal & Rivas (2011), Menciona que el estado del estrés es en la actualidad es uno de los padecimientos más comunes asociados a la insatisfacción laboral la rotación en los puestos de trabajo, un mal clima laboral y varias enfermedades tanto cardiovasculares como gastrointestinales que afectan la salud y la vida de las personas a través del mundo llegando a puntos tan críticos que se han registrado casos de muertes por trabajar demasiado, el estrés puede ser respuesta adaptativa del organismo según ambiente o circunstancia del individuo, causado por el exceso de trabajo y las multifunciones expuestas por sus superiores.

Tipos de estrés.

A su vez Gutiérrez y Ángeles (2012), Mencionan la existencia de diversos tipos y factores que implican la duración del estrés laboral son aquellos estímulos que pueden provocar reacción, trastornos psicomaticos ansiedad o depresión, psicológica, fisiológica y biológica llamados estresores que provocan el desencadenamiento de diversas enfermedades causadas por el estrés, seguidamente presentamos los tipos más conocidos por sus reacciones.

- Estrés laboral agudo
- Estrés labora episódico
- Estrés laboral crónico
- Estrés laboral positivo
- Estrés laboral negativo

El tipo de estrés laboral agudo es un tipo que más se presenta en las personas por causa de las exigencias impuestas por uno mismo creyendo que tener una agenda repleta de actividades para ser admirados por los demás. El estrés laboral episódico es perjudicial para los seres humanos y podría ocasionar graves problemas en la salud de las personas y se precisaría de asistencia médica para sus tratamiento, por otro lado el estrés laboral crónico es un tipo menos preocupante por ser rutinario que si bien es cierto provoca agotamiento físico pero es controlable mediante un descanso o bajar el ritmo a las tareas cotidianas, a diferencia del estrés positivo es aquel que nos ayuda a enfrentar un cometido con todas las fuerzas donde inconscientemente sabe que recibirá un beneficio, es por ello que se dice que es un tipo de estrés adaptativo presente en todo ser humano. También está el estrés negativo es cuando anticipamos una situación negativa creyendo que puede salir todo mal es una

ansiedad que no nos permite lograr metas u objetivos trazados ya que provoca un desequilibrio y neutraliza las situaciones normales generando una tristeza repentina.

A si mismo Moreno Báez (2010), En su investigación indica que los estresores han demostrado resultados psicosociales traumáticos riesgosos en la salud de los colaboradores que desempeñan distintas actividades laborales en cada empresa u organización a nivel global de los países de Latinoamérica.

Causas del estrés laboral.

En los últimos años se han realizado numerosas investigaciones acerca del estrés laboral considerando como una enfermedad profesional más y derivada su importancia de las consecuencias personales, económicas y asistenciales, el estrés es propiciado por la sobrecarga de funciones y actividades inherentes al ámbito laboral, no obstante no se descarta que se intensifica por el estrés personal en la vida cotidiana ya que se crea un vínculo de dependencia una de la otra. Es decir las causas del el estrés se da en la mayoría de los casos por la ineficiencia del patrono o jefes inmediatos que no están debidamente capacitados para desempeñar correctamente sus funciones, afectando así directa o indirectamente la estabilidad emocional de los colaboradores. Así mismo hoy en día se suma las actividades diarias agravando la situación.

Consecuencias del estrés.

Estas pueden ser perjudiciales para los colaboradores ya que conllevan a una innumerable cantidad de patologías, trastornos mentales accidentes cerebro vascular, derrame cerebral ansiedad depresión entre otras. Están pueden conllevar a un bajo rendimiento en la productividad laboral; Así mismo los individuos se concentran más en darle prioridad a sus problemas, que realizar sus funciones dadas por la empresa.

Según Rosen (2013), Indica que es vital destacar que no solamente conlleva a deficiencia del deterioro del organismo, si no que afecta a su vez la salud cognitiva, el insomnio, olvidos de tareas, dolores de cabeza, entre otras, que se suman a las anteriormente ya mencionadas; a su vez Caldera y pulido (2008), Afirman que las consecuencias del estrés laboral también afectan la salud emocional como por ejemplo, la depresión la falta de autoestima y desmotivación que depende de la intensidad y la duración en sí misma afirmando una respuesta adaptativa.

Prevención del estrés.

Las empresas modernas optan por desarrollar un sistema que beneficie primeramente a sus colaboradores siendo esta la base más importante del crecimiento y el desarrollo de las actividades comerciales en una empresa u organización las cuales son:

- ✓ Pautas activas y recreativas
- ✓ Talleres de capacitación
- ✓ Recreación y esparcimiento
- ✓ Vacaciones y retiros espirituales
- ✓ Terapias ocupacionales

Algunos autores, que han estudiado posibles estudios de prevención afirman que para reducir el estrés laboral es recomendable realizar una actividad física fuera del cumplimiento de la jornada laboral, tales como el yoga el zen que involucran técnicas de meditación y relajación mental y corporal que ayudan a disminuir las consecuencias derivadas del estrés según mencionado por González & Baranda (2011).

Como afrontamiento en las últimas investigaciones demuestran la existencia de una relación estrecha entre el rasgo de ansiedad y el estrés laboral, según Lozano & Duran (2008), Defienden la teoría de los esfuerzos de afrontamiento y objetivos fundamentales de las inversiones en programas de manejo del estrés han de tener en cuenta las creencias, valores, compromisos personales que estimula al individuo a reevaluar y afrontar las situaciones estresantes de una forma nueva. La implementación de programas recreativas talleres ocupacionales que convine el enfoque individual y organizacional e incluso social ya que se trata de un fenómeno multicausal.

Pregunta de investigación:

P1. ¿Definición del estrés laboral en las empresas privadas de Latinoamérica en los últimos diez años?

Evolución del estrés laboral en las empresas

P1.1 ¿Qué tipos de estrés laboral existen?

Causas y consecuencias del estrés laboral en las empresas privadas de Latinoamérica

P2.1 ¿causas del estrés laboral?

P2.2 ¿cuáles son las consecuencias del estrés laboral?

Resultados

P3.1 ¿cómo prevenir el estrés laboral?

PICOC:

Population – población: Artículos científicos sobre el estrés laboral en Latinoamérica

Intervention – intervención: Causas, consecuencias, modelos sobre el estrés laboral

Comparison – comparación: Diferentes estudios en las empresas privadas de Latinoamérica

Outcome – objetivo: analizar la evolución del estrés laboral en los últimos 10 años.

Context – contexto: Empresas privadas de Latinoamérica

Objetivo de estudio

Analizar en la revisión de la literatura la evolución del estrés laboral en las empresas privadas de Latinoamérica entre los años: 2008-2018.

En la tabla N°1.1 mostramos las palabras claves y sus sinónimos para las búsquedas respectivas.

Tabla N°1.1: palabras claves y sinónimos

Palabras clave
Empresas
Compañías
Revistas científicas
Herramientas

Fuente: revisiones sistemáticas – ProQuest, EBSCOhost, Scielo y Redalyc.

Elaboración: propia a partir de los datos investigados.

CAPÍTULO II. METODOLOGÍA

Tipo de estudio

Se realizó una revisión sistemática de la literatura publicada en las revistas científicas datos relevantes, usando fuentes secundarias de información necesarias para responder a la pregunta de investigación establecida, en el que además, se realiza un análisis y se genera una conclusión bajo un método ordenado y reproducible para conducir el proceso metodológico fue la siguiente. ¿Cuáles son los antecedentes del estrés laboral y sus causas sobre los colaboradores de las empresas privadas de Latinoamérica en los últimos 10 años? (Torres-Fonseca y López-Hernández, 2014, p. 394).

Fundamentación de la metodología

La revisión de la literatura científica es una metodología que constituye una forma de investigación que consiste en utilizar diferentes fuentes bibliográficas y electrónicas para obtener datos y resultados sobre determinados temas e investigaciones de otros autores con el objetivo de fundamentar teóricamente un determinado objetivo con rigor metodológico. Urrutia y Bonfill (2011).

El presente estudio de investigación corresponde a una metodología descriptiva y cualitativa, descriptiva, según Danhke (citado por Hernández, Fernández y Baptista, 2009), señala que los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades, las características y los perfiles importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis. (p. 117). Así mismo comprende registros análisis e interpretación de la naturaleza actual, composición o procesos de los fenómenos. El enfoque que se hace sobre conclusiones es dominante, o como una persona, grupo o cosa, conduce a funciones en el presente. La investigación descriptiva trabaja sobre las realidades de los hechos y sus características fundamentales es de presentarnos una interpretación correcta. (p. 54).

La investigación cualitativa comprende la recogida de información basada en la observación de comportamientos naturales, discursos, respuestas abiertas para la posterior Interpretación de significados, de ese modo Hernández, y baptista (2010), indica que los estudios cualitativos no se expresa en una medición numérica antes bien se observa en

expresiones culturales y sociales a través de un proceso interpretativo. Del mismo modo la investigación cualitativa tiene como procedimiento recoger fuentes de primera y segunda mano entre ellos están los documentos, entrevistas, observación, características e interpretación de significado de hechos relevantes que propicien descripción personal donde describe la rutina de las situaciones problemáticas. Es por ello que Hernández, Fernández y baptista (2010). Afirman que para probar una hipótesis cualitativa es mediante una recolección de base de datos. Según Ruiz (2012). Debe cumplirse esta medición para poder llegar a una aproximación más detallada para su interpretación y significado de los hechos.

Finalmente la propuesta de valor definida en esta investigación es que, durante los últimos 10 años, se ha evidenciado diferentes métodos y ejercicios se puede afrontar y tratar el estrés laboral en las empresas privadas de Latinoamérica.

Se realizó una revisión bibliográfica y documental sobre artículos de los últimos 10 años 2008-2018 sobre el tema en fuentes de datos digitales indexados, EBSCO, PROQUEST, SciELO, Redalyc, y material disponible en el repositorio de la biblioteca de la Universidad Privada del norte e internet. Se usaron los descriptores estrés laboral, estresores, causas y consecuencias del estrés en diferentes empresas de Latinoamérica. Se utilizaron como unidades de análisis artículos científicos de cualquier nacionalidad publicados, así como los artículos indexados en revistas psi lógicas. Se procedió a seleccionar los artículos de utilidad para la investigación, se ha evidenciado los múltiples factores sobre el estrés laboral por parte del personal administrativo, producción, médicos, enfermeras, entre otros.

Frente a lo anterior, es importante definir los procesos jerárquicos de selección de los resultados encontrados en la literatura científica, teniendo en cuenta criterios claros de inclusión y exclusión que garanticen la disminución de sesgos en la selección de las investigaciones incluidas dentro de las revisiones sistemáticas, con el fin de integrar la información filtrada y así, sintetizar los hallazgos que intentaran dar respuesta a la pregunta que condujo todo proceso.

En la base de datos EBSCOhost se realizaron búsquedas considerando como estrés laboral obteniendo un resultado de 45 referencias. Luego la búsqueda se limitó a publicaciones arbitradas obteniendo 20 referencias. Se procedió a aplicar los conectores AND & Latin America obteniendo 15 referencias. Se limitaron los años 2017-2018 y se obtuvieron 10 referencias.

En la base de datos PRO-QUEST se realizaron búsquedas considerando como “estrés laboral obteniendo un resultado de 20 referencias. Luego la búsqueda se limitó a publicaciones arbitradas obteniendo 10 referencias. Se procedió a aplicar los conectores AND & Latin America” obteniendo 05 referencias. Se limitaron los años 2017-2018 y se obtuvieron 04 referencias.

En la base de datos SciELO-Google se realizaron búsquedas considerando como estrés laboral obteniendo un resultado de 40 referencias. Luego la búsqueda se limitó a publicaciones arbitradas obteniendo 20 referencias. Se procedió a aplicar los conectores AND & Latin America” obteniendo 15 referencias. Se limitaron los años 2017-2018 y se obtuvieron 06 referencias.

En la base de datos Redalyc-Google se realizaron búsquedas considerando como estrés laboral obteniendo un resultado de 40 referencias. Luego la búsqueda se limitó a publicaciones arbitradas obteniendo 30 referencias. Se procedió a aplicar los conectores AND & Latin America obteniendo 15 referencias. Se limitaron los años 2017-2018 y se obtuvieron 10 referencias.

Luego se procede a dar lectura a los artículos y se excluyen aquellos que no están relacionadas con el estrés laboral.

Las limitaciones para esta investigación fueron la falta de tiempo y falta herramientas, como es el internet computadora escritorio por parte del investigador y la falta de habilidades para la realización de las búsquedas en revistas científicas. (Sánchez, de la Torre, Sorzano, Ramos & Durán; 2016; p. 45)1.

Tabla N° 2.1: Declaración de Artículos Encontrados

Fuente	Número de artículos	Número de artículos descartando los que coinciden en ambas bases de datos	Números de artículos que quedan después del descarte.
EBSCOhost	45	30	10
ProQuest	30	20	04
Scielo (Google académico)	40	15	06
Redalyc (Google académico)	50	30	10

Fuente: EBSCOhost, ProQuest, Scielo, Redalyc -Elaboración: Propia

CAPÍTULO III. RESULTADOS

Se encontraron 30 artículos que representaban los criterios de inclusión indicados en la base EBSCOhost, ProQuest, Scielo y Redalyc y la presentación de resultados tomara el modelo de la revista científica EBSCOhost y Scielo google académico que lo representa de forma descriptiva. (Danhke, Citado en Fernández y Baptista, 2009), Se encontraron artículos en los años 2008- 2018 de diferentes países latinoamericanos como se aprecia en la tabla N°3.

Tabla N° 3.1: tabla estadística/país / ciudad

País/ciudad	Años	Cantidad	%
Colombia	2008 -2016	10	22
Sonora	2012-2016	05	16
Chile y argentina	2009 y2011	10	20
Brasil y Perú	2008-2018	05	16

Fuente: EBSCOhost, ProQuest, Scielo, Redalyc

Elaboración: propia

Tabla N° 3.2: tabla de resultados /país / ciudad – principales conceptos del estrés laboral

<i>País/ ciudad</i>	<i>Autor</i>	<i>Revista/Artic ulo</i>	<i>Año/pu blicó</i>	<i>conceptos</i>	<i>Breve resumen de cada autor</i>
Colombia	Cirera, Aparecid a, Elías & Ferraz Anitei, Stoica	Revista panamericana de pedagogía Revisión genérica desde la teoría	(2012- 2013) (2014- 2018)	Definición del estrés	Definen el estrés laboral como parte de nuestra vida cotidiana asociada a inestables estados de estrés al cansancio y agotamiento físico y mental. Por otro lado. Anitei Stoica, El estrés en el entorno laboral. Se emplea con el sentido de sobre carga laboral impuesta en el individuo, creado por un estado de tensión originado por múltiples causas
Colombia	Guerrero Walker	Revista: Psicológica (p.33) vol. 44	(2015)	Tipos de estrés	Guerrero Walker, menciona diversos Tipos de estrés laboral depende de varios factores y la duración de los estímulos más conocidos como estresores.
México	González & Arce	Revisión genérica desde la teoría	(2012)	Causas del estrés	González & Arce, nos indica que las causas del estrés laboral se da por la falta de motivación en el trabajo, bajo salario acoso laboral, así como tener una agenda demasiado llena de actividades tan solo para sentir admiración por los demás trae enfermedades de estrés
Sonora	Sue & Sue Durán & Ramírez	Revista Revisión genérica desde la teoría	(2010)	Consecuen cias del estrés	Mencionaron que las Consecuencias del estrés laboral tare bajo rendimiento y Así mismo puede generar grandes alteraciones en el bienestar del individuo, salud mental, pérdida de la autoestima, depresión dañando la salud.

Fuente: EBSCOhost, ProQuest, Scielo, Redalyc -Elaboración propia.

Definición del estrés laboral

El primer año analizado (2013), Observamos que las empresas privadas de Latinoamérica el estrés laboral suele abordarse desde distintos enfoques por lo que resulta complejo precisar una única definición, es por ello que integra distintas variables y procesos orientados a la adaptación. Para Londoño y Gutiérrez, (2012), Define que el estrés laboral ha pasado a ser parte de nuestra vida cotidiana comúnmente asociado a inestables estados de cansancio o agotamiento físico y mental, donde enfrentan los individuos y grupos enteros trabajadores de diferentes ramas industriales y de servicios tanto público y privado.

Estrés laboral (tipos)

Para el segundo año analizado (2012), Diversos autores como Gutiérrez y Ángeles, (2012). Destacan los principales factores desencadenantes del estrés laboral que se expresan mediante los tipos de estrés que existen en los colaboradores de una empresa privada u organización, como se catalogan e interfieren o provocan una mayor afectación en sus diversos contextos, los estímulos que provocan la primera reacción los cuales se pueden clasificar de la siguiente manera factores psicológicos psicosociales y de personalidad, entre ellos está el estrés laboral episódico, estrés laboral crónico estrés laboral positivo y negativo.

Estrés laboral (causas)

Para el tercer año analizado (2012), Arce y Sue exponen números estudios focalizados a encontrar las causas y consecuencias como situaciones extremas que conllevan a una serie de consecuencias conflictivas físicas y psicológicas para la salud de una persona que va de una irritación y frustración a eventos agudos y traumáticos, es por ello que en una empresa 8 de cada 10 colaboradores se sienten insatisfechos en su centro de trabajo. Para Sue & Sue (2010), A nivel organizacional, estos problemas conllevan a un agotamiento de labores organizacionales ocasionando problemas a causa del desgaste de los colaboradores Newstrom (2010).

Consecuencias del estrés laboral

Para el cuarto año analizado (2016), Se enfrenta el entorno organizacional donde el interactuar dentro de este contexto cambiante obliga a las empresas a buscar contar con el capital humano adecuado lo cual es coherente con lo que indica Ángeles y Gutiérrez, (2012), que las empresas y organismos empresariales deben día a día invertir en recursos de capital humano siendo la ventaja competitiva de las compañías los rápidos cambios de las organizaciones y las exigencias del mercado producto de la globalización, pasaron a exigir a las empresas mejores resultados a sus trabajadores, esto ocasionó que el entorno de trabajo dejara, La combinación de estas dimensiones da lugar a varias categorías de estresores, tales como los: agudos, crónicos, diarios, y catastróficos o desastres (Peiró y Rodríguez, 2008).

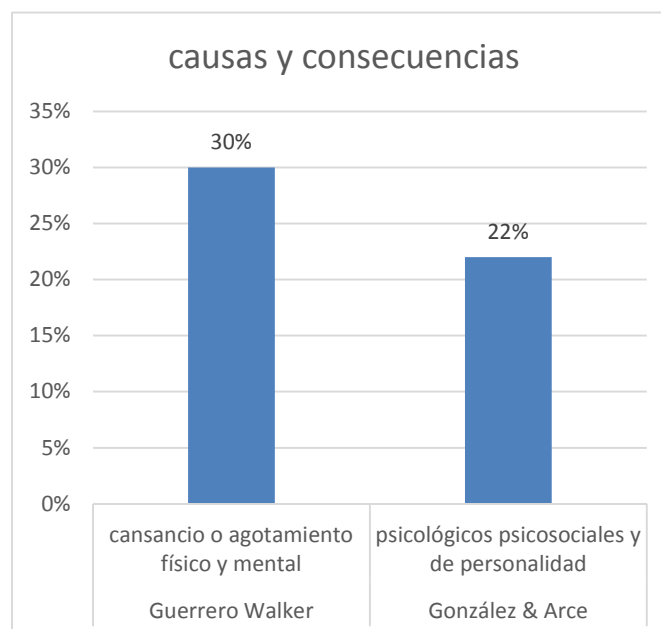
Respecto al tema existen diferentes países que han realizado diversos estudios sobre la problemática del estrés en las organizaciones, como es la de los realizados en unión europea (OIT, 2016), donde se evidencia el estrés factor presente en el 50% y 60% de todos los días laborables perdidos. Así mismo menciona también que la causa con mayor frecuencia en trastornos de la salud el 22% de los trabajadores en la UE, también a su vez varios países en desarrollo entre ellos están argentina Botswana, Brasil, Colombia, Filipinas, Ghana, India, Kenya, Uganda y México, están investigando nuevas formas de afrontar la prevención del estrés laboral. Debido a ello más países se sumaron a tomar medidas preventivas para disminuir esta problemática.

Tabla N°3.4: Causas y consecuencias 2008 – 2018 (Porcentaje %)

Autor	Cusas	porcentaje %
Monroy & alker	Cansancio, agotamiento físico y mental	30%
González & Sue Sue	psicológicos psicosociales y de personalidad	22%

Fuente: EBSCOhost, ProQuest, Scielo, Redalyc - elaboración propia

Grafico N° 1: Causas y consecuencias 2008 – 2018 (Porcentaje %)



Fuente: EBSCOhost, ProQuest, Scielo, Redalyc - elaboración propia

En la actualidad las empresas de americalatina, presentan un alto porcentaje donde colaboradores que padecen un 30 % de cansancio, agotamiento físico y mental. Según Sue & Sue; Walker Y González, responden que este hecho se da cuando las empresas solo se dedican a trazar metas y objetivos elevados y así fidelizar más clientes a prestar servicios. Mientras tanto al colaborador lo saturan a cumplir ciertos objetivos bajo presión sin darles ningún momento de recreación personal o laboral.

CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El estrés laboral

Según López, El estrés laboral se caracteriza como la respuesta psicológica y física que ocurre cuando los requerimientos del trabajo no se ajustan a las capacidades, recursos o necesidades del trabajador. Mientras que Hans Selye fue el pionero en puntualizar el ámbito del estrés, definió como síndrome de transformación general ante la emergencia externa tenida y la respuesta general del organismo ante diferentes estímulos, además plantea que, aunque existe una confusión al considerar el estrés como tensión, no es tensión nerviosa, a pesar de que en este estado pueda haber tensión cuando el organismo trata de ajustarse ante la percepción de un alarmógeno.

Considerando lo expuesto, las primeras investigaciones permitieron visualizar como el estrés es una reacción filosófica del organismo en la que se encuentran diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante en la salud de las personas y colaboradores en las empresas. Así, se determina niveles aceptables donde las emociones psicológicas del estrés son perjudiciales, tanto para la persona, como para las empresas ya que, al tener un alto estrés, no conlleva a algo bueno.

Estrés laboral (tipos)

Lopategui y Guerrero Walker (2015), Consideran la existencia de diversos factores y estresores que provocan el estrés laboral, siendo estos los causantes de desencadenamiento de los multifactores psicológicos biológicos y psicosociales, cabe mencionar los distintos modelos de estrés laboral entre ellos está el modelo de desequilibrio o modelo de esfuerzo recompensa, así como el modelo demandas control de Karasek. Por otro lado López define los tipos de estrés laboral, está el episódico, crónico y positivo positivo–negativo euroestres laboral. El episódico este tipo de estrés es perjudicial para los seres humanos y podría requerir de ayuda medical así mismo el Crónico este tipo de estrés es rutinario que agota a la persona día tras día se presenta cuando el empleado es sometido frecuentemente a situaciones de ambiente sindical improcedente, grava de trabajo (pag.37).

Por tanto, expuesto lo anterior los autores López y Lopategui & Walker dan a conocer los tipos más conocidos como el estrés agudo, episódico y crónico ambos definen del impacto que causan estos tipos de estrés y lo preocupantes que son en la salud que puede llegar afectar a las personas que se da cuando los requerimientos del trabajo no se ajustan a las capacidades, recursos o necesidades del colaborador. Asimismo, los tipos de estrés vinculado con el trajín como un superior que está a cargo de los empleados que enfrentan tareas laborales que no guardan relación a sus vivencias, asumiendo el desafío de malestar por factores estresantes.

Causas y consecuencias

Para, Sue & Sue (2010), Por medio de grandes estudios realizados han demostrado las distintas causas y consecuencias que se dan a través de los estresores que se reflejan en las situaciones externas que conllevan a una serie de consecuencias psicológicas, fisiológicas y psicosociales así como es la sobrecarga laboral y las multifunciones designadas por sus superiores y jefes hacen de la persona un agotamiento físico traumate y dañino para la salud de los colaboradores.

A su vez Davidson (20119), Indica que las causas del estrés se puede dar en su mayoría de casos por la sobrecarga laboral, sobre tiempos, el no comer en sus horarios, el no tener una agenda bien organizada, al mismo tiempo el no delegar funciones hace que una persona termine realizando tareas de uno y de todos los demás esto puede traer grandes consecuencias desgaste físico y emocional migraña dolor de cabeza y hasta puede enfermar por completo, es por ello que es recomendable planificar el horario de trabajo y fuera del trabajo así poder llevar un equilibrio, es sumamente importante la planificación de tiempo para todo, como es la familia los amigos el trabajo y tiempo para sí misma ayudaría a llevar una mejor calidad de vida más saludable y prospera.

Como prevenir el estrés

Para, Pilates (2014), Mediante un análisis de investigación para contrarrestar el estrés laboral, Se creó un método mediante un sistema de ejercicios gimnasia llamado condrología concepto que el mismo definió en su libro la ciencia del arte, Joseph Humberto Pilates, donde



Considera que se debe adquirir un hábito de cuerpo y mente, participar de gimnasia deportes y ejercicios donde el cuerpo y la mente puedan despejar cansancio y agotamiento físico y emocional causado por las numerosas tareas laborales.

Por consiguiente, después de analizar las afirmaciones de diversos autores podemos plantear modelos de contrarrestar el estrés y minimizar los posibles múltiples factores que pueden afectar la salud de los colaboradores.

CONCLUSIONES

En esta investigación se planteó como objetivo general de revisar las revistas científicas de cómo ha evolucionado el estrés laboral en las personas en distintas áreas de trabajo en los años 2008 al 2018 y seguidamente se proceden a mencionar las conclusiones de la revisión científica.

La presente revisión teórica se ha centrado en artículos y revistas científicas de los últimos 10 años de Latinoamérica que reportan un análisis de investigación sobre el estrés laboral donde observamos los niveles y grados que pueden afectar en una persona tan fácilmente en un ambiente cargado de multifunciones laborales sin tener tiempo de recreación social y esparcimiento.

Por lo tanto podemos concluir después de analizar las teorías científicas que dan a conocer los tipos de estrés agudo, episódico y crónico ambos definen del impacto que causan estrés y lo preocupantes que son en la salud que pueden llegar afectar a las personas que se da cuando los requerimientos del trabajo no se ajustan a las capacidades, recursos o necesidades del colaborador. El estrés episódico es un tipo de estrés perjudicial para los seres humanos y podría requerir de ayuda médica, así mismo el crónico este tipo de estrés es rutinario que agota a la persona día tras día se presenta cuando el empleado es sometido frecuentemente a situaciones de ambiente sindical improcedentemente grava de trabajo.

En general se recomienda a las empresas privadas tomar énfasis en realizar actividades recreativas y esparcimiento e inclusión social, considero que invertir en el capital humano debería estar incluido diversos programas en un planeamiento estratégico de toda empresa u organización, siendo el capital humano la pieza más importante para su desarrollo sostenible y crecimiento laboral, ello haría posible a los colaboradores un mejor desempeño laboral.

REFERENCIAS

Anitei, Stoica; &, Samsonescu (2013, p. 1011). El estrés laboral en el área de la salud; citado por Lucila Cárdenas Niño: Universidad de San Buenaventura, Medellín, Colombia.

Recuperado: <https://www.redalyc.org/html/679/67952833006/>

Ángeles I. y Gutiérrez, R. (2012) afrontamiento y manejo del estrés. [Revistas electrónicas, cultura y tecnología]. Recuperado de.

<http://erevistas.uacj.mx/ojs/index.php/culcyt/article/view/2481>

<http://erevistas.uacj.mx/ojs/index.php/culcyt/article/view/2481/2300>

Arce y González; Rayer y Nishii, (2010-2012). El estrés laboral en el entorno laboral. [Scielo].
Revistas científicas y tecnológicas, Recuperado de:

<http://erevistas.uacj.mx/ojs/index.php/culcyt/article/view/2481/2300>

Arrogante O. (2016). Estrategias de afrontamiento al estrés laboral en enfermería. Metas de
Enfermería, 19 (10), 71-76. [SciELO]. Aposta revista de ciencias sociales ISSN 1696-7348.

<http://www.scielo.org.co/pdf/reus/v20n1/0124-7107-reus-20-01-00044.pdf>

file:///F:/MASSS/ContentServer%20(6).pdf

Babatunde, A. (2013). Ganster; R; & Rodríguez, M. (2013).

El estrés en el ámbito laboral. El estrés y sus causas. [Scielo]. Extraído de

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742015000200013

Caldera, Pulido y Martínez (2008). Impacto del estrés laboral en el anestesiólogo recuperado
de la revista colombiana de anestesiología. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=195114542003>

Castillo. D, Guerrero Walker, (2015). Volumen 44.pag.33. Estresores que propician el
desenvolvimiento del estrés. {Redalyc}. Sistema de información científica Redalyc - Red de Revistas
Científicas de América Latina el Caribe y Portugal / Recuperado de.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=231317996006>

Dargahi y Shaham (2012). Estrés laboral, factor físico factor en la causa enfermedad.
[EBSCO]. Citado por Lucila Cárdenas: Universidad de San Buenaventura, Medellín, Colombia.

Recuperado: <https://www.redalyc.org/html/679/67952833006/>

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742015000200013

<http://scielo.sld.cu/pdf/edu/v7n2/edu13215.pdf>

Elías & Ferraz (2012). El estrés forma parte de nuestra vida cotidiana: objetivo definir el estrés (Levi, 1998; Lu et al., 2015,), (Citado por Lucila Cárdenas Niño Universidad de San Buenaventura Medellín, Colombia – agosto 2016.pag.82).

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=231317996006>

Fernández, Santana y Merino (2011). Hay beneficios psicosociales por la práctica de Pilates. [Google Académico, Scielo]. Recuperado de.

http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1578-84232014000300013&script=sci_arttext&lng=en

González-Gálvez y Sainz de Baranda, 2011) Pilates hay beneficios psicosociales por la práctica de Pilates. [Scielo]. Revista: Cuaderno de deportes de la psicología. Recuperado de.

http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1578-84232014000300013&script=sci_arttext&lng=en

Gonzales G. Norma. Estrés en el ámbito laboral de las instituciones de salud: Un acercamiento a narrativas cotidianas. Argumentos [Online]. 2012, vol.25, n.70 [citado 2019-02-18], pp.171-194. Disponible en:

<http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0187-57952012000300009&lng=es&nrm=iso>. ISSN 0187-5795.

Gutiérrez, (2010). Expertos, autores definen distintitos aspectos de personalidad y tipos de estrés. Clasificación elaborada por Juan Manuel Gutiérrez, y figura en su importante manual sobre Ergonomía y Psicosociología en la empresa, editado por Cisspraxis. www.especialdirectivos.es.

Garrido, M. Del Monte, G, González, E. y López, A. (2009). “Estudio del Burnout Entres los profesionales de los Equipos de Tratamiento Familiar en la atención a las familias en riesgo social”. Apuntes de Psicología, 27(2-3), 537. <https://blog.neuronup.com/estres-laboral/>

http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412018000200304

Joseph H; P. y Miller (2014). Para contrarrestar el estrés laboral, [análisis de investigación]. Citado por Salvador Vilella y miguel Ángel. Recuperado de.

<https://mimundo.upn.edu.pe/dashboard>

<http://bibliovirtual.upn.edu.pe:2069/bibliotecas-virtuales.asp>

Moreno y Báez, (2010). Estrés laboral afrontamiento en trabajadores. [Google Académico]. Aposta: revista de ciencias sociales] recuperado de.
https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/77240/1/2018_Navarro-Soria_etal_Aposta.pdf

Moreno Y Báez (2010). El estrés laboral, estudio de revisión. [Redalyc]. Citado por Lucila Cárdenas Niño: Universidad de San Buenaventura, Medellín, Colombia.
Recuperado: <https://www.redalyc.org/html/679/67952833006/>

Naranjo, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. Educación, 33 (2), 171-190. [Revista Científica Pensamiento]. Maña naranjo 2014. Recuperado en.

<http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/pensamiento/article/view/7703/7365>

Naranjo & Álvaro C; s.f. (2008). Habilidades gerenciales en los líderes de las medianas empresas de Colombia, [Revista científica Pensamiento y Gestión, N°38: enero jun 2015]. Recuperado de. <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/pensamiento/article/view/7703/7365>

Naranjo, (2009). Robotham y Julián, (2006). La comunidad científica se debate entre dos enfoques principales para la aproximación y conocimiento de este fenómeno en el ámbito educativo. [Google]. Revista Electrónica de Psicología Iztacala. 14, (2), 2011. Recuperado de.
<http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/pensamiento/article/view/7703/7365>

Otero (2011). Causas del estrés: para la dinámica del estrés dentro del entorno laboral es compleja [file:///F:/MASSS/ContentServer%20\(6\).pdf](file:///F:/MASSS/ContentServer%20(6).pdf)

Roehling y Boudreau, Kung y Chan, (2014). Estrés laboral en el entorno laboral. El estrés laboral, estudio de revisión; citado por Lucila Cárdenas Niño: Universidad de San Buenaventura, Medellín, Colombia.

Rodríguez, Carvajal & Rivas, (2011). Estado del Arte Sobre Estrés Laboral Entre los Años 2005 y 2016.
<http://web.a.ebscohost.com/ehost/resultsadvanced>
<http://repository.urosario.edu.co/bitstream/handle/10336/12845/Estado%20del%20arte%20sobre%20estres%20laboral%20entre%20los%20a%C3%B1os%202005%20y%202016.pdf?sequence=1>

Selye H. Y Álvarez; & Román y Hernández, (20119). Estrés psicológico, Revisión, Factores de riesgo. [EBSCO]. Citado por Lucila Cárdenas, docente investigadora, Universidad de San Buenaventura Medellín, bello Colombia, recuperado de.

(doi:<http://dx.doi.org/10.15332/s1794-9998.2017.0001.07>)

Sue, Sue & Sue (2010). Estrés laboral en el entorno laboral
México: Editoriales Trillas. [Revistas electrónicas, cultura y tecnología]. Recuperado de
<http://erevistas.uacj.mx/ojs/index.php/culcyt/article/view/2481>
<http://erevistas.uacj.mx/ojs/index.php/culcyt/article/view/2481/2300>

Según Rosen, (2013), Wiegel y Diewald, (2014), Kawachi (2015). Estrés laboral y contrato
psicológico como elementos relacionales del cambio organizacional. [ProQuest]. Recuperado.
<https://search.proquest.com/results/6938FAF62E2D439BPQ/1?accountid=36937>

Torres F; y López H, (2014). Estrés laboral en el entorno laboral. [Scielo]. Revistas científicas
y tecnológicas, Recuperado de:
<http://erevistas.uacj.mx/ojs/index.php/culcyt/article/view/2481/2300>

ANEXOSOS

RÚBRICA DE EVALUACIÓN DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

RÚBRICA DE EVALUACIÓN DE REVISIÓN SISTEMÁTICA

Título de la investigación: <i>ANÁLISIS DEL ESTRÉS LABORAL EN LAS EMPRESAS PRIVADAS DE LATINOAMÉRICA UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA DE LA LITERATURA CIENTÍFICA 2008-2018</i>						
Nombres y apellidos del evaluador: <i>EMILIO JOSÉ CHOLOBAR REYES</i>						
Sede: <i>Los Olivos</i>		Carrera: <i>ADMINISTRACION</i>		Facultad: <i>NEGOCIOS</i>		
CONDICIONES OBLIGATORIAS						
Coherencia		Los resultados, discusión y conclusiones responde a la pregunta y objetivo de la investigación			<i>Si</i>	No
Consistencia		Cada una de las secciones del trabajo de investigación están debidamente sustentadas			<i>Si</i>	No
Informe de similitud		Tiene 0% de similitud después de eliminar falsos positivos			<i>Si</i>	No
CRITERIOS DE EVALUACIÓN						
Sección	Item	Reporte o en la pagina #	Puntaje:			
			Bien desarrollado	Parcialmente	No lo presenta	Puntaje obtenido
Título	Título	Identifica el reporte como una revisión sistemática.	<i>0.5</i>	0.25	0	<i>0.5</i>
Resumen	Resumen	Proporciona en 200 palabras: antecedentes; objetivos; fuentes de datos; criterios de elegibilidad, objeto de estudio; métodos de evaluación y síntesis del estudio; resultados; limitaciones; conclusiones.	<i>1</i>	0.5	0	<i>1</i>
Introducción	Justificación	Describe la justificación de la revisión en el contexto de lo que ya se conoce.	<i>1</i>	0.5	0	<i>1</i>
Introducción	Objetivos	Proporciona una declaración explícita de las preguntas que se están tratando con referencia al objeto de estudio.	<i>2</i>	1	0	<i>2</i>
Metodología	Criterios de elegibilidad	Especifica las características de los estudios considerados (por ejemplo, los estudios que miden la empleabilidad de los universitarios) y las características del informe (por ejemplo, los años considerados, el idioma y el estado de publicación).	<i>1</i>	0.5	0	<i>1</i>
Metodología	Recursos de información	Describe las bibliotecas virtuales consultadas para el estudio, por ejemplo: Ebsco, Redalyc, Google Académico, etc.	<i>0.5</i>	0.25	0	<i>0.5</i>

Metodología	Búsqueda	Presenta la estrategia de búsqueda utilizada, por ejemplo palabras claves, limitadores utilizados (por ejemplo, período, tipos de documentos, idioma, etc.) de tal forma que pueda replicarse el estudio.	0.5	0.25	0	0.5
Metodología	Selección de estudios	Indica los criterios por los que descartó o incluyó estudios (por ejemplo, del total del resultado de la búsqueda se descartaron 5 porque no tenían instrumentos de medición de empleabilidad).	1	0.5	0	0.5
Metodología	Proceso de recopilación de datos	Describe el método de extracción de datos de los estudios (por ejemplo, en tablas que describen los estudios con campos como: año de publicación, revista, país, institución, tipo de estudio, etc.) y cualquier proceso para obtener y confirmar los datos de los estudios.	0.5	0.25	0	0.5
Resultados	Selección del estudio	Proporciona el número de estudios examinados, evaluados por elegibilidad e incluidos en la revisión, con razones para las exclusiones en cada etapa, idealmente con un diagrama de flujo.	2	1	0	1
Resultados	Características de los estudios	Para cada estudio, presenta las características para las que se extrajeron los datos (por ejemplo, año de publicación, revista, país, institución, tipo de estudio, etc.).	2	1	0	1
Resultados	Análisis global de los estudios	Presenta las características de los estudios de manera globalizada (por ejemplo, porcentaje de estudios por año de publicación, por tipos, por temas abordados, etc.).	2	1	0	2
Discusión	Resumen de los resultados	Resume los principales hallazgos, incluyendo la fuerza de la evidencia para cada resultado principal; considera su relevancia para el objeto de estudio.	3	1.5	0	1.5
Discusión	Limitaciones	Discute las limitaciones en el estudio y el nivel de resultado (p. Ej., Riesgo de sesgo) ya nivel de revisión (por ejemplo, recuperación incompleta de la investigación identificada, sesgo de notificación).	1	0.5	0	1
Discusión	Conclusiones	Proporcionar una interpretación general de los resultados, responde la pregunta de la investigación, y las implicaciones para la investigación futura.	2	1	0	2
Puntaje total						10

Adaptado de: Moher D, Liberati A, Tetzlaff J, Altman DG, The PRISMA Group (2009). Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement. PLoS Med 6(7): e1000097. doi:10.1371/journal.pmed1000097