

51921
27



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA
DE MEXICO**

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES
"ZARAGOZA"

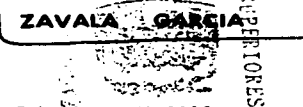
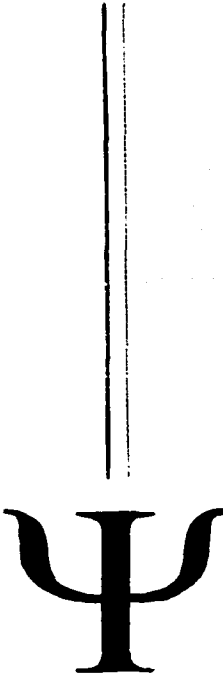
**"ESTRES Y ORGANIZACION DE
TRABAJO"**

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL GRADO DE:
LICENCIATURA EN PSICOLOGIA

P R E S E N T A M O S :

MARCELA ALEJANDRA ZAVALA GARCIA



DIRECTOR DE TESIS. LIC. JORGE I. SANDOVAL OCAÑA

SECRETARIA
TECNICA
PSICOLOGIA

MEXICO, D. F.

OCTUBRE, 2003

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

1



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

DEDICATORIAS

A mis padres: Con la mayor gratitud por los esfuerzos realizados para que yo lograra terminar mi carrera profesional siendo para mí la mejor herencia.

A mi madre: Que es el ser más maravilloso del mundo, gracias por el apoyo moral, el cariño y la comprensión que siempre me has brindado, por guiar mi camino y estar junto a mí en los momentos difíciles.

A mi padre: Que ha sido para mí un hombre grande y maravilloso, al cual siempre he admirado, gracias por apoyarme en todas las decisiones que he tomado y por guiar mi vida con energía, pues esto es lo que ha hecho que sea lo que soy.

A mis hermanos:

Javi: Eres un hermano lindo y comprensivo, gracias por tu apoyo y respeto.

Toñis: Eres un regalo de Dios, realmente quiero agradecerte por el simple hecho de existir y de ser mi alegría.

Los quiero mucho

Autorizo a la Dirección General de Estudios de la UNAM a difundir en formato electrónico el contenido de mi tesis con el nombre Zavala García
Maxcelo Alejandria
fecha 6- Noviembre

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

A Jesús: Por el hecho de haber formado parte de éste sueño. Gracias por lo que fue y también por lo que no fue.

Que Dios bendiga tu camino siempre.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

A mis Abuelitos: Por consentirme y amarme, por todos sus cuidados y preocupaciones.

María del Carmen Ruiz

Julia Peguero

José Zavala

Agustín García

A todos mis Tíos, Padrinos y Primos. Por el apoyo, la compañía y la orientación que cada uno de ustedes me a proporcionado en diferentes momentos de mi vida.

A mi primo Gus : Gracias por tu cariño y por el apoyo incondicional que me diste en los momentos que lo necesite.

Siempre vivirás en mi corazón.

A la familia Franco

Sr. Jesús, Paty, Mau, Angel y Oscar

Por la aceptación, la confianza, el cariño y el apoyo que me dieron. Sé que pase lo que pase siempre me cuidarán desde el cielo.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

AGRADECIMIENTOS

Principalmente agradezco a Dios por darme la gran oportunidad de estar viva y de poder disfrutar de este momento, junto a mi familia.

A la Universidad Nacional Autónoma de México por haber sido mi casa de estudio. Y en especial a la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza por la formación académica que recibí.

A mi maestro Jorge Sandoval por darme la oportunidad de ser su alumna. Gracias por los conocimientos que compartiste conmigo y por orientarme en la elaboración de esta Tesis.

A mis maestros: Alfonso Correa, María del Refugio Cuevas y Edgar Pérez. A mis Sinodales: Sergio Bastar, Luz María Flores, Sara Unda y Francisco Enríquez. Por compartir su experiencia y conocimientos conmigo.

Así mismo agradezco a Alma, José Luis Miranda y Mónica Hernández. Por apoyarme en la búsqueda de empresas en las cuales pudiera aplicar mi Tesis.

Quiero agradecer a mis amigas Gaby, Antonieta y Diana por el apoyo incondicional que me han demostrado, y por los momentos en los que me han impulsado para seguir adelante. Gracias por su apoyo, respeto, cariño y comprensión.

Las quiero mucho

Agradezco también a mis amigos Alfredo y Ernesto quienes de diferentes formas me han apoyado e impulsado. Gracias por su respeto y amistad. Que Dios los bendiga

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Estrés y Organización de Trabajo

Introducción

Justificación

1. - El trabajo.....	1
1.1.- Proceso de Producción.....	7
1.1.1 - Maquinismo Simple.....	14
1.1.2 - Fordismo.....	17
2. - Estrés.....	24
2.1.- Síndrome General de Adaptación (SGA).....	28
2.2 - Enfoques que han abordado el Estrés.....	33
2.2.1 - Enfoque Neuroendocrino.....	33
2.2.1.2 - Reacciones al Estrés.....	36
2.2.2 - Enfoque Psicológico.....	39
2.2.3 - Consecuencias Psicológicas del Estrés.....	45
2.2.4 - Aspecto Positivo del Estrés (Eustrés).....	47
2.2.5 - Estrés y Ansiedad.....	50
3. - Estrés y Trabajo.....	54
3.1.- Estrés en el trabajo.....	56
3.2.- Estresantes en el trabajo.....	60
3.3.- Estrés y Organización de trabajo Maquinista simple y Fordista.....	65
4. - Metodología.....	70
5. - Resultados.....	78
6. - Discusión.....	100
7. - Anexos.....	106
8. - Bibliografía.....	109

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

6

INTRODUCCIÓN

Este estudio tiene como finalidad conocer si la organización de trabajo, es decir, la manera en la que son distribuidas las actividades requeridas para la elaboración de una mercancía, tiene alguna influencia en el nivel de estrés presentado por los empleados que realizan dichas actividades. Para lograr descubrir si existe tal relación se requirió primeramente realizar una búsqueda bibliográfica la cual dio como resultado un marco teórico que abarca los primeros tres capítulos.

El capítulo uno se refiere al trabajo, al proceso de producción y a sus dos componentes el proceso de trabajo y el proceso de valorización. Hace referencia a la diferencia que existe entre el trabajo realizado por los animales y el efectuado por los seres humanos. Además se cita cómo es que el trabajo ha influido en el desarrollo del hombre. Por otro lado, se habla sobre las formas en las cuales el trabajo se ha organizado y dividido a través de la historia y que han marcado la relación que tiene el empleado con el producto que realiza, al igual que con las herramientas y el material necesarios para crearlo. El Fordismo y el Maquinismo simple son las dos formas de organización de trabajo que se estudiarán en esta investigación.

El capítulo dos trata del estrés, de las causas que lo originan y de las diferentes reacciones que puede generar en los individuos. Se presentan además dos enfoques de estudio del estrés y algunos de los modelos que han surgido en psicología para el estudio del mismo. Así mismo se hace referencia al Eustres, entendido en éste estudio como el estrés positivo para los individuos. Y a la relación existente entre la ansiedad y el estrés.

Por su parte el capítulo tres trata sobre el estrés y su relación con el trabajo, se considera al trabajo como uno de los principales generadores de estrés de nuestros días. Además se presentan algunos de los estresores que se pueden encontrar dentro de los centros laborales, así como algunas de las consecuencias que el estrés puede traer para las empresas y para los empleados. La

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Organización Internacional del Trabajo (1993) señala que el trabajo no es la única fuente generadora de estrés, pero sí una de las más importantes de nuestros días. Esto es en resumen el contenido de los tres capítulos de marco teórico de éste estudio. Posteriormente se presenta la metodología, en donde se mencionan los objetivos que se persiguen al realizar esta investigación, así como el planteamiento del problema y las hipótesis. Los instrumentos utilizados para recabar los datos fueron: el IDARE, el test de Ansiedad Cognoscitiva-Somática y un registro de síntomas de estrés, una vez obtenidos los datos se capturaro en el paquete estadístico SPSS versión 98, y se aplico la prueba no paramétrica U de Mann-Whitney, con el objetivo de determinar si existen diferencias en los niveles de estrés presentados por los empleados de una empresa con un tipo de organización laboral Fordista y los trabajadores de una empresa con un tipo de organización de trabajo Maquinista simple.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

CO

JUSTIFICACIÓN

El estrés enfrentado por los empleados en muchas ocasiones es intrínseco al trabajo mismo, de manera que uno no puede escapar a las demandas y presiones competitivas. La cantidad de tareas a realizar, es decir, todo lo que el empleado debe hacer es a veces abrumador y estresante.

Por otro lado el trabajo cumple una función muy importante que es la de permitirle al hombre cubrir sus necesidades básicas de sobrevivencia, además de que también en algunos casos le permite desarrollarse como persona. El desarrollo científico y tecnológico en el trabajo industrial ha traído consigo la implementación de maquinaria cada vez más sofisticada para el proceso de trabajo, lo cual ha marcado a través del tiempo las características de las tareas a realizar por los empleados, y en general a marcado el tipo de organización de trabajo implicada en el mismo.

En esta Tesis se estudiarán los procesos de trabajo en incluyan una organización de trabajo Fordista ó Maquinista simple. Cualquier persona que tenga este tipo de trabajo, o que se encuentre bajo estas circunstancias sabe, ya sea por experiencia directa o por observar a algún compañero, que el estrés puede tener graves consecuencias en la salud. Puede convertirse en una pesadilla viviente en la que uno corre más y más rápido y permanece en el mismo lugar, o se siente menospreciado e incapaz de trabajar productivamente. Algunos de los síntomas que pueden presentarse en las personas estresadas son los siguientes: insomnio, úlceras, dolores de cabeza crónicos y algunas veces síntomas físicos de ansiedad respecto al trabajo. Lo que es más, las personas que se encuentran crónicamente estresadas no disfrutan su trabajo (Davis, 1985; Troch, 1982)

El interés de realizar esta investigación surgió gracias a la literatura revisada, la cual reporta que el estrés padecido por los obreros es principalmente generado por la organización y la división de las tareas. El trabajo como situación de estrés ha sido estudiada por varios investigadores como por ejemplo: en Suecia por Frankenhauser y Gardell, ellos piensan que el nivel elevado de

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

9

catecolaminas, la elevada frecuencia de trastornos psicosomáticos, así como otros signos de estrés y de malestar tienen su origen en el trabajo molesto, monótono, cuyo ritmo está dado por las máquinas (Wisher, 1988)

Como ya se mencionó en este estudio se tomarán en cuenta principalmente los procesos de trabajo que lleven implícita una organización de trabajo Fordista ó Maquinista simple, esto es porque en ambas formas el obrero se ve sometido a muchas demandas las cuales se dan de manera continua.

En el Fordismo el obrero se ve obligado a trabajar al ritmo que la cadena y la banda le marquen, al igual que, a no cometer ninguna equivocación pues ésta detendría la circulación de los transportadores, y por ende se retrasaría la producción.

En el Maquinismo simple el obrero es presionado para que produzca más y mejor en el menor tiempo posible, aún a costa de su propia seguridad. El empleado se ve sometido a trabajar con máquinas las cuales en cierta forma son independientes a él y una vez dada la orden de marcha ya no se detienen hasta terminar la tarea, no importándoles la vida del operario. El conocimiento de estos peligros por parte del empleado y el saber también que le pagarán en muchos casos por lo que produzca, es algo que resulta muy presionante para él (Neffa, 1982)

En estas dos formas de organizar y dividir el trabajo el empleado se ve envuelto por presiones y demandas las cuales se dan de manera continua y finalizan hasta que termina la jornada laboral. Según Hans Selye en 1939 (citado por Silva, 1994 pp.14) quien hizo mucho por centrar la atención de médicos y psicólogos en los efectos del estrés, se reconocen tres fases en nuestra respuesta al estrés: Primero el organismo se alerta (fase de alerta), luego se desencadena la actividad autónoma (fase de resistencia) y si la actividad dura demasiado, se produce un daño y ocurre el colapso (fase de agotamiento). Según este modelo si la presión no desaparece o si se presenta de manera frecuente, el individuo pasa de fase en fase, hasta llegar a la ultima, en la cual ya necesita ayuda especializada para poder superarla. En el Maquinismo simple y en el Fordismo se

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

da esta lluvia continua de presiones y exigencias, aunque en el segundo se presentan con una mayor intensidad por tal motivo en este estudio se considera al trabajo realizado bajo una organización laboral Fordista como uno de los principales desencadenantes de estrés en los obreros.

Por otro lado, el estrés puede ser un factor desencadenante de alteraciones mentales o de enfermedades físicas, además de que impide que el individuo realice sus tareas al máximo y mejor, es decir, obstaculiza la productividad, por tal es necesario e importante estudiarlo para de alguna manera poder disminuirlo, eliminarlo o prevenir su aparición excesiva.

El propósito de realizar esta investigación radica en conocer si la organización de trabajo bajo la cual estén sujetos los empleados está relacionada con el nivel de estrés que puedan presentar. En la actualidad en nuestro país hace falta mantener el interés en temas como este. Es muy importante realizar estudios relacionados con la salud obrera pues nuestro país en su mayoría está integrado por obreros, somos un país maquilador. De ahí la importancia que merecen temas como éste pues gracias a ellos en un futuro se podrán crear más y mejores programas encaminados a reducir el nivel de estrés en los empleados, logrando así no solamente una mejor calidad de vida para los obreros sino también un beneficio para los empresarios, pues un obrero que se siente a gusto con su trabajo también es un obrero productivo.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

1. EL TRABAJO

A través de la historia el hombre se ha diferenciado de los animales, por haber desarrollado la función teleológica, el lenguaje y la actividad práxica. La función teleológica es la capacidad de planeación, donde el sujeto, a diferencia de los animales puede proyectar, imaginar o realizar la acción que quiere llevar a cabo en un futuro.

Un ejemplo de esta función teleológica se ve ilustrado por lo siguiente: "Una araña ejecuta operaciones que recuerdan las del tejedor, y una abeja avergonzaría, por la construcción de las celdillas de su panal, a más de un maestro albañil. Pero lo que distingue ventajosamente al peor maestro albañil de la mejor abeja es que el primero ha modelado la celdilla en su cabeza antes de construirla en la cera. Al consumarse el proceso de trabajo surge un resultado que antes del comienzo de aquél ya existía en la imaginación del obrero, o sea idealmente. El obrero no sólo efectúa un cambio de forma de lo natural; en lo natural, al mismo tiempo, efectiviza su propio objetivo, objetivo que él sabe que determina, como una ley, el modo y la manera de su accionar y al que tiene que subordinar su autoridad. Y esta subordinación no es un acto aislado. Además de esforzar los órganos que trabajan, se requiere del obrero, durante todo el transcurso del trabajo, la voluntad orientada a un fin, la cual se manifiesta como atención. Por otro lado el comportamiento de la abeja está determinado genéticamente." (Sánchez, 1980 pp.75)

Los animales únicamente pueden utilizar y modificar la naturaleza simplemente por el sólo hecho de su presencia en ella. Por su parte el ser humano puede modificar la naturaleza, con el fin de que ésta le sirva, es decir, la utiliza en su beneficio y provecho (Engels, 1876).

Otra diferencia entre el hombre y los animales es que el primero posee un lenguaje articulado que le permite transmitir su cultura y aprendizaje a nuevas generaciones, pero lo más importante de contar con un lenguaje es que mediante él se puede lograr una simbolización la cual le ayuda a proyectar y planear lo que

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

quiere realizar. Estas diferencias le permiten al humano tener una actividad práctica entendida como la relación entre la teoría y la práctica concediéndole una capacidad de elaboración intelectual para determinados fines. Todo esto sé ha logrado a través de una actividad llamada trabajo (Sánchez, 1980).

El trabajo es algo propio del hombre, para su presencia requiere de la intervención, entre otras cosas, del esfuerzo físico, la racionalidad y la voluntad humana para orientarse a un fin. El fruto del trabajo es siempre la generación de bienes o servicios que son exteriores al sujeto y que tienen una existencia propia y aparte (Neffa, 1982 pp.19)

El humano, a diferencia de los demás seres vivos busca dominar todo, inclusive la naturaleza. El trabajo es un proceso entre el ser humano y la naturaleza, es un proceso en el cual el sujeto media, regula y controla su relación con la misma.

Hagamos un paréntesis para remontarnos al pasado y enterarnos cómo es que el trabajo ha influido al hombre: En una etapa denominada por los geólogos como terciaria, vivía en algún lugar de la Tierra una raza de primates extraordinariamente desarrollada. Estos se encontraban totalmente cubiertos de pelo y contaban con orejas puntiagudas. Además vivían en los árboles y formaban agrupaciones denominadas manadas.

La vida en los árboles trajo como consecuencia directa que la mano, al trepar, tuviera funciones muy distintas que las desempeñadas por el pie, de manera que como consecuencia directa de esta forma de vida estos seres se fueron acostumbrando a prescindir de ellas al caminar por el suelo y empezaron a adoptar una posición erecta.

Como podemos ver la mano no sólo es un órgano de trabajo, sino también es producto de él. La mano del hombre ha logrado alcanzar el grado de perfeccionamiento que tiene actualmente y que la ha hecho capaz de dar vida, como de quitarla; gracias al trabajo, a la adaptación a nuevas funciones, a la transmisión hereditaria del perfeccionamiento adquirido por los músculos,

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

ligamentos y por los huesos, y también por la aplicación siempre nueva y renovada de estas habilidades.

El dominio de la naturaleza comienza con el desarrollo de la mano, pero con el trabajo los horizontes del hombre se amplían haciéndole descubrir en los objetos nuevas propiedades hasta entonces desconocidas. Con el desarrollo del trabajo se multiplican los casos de ayuda mutua y de actividad conjunta, lo cual contribuye a aumentar más el agrupamiento de los sujetos dentro de la sociedad. En éste momento cuando el hombre se encuentra en conjunto, tuvo la necesidad de comunicarse con los demás, de decir algo, y es así como la necesidad creó al órgano (la laringe). Este órgano al principio poco desarrollado se fue modificando gracias a la emisión de modulaciones cada vez más precisas, por parte del individuo, mientras que los órganos de la boca aprendían poco a poco a pronunciar sonidos articulados para cada caso ó para cada cosa.

Primeramente el trabajo y luego la palabra articulada, son los estímulos principales que influyeron en el cerebro del primate, para que se fuera convirtiendo en el cerebro altamente desarrollado del ser humano. A medida que el cerebro se iba desarrollando cada vez más también lo hacían los órganos de los sentidos.

Pero todo lo que hemos visto no es trabajo en la extensión misma de la palabra. El verdadero trabajo se presenta cuando el sujeto comienza a utilizar herramientas para realizar sus actividades cotidianas como la pesca y la caza.

Algo que también fue de vital importancia para el desarrollo del cerebro fue el consumo de carne, con lo cual se le proporcionó al cerebro y al organismo del sujeto algunos nutrientes y proteínas que anteriormente no consumía. La dieta carnívora significó dos nuevos avances para el ser vivo por un lado, la utilización del fuego y por el otro, la domesticación de animales.

En resumen gracias a la cooperación de la mano, de los órganos del lenguaje y del cerebro, no únicamente en cada individuo sino también en la sociedad, los hombres fueron aprendiendo poco a poco a realizar operaciones cada vez más complicadas, a planear y alcanzar objetivos cada vez más complejos (Engels, 1876).

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Durante el transcurso de la historia y hasta la fecha se ha tratado de dar una definición de trabajo. "Etimológicamente el término trabajo tiene dos acepciones básicas, por un lado es opus, obra, resultado de la actividad humana; por otro es labor, actividad de la que se hace la obra o que da origen a una naturaleza". (citado por Sánchez, 1980 pp.14)

El término trabajo remite a infinidad de significados, simplemente tenemos que tomar algún diccionario para darnos cuenta de esto. Por ejemplo en la Enciclopedia Salvat Diccionario de 1983 se pueden encontrar para la palabra **trabajo** las siguientes definiciones:

Trabajo = -Cosa hecha.

-Operación de la máquina, herramienta o utensilio que se emplea para algún fin.

- Penalidad, molestia, tormento o suceso infeliz.

- Actividad con la que se producen bienes económicos, sociales y culturales, que sirven a otras personas con las que el empleado entra en relación regulable por las normas legales vigentes, y por cuya actividad recibe una compensación: el salario.

En su acepción arcaica, remite a un instrumento de tres palos (tripalium) a los que se ata el condenado a un castigo corporal, sobre él se tortura al sujeto (tripaliare). Tomando en cuenta esto el trabajo connota esfuerzo, fatiga, agobio, humillación y tormento.

Para Marx (1894), el trabajo es un proceso que se da entre el ser humano y la naturaleza. En este proceso el hombre se enfrenta como un poder natural con la materia de la naturaleza. Pone en acción las fuerzas naturales que forman su cuerpo, los brazos y las piernas; la cabeza y la mano, para de este modo asimilar bajo una forma útil para su propia vida la materia que la naturaleza le brinda.

Marx dice que el trabajo es una actividad exclusiva del ser humano, pero no con esto quiere decir que el realizado por los animales no sea un trabajo, sólo que éste es instintivo y fundamentalmente tiende a satisfacer necesidades inmediatas, lo cual lo diferencia esencialmente del desarrollado por el hombre, en la medida en que es consciente y orientado a un fin.

4

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Peiró define al trabajo como el conjunto de actividades humanas, retribuidas o no, de carácter productivo y creativo que, mediante el uso de técnicas, instrumentos, materiales o información disponibles, permiten obtener, producir o prestar ciertos bienes, productos o servicios. En dicha actividad, la persona aporta energías, habilidades, conocimientos y otros diversos recursos y obtiene algún tipo de compensación material, psicológica y social (citado por Garrido, 1996 pp.87)

Para Braverman (1975), es una actividad que altera los materiales partiendo de su estado natural para mejorar su utilidad.

Para Neff (1972), es el ejercicio de fuerza o de facultad para el logro de una meta, el cual incluye que el hombre utilice todos los procesos psicológicos de que es capaz, al igual que un esfuerzo físico.

Ardila (1986) define como trabajo a la actividad humana que consiste en transformar el medio ambiente con el objeto de lograr ciertas metas, especialmente la subsistencia y la conservación de la vida (citado por Silva, 1994 pp. 59)

Este autor menciona 5 categorías de trabajo:

- 1- Arreglo contractual: Es el empleo en su sentido tradicional que se elabora bajo contrato, deberes y derechos, además de seguridad social, salud y salario de retiro.
- 2- Trabajo independiente: Es el que la gente efectúa por su cuenta.
- 3- Trabajo doméstico: Es el realizado por las amas de casa.
- 4- Trabajo informal: Es el realizado por trabajadores que no cuentan con un empleo fijo, y por ende no cuentan con seguridad social, además de que en este tipo de trabajos no se pagan impuestos.
- 5- Trabajo voluntario: Es el realizado por gente que no espera una remuneración.

El trabajo del cual se hablará a lo largo de esta investigación es el de Arreglo contractual.

Para Noriega (1988) el trabajo es el medio por el cual el hombre produce bienes para satisfacer sus necesidades.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Según Martínez (1997) el trabajo es una actividad fundamental, en la que se encuentran incorporadas las potencialidades físicas y psíquicas del hombre, lo cual le ha permitido desarrollarse y reproducirse a nivel biológico, además también ha posibilitado el desarrollo de sus capacidades mentales y la construcción de un espacio vital.

Para Neffa (1982) "el resultado del trabajo es un bien, o un servicio, que tiene cierto valor de uso y esto genera su derecho a remuneración para satisfacer sus necesidades. Pero al mismo tiempo, el trabajo puede tener un sentido para quien lo ejecuta, dado que establece una cooperación en el sentido productivo y una relación de identificación con el producto resultante. Si ciertas condiciones están dadas- cosa que no sucede frecuentemente -, el trabajo puede ser así fuente de autosatisfacción y de realización personal." (Neffa, 1982 pp. 18)

Matrajt (1984) plantea que el trabajo no únicamente es una actividad creativa que tiende a satisfacer las necesidades humanas, sino que también puede convertirse, cuando deja de ser creativo, en algo monótono, repetitivo y estresante para las personas que lo realizan. Matrajt dice que el trabajo es un acto que incluye todos los procesos psicológicos por medio del cual el ser humano pone en juego sus capacidades creativas, sus conocimientos, sus emociones, sus relaciones con los demás, entre otras cosas. El hombre crea el trabajo y éste a su vez crea al hombre, puesto que el ser humano es un reflejo de lo que es capaz de realizar. El trabajo cuando se realiza en condiciones adecuadas es un espacio de realización humana es mediante él que el ser humano se siente útil e integrado a la sociedad, o se siente menospreciado, inútil u omitido. En la mayoría de los casos el trabajo se realiza en condiciones de estrés, monotonía, falta de creatividad, presión, etc. En la medida en que el trabajo se convierta en algo deshumanizante y en que el saber y el hacer se vayan separando, el trabajo ira produciendo un desgaste psicológico, aparte de un desgaste físico.

En suma, en esta investigación se toman en cuenta estas definiciones de trabajo, pero en especial las de Matrajt (1984) y Neffa (1982), ya que ellos plantean al trabajo no únicamente como una actividad creativa que tiende a

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

satisfacer necesidades humanas, sino también lo miran, cuando deja de ser creativo, como monótono, repetitivo y estresante.

La manera en que el trabajo pierde su contenido creativo y satisfactorio está relacionado con la organización y la división de tareas que se da en el interior del centro laboral y que constituye un elemento fundamental del proceso de trabajo. El capitalismo ha buscado a lo largo de la historia incrementar la productividad de los empleados, es decir la velocidad a la cual producen o elaboran cierto producto, lo cual se ha logrado a través del desarrollo tecnológico y de la implementación de un control cada vez más estrecho sobre los trabajadores a fin de que produzcan al máximo de su capacidad. Esto se ha logrado arrancándoles a los empleados el control que anteriormente tenían sobre el proceso de trabajo y organizándolos de acuerdo a los intereses de los propios capitalistas (Noriega,1989).

1.1- Proceso de Producción

El trabajo implica un proceso de producción, éste consiste en la actividad por medio de la cual el ser humano transforma la naturaleza en mercancías de forma continua con el objetivo de cubrir algunas necesidades.

La manera en que el trabajo pierde su contenido creativo y satisfactorio, como ya se había mencionado anteriormente, está relacionado con la organización y la división del trabajo, ambas contenidas dentro del proceso de producción.

Antes de continuar cabe señalar que cuando el trabajo se presenta dentro del sistema capitalista, es allí donde se lleva a cabo el proceso de producción, entendido en sus dos dimensiones: el Proceso de Trabajo y el Proceso de Valorización.

Marx (1894) dice que "En el proceso de trabajo la actividad del hombre consigue valiéndose del instrumento correspondiente, transformar el objeto sobre el que versa el trabajo con arreglo al fin perseguido. Este proceso es un valor de uso, una materia dispuesta por la naturaleza y adaptada a las necesidades humanas mediante un cambio de forma."(Marx, 1894 pp. 81)

7

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

De acuerdo a Harnecker en 1997 señala que se le llama proceso de trabajo "a todo proceso de transformación de un objeto determinado, sea éste natural o ya trabajado en un producto determinado, transformación efectuada por una actividad humana determinada, utilizando instrumentos de trabajo determinados." (Harnecker, 1997 pp. 20) Mediante este proceso se transforman la materia prima en productos que tienen un valor de uso, es decir, que pueden ser consumidos. Por medio del proceso de trabajo la actividad del ser humano, mediante la utilización de sus medios de trabajo, realiza una transformación voluntaria de la materia prima de acuerdo con un fin determinado. Así la materia prima cambia de forma y se genera un objeto que tiene valor de uso.*

De esta forma es posible distinguir, dentro del Proceso de trabajo, tres factores, que son los siguientes:

1) El trabajo, que es la actividad misma del individuo para conseguir un fin a partir de su fuerza de trabajo.

2) El objeto, refiriéndose a todo aquel elemento que sufre una transformación, y que puede ser: a) La materia bruta, que se origina en la naturaleza, y b) la materia prima, la cual ha tenido una transformación efectuada por el trabajo del hombre.

3) Los medios de trabajo que son aquellos instrumentos, herramientas, condiciones e instalaciones que el hombre utiliza para trabajar en el objeto que desea, incluyendo las máquinas que han ido sustituyendo y abaratando la fuerza de trabajo del hombre.

Según Martínez (1997)" en el modo de producción capitalista, el proceso laboral además de poseer estos elementos, incorpora a la organización y división del trabajo" (Martínez, 1997 pp. 144)

4) La organización y división del trabajo. La organización del trabajo es un proceso histórico en el cual el sujeto va perdiendo el control sobre el producto de su trabajo y sobre la manera en la cual éste se realiza. Mediante ella el obrero

* Para que una cosa tenga valor, debe ser un objeto para el uso social, es decir, que el objeto debe tener una utilidad.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

pierde la posibilidad de planear sus actividades, de regular su ritmo de trabajo, de decidir sobre el proceso de producción, de agregar su creatividad y conocimientos a la tarea que realiza, es decir, el empleado pierde el control del producto que él mismo genera, se convierte en una tuerca más de la maquinaria. A través de la organización de trabajo el empresario logra controlar el proceso de producción y aumentar así la plusvalía. La organización del trabajo hace referencia a la duración y al ritmo en el cual los sujetos realizan sus actividades, así como también, a los incentivos que se les dan para que aumenten su productividad, es decir, se refiere a la jornada laboral del empleado. Por otro lado la división del trabajo se entiende también como un proceso histórico, en el cual se le asigna a cada empleado una actividad del proceso total de elaboración del objeto, es decir, se refiere a la especialización del obrero en una determinada tarea; por tanto la organización también implica la división del trabajo.

El resultado del proceso de trabajo es la mercancía entendida como un objeto externo que satisface o crea necesidades humanas, dándole un valor de uso, entendido como la utilidad del objeto y un valor de cambio refiriéndose al intercambio cuantitativo de una mercancía por otra a partir de su valor de uso.

El proceso de trabajo se ve ilustrado en el siguiente ejemplo: Un campesino utiliza su fuerza de trabajo para preparar la tierra, sembrar y cosechar el maíz, utilizando como medios: abono, pala, yunta ó tractor, semillas, etc, obteniendo al final un producto al que se le da un valor de uso ya que ayudará a cubrir ciertas necesidades de la población, o bien una mercancía, si además se le da un valor de cambio.

"El proceso de trabajo se presenta como un medio del proceso de valorización precisamente porque el fin, el objetivo determinante, predominante y avasallante del capitalista es la creación de plusvalía." (Flores, 1986 pp.102)

La producción capitalista tiene por objetivo la generación de plusvalía, la cual se concreta en el proceso de valorización. El objetivo del proceso de valorización es la generación de plusvalía entendida como el excedente del valor del producto por encima del valor de los factores que se han consumido al generar

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

dicho producto, esto es, los medios de producción y la fuerza de trabajo. Más específicamente la plusvalía se puede entender como el excedente de trabajo no pagado, es decir, la explotación del hombre por el hombre.

Existen dos formas de extraer la plusvalía y son las siguientes:

1) La plusvalía absoluta, la cual consiste en la prolongación de la jornada laboral y en la disminución del salario.

2) La plusvalía relativa que consiste en el incremento de la productividad intensificando el ritmo de trabajo.

Asociado a la concentración de plusvalía se presenta la subsunción. La cual consiste en la relación existente entre el capital y el trabajo. En otras palabras es la subordinación del proceso de trabajo al proceso de valorización, es decir a la generación de plusvalía. Por otro lado el proceso técnico de producción se somete a las formas de organización de la actividad productiva dando lugar a los dos tipos de subsunción.

La subsunción formal comienza cuando el capital se apropia de algunos elementos del proceso de trabajo para generar más plusvalía, sin que se produzca un cambio en el proceso y en las técnicas para construir el producto. Es así como a la plusvalía absoluta obtenida mediante el aumento de las horas de trabajo hasta 12 horas, le corresponde la subsunción formal, la cual puede entenderse como una etapa de transición hacia el capitalismo, que va desde la Cooperación simple hasta la Manufactura.

La subsunción real se da cuando los capitalistas buscan generar un mayor número de plusvalía, pero ahora a diferencia de la subsunción formal, se genera una modificación en las técnicas y en el proceso de construcción del producto. Es así como a la plusvalía relativa obtenida mediante el aumento del ritmo al que los empleados producen, le corresponde la subsunción real, la cual se puede entender como la etapa de consolidación del sistema capitalista, que va desde el Maquinismo hasta la Automatización (Neffa, 1982)

La forma en que el trabajo se ha organizado y dividido a través de la historia ha marcado la relación que tiene el empleado con el producto que realiza, al igual,

que con las herramientas y el material necesarios para crearlo. Las formas de organización laboral que se han presentado a través del tiempo, son las siguientes: Taller artesanal, Cooperación simple, Manufactura, Maquinismo y Automatización.

Taller artesanal.- Aquí no existe una división de las tareas a realizar por los empleados del taller, se da un trabajo individual donde el trabajador sabe y hace el producto de inicio a fin. El objeto producido es utilizado primeramente para satisfacer una demanda existente y el resto se vende, pero sin pasar necesariamente por un intermediario. Se da también una competencia entre los talleres, la cual no es por el precio al cual se dan los productos, sino que se basa en la calidad con que el trabajo es realizado, en la entrega puntual y en el tiempo en el cual se produce el objeto (Laurell, 1995; Neffa, 1982).

En esta etapa la producción artesanal constituye el principal modo de producción. En algunos talleres se agrupan los integrantes de una familia y en otros un maestro con algunos compañeros y aprendices. En esta categoría se encuentra el herrero del pueblo, el molinero, el zapatero, etc.

La Cooperación simple.- Marx dice que es una forma de trabajo donde se ven involucradas muchas personas, que en el mismo lugar y en equipo producen algún objeto. Consiste en la reunión de artesanos del mismo oficio en un mismo local, bajo la autoridad del maestro dueño del capital. El trabajo "está basado en el oficio, lo que significa una división incipiente del trabajo en el taller. El empleado realiza tareas variadas que corresponden a las del artesano y las hace utilizando las herramientas de éste. Esto implica que mantiene un control grande sobre la manera de realizar su trabajo y despliega un saber-hacer amplio." (Laurell, 1995 pp. 20)

Aquí se daba un trabajo de tipo colectivo donde existía una división de tareas, pero aún así todos los empleados conocían el proceso total de producción de la mercancía. Aunque los empleados pierden parte de los medios de producción, aún controlan el proceso de trabajo. Sin embargo el patrón es el que domina el fin del producto y del excedente económico.

Todo los empleados del taller son de alguna manera productores. El artesano que posee la materia prima, los locales y los medios de producción más costosos es el dueño, el maestro. La única propiedad de los artesanos empleados son algunas herramientas simples de trabajo que utilizan para realizar sus tareas. El dueño del producto final es el maestro, al cual se le puede considerar como el predecesor del capitalista moderno. Un ejemplo de este tipo de organización de trabajo es el siguiente: Un grupo de artesanos que producen jarrones, cada uno de ellos es el encargado de efectuar todo el proceso de trabajo de un jarrón, desde preparar el barro, moldearlo, pintarlo, hornearlo, hasta prepararlo para la venta. El maestro ó patrón, es el dueño de todos los jarrones producidos por el equipo de trabajo.

Como se puede observar en el ejemplo, el sujeto realiza todo el proceso de producción del objeto, lo conoce de principio a fin. El capitalista ejerce el control del proceso laboral mediante la relación de propiedad.

Los instrumentos de trabajo son muy rudimentarios lo cual implica que el sujeto al realizar su tarea requiera por parte de su cuerpo de un esfuerzo físico considerable, el cual se prolonga a lo largo de una jornada laboral sumamente amplia. Sin embargo el empleado cuenta con un esfuerzo psíquico equilibrado al llevar a cabo sus actividades, pues aquí persevera la unidad entre la concepción y la ejecución del trabajo.

Entonces las principales fuentes de desgaste que este tipo de organización de trabajo trae para los empleados vienen generadas por un esfuerzo físico grande, por una larga jornada de trabajo y por las características de los objetos utilizados para realizar las tareas. Existen pocas horas de descanso y una mala alimentación, pues el salario es muy pobre.

En esta etapa los secretos del oficio eran transmitidos de generación en generación (de padres a hijos). Aquí se le daba un valor de uso al trabajo de los sujetos, pues se valoraba y era importante el desempeño que tenían (Laurell, 1995; Neffa, 1982).

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

La Manufactura. Aquí la base técnica del proceso laboral todavía se presenta como en la producción artesanal y está en su conjunto organizado en torno al oficio. Sin embargo, éste se descompone en diversas actividades que se reorganizan dando como resultado que cada obrero realice tareas parciales, concentra la mano de obra en un mismo edificio, lo cual favorece la división del trabajo y permite someter a los empleados a una vigilancia continua. El obrero pierde entonces el control de la organización de su trabajo y de su tiempo.

La Manufactura tiene características similares a las dadas en la cooperación simple, pero se distingue de ésta porque aquí se da una nueva división del trabajo dentro del taller, es la primera gran forma capitalista, el artesano deja de ser dueño de sus herramientas para así convertirse en obrero con una especialización vendiendo su fuerza de trabajo y a cambio recibiendo un salario. Es aquí donde el obrero pierde el control de la organización de su trabajo y del tiempo necesario para efectuarlo (Laurell, 1995).

Como se puede observar dentro de la Manufactura se comienza a dar una desvalorización del trabajo del empleado, a éste sólo se le contrata para utilizar su fuerza, no su conocimiento. Por ejemplo "Cuando el telar mecánico sustituye al telar manual el valor de uso de la fuerza de trabajo del obrero tejedor no cambia ni un ápice. Lo que cambia es que en el telar mecánico puede trabajar de ahora en adelante un obrero cuyo valor de uso de la fuerza de trabajo no dependerá ya forzosamente- como sucedía en el caso del obrero de oficio- de un largo aprendizaje y un conocimiento técnico" (Coriat, 1982 pp. 92) Para el tejedor de oficio, esta nueva situación le trae como consecuencia que su valor de uso ya no sea valorado.

La nueva división de trabajo se traduce en un menor desgaste físico para el empleado, pero también en una disminución de movimientos, por lo cual las tareas son realizadas a una mayor velocidad y con un grado mayor de monotonía durante una larga jornada laboral. Aquí se rompe el equilibrio psíquico presentado en la Cooperación simple, pues se comienza a separar la concepción de la ejecución.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

El Maquinismo. Aquí la Cooperación ya no es simple sino compleja. El empleado, deja de ser artesano y se convierte en un obrero que pierde el control de su proceso de trabajo y es afectado por la descalificación. Esta es la etapa de consolidación del capitalismo, en la cual las herramientas artesanales son cambiadas por máquinas con motor de impulsión mecánica, "al mismo tiempo significa una nueva división del trabajo que profundiza la separación entre la concepción y la ejecución del trabajo, dando lugar a la constitución definitiva del obrero. Esto es así porque el proceso laboral queda subdividido en fases sucesivas, determinadas por las operaciones de las máquinas, que al obrero se le presentan como tareas aisladas y que dificultan la comprensión del conjunto del proceso de transformación del objeto en producto. Significa, así mismo la descalificación de los obreros, dado que reduce el saber-hacer necesario para desarrollar el trabajo." (Palloix, 1986 pp. 208)

Se dice que hay desvalorización de la fuerza de trabajo cuando por medio de la mecanización y/o de la división de las tareas se modifica el proceso de trabajo de tal manera que los obreros ocupados en el nuevo proceso sólo pueden "convertir" el valor de su fuerza- aunque ésta no esté modificada- en una tasa de salario menor. Tomando en cuenta lo antes dicho se puede sacar en conclusión que dentro del Maquinismo se da una depreciación del trabajo realizado por los empleados, además de que su desempeño no es pagado como corresponde, por otro lado aquí también se logra multiplicar rápidamente la productividad del trabajo industrial.

En esta etapa se distinguen dos fases: el maquinismo simple y el taylorismo fordismo, de las cuales se hablará a continuación.

1.1.1 - Maquinismo simple

Es la primera fase del maquinismo, aquí es donde el obrero deja de lado lo que son sus herramientas de trabajo, ahora para elaborar algún producto se debe enfrentar con máquinas. El trabajador es ahora el encargado de hacer funcionar las máquinas, al igual que de cuidarlas y vigilarlas, en general es el responsable

TESIS CON
FALLA DE CINGEN

de ellas. Gracias a esto el obrero aún es dueño de regular su ritmo de trabajo, pero de cualquier forma la máquina comienza a dictar la manera en que el empleado debe realizar su tarea (Laurell, 1995)

El trabajo con máquinas implica poco esfuerzo físico, por parte del empleado, pero la variedad de movimientos de éste se ven reducidos considerablemente, pues ahora se requieren movimientos repetitivos y estereotipados, lo cual inyecta al trabajo la cualidad de monótono. La movilidad del sujeto se ve limita a su lugar, ya sea que la actividad que le toque realizar sea hecha a pie o sentado, de frente a la máquina.

La máquina no sólo hace que el trabajo sea más productivo, sino que sobre todo puede ser un instrumento de regulación y sometimiento de los trabajadores.

Como se mencionó arriba el obrero aún puede regular su ritmo de trabajo, esto es algo que a los empresarios no les conviene, por tal lo que hacen para aumentar su control dentro del proceso de trabajo y disminuirlo en los empleados es recurrir a la implementación de supervisores y a los incentivos, además de incluir el pago a destajo, esto significa que al obrero se le pagará solamente por el trabajo que realice, es decir, por la cantidad de productos que elabore. "Un destajista es un subcontratista de mano de obra que, con las materias primas y la maquinaria proporcionadas por los patrones hace ejecutar unos trabajos a él confiados, ya sea en el taller del patrón, ya sea en su propio domicilio, con la ayuda de obreros contratados y pagados por él, por día y por pieza sin intervención del patrón". (Coriat, 1982 pp. 20y21)

Una ventaja de mantener al trabajador en un marco doméstico y familiar, es que se realiza una doble economía de gastos de mano de obra. Esto es porque en el marco doméstico el trabajador puede realizar su actividad ayudado por sus familiares (por su esposa e hijos), esto trae como consecuencia para el capitalista, una mayor producción, pagando a destajo un sólo salario. Es decir el empresario solamente paga un salario aunque el trabajo se haya realizado por varias personas.

TESIS CON
FALLA DE ORDEN

El pago a destajo como se puede observar, es la remuneración que se le da al empleado tomando en cuenta el volumen de producción que genere y no por el tiempo que éste le dedique a llevar a cabo las tareas. Este método tiene la finalidad de hacer que el obrero aumente su ritmo de trabajo voluntariamente, bajo el supuesto de un beneficio mutuo (patrón - obrero).

Dentro del Maquinismo simple, los capitalistas comienzan a dar trabajo a los niños. Los emplean para que realicen las tareas más minuciosas del proceso de producción, las cuales solamente las pequeñas manos de un infante pueden hacer. La finura y la flexibilidad de sus dedos, la pequeñez de su estatura y de sus miembros, los coloca como los más aptos para realizar ciertos trabajos. Por ejemplo: Las empresas textiles emplean niños para efectuar el anudado de los hilos, pues estos son capaces de colarse a cualquier parte del telar. A demás de que son más fáciles de controlar que los adultos.

Por otro lado "El trabajo con máquinas incrementa el riesgo de accidentes de trabajo. Esto se explica por las características mismas de la tecnología, que introduce una serie de elementos potencialmente peligrosos. Sin embargo estos riesgos se potencian, además, por las formas concretas de organizar y conducir el trabajo que suscitan conductas específicas frente a la máquina". (Laurrell, 1995 pp. 28 y 29) Un ejemplo claro de esto es el siguiente: Al utilizar máquinas el obrero tiene un control parcial, sobre su instrumento de trabajo, y con esto se le da cierta autonomía a la misma. Por tal, por el riesgo que implica trabajar con máquinas, se le indican al empleado los cuidados y el equipo que debe utilizar para evitar tener accidentes, lo cual es muy bueno, pero hay que señalar una contradicción que se maneja en el Maquinismo simple, que es que mientras se le exige al obrero cuidar su persona, también se le exige que produzca más en el menor tiempo posible. "Esto se ve claramente ilustrado en el pago a destajo en el cual la necesidad de mantener el monto salarial obliga a una ejecución veloz de la tarea aún a expensas de ciertas medidas de seguridad" (Laurrell, 1995 pp. 28 y 29)

El accidente consumado tiene consecuencias terribles para los trabajadores, ya que estos podrían quedar lacerados o destruidos para toda su

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

vida. Por otro lado la conciencia del peligro, de que lo que se hace tiene algún riesgo para la vida del empleado, le inyecta al mismo tensión psíquica y aumenta el estrés.

En conclusión se puede decir que dentro del Maquinismo simple, el esfuerzo físico disminuye y la jornada laboral se regula. Sin embargo el esfuerzo físico y psíquico se ejerce cada vez más bajo condiciones desfavorables, y se utiliza solamente una pequeña parte de las capacidades tanto intelectuales como físicas del ser humano, es decir, existe una separación muy marcada entre el saber y el hacer, o entre el planear y el ejecutar. Otro aspecto característico del Maquinismo simple es que la velocidad al realizar las tareas se convierte en un ingrediente inseparable del desempeño del obrero, aún cuando se corran peligros.

En términos del desgaste que sufren los empleados, se puede decir que es psíquico. El trabajo a destajo, por ejemplo, genera tensión continua la cual se ve manifestada en reacciones de estrés.

1.1.2 - Fordismo

Es la segunda fase del Maquinismo, junto con el Taylorismo del se hablara primero.

Taylorismo.- Se da como respuesta a las necesidades de los empresarios de extraer la mayor cantidad de plusvalía en el menor tiempo posible. Su objetivo es eliminar los tiempos muertos e improductivos. La manera que se encontró para hacerlo es "Organizando Científicamente" el trabajo.

Las condiciones que hicieron posible el nacimiento de la "Organización Científica del Trabajo" datan del siglo XIX cuando el capitalismo estaba en plena expansión en Estados Unidos, y por tal, se necesitaba aumentar rápidamente la producción para hacer frente a las demandas crecientes de la población. Los capitalistas comienzan a estudiar más de cerca la manera de economizar fuerza de trabajo, de fijarla en un punto dentro de la empresa y de reducir el costo y el tiempo de formación profesional, pero no pudieron conseguir nada.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Taylor criticó entonces el estilo utilizado por los empresarios porque no estimulaban lo suficiente a los empleados. El sistema de salarios y su bajo nivel le parecían contrarios al objetivo de aumentar la producción, para lograr el incremento tan buscado había que encontrar en cada caso el único y mejor método de trabajo eficaz, y lo consiguió.

Taylor se dedicó a estudiar los tiempos y los movimientos de trabajo de modo que se pudiera aumentar la producción eliminando los movimientos innecesarios, a este descubrimiento le llamó "Organización Científica del Trabajo".

"Al acabar con el control obrero sobre los modos operatorios, al sustituir los secretos profesionales por un trabajo reducido a la repetición de gestos parcelarios, el cronómetro es, ante todo, un instrumento de dominación de los cuerpos en el trabajo, el taylorismo va a transformarse en un verdadero "conjunto de gestos" de producción, en un código formalizado del ejercicio del trabajo industrial, con la Organización Científica del Trabajo." (Coriat, 1982 pp. 2 y 3)

Lo que distingue a Taylor de sus antecesores es el hecho de que él convirtió al oficio en blanco de ataque, en un obstáculo a saltar. De ahí surge esta expresión tayloriana: quien domina y dicta los modos operatorios se hace dueño también de los tiempos de producción.

La contribución del Taylorismo es que doblaba al obrero de oficio, le arranca el dominio del tiempo de producción y se lo da al patrón para que éste lo dirija a su placer y conveniencia. Así se logra extraer mayor nivel de plusvalía en menos tiempo (Paquín, 1993; Neffa, 1982; Coriat, 1998).

Fordismo - Pese a la acelerada y creciente productividad lograda mediante la "Organización Científica del Trabajo", a principios del siglo XX, el sistema productivo de los países capitalistas no estaba en condiciones hasta esa fecha de producir grandes cantidades de mercancía.

En las industrias todavía existían los obreros de oficio que poseían su sabiduría práctica y monopolizaban ese secreto de producción. Henry Ford observa estos problemas y trata de resolverlos al instaurar en el proceso de producción los transportadores, él afirma que "los trabajadores mal dirigidos pasan

aún más tiempo de producción, pues ahora las herramientas llegan al empleado, dando como resultado que el sujeto no pierda tiempo en ir por ellas.

La introducción de la cadena de montaje en la casa Ford, representa un paso sumamente importante en el campo de la organización y de la división del trabajo. Pues la cadena de montaje permite incrementar la producción en la fábrica de manera muy considerable. Por esta razón la adopción de tal innovación por otras empresas, principalmente las dedicadas a la producción de electrodomésticos y de automóviles, no se hizo esperar. Dichas empresas mostraron un rápido incremento en su producción y en sus ganancias.

"La cadena de montaje ajustada a un ritmo determinado ofrece muchas ventajas como por ejemplo: asegura a la dirección alcanzar los objetivos de producción, un flujo continuo de productos terminados provenientes de la cadena obliga a las unidades de servicio a desempeñar correctamente su trabajo para evitar que la cadena interrumpa su camino, evita la acumulación de trabajo pendiente y permite, gracias a la cinta transportadora, una mejor utilización del espacio." (Paquin, 1993 pp. 24)

El Fordismo representa un cambio totalmente radical en la organización y la división del trabajo, puesto que introduce un nuevo modo de contenido en la propia tecnología. La cadena de montaje y la banda son las que dictan el ritmo y la intensidad del trabajo, su diseño y su implementación reflejan los objetivos de la dirección. Crea una situación en la que sólo es posible una secuencia de las tareas.

El transportador elimina los tiempos muertos del taller y los convierte en tiempo productivo de trabajo. Los tiempos muertos pueden definirse como poros por los cuales respira el obrero, así que al eliminarlos se "asfixia" al empleado.

Ford desarrolla a Taylor y a diferencia de él, asegura la subdivisión del propio trabajo de ejecución, la parcialización.

A continuación se mencionan tres características del Fordismo relacionadas con las técnicas de extracción de plusvalía .

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

más tiempo corriendo detrás de los materiales y de las herramientas, que en el trabajo mismo...".

En un principio el montaje era así: El montaje de las cerraduras, en América, se hacía de la siguiente manera: Se colocaban en una caja todas las piezas que se necesitaban para armar una cerradura, tal caja pasaba ante un grupo de empleados que se encargaban de montar una pieza cada uno, y al final de la serie el montaje estaba terminado. La dificultad de este tipo de montaje radicaba en que los trabajadores perdían mucho tiempo en buscar la pieza que debían ensamblar, lo cual traía consigo que la producción fuera muy lenta.

Tal dificultad se fue superando con el tiempo, por ejemplo: en una fábrica de relojes, el montaje se comenzó a realizar de la siguiente manera: Cada sujeto tenía delante una caja que contenía las piezas que debía montar. La primera persona en la línea, ensamblaba una pieza sobre la pieza principal, cuando terminaba la pasaba a su compañera de al lado, la cual montaba una segunda pieza, y así sucesivamente hasta ensamblar por completo el reloj.

Ford toma como base las técnicas utilizadas por las fábricas de cerraduras y de relojes, pero con la diferencia de que él implementa, dentro del proceso de producción un transportador de cadena para que el objeto pase de una operación a otra. "El principio es fijar la pieza principal al transportador y hacerlo pasar delante de cada hombre, que fija en él otra pieza, de suerte que el órgano se encuentra completamente montado al transportador." (Coriat, 1982.p. 41)

De esta manera el empleado no tendrá la necesidad de pasar el objeto a su compañero de al lado, ahora esa tarea la hace el transportador. Esto trae como consecuencia el aumento considerable en la producción y sobre todo, trae como consecuencia la dominación del ritmo de trabajo, pues éste es dictado mecánicamente

Poco a poco el transportador fue evolucionando hasta que se convirtió en dos transportadores, uno de cadena y otro de banda, ahora las herramientas manuales están colgadas encima de los puestos de trabajo. Con esto se ahorra

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

1- Economía general de mano de obra, y conversión de tiempo muerto en tiempo productivo.

2 – Sometimiento de los empleados al ritmo de trabajo que la cadena y la banda dicten.

3 – La obtención de la plusvalía se hace sobre una base más amplia que en el Taylorismo, pues el tiempo ya no es asignado, ahora es impuesto (Coriat, 1996; Coriat, 1998)

Por otro lado Gramsci menciona que una de las manifestaciones negativas que la organización de trabajo Fordista trae para los empleados, es el incremento de los padecimientos cardiovasculares y psicosomáticos, la fatiga, la depresión y la mortalidad. "Es decir no es sólo una vida privada de trabajo creativo sino también marcado por la enfermedad y la muerte prematura. Esta situación llega incluso a expresarse en la mortalidad general de la población, ya que a fines de los sesentas y a mediados de los setentas hubo un incremento en la mortalidad por las enfermedades cardiovasculares y accidentes entre hombres en edad productiva en los países capitalistas." (Laurrell, 1995 pp. 55)

En resumen el Fordismo instaura un nuevo proceso de producción en lugar de que solamente una persona experta en la elaboración de un producto X, lo fabrique todo, ahora se colocan varios trabajadores a lo largo de una línea animada (la banda y la cadena), uno al lado del otro y cada uno responsable de un limitado número de operaciones, el tiempo asignado que cada obrero tiene para realizar su actividad esta sujeto al ritmo que la banda y la cadena transportadora dictan. Creando así un trabajo sin sentido repetitivo, parcializado y de una gran intensidad para los asalariados. (Coriat, 1998; Meza, 1984)

Automatización. Es la última forma de organización del trabajo capitalista la cual se da como una solución técnica y organizativa mucho más avanzada que la presentada en el Maquinismo. Aquí se cambia la naturaleza del trabajo de los empleados; éstos ya no intervienen activamente en el proceso de fabricación del objeto, sólo se dedican a supervisar, a registrar y a controlar dichos procesos. El

ritmo y el carácter de las tareas a realizar por el empleado no se determinan ya por la naturaleza del producto fabricado, o por la máquina utilizada, o por el esfuerzo humano, sino por la manera en que el trabajo es organizado (Paquin, 1993).

La automatización se divide en dos: 1) La automatización discreta y la de flujo continuo.

1) La Automatización de flujo continuo: Aquí se utilizan procesos metalúrgicos y petroquímicos. "Los procesos de flujo continuo son aquellos que significan la transformación física o química del objeto de trabajo y que implican sistemas cerrados." (Laurrell, 1995 pp. 34-37) La automatización depende, aquí, de consideraciones técnicas, es decir obedecen principalmente al carácter del objeto.

Un ejemplo de esta organización de trabajo se da en las petroquímicas y en las empresas que se dedican a fundir metales, en las cuales los empleados trabajan con objetos muy peligrosos y contaminantes, lo cual trae como consecuencia que el empleado esté expuesto a problemas de intoxicaciones y de cáncer. Las características de este tipo de trabajo son, entre otras: poco esfuerzo físico y monotonía

2) La Automatización discreta: " es ante todo un método de gestión de la fuerza de trabajo. Así en sus formas más avanzadas la principal innovación consiste en la introducción del control computalizado sobre el proceso laboral, que a su vez redundan en formas nuevas de trasladar el objeto de trabajo y realizar las tareas que excluyen la participación activa del obrero." (Laurrell, 1995 pp. 34-37)

Aquí la computadora dirige el trabajo, lo cual significa, entre otras cosas, que el empleado ahora sea un objeto del proceso de trabajo. Además el obrero deja de realizar tareas y de tomar decisiones que anteriormente desempeñaba, pues ahora la computadora las efectúa por él.

El desgaste que sufren los empleados en este tipo de organización y división de trabajo, no se encuentra muy claro, pero tiene mucho que ver con el estrés y con la hipocactividad.

En resumen el Maquinismo, con el Taylorismo y el Fordismo renuevan totalmente el mecanismo de la gran producción de plusvalía y la instauran sobre una base diferente, moderna. Las modificaciones son implementadas directamente dentro del proceso de trabajo y se ven reflejadas en la acumulación de capital (Coriat, 1982).

El capitalismo en su afán por obtener la mayor plusvalía posible ha implementado mayor control sobre los empleados, ha inventado nuevas herramientas de trabajo que muchas veces en lugar de facilitar al obrero el desempeño de sus tareas, se las complica más, pues requieren de toda su atención ya que si comete el más mínimo error se verá afectado todo el proceso de fabricación de la mercancía, esto naturalmente genera en el sujeto un estado de estrés continuo.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

2. ESTRÉS

La palabra estrés tiene su origen en el término francés antiguo "distress" que significa ser colocado bajo estrechez u opresión. Por consiguiente, su forma inglesa original era "distress", y a través del tiempo se fue perdiendo el "di" por mala pronunciación, por tal en la actualidad, existen dos palabras, la primera es "Stress" y la segunda es "Distress", las cuales tienen significados muy diferentes. La primera hace referencia a constricción u opresión de algún tipo, mientras que la segunda, designa el estado de estar bajo esta constricción. Según Fontana (1992) el término "stress" y el término "distress", fueron adoptados por el idioma inglés, pero con el paso del tiempo se necesito una palabra que se ubicara entre ambos términos, es decir, que contuviera algo de las connotaciones potencialmente dolorosas de la primera y algo de las connotaciones contenidas en la segunda, las cuales son más neutrales, con estas exigencias se llevo a convertir a la palabra Stress- en español estrés- en la palabra que engloba estas cuestiones (Fontana, 1992 pp. 2).

Por otro lado no es fácil encontrar una definición generalmente aceptable de estrés, pues la palabra es la más imprecisa del vocabulario español, ya que suele utilizarse con vaguedad por diferentes personas, las cuales le dan el significado que va de acuerdo con sus intereses, por ejemplo: "Los médicos hablan de estrés en términos de mecanismos fisiológicos; los ingenieros en términos de soporte de carga; los psicólogos, basándose en el cambio conductual; los consultores administrativos se refieren a las necesidades de la organización; los lingüistas lo consideran como acentuación silábica y los legos como casi cualquier cosa bajo el sol, desde las complicaciones en el balance del presupuesto, hasta los padres que se tensan por ciertas cosas que sus hijos hacen o dejan de hacer." (Fontana, 1992 pp. 2)

En Física y en Mecánica designa una fuerza que actúa sobre un objeto y que al rebasar la resistencia de éste, conduce a la deformación ó a la destrucción de ese objeto (Madders, 1984, citado por Silva, 1994).

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Como se puede observar en las diferentes formas de utilizar la palabra estrés, arriba mencionadas, mientras que para algunas personas el término estrés hace alusión a algo natural o deseable como por ejemplo para los Ingenieros y los lingüistas. Para otras sugiere que es algo que padecemos, como por ejemplo para los médicos y los psicólogos.

Aún cuando existan muchas maneras de definir el estrés, en psicología las definiciones suelen caer en la siguiente clasificación:

1.- Las definiciones basadas en los estímulos- Las cuales se fundamentan en la idea de que el estrés es la fuerza o el estímulo que actúa sobre el individuo y que da lugar a una respuesta de tensión, en la cual tensión es sinónimo de presión. Por ejemplo las siguientes definiciones:

- Fontana, en 1992, piensa que el estrés es una exigencia a las capacidades de adaptación de la mente y el cuerpo (Fontana, 1992)

- Terras, en 1994, define el estrés como la presión o la fuerza externa a la que responde nuestro cuerpo de forma desacostumbrada (Terras, 1994)

- Cannon, en 1932, señala que él estrés significa un evento, el cual es capaz de generar una reacción de alarma en el organismo (Citado por Lazarus y Folkman, 1991 pp. 27)

La limitación de las definiciones de estrés basadas en el estímulo es la siguiente: Aquí se considera que el mismo nivel de estrés como estímulo (sin tomar en cuenta las cualidades que le son propias como: duración, intensidad, etc.) puede generar varias reacciones en sujetos diferentes o incluso en el mismo sujeto. Para ilustrar esto se presenta el siguiente ejemplo: El nivel de estrés que una persona obtiene al observar un accidente automovilístico no es el mismo. Puede ser que para un niño resulta altamente estresante, mientras que para un adulto o para un anciano sea medianamente estresante. Como se puede observar estas definiciones pasan por alto las diferencias individuales de las personas en cuanto a sus características propias de enfrentamiento, y no toma en cuenta la intensidad, ni la duración del suceso estresante. Además de esto, el tomar esta

postura querría decir que se está de acuerdo con que el estado óptimo de cualquier sujeto es la no presencia de estrés, lo cual es un error.

2.- Las definiciones basadas en la respuesta – Estas se fundamentan en la idea de que el estrés es la respuesta fisiológica o psicológica que manifiesta un individuo ante un estresor ambiental, en la cual el estresor puede ser un evento externo dañino. Por ejemplo las siguientes definiciones:

- Troch, en 1982, define el estrés como “el programa corporal de acomodación de la persona a situaciones nuevas, su respuesta es no específica y estereotipada a todos los estímulos que trastornan su equilibrio personal.” (Troch, 1982 pp. 13)

- Mc Grath, en 1970, define el estrés como un estado de desequilibrio o desbalance entre exigencias ambientales y las capacidades de respuesta de las personas o sistema para enfrentar estas demandas (citado por Navarro, pp.33)

La limitación de las definiciones de estrés basadas en la respuesta es que desde esta perspectiva, las respuestas al estrés aparecen como reacciones generalizadas a diversos factores del medio, es decir no se hace distinción en las características cualitativas y cuantitativas de los estímulos medioambientales que producen una reacción en el individuo. Para ilustrar tenemos el siguiente ejemplo: Una persona no reacciona de la misma manera ante una pelea entre personas que no conoce, que ante personas que si conoce. Como se puede observar la conducta no resulta ser estereotipada, pues los contextos son cualitativamente diferentes.

3.- Las definiciones de estrés basadas en una idea funcional.- Estas señalan que “el estrés es una respuesta adaptativa, mediada por las características individuales y/o por procesos psicológicos, la cual es a la vez, consecuencia de alguna acción de una situación o un evento externo que plantea a la persona especiales demandas físicas y/o psicológicas” (Ivancevich, 1992 pp. 32) Por ejemplo las siguientes definiciones:

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

- Lazarus y Folkman (1984). Señalan que el estrés psicológico es una reacción particular entre el sujeto y el medio ambiente que es evaluado por éste como amenazante y que puede poner en peligro su bienestar.

- Seward menciona que el estrés se trata de un desequilibrio percibido entre las demandas profesionales y la capacidad de la persona para llevarlas a cabo cuando son importantes las consecuencias del fracaso (citado por La Dou, 1993 pp. 623)

- Baccaro, en 1994, define el estrés como una reacción emocional y física, que ocurre en la presencia de cualquier suceso que confunda, amedrente o excite a la persona.

La postura que se tomará en esta investigación es la funcional, desde esta perspectiva el estrés tiene lugar cuando aparece un estímulo aversivo e incrementa la activación del sujeto más rápido que su capacidad de adaptación para hacerle frente, lo cual trae como consecuencia un proceso descompensatorio entre el individuo y las exigencias medioambientales.

Se optó por tomar esta postura, ya que las definiciones, si bien parten de explicar el estrés como una respuesta adaptativa regulada por características individuales, también considera los eventos externos con sus características y la manera en cómo aparecen y propician determinadas reacciones en el organismo. No pasan por alto las diferencias individuales de las personas en cuanto a sus características individuales de afrontamiento y se toma en cuenta la intensidad y duración del evento.

En este estudio el estrés es considerado como una respuesta adaptativa activada principalmente por la adrenalina y por la noradrenalina mediada por las características individuales, la cual es a la vez consecuencia de alguna acción, de una situación o evento externo que plantea a la persona especiales demandas físicas y/o psicológicas. Dicho de otra manera, el estrés tiene lugar cuando una estimulación es percibida como amenazadora la cual incrementa la actividad del organismo más rápido que su capacidad para atenuarla, lo que provoca una proceso descompensatorio entre el individuo (sus percepciones, capacidades y

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

estilos propios de enfrentamiento) y las exigencias medioambientales. Tales cambios pueden ocasionar un desgaste y deterioro del organismo si se presentan de manera frecuente. El estrés se encuentra relacionado con la ansiedad, en cuanto a su componente cognoscitivo, reacciones físicas y motoras que genera.

- El Endocrinólogo de la Universidad de Montreal, Hans Selye, define el estrés en términos generales como un síndrome que provoca una respuesta inespecífica del organismo ante un estímulo ambiental; a dicha respuesta, que no es más que una preparación del organismo para afrontar la emergencia – lo que amenaza con alterar el estado de equilibrio – propuso denominarle Síndrome General de Adaptación (SGA), del cual se hablara más ampliamente en el apartado 2.2

Cabe señalar que Selye (1939), fue quien introdujo la palabra estrés en medicina pero que su concepto inicial de estrés se ha ido diluyendo, y se ha ido adaptando a los nuevos acontecimientos científicos y a las transformaciones por las cuales ha pasado la sociedad. Selye llegó a apoyar la idea de que los factores sociales y psicológicos juegan un papel importante en la salud y en la enfermedad.

2.1 - Síndrome General de Adaptación (SGA)

El creador del término fue el Doctor Hans Selye, en 1936. El SGA, se descubrió de la siguiente manera:

Desde 1926, cuando Selye se encontraba estudiando medicina en Praga, se comenzó a interesar en un fenómeno que observó en los pacientes que atendía: Él se dio cuenta de que no importaba la enfermedad que cada paciente manifestaba, éstos presentaban un "síndrome de estar enfermo", el cual se caracterizaba por: mal aspecto, trastornos digestivos, dolores generales, falta de apetito, fiebre, etc.

Diez años después, recordó sus observaciones pasadas y comenzó a elaborar una serie de investigaciones las cuales consistían en inyectar a ratas, unas soluciones impuras y tóxicas (venenos, hormonas, etc.) las cuales pese a

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

sus diferencias en cuanto a composición, producían un síndrome caracterizado por hipertrofia adrenocortical y úlceras gastrointestinales. Posteriormente con estos hallazgos demostró que las mismas lesiones se generaban también, por el frío o por el calor, por un traumatismo o por una infección y por otros agentes ambientales.

Selye basó sus investigaciones en los descubrimientos de Walter Cannon realizados en 1920, quien pensaba que el ser humano buscaba un equilibrio interno o una homeostasis durante el transcurso de su vida. Descubrió que cuando éste sufre algún trastorno se activan los procesos de acomodación endocrino y vegetativo. Este investigador también acuñó la frase reacción de emergencia. Pero lo que diferencia a Cannon y a Selye, es que el primero, describió únicamente los mecanismos específicos de acomodación, mientras que el segundo, puso énfasis en la investigación del círculo regulador hipófisis suprarrenales, y el papel que desempeñan en las reacciones no específicas del organismo. (Troch, 1982)

La explicación de SGA es la siguiente: "lo llamó general porque las consecuencias de los estresores ejercen influencia sobre diversas partes del organismo, el término adaptación se refiere a la estimulación de las defensas destinadas a ayudar al organismo para que se ajuste al estresor o lo afronte; y síndrome denota que las partes individuales de la reacción se manifiestan más o menos de manera conjunta y son, al menos en cierta medida interdependientes. Las tres fases de la reacción defensiva no específica son: alarma, resistencia y agotamiento". (Ivancevich, 1992)

Selye piensa que cualquier demanda, ya sea física y/o psicológica, buena o mala, genera una respuesta biológica del organismo la cual corresponde a una secreción de hormonas, las cuales a su vez son responsables de nuestra reacción al estrés.

La definición de estrés de Selye la podemos ilustrar con el siguiente ejemplo:

Pensemos que un Banco se encuentra en comunicación directa con una comisaría de policía mediante un sistema de alarma. Cualquiera que sea la

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

manera en la cual se efectuó el robo (ruptura de un cristal; penetración por el techo, por la ventana, etc.) hará sonar el mecanismo de alarma, la cual generará la intervención de la policía. (de manera similar ocurre con el estrés).

El organismo, se encuentra representado por el banco; el sistema hormonal, por la policía, y el agente generador del estrés, equivale a la forma de cometer el robo.

Cualquiera que sea el tipo de infiltración, la alarma sonará y se llegará al mismo resultado que es la intervención de la policía. La intervención de la policía no es específica a tal o cual método de penetración. (Bensabat, 1987)

Las tres fases del SGA son las siguientes:

Fase de Alarma.- Cuando el cuerpo debe acomodarse a una situación nueva necesita de mayor energía para llevar a cabo dicha acomodación; es decir para atacar, huir o resistir. Esta activación se dispara en la fase de alarma, la cual representa la reacción adaptativa del organismo al peligro. Su función primordial es preparar al cuerpo para realizar la acción inmediatamente. "Aquí la persona está preparada para luchar o huir. Por eso está en situación de alerta. Si después de eso la persona consigue calmarse y sentir que el peligro pasó, volverá a su situación de homeostasis, o sea de equilibrio interno. No hay, por tanto exceso de adrenalina en su organismo". (Baccaro, 1994 pp.15)

Como se puede observar esta es la fase donde ocurren las alteraciones más importantes para el organismo, por ejemplo: mayor liberación de adrenalina y noradrenalina, aumento de la respiración y de los latidos del corazón, decremento del colesterol en la sangre; la digestión se detiene; se activan los mecanismos de coagulación de la sangre; hiperactividad de todos los sentidos del organismo; dilatación de las pupilas, entre otras.

Esta capacidad del organismo para hacer frente a las exigencias del medioambiente en la actualidad se sigue utilizando en situaciones de alto grado de estrés o en situaciones de estrés no peligrosas, inclusive si el hecho estresante no es muy relevante, el organismo puede no darse cuenta de su respuesta, además de que el SGA se termina en esta fase.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Pero cabe señalar que si la amenaza es muy intensa el organismo aparte de notar los cambios generados en su cuerpo por el estrés, pasa a la siguiente fase: resistencia. (Terras, 1994, Ivancevich, 1992, Baccaro, 1994; Troch, 1982)

Fase de Resistencia.- Esta fase de adaptación es el resultado de la exposición a largos períodos de estrés es común y no es necesariamente dañina, pero si no se complementa con períodos de relajación y de descanso para reponerse de la respuesta al estrés se convierte en perjudicial, en nuestros días el estrés no es un fenómeno de corta duración.

Por otro lado, la respuesta de la primera fase: alarma, no perdura por demasiado tiempo preparando al cuerpo de manera que si el estrés dura más de lo normal el organismo se ve en la necesidad de realizar arreglos para protegerse por más tiempo. En este momento se entra en la segunda fase: resistencia. La cual es sin lugar a duda una fase necesaria para que el cuerpo pueda adaptarse a una situación de estrés más prolongada. Aquí el organismo intenta recuperar su equilibrio interno pues todavía está sintiendo el peligro.

Cabe señalar que la segunda fase aparece solamente si la persona no se calma, es decir, si permanece por un largo tiempo en la fase de alerta, como ya se dijo, o si esa fase se repite con mucha frecuencia. Por tal el sujeto no tiene la oportunidad de que su cuerpo se libere de la tensión, ni de que vuelva a la normalidad.

Este estado se caracteriza por la identificación del órgano o del sistema mejor dotado para afrontar la amenaza que representa el agente de estrés.

Casi todos los síntomas de la primera fase desaparecen al entrar a la segunda fase, pero en su lugar aparecen problemas de memoria y una sensación de malestar generalizado. (Baccaro, 1994; Ivancevich, 1992)

Fase de Agotamiento.- El organismo del ser humano no se encuentra diseñado para soportar niveles de estrés demasiado elevados, durante un periodo de tiempo demasiado prolongado. Existe un limitado nivel de energía adaptativa disponible, y el concentrarla en un sólo estresor aumenta en forma creciente nuestra vulnerabilidad a otros nuevos estresores que puedan atacar nuestro

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

cuerpo. Si la reacción de resistencia supera sus límites el cuerpo llega a la última fase del SGA: el agotamiento. Aquí los recursos, físicos y emocionales sufren frecuentemente, y el cuerpo experimenta un agotamiento de la suprarrenales, en donde el nivel de azúcar en la sangre disminuye conforme las suprarrenales se agotan, provocando una reducción en la tolerancia al estrés, un agotamiento mental y físico progresivo, enfermedad y muerte.

Por otro lado la adaptación lograda en la segunda fase se pierde llegando a este punto, además los síntomas de la primera fase reaparecen acompañados de: Insomnio, problemas estomacales, hipertensión arterial, problemas dermatológicos y cardiovasculares.

Muchas personas experimentan esta fase como una gran sensación de cansancio físico y/o mental.

No siempre resulta malo llegar a esta etapa, Pelletier señala en 1977, que algunas partes del cuerpo cuando no pueden superar la carga que el estrés les representa encomiendan esta función a otros órganos del cuerpo mejor capacitados para hacerlo.

Por otro lado, bajo la presencia de un acontecimiento estresante se genera una reacción en cadena en el organismo del sujeto. Esta reacción tiene el cometido de combatir la tensión de manera que el organismo recupere su equilibrio lo antes posible. El equilibrio sólo se logra si el individuo es capaz de adaptarse a los requerimientos de la situación estresante. Lo cual quiere decir que entre menos grave y amenazante sea la situación más rápido el ser podrá superarla. Este proceso de reequilibrio llevado a cabo por las glándulas suprarrenales se conoce como "Síndrome General de Adaptación", de cual ya se habló.

Se debe tener en mente que las demandas que plantea el SGA, al organismo son extraordinarias. Entonces, en conclusión, se puede decir que cuánto más frecuentemente se active el SGA y entre más tiempo permanezca en operación, mayor es el uso y el desgaste que tiene el cuerpo. Como ocurre con las máquinas mecánicas el organismo no puede dar más de sus límites. Cuanto más

se caiga en este proceso más cerca está el individuo de reacciones como: fatiga, envejecimiento e incluso la muerte, y en contextos empresariales a un nivel bajo de rendimiento

2. 2. Enfoques que han abordado el Estrés.

Exciten diferentes modelos que intentan explicar el fenómeno del estrés, dadas las diversas situaciones estresoras que pueden generarlo además de la variedad de repercusiones que puede tener en el sujeto.

A continuación se presentan algunos modelos que han intentado explicar el proceso del estrés, cada uno aborda el estrés como un objeto de estudio y señala sus propias explicaciones y resultados.

2.2.1. Enfoques Neuroendocrinos

El cuerpo humano es un sistema viviente que cuenta con un mecanismo autorregulador llamado homeostasis el cual tiene la función de mantener el equilibrio del sistema interno del cuerpo ante las demandas del exterior. De esta forma propiedades como la temperatura del cuerpo, la presión y los niveles de glucosa en la sangre pueden ajustarse para dar una respuesta al medio ambiente. Los estresores desde esta perspectiva son condiciones ambientales que ponen en movimiento los mecanismos homeostáticos del organismo humano.

La primera etapa de la respuesta al estrés comienza en el cerebro con la percepción del evento estresante.

Posteriormente el hipotálamo, ubicado en el cerebro medio se ocupa de una gama de procesos viscerales y reguladores que como respuesta al evento estresante activa el Sistema Nervioso Autónomo y regula la glándula pituitaria, que es la glándula central del Sistema Endocrino.

Por su parte el Sistema Nervioso Autónomo es el responsable de controlar varias funciones como las reproductivas, gastrointestinales y cardiovasculares, y bajo la presencia de un estresor inicia una serie de cambios de adaptación. Esto se logra gracias al Sistema Nervioso Simpático y el Parasimpático. El primero despierta el estado de alerta en el sujeto mediante el pulso y la respiración

acelerada, así como también con sudor, malestares estomacales, etc. El Sistema Parasimpático, por su parte se encarga de regular las funciones digestivas y en general de calmar y relajar al organismo.

El Sistema Endocrino es el encargado de controlar las funciones orgánicas de nuestro cuerpo, entre las cuales se encuentra la tolerancia al estrés. Los mensajeros químicos encargados de tales cometidos son las hormonas, las cuales son segregadas por las glándulas suprarrenales, la Hipófisis y el Hipotálamo.

Las glándulas más importantes ante el estrés son las suprarrenales. Comúnmente se les conoce como "glándulas antiestrés", son pequeñas y se encuentran situadas una sobre cada riñón. Aún cuando son pequeñas, estas glándulas juegan un papel muy importante en el organismo humano, por ejemplo:

- Controlan la respuesta alérgica
- Controlan la función y el desarrollo sexual.
- Controlan el metabolismo del azúcar
- También las proteínas y las grasas
- Reducen la actividad inflamatoria o inmunológica

Origen y función de las hormonas suprarrenales.

Cada una de las dos partes de las glándulas suprarrenales, tanto la corteza, como la medula, segregan su propio grupo de hormonas cada una de las cuales generan en el organismo diferentes cambios.

A continuación se presenta un cuadro en el cual se enlistan las hormonas secretadas por las glándulas suprarrenales y la función que cada una tiene.

Hormona Glucocorticoides (por ejemplo: cortisol, cortisona)	Hormona Mineralocorticoides (Por ejemplo: aldosterona)
Lugar de segregación Corteza suprarrenal	Lugar de segregación Corteza suprarrenal
Función	Función

<p>Metabolismo del azúcar; movilización de las reservas de grasa y proteínas a la sangre; supresión del Sistema inmunitario y de respuestas alérgicas.</p>	<p>Retención de sodio en el cuerpo; excreción de potasio.</p>
<p>Hormona Cetosteroides (Por ejemplo: hormonas sexuales andrógenas) Lugar de segregación Corteza suprarrenal Función Características masculinas; impulso sexual.</p>	<p>Hormona Catecolaminas (Por ejemplo: adrenalina y noradrenalina) Lugar de segregación Medula suprarrenal Función Aumento del ritmo cardiaco; constricción de vasos sanguíneos; alteración de la respiración; facilita la alerta; aumento de sudoración y de ritmo metabólico; aumento de nivel de azúcar y grasa en la sangre; reducción de reservas de grasa (Terras, 1994)</p>

Las glándulas suprarrenales, por orden del Sistema Nervioso Simpático, segregan en mayor cantidad las llamadas hormonas de estrés, la adrenalina y la noradrenalina, ambas sustancias producen la movilización instantánea de la energía. Las hormonas incrementan repentinamente la disponibilidad de energía en la sangre, se aceleran los procesos de combustión, se eleva la tasa de metabolismo, varía la regulación térmica, se tensan los músculos, y con esto el sujeto puede reaccionar ante los estímulos del exterior ya sean nocivos o agradables. (Troch, 1982).

Por lo tanto la respuesta del cuerpo a un estresor es la activación neuroquímica, coordinada y compleja de todos los mecanismos de adaptación

TESIS CON
 FALLA DE ORIGEN

disponibles para hacer frente al evento estresante. A continuación se presentan las respuestas o reacciones al estrés.

2.2.1.2 - Reacciones al Estrés

Podemos darnos cuenta que un sujeto se encuentra bajo una situación estresante si observamos su comportamiento, pues en sus movimientos lo manifiesta; sus manos y sus labios tiemblan; su rostro se torna pálido o rojizo; en la mayoría de los casos, las palmas de las manos y de los pies están húmedos y fríos, su postura y comportamiento son de alguien que está a punto de luchar o expresa ansiedad.

Cabe mencionar que si el organismo no se libera de estos cambios los centros reguladores del cerebro tienden a hiperracionar ocasionando desgaste físico, crisis de llanto y, potencialmente depresión y muerte.

Ya se ha mencionado que ciertos niveles de estrés pueden ser benéficos para el ser humano, pues es el estímulo que nos pone en marcha para enfrentar las exigencias de la vida diaria, pero cuando el estrés sobrepasa nuestro límite se convierte de algo benéfico en algo dañino, pues agota nuestra energía psicológica y física, además de deteriorar nuestro desempeño y a menudo nos deja con sentimientos de inutilidad.

Las consecuencias fisiológicas del estrés excesivo que menciona Fontana (1992 pp. 5-9), son las siguientes:

1. Liberación de adrenalina y noradrenalina secretadas por las glándulas suprarrenales al torrente sanguíneo. Esta liberación tiene la función de estimular al organismo para que acelere sus reflejos, incremente su ritmo cardiaco y aumente su presión arterial, eleve su concentración de azúcar en la sangre y acelere su metabolismo.

Si los cambios arriba mencionados no se traducen en una acción inmediata, las consecuencias que se pueden tener a largo plazo son las



siguientes: Enfermedades cardíacas y apoplejía, daño a los riñones generado por la presión arterial elevada, así como diabetes e hipoglucemia.

2. Liberación de hormonas secretadas por la Tiroides al torrente sanguíneo, lo cual genera un aumento en el metabolismo y en el nivel de energía que puede ser consumida y transformada en actividad física por el organismo.

Si este aumento se presenta por mucho tiempo, puede producir agotamiento, pérdida de peso e incluso el organismo puede sufrir un colapso físico.

3. Liberación de colesterol secretado por el hígado al torrente sanguíneo. Lo cual provoca un incremento en los niveles de energía, ayudando de esta manera a que se de un mejor funcionamiento de los músculos.

Si la concentración de colesterol permanece elevada, se pueden presentar en el organismo los siguientes padecimientos: Arteriosclerosis (endurecimiento de las arterias), un factor causante de los ataques cardíacos.

4. Supresión de la función digestiva. Lo cual ocasiona que la sangre se desvíe del estómago a los pulmones y los músculos, que la boca se seque, con lo cual el estómago no tiene que trabajar ni siquiera en la saliva.

Si la suspensión de la digestión se extiende demasiado puede causar problemas estomacales.

5. Reacción de la piel. La sangre se desvía de la piel para que pueda ser utilizada en otra parte del organismo, mientras que a la par de esto se genera sudor para enfriar los músculos sobrecalentados por la energía.

Pero la piel no puede estar mucho tiempo sin su equilibrio normal, pues, ésta necesita su dotación de sangre para mantenerse saludable, además de que la sudoración excesiva interviene en el termostato natural del cuerpo.

6. Paso del aire a los pulmones dilatados, lo cual permite que la sangre tome más oxígeno, un proceso ayudado por el aumento de la respiración.

Por otro lado la sangre hiperoxigenada puede causar pérdida del conocimiento y trastornos cardíacos.

7. Liberación de endorfina proveniente del hipotálamo al torrente sanguíneo. Lo cual actúa como un analgésico natural y reduce la sensibilidad de los daños corporales tales como contusiones o heridas.

Si la endorfina no recupera su cantidad normal, nos puede dejar más sensibles a dolores de cabeza y de espalda.

8. Liberación de cortisona secretada por las glándulas suprarrenales al torrente sanguíneo. Lo cual interrumpe las reacciones de alergia que podrían obstaculizar la respiración.

Pero esto disminuye las reacciones inmunitarias del cuerpo a todo tipo de infecciones y puede incrementar el riesgo de úlceras.

9. Los sentidos se agudizan y el desempeño mental mejora, provocando un óptimo desempeño de la memoria a corto plazo.

Si las reacciones anteriormente mencionadas se prolonga demasiado, los efectos arriba señalados se invierten y disminuyen las respuestas sensoriales y mentales.

10. Disminución de la producción de hormonas sexuales. Lo cual causa que no se presente una desviación de la energía a la atención sexual.

Pero si la producción hormonal se ve afectada por un periodo muy extenso, puede provocar impotencia, frigidez, esterilidad, entre otros problemas.

11. Los vasos sanguíneos se constriñen y la sangre se espesa, de modo que fluye más despacio y se coagula con mayor rapidez en caso de que se sufra de una herida.

Pero con este cambio el corazón se ve en la necesidad de trabajar más intensamente para forzar la circulación de la sangre a través de las arterias y venas estrechas, lo cual causa la posible presencia de una enfermedad cardíaca y embolia.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

2.2.2 - Enfoque Psicológico

El estrés no es algo nuevo existe desde el inicio de los tiempos, pues se encuentra muy relacionado con el proceso de vida y de evolución del hombre y demás seres vivos. Gracias al estrés el ser humano ha sobrevivido, pues éste le obliga a adaptarse al mundo que se transforma constantemente.

El estrés es un hecho habitual en nuestras vidas aun en la era de nuestros antepasados aunque no existían casas, coches, trenes, bombas atómicas, guerras y mucho menos crisis económicas, devaluaciones e inflación, se puede decir que ya padecían estrés, pues con frecuencia solían enfrentarse con animales salvajes e incluso con otros hombres, en luchas brutales, todo esto para poder sobrevivir.

Actualmente el hombre sufre de estrés por causas muy diferentes a las del hombre primitivo pero la similitud entre éstos radica en que el estrés, en la antigüedad y en la actualidad no se puede evitar, ya que prácticamente cualquier cosa o cambio al que debemos adaptarnos representa una fuente de estrés.

En nuestro tiempo el estrés se origina por cosas como las siguientes: por la coyuntura actual; por tener que vivir en una ciudad demasiado poblada y en la cual resulta difícil transportarse de un lugar a otro y encontrar trabajo; por el miedo a ser víctima de un asalto; por perder el empleo y por ende el apoyo económico, entre otras muchas cosas. En general podemos decir que vivimos en una época de mucho estrés para confirmar esto sólo tenemos que salir a la calle y observar a las personas que caminan por ella; lo que podremos observar será a personas caminando deprisa con un semblante fruncido. Esto también lo podemos observar, entre otras, cosas con el alto consumo de tranquilizantes, con la excesiva demanda de productos para controlar la ansiedad, con el alto consumo de cigarrillos y de bebidas alcohólicas, además de con el aumento en las molestias estomacales.

Lo que caracteriza a la sociedad de hoy es el cambio permanente. "El hombre moderno, aprenderá a dominar el stress o se verá condenado al fracaso, a la enfermedad y a la muerte". Estas son las palabras de Hans Selye al finalizar el

segundo Simposio Internacional sobre el dominio del estrés, celebrado en Monte-Carlo en Noviembre de 1979 (Bensabat, 1987)

Por otra parte, al pensar en hechos estresantes por lo general "siempre acuden a la mente sucesos negativos como daño, enfermedad o muerte de un ser querido, sin tener presente que un suceso positivo puede resultar igualmente estresante; así cambiar de casa o ascender en el trabajo trae consigo el estrés de un nuevo status y de nuevas responsabilidades." (Davis, 1985 pp. 7)

Cuando las personas salen de vacaciones el estrés juega un papel muy importante en ellas. El encontrarse estresados aún en vacaciones les impide recuperarse de las presiones de la vida diaria. Esto se da principalmente cuando salen a vacacionar en grupo, por ejemplo en un Tur en el cual por lo general va demasiada gente.

En una ciudad tan grande y transitada como la nuestra casi todas las personas sufren del estrés del tráfico: "las horas punta de tráfico en las calles y en el metropolitano, la falta de movimiento mientras se está al volante, la tensión a la que se ve sometido quien desea efectuar un adelantamiento o tiene que conducir en caravana, el aire viciado, el ruido de los motores, la rabia que produce determinadas situaciones de tráfico, la prisa, el seguir a otros..." (Troch, 1982 pp. 12)

Ya se mencionó que nuestros antepasados ya tenían que pasar por situaciones que les generaban estrés pero es importante señalar que sus manifestaciones eran muy espaciadas en el tiempo, cuando huían por algún motivo o cuando luchaban por el alimento; existían varios periodos de relajación. En el tiempo actual ya no se dan estos periodos de recuperación al estrés, pues éste se presenta consecutivamente. (Baccaro, 1994).

Bajo tales condiciones resulta obvio que el estrés sea un tema importante para la mayoría de los investigadores por ejemplo en psicología han surgido diferentes modelos que han pretendido explicar el origen del estrés cada uno desde su propio punto de vista, y tomando diferentes posturas y elementos como base. A continuación se citan algunos modelos de estudio del estrés

Modelo Cognitivo del estrés.- Este modelo surge en 1974 con las investigaciones de Ekehammar, él señala que la persona se encuentra en función del evento estresante, pero también dicho evento se encuentra igualmente en función del individuo a través de: La construcción cognitiva que esté haga de ella y de la selección activa y modificación que lleva a cabo.

Por su parte Lazarus en 1991 descubrió que los individuos reaccionan de manera diferente ante los estímulos estresantes ya que los procesos cognitivos sirven como mediadores entre el evento estresante y la manera de reaccionar del sujeto, puesto que mediante tales procesos el individuo puede realizar una evaluación del evento y determinar si es favorable o desfavorable.

Lazarus en 1991 divide la evaluación cognitiva en dos: La evaluación primaria que consiste en la que realiza el sujeto cuando se pregunta si la situación es perjudicial o benéfica; y la evaluación secundaria que se presenta cuando la persona reconoce los recursos con los que cuenta para hacerle frente al evento, y realiza también una valoración de la eficiencia de dichas estrategias. (Ramos, 2001; Ivancevich, 1989)

Modelo de adaptación.- El investigador Mechanic en 1971 elaboro un modelo de respuesta al estrés que postula que para que una situación sea considerada como estresante deben existir los siguientes elementos: La habilidad y la capacidad del organismo; Las habilidades y las limitaciones resultantes de las prácticas y tradiciones del grupo al que pertenece; Los medios que ofrece el ambiente social a los individuos; Y donde y como una persona puede utilizar dichos métodos. (Ivancevich, 1989)

Modelo de proceso del estrés.- McGrath en 1976 propuso un modelo del proceso del estrés que consiste de cuatro etapas: 1.- Proceso de apreciación cognoscitiva mediante el cual el individuo percibe una situación exacta o inexacta; 2.- La toma de decisiones que genera una relación entre la situación percibida, las posibles opciones y la elección de una respuesta o de un conjunto de respuesta, para hacerle frente a la situación indeseable; 3.- El proceso de desempeño que genera una serie de conductas que pueden evaluarse cualitativamente y

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

cuantitativamente; 4.- El proceso resultante. El grado en el que una respuesta elegida produce una conducta deseada, esta basada en la habilidad del sujeto para efectuar tal respuesta, y de la medida en que la conducta genera cambios deseados o indeseados en la situación (Ivancevich y Matteson, 1989 Pp. 53-54)

Modelo de Marta Davis.- En 1985 esta autora menciona que el estrés se genera principalmente por tres fuentes básicas: **1- Nuestro entorno.** En ciudades como la nuestra cumple un importante papel en la generación de estrés, pues bombardea al individuo constantemente con demandas de adaptación, viéndose este en la necesidad de soportar el ruido intenso, las aglomeraciones, los horarios rígidos, principalmente en los trabajos en donde se rolan turnos; las normas de conducta y amenazas que atacan a nuestra seguridad, entre otras cosas; **2- Nuestro cuerpo.** Esta fuente de estrés va muy ligada con la anterior, pues los elementos del entorno que llegan al individuo, hacen o tienen alguna reacción en el organismo de éste. Por ejemplo: Un obrero que labora en una industria en la cual es obligado a trabajar en diferentes turnos, esto es, unos días trabaja por la mañana, otro por la tarde y otros por la noche. Este rol de turnos de trabajo trae evidentemente una reacción por parte del organismo del sujeto, en primera porque se va a ver afectado su ciclo de sueño, esto trae como resultado que el obrero presente, entre otras cosas: a) Disminución de la energía muscular; b) Entorpecimiento de los procesos mentales; c) Dificultad para tomar decisiones; d) Trastornos de sueño y en algunos casos; e) Depresión. (López, 1994); **3.-Nuestros pensamientos.** "El modo de interpretar y catalogar nuestras experiencias y el modo de ver el futuro pueden servir tanto para relajarnos como para estresarnos. Por ejemplo: una mirada agria del jefe puede interpretarse como reprobatoria de nuestro trabajo y provoca, por tanto, ansiedad, o bien entenderse como un signo de cansancio y de preocupación por problemas de índole personal y no resultar motivo de temor." (Troch, 1982 pp.8; Davis, 1985)

Poster y Leitner señalan que la capacidad psicológica de los seres humanos para predecir y para controlar, son dos herramientas básicas en el manejo del estrés. Ellos piensan que el predecir el dolor ó la incomodidad da como

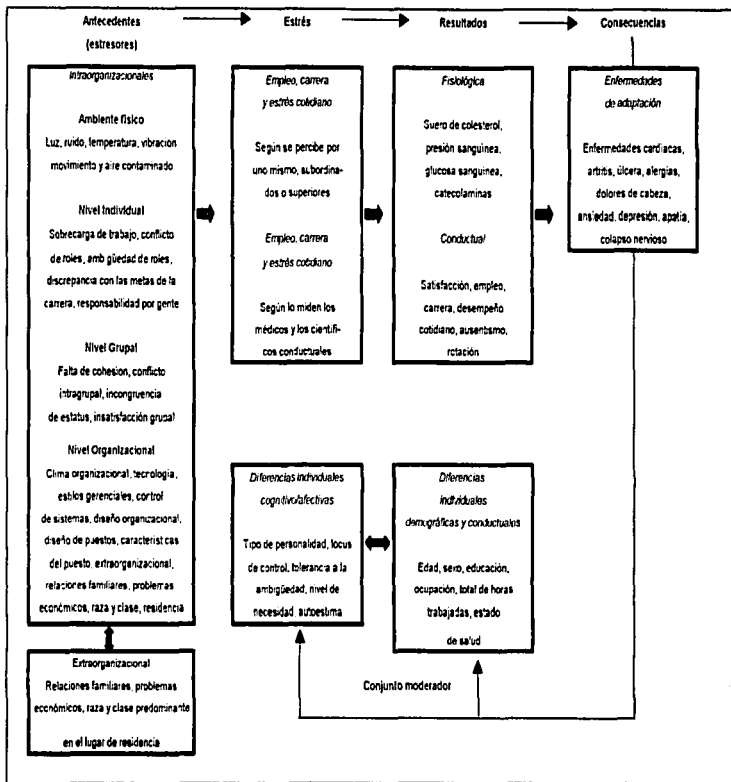
TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

resultado que el individuo experimente menor estrés, esto porque tal condición hace que el sujeto sea capaz de reconocer el momento en el cual está a salvo y puede relajarse, ya que los momentos de estrés excesivo están claramente señalados. Estos períodos de seguridad psicológica ayudan al individuo a superar los efectos dañinos de estrés. Por el contrario cuando el individuo no sabe o no prevé los eventos estresantes no sabe cuando puede relajarse y cuando debe estar alerta (citados por Silva, 1994 pp. 30)

Modelo integral de estrés y trabajo.- Los investigadores Ivancevich y Maltesson en 1989 desarrollaron un modelo integral del estrés y el trabajo que consta de cinco etapas: 1.- Antecedentes de la situación de estrés, llamados estresores: Los cuales se identifican como estresores de ambiente físico, de nivel individual, grupal, organizacional y extraorganizacional; 2.-Valoración del grado en que la existencia de condiciones previas generan estrés en los sujetos (estrés percibido); 3.- Resultados, que se refieren a las reacciones cognitivas o fisiológicas que se dan ante la situación estresante; 4.- Consecuencias, que se tratan del producto de tales resultados como las enfermedades de adaptación.(Ramos,2001; Ivancevich,1989) (Ver figura 1)

En el presente estudio se adoptará el modelo de estrés y trabajo, arriba descrito, ya que es un modelo que considera que varios factores se encuentran relacionados con la aparición del estrés en un individuo. Considera que no únicamente las diferencias individuales están relacionadas con el surgimiento de estrés en un individuo, también toma como importantes los antecedentes al estado, es decir los elementos o la situación que pudieron estar involucrados en la aparición del estrés. Así mismo le da valor a las consecuencias y a los resultados que tal estado pudieran tener en el sujeto

Figura 1. Modelo de estrés y trabajo



TESTES CON FALLA DE COHERENCIA

En esta investigación se consideran muy importantes las características individuales de los empleados para el surgimiento del estrés, pero también se considera que el tipo de trabajo que tienen que realizar es un factor importante para que se genere el mismo. De este punto se hablará más ampliamente en el capítulo tres.

2.2.3 - Consecuencias Psicológicas del Estrés. Las consecuencias psicológicas del estrés excesivo que menciona Fontana (1992 pp.5-9) son las siguientes:

Efectos cognoscitivos	
+ Decremento del periodo de la concentración y la atención. Resulta muy difícil el poder mantener la concentración en algo y se presenta una disminución en la capacidad de observación.	+ Aumento de la frecuencia de errores. Como resultado de lo ya mencionado, se incrementa el número de errores que se cometen.
+ Aumento de la distractibilidad. Un ejemplo de esto se da cuando estamos platicando con alguien y de repente ya no sabemos de qué cosa estábamos hablando- perdemos el hilo de la conversación.	+ Deterioro de la capacidad de organización y de la planeación a largo plazo.
+ Deterioro de la memoria a corto plazo. Se pierde la capacidad para reconocer cosas, lugares, personas, etc.	+ Aumento de delirios y de los trastornos del pensamiento.

Efectos físicos	

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

+ Aumenta la tensión física. Se pierde la capacidad para relajar los músculos.	+ Descienden los niveles de energía. + Se presenta malestar físico- Dolor de cabeza, espalda y cuello.
--	---

Efectos conductuales	
+ Aparecen cambios bruscos en los hábitos y en la forma de ser de las personas, por ejemplo: una persona que solía ser muy pulcra en su apariencia, se convierte en una persona sucia.	+Aumento del ausentismo.
+Aumentos de los problemas del habla.	+Aumento del consumo de drogas.
+ Disminución de los intereses y el entusiasmo.	+ Depresión.
+ Alteración de los patrones de sueño.	+ Se resuelven los problemas a un nivel cada vez más superficial.
+ Las responsabilidades se depositan en las demás personas.	+ Pueden existir amenazas de suicidio.

Efectos emocionales	
+ Se ignora la nueva información.	+Debilitamiento de las restricciones morales y emocionales.

+Aparece depresión e impotencia.	+ Aumento del cinismo acerca de los clientes y colegas.
+Pérdida repentina de la autoestima.	+ Se intensifican los problemas de personalidad ya existentes como: depresión y ansiedad.

Es importante mencionar que los efectos físicos del estrés y el nivel de gravedad que cada uno de los síntomas presenta varían de persona a persona dependiendo de la resistencia y de los elementos que cada uno posea para enfrentar el evento.

Lazarus en 1981 señala que los seres humanos no son simples víctimas del estrés, el ser víctima o no del mismo radica en la apreciación que el sujeto tenga del acontecimiento negativo, así como de los recursos y de las opciones con las que cuenta para hacerle frente al evento estresante (citado por Silva, 1994 pp. 28), a continuación se hablará del tipo de estrés que es benigno para las personas.

2. 2.4 - Aspecto Positivo del Estrés (Eustrés)

Siempre que nos sentimos ansiosos, tensos, cansados, asustados, exaltados o deprimidos, nos encontramos padeciendo estrés. Pocos aspectos en la vida se encuentran libres de los acontecimientos y presiones que generan tales sentimientos; así que el estrés se ha vuelto una parte aceptable e inevitable de la existencia diaria.

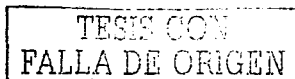
De hecho, contrario a las suposiciones populares, las vidas estresadas no son un fenómeno exclusivo de la época moderna, el estrés siempre ha sido algo intrínseco a la existencia humana y la vida sin estrés sería intolerable. Por ejemplo: ciertos tipos de estrés como los causados por actividades físicas, mentales, sexuales y creativas en realidad son muy deseables.

Como se explicó anteriormente, en algunos casos no es el acontecimiento en sí mismo lo que genera estrés, sino la forma en que es percibido por el sujeto. La capacidad que tenga el individuo para enfrentar al estrés depende, entre otras cosas, de su historia pasada, es decir, de si ya antes ha tenido o no experiencia con sucesos similares, y de como ha logrado solucionarlos y de la intensidad del evento generador de estrés.

Humphrey en 1986 (citado por Silva en 1994) piensa que inclusive las actividades que la gente considera agradables, pueden llegar en algún momento a generar una enfermedad. El estrés que en un principio fue placentero se transforma en perjudicial cuando un cambio real o imaginario abruma la habilidad de la persona para manejarlo; dejándola propensa a reacciones físicas y emocionales indeseables, y a ciertas enfermedades, es decir, cuando el individuo no puede controlar el estrés, sus efectos son nocivos para la salud física y psicológica. Si se dejan sin resolver, los sentimientos de enojo, frustración, miedo y depresión generados por el estrés negativo, pueden detonar una variedad de enfermedades. El estrés es un factor contribuyente en las condiciones negativas relativamente menores como dolores de cabeza, problemas digestivos, padecimientos de la piel, insomnio y úlceras; aunque también juega un papel importante dentro de las principales causas de fallecimiento en el mundo occidental; como cáncer, enfermedades cardiovasculares, desórdenes respiratorios, lesiones accidentales, cirrosis y suicidio.

Selye (1939) menciona que cuando el estrés es negativo "es un enemigo de todo el mundo. Puede golpearnos de manera despiadada y afectar no sólo a nuestro cuerpo, sino también al espíritu y dispone de muchos medios para torturarnos o aniquilarnos. Todos nosotros debemos cuidarnos mucho de él." (citado por Troch pp.23)

Pese a esto el estrés no es necesariamente malo en sí, sino también posee un valor positivo intrínseco. El estrés también puede ser usado a favor de la persona. Ya que en la primera fase, cuando la adrenalina es liberada, la persona



se encuentra en condiciones de luchar o huir, es decir, tiene más energía e impulso. Aquí el sujeto está alerta.

Todos tenemos algún grado de estrés, pues es el resultado de una vida anómala y artificial. "Desde que no se vive en la selva, en medio de la naturaleza, se está sujeto al estrés, pues estamos ajustándonos a la vida social. Y el desgaste del ajuste crece con el tiempo. Por eso gran parte de las enfermedades actuales tienen su origen en el estrés; es el caso de la úlcera, el cáncer, la hipertensión arterial y otras." (Ivancebich, 1992)

El eustrés es el tipo de estrés al cual le debemos todo progreso personal. Es esencial proporcionando la estimulación necesaria para enfrentar situaciones de reto. La tensión y la excitación son necesarias para disfrutar muchos aspectos de la vida, sin ella la existencia sería demasiado monótona. El estrés también proporciona el sentido de urgencia y alerta necesario para sobrevivir al enfrentar situaciones que constituyen una amenaza, como cruzar una avenida muy transitada o conducir en condiciones climáticas bastante malas. Un enfoque demasiado relajado en tales situaciones podría ser fatal.

Comúnmente el eustrés nace de actividades estimulantes para la persona las cuales puede dejar o cambiar cuando quiera; cabe señalar que si el estrés se presenta por un período corto, no existe problema, pues el organismo tiene tiempo para descansar. Resumiendo, cuando el estrés se da en niveles moderados hace que el individuo se vigorice y aumente su creatividad.

Lo que determina si el estrés es distrés o eustrés es la interpretación individual de la persona que lo padece, es decir, la respuesta al estrés es modificada por características individuales que incluyen valores, actitudes y tipos de personalidad, ya sea determinados genéticamente o creadas por influencias sociales. La conjugación de todos estos factores determinan el impacto en la salud y en el bienestar de cada persona.

Por ejemplo Lazarus y Erikson (1952) estudiaron la capacidad de las personas estresadas al momento de realizar tareas. Ellos descubrieron que algunos individuos presentaban un desempeño mayor en condiciones de estrés,

mientras que otras presentaban un desempeño bajo. Estudios como este nos muestran que no podemos predecir el rendimiento de la gente basándonos únicamente en los estímulos estresantes, debemos prestar atención también a los procesos psicológicos responsables de las diferencias individuales en la reacción.

Selye por su parte apoyó la idea de que los factores psicológicos y sociales juegan un papel muy importante en la salud y en la enfermedad de los individuos.

Con base en lo anterior se puede llegar a la conclusión de que el estrés es el resultado de una relación entre el sujeto y su medio ambiente, el cual es evaluado por éste primero, como algo amenazante o desgastante que puede poner en peligro su bienestar (Martínez, 1997; Lazarus y Folkman, 1984; Valdez, 1985).

2.2.5 - Estrés y Ansiedad

Inicialmente Freud dio al vocablo ansiedad un papel muy importante en la psicopatología y en posteriores formulaciones freudianas la ansiedad se consideró como el resultado de algún conflicto existente en la vida de la persona que la padecía, así mismo fue tomada como señal de peligro y como activador de los mecanismos de defensa. Por otro lado la teoría del reforzamiento de Hull y Spence (1943-1950) consideró a la ansiedad como una respuesta condicionada, que da lugar al surgimiento de hábitos inútiles encaminados a reducir el padecimiento.

Beck (1972) menciona la importancia que tiene la interacción entre los factores cognitivos y la ansiedad en el desarrollo de los síntomas psicósomáticos. Señala además que el mantenimiento de estos estados tiene que ver con la creación mental de círculos viciosos, entre las cogniciones, la ansiedad y los síntomas físicos, sin olvidar el importante papel que tiene la disposición del sujeto ante el evento (citado por Flores, 1999 pp.62)

Lazarus y Averill (1984) definen la ansiedad como una emoción basada en una valoración de temor, tal valoración incluye elementos simbólicos, anticipados e inciertos, es decir, se trata de un estado emocional que surge en presencia de



una situación que es valorada por el individuo como potencialmente dañina para su integridad ya sea psicológica o física.

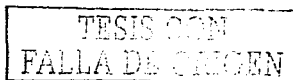
Según Esteve en 1994 la ansiedad se refiere a una reacción emocional compleja, integrada por tres componentes: 1- Fisiológico, el cual se caracteriza por un incremento en la tasa cardiaca, respiratoria y transpiracional. 2- Subjetivo-Cognitivo integrado por pensamientos e imágenes y 3- Conductual-motórico, caracterizado por temblores, tartamudeo y tensión muscular.

Como se puede observar existe un elemento fisiológico que podría llegar a confundir a la ansiedad con el estrés, más aún si ambos padecimientos aparecen habitualmente asociados. Por otra parte en psicología existe una gran sobreposición entre los términos **ansiedad** y **estrés**. Cabe señalar que el termino estrés no apareció en el diccionario de psicología hasta 1944.

Al respecto Polaino 1982 señala que siempre existe una coimplicación entre ansiedad y estrés con la diferencia de que la ansiedad incluye un elemento cognitivo, el cual puede llegar a servir como base para establecer una distinción entre ambos conceptos.

La ansiedad incluye un elemento cognitivo caracterizado por un patrón de conducta compleja y variada, representada por sentimientos subjetivos de tensión, los cuales se acompañan de activación física, es decir, la ansiedad es un estado del organismo en el cual las respuestas fisiológicas y motoras son motivadas por una distorsión cognitiva (por una mala interpretación de la realidad) la cual en un plazo prolongado se vuelve nociva y perjudicial. Puede haber ansiedad sin que se produzcan respuestas fisiológicas en lo que consiste el estrés, o bien sin llegar al desarrollo del estrés en la etapa de agotamiento. (Esteve, 1994).

El estrés por su parte es la respuesta del organismo a un estado de tensión, excesiva y permanente. Como se ha visto en esta investigación el estrés tiene una finalidad homeostática de recuperación del equilibrio utilizando para este fin mecanismos fisiológicos con el fin de lograr una mejor adaptación del sujeto ante las exigencias medioambientales. Únicamente cuando se fuerza este mecanismo se convierte en dañino. Selye en 1939 señala que el estrés es un estado del



organismo que sobreviene al fracaso de los mecanismos homeostáticos normales, en tanto que la hiperactividad de tales cambios en lugar de conseguir el equilibrio, producen cambios físicos potencialmente patógenos; como ya se mencionó en el apartado 2.2.1.2 (reacciones al estrés). En el plano mental el estrés puede desembocar en depresión o en el trastorno de ansiedad generalizada. (Esteve, 1994)

El Manual DSM-IV, en su sección trastornos de ansiedad, menciona los diferentes tipos de padecimientos que la ansiedad puede generar de entre los cuales el que más relación tiene con el tipo de ansiedad del que se habla en el presente estudio es el trastorno de ansiedad generalizada, el cual presenta como característica principal la presencia de ansiedad por un periodo más o menos de seis meses y la preocupación no realista o excesiva que se centra en una amplia gama de acontecimientos o situaciones. Por lo general las personas que padecen de trastorno de ansiedad generalizada no siempre reconocen que sus preocupaciones resultan excesivas, sin embargo manifiestan una evidente dificultad para controlarlas, así mismo presentan malestar subjetivo o deterioro social, laboral o de otras áreas importantes de actividad. Ya que a estos sujetos les es difícil olvidar estas preocupaciones para poder dedicar la atención necesaria a las actividades que se encuentren realizando. Los adultos con trastornos de ansiedad generalizada acostumbran a preocuparse por las circunstancias normales de la vida diaria, como son las posibles responsabilidades laborales, temas económicos, la salud de su familia, etc. Cabe señalar que este trastorno suele coexistir con trastornos del estado de ánimo (por ejemplo: trastorno depresivo), con otros trastornos de ansiedad (por ejemplo: trastorno de angustia, fobia social, fobia específica), y con trastornos relacionados con sustancias (por ejemplo: dependencia o abuso del alcohol o sedantes, hipnóticos o ansiolíticos). Otros trastornos normalmente asociados al estrés (por ejemplo: síndrome de colon irritable, dolores de cabeza, fatiga) con bastante frecuencia acompañan al trastorno de ansiedad generalizada. (DSM-IV, 1995)

Como se puede observar en esta última parte la ansiedad es un fenómeno muy relacionado con el estrés y se compone principalmente de manifestaciones

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

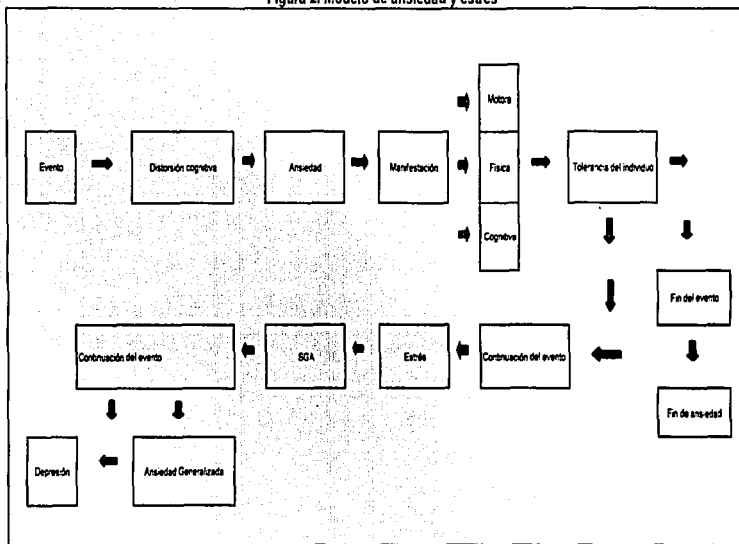
cognitivas y somáticas, que incluyen pensamientos desagradables, miedos y preocupaciones, además de signos orgánicos como tensión en el estómago, taquicardia, palpitaciones, etc. (Sandín, 1994, citado por Flores, 1986)

Los existencialistas en Estados Unidos como Rolio May (1950-1958) reconocen la sobreposición entre los términos ansiedad y estrés, pero ellos apoyan la idea de que la ansiedad es producto del estrés. (Lazarus y Folkman, 1984).

Polaino en 1982 afirma que la ansiedad es consecuencia del estrés en su dimensión biológica y comportamental. Pero la ansiedad es causa del estrés si se le entiende desde su dimensión cognitiva, intencional y subjetiva.

En esta investigación se aplicará el IDARE, que es un instrumento que permitirá conocer el nivel de ansiedad presentado por los obreros invitados a participar en el estudio, mediante el instrumento se conocerá la ansiedad rasgo y la ansiedad estado. La ansiedad como rasgo se relaciona con la disposición para ser ansioso (Philips, 1968, citado por Esteve Pp. 161), y la ansiedad como estado se relaciona con tres tipos de respuestas: 1.- Respuesta somática; 2.- Pensamientos relativos a la incapacidad para enfrentarse a la amenaza; y 3.- Mecanismos de enfrentamiento para reducir la situación amenazante (Ansorena, 1983, citado por Esteve, Pp. 161). Por otro lado también se utilizará un registro de síntomas de estrés para conocer si los obreros presentan otros síntomas de estrés. Cabe señalar que en el presente estudio la ansiedad es considerada como un indicador de la existencia de estrés. (Ver figura 2)

Figura 2. Modelo de ansiedad y estrés



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

53.A

3. ESTRÉS Y TRABAJO

Desde hace millones de años antes de que el ser humano tuviera su aparición en la tierra, el estrés "como un motor de vida y de evolución" se puede observar ya en los seres unicelulares. Por medio de él los seres vivos han logrado adaptarse a las exigencias del medio ambiente.

¿Cómo es posible que el estrés que ha beneficiado tanto al ser humano a través del tiempo pueda considerarse ahora en la actualidad como algo nocivo? La respuesta a esta cuestión es la siguiente: Los estresores o las situaciones que nos generan estrés han cambiado de manera considerable, como se mencionó en el apartado 2.2. En la actualidad vivimos en un planeta que se encuentra en constante cambio y por ende se nos exige adaptarnos a tales cambios.

Como un ejemplo de estas nuevas situaciones se pueden mencionar las siguientes: "las formas impenetrables de producción y distribución, el trabajo en cadena, la competitividad, lo antieconómico de nuestras ciudades, el cambio de estructura familiar, las catástrofes sociales, tales como la falta de puestos de trabajo, la miseria cultural, las deficiencias de los servicios sociales, etc., etc..." (Troch, 1982 pp. 34 y 35)

Además también se ha incrementado la intensidad de dichas situaciones estresantes, así como la manera en la cual el sujeto percibe tales situaciones. El autor Vester muestra un ejemplo de esto; él demostró la gran diferencia que existe entre el hombre prehistórico y el actual. Señala que el hombre de la Edad de Piedra cuando se presentaba un evento estresante tenía siempre una respuesta de lucha o de huida. En la actualidad el individuo no puede, en la mayoría de los casos, dar esta respuesta pese a la gran cantidad de energía que guarda en su interior. ¿Qué persona tendría el valor, si es molestado o regañado injustamente por su jefe, de reaccionar a tal agresión con gritos o golpes? Solamente unas cuantas personas lo harían (citado por Troch, 1982 pp. 36)

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Al experimentar estrés nuestro organismo se encuentra sujeto a una serie de cambios, de los cuales ya se habló, dichos cambios pueden ser benéficos, pero si se dan de manera repetida y prolongada, se transforman en dañinos.

La OIT (La Organización Internacional del Trabajo) en 1993, señala que el "SGA", en la actualidad se ha convertido en algo más perjudicial que benigno. Se debe recordar que el SGA es un mecanismo que sirve para que el sujeto pueda hacer frente al peligro físico o psicológico inesperado e inclusive para llevar a cabo actividades agradables, como el realizar un deporte. Pero en sociedades como la nuestra las situaciones generadoras de estrés, son más emocionales que físicas, por ejemplo: una discusión con el jefe, una exagerada carga de trabajo, entre otras.

Al encontrarse en dichas situaciones el individuo siente ganas de luchar o de huir, pero estas respuestas socialmente no son aceptadas, de manera que son reprimidas y el sujeto debe soportar el hecho estresante sin protestar. Nuestros antepasados no tenían que pasar por esto, es más, los eventos estresantes eran más espaciado en el tiempo que en la actualidad, dando así la oportunidad al organismo de adaptarse a los cambios generados y de recuperarse del esfuerzo efectuado. Ahora contamos con un número mayor de estresantes los cuales se dan de manera continua, y tenemos pocas posibilidades de hacerles frente a todos ellos. Para sobrellevar esto la gente utiliza, entre otras cosas: las drogas; el alcohol, el cigarro, las aspirinas, los calmantes, etcétera. Estas sustancias actúan como tranquilizantes, logran calmar por algunas horas el malestar tan desagradable que la persona siente. Pero este bienestar sólo disfraza el malestar original y lleva poco a poco al individuo a una adicción y a la muerte.

Este estrés es negativo y no tiene productividad alguna para la persona que lo padece, de este tipo de estrés es del que hablaremos a lo largo de este capítulo.

En nuestro tiempo una situación estresante es el trabajo. El trabajo, según la OIT puede percibirse como un generador de estrés, ó como generador de satisfacción y bienestar por parte del empleado. La percepción es determinada

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

entre otras cosas, por la manera en la cual es organizado el trabajo que los que los obreros realizan.

3.1- Estrés en el trabajo

El médico Hans Selye, menciona que un evento estresante genera en el organismo una respuesta, el SGA el cual inicia con la fase de alarma donde el sujeto se prepara para luchar o huir, si persiste el evento estresante el organismo llega a la segunda fase: resistencia, en donde el cuerpo se adapta a la situación dañina pero si no logra superarse el estrés en esta fase, se llega a la de agotamiento, en donde el cuerpo ya se ha cansado de responder a la agresión y no puede hacer más por superar el estrés.

Si se toma en cuenta este pensamiento, se puede pensar que ciertas formas de trabajo generan más estrés que otras. Pues de cómo se organiza el trabajo dependen las exigencias que el mismo esté planteando al empleado.

Según la OIT (1993), el trabajo no es la única fuente generadora de estrés, pero si una de las más importantes. Esto se convierte en algo lógico cuando pensamos que el ser humano pasa la mayor parte de su tiempo realizando su trabajo, que llevando a cabo cualquier otra actividad. Un trabajador por lo general cumple una jornada laboral de 8 horas diarias pero esto es sólo en teoría, porque en la práctica invierte más tiempo. Dentro del tiempo de trabajo hay que incluir también el tiempo que tarda el sujeto en trasladarse al lugar de trabajo, el espacio para tomar sus alimentos, el tiempo que tarda en transportarse a su casa y las ocasiones en las cuales debe ajustar sus actividades o compromisos familiares al horario de trabajo, entre otras cosas. Viéndolo de esta manera ya no se trata sólo de 8 horas que el sujeto invierte en el trabajo, sino de más.

De Los Ríos Garduño en 1975, señala que la relación existente entre el empleado y el trabajo que realiza es la relación con él mismo, con sus partes vitales y productivas. Cuando una persona ingresa a un trabajo no sólo recibe de él remuneración económica, sino también puede recibir afiliación, jerarquización, enseñanzas, competencia, rechazo, sobrecarga de trabajo, desvalorización, entre



otras cosas; lo cual puede generar en él una psicopatología (citado por Silva, 1994 pp.60)

La Organización Mundial de la Salud (O.M.S.) reporta que la mitad de los pacientes asalariados que atiende realizan sus actividades de trabajo en condiciones de insatisfacción. Afirman que el 90% invierte más tiempo y esfuerzo en el trabajo y en actividades relacionadas con el mismo del requerido, lo cual trae como consecuencia cambios importantes en los proyectos de vida que cada empleado tiene. Un trabajador puede presentar trastornos psicológicos cuando se siente incapaz de controlar las condiciones de trabajo bajo las cuales realiza sus actividades (citada por Silva, 1994 pp. 60)

Por su parte la compañía Blue-Cross/ Blue Shield (OIT, 1993) realizó una investigación en E.U., en la cual se descubrió que cinco de cada seis trabajadores que presentaban a sus jefes incapacidades por enfermedad, reportaban que el estrés que les generaba la actividad que desempeñaban era la principal causa de sus padecimientos.

El trabajo como situación generadora de estrés ha sido investigado por B. Gardell (1982) y por M. Frankenhauser (1989) en Suecia y en Gran Bretaña por Cox (1989-1991) y por Cooper (1960). Para estos investigadores el nivel alto de catecolaminas, la gran presencia de trastornos psicósomáticos, así como otros signos de estrés y de malestar se encuentran relacionados con el trabajo monótono, molesto y cuyo ritmo está marcado por las máquinas.

Cabe señalar que no todo tipo de trabajo genera estrés, el que se efectúa en un ambiente en el cual se puede tener toma de decisión es según estos investigadores un trabajo que se convierte en algo interesante para el obrero, pues contribuye a su alegría y a su satisfacción. En este tipo de empleo el sujeto controla el ritmo y el método de trabajo.

Por ejemplo: Hackman y Lawler (1971) señalan que el trabajo cuando contiene diversidad, autonomía e identidad, se convierte en una fuente importante de realización y de desarrollo personal de los sujetos que lo efectúan. Por el contrario en aquellos trabajos en los cuales el empleado no tiene la posibilidad de

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

ejercer la toma de decisión, son empleos que por lo general limitan el saber del sujeto, así como su capacidad, esto se puede observar por ejemplo, en los trabajos realizados bajo la dictadura de la cadena y de la banda transportadora. Ya que la velocidad a la cual deben realizar sus tareas los empleados, es impuesta por una máquina y no da la posibilidad de tomar alguna decisión sobre el objeto sobre el que se está trabajando. El individuo aquí cuenta con un tiempo muy limitado para ejecutar la tarea que le toca realizar. (citados por Muchinski, 1994 pp. 80)

En estas situaciones se puede observar el paso de los empleados por el SGA.

Wisher (1988) menciona que lo anterior también se puede observar en los empleados que trabajan en los aserraderos los cuales se encuentran expuestos a grandes riesgos. Los trabajadores mencionan que se sienten cansados al terminar su jornada laboral, y que esa sensación de cansancio sólo desaparece varias horas después, señalan que el cansancio es tal que no tienen ánimo ni siquiera para hablar con sus esposas e hijos.

Lo que muchos obreros hacen para sobrellevar esta situación es refugiarse en el alcohol o en el cigarrillo, los cuales, como ya se mencionó, a la larga sólo generan adicción y muerte.

Un estrés constante se traduce en desgaste para el organismo lo cual necesariamente va a repercutir en la salud de quien lo padece. El tipo de mal que experimente el sujeto depende entre otras cosas de factores genéticos, así como de las cualidades individuales con las que cuente para hacerle frente a la situación y también de la influencia del medio ambiente. Por esta razón no toda la gente se siente igual ante una situación de estrés continuo. Los empleados de una armadora de coches en la cual el ritmo de trabajo es dictado por una banda y por una cadena, por ejemplo, son personas que pueden reaccionar de la siguiente manera: para el empleado número 1 el estrés se puede manifestar en él en forma de úlcera; en el empleado número 2 en dolor de cabeza; en el empleado 3 en hipertensión; en el número 4 con un ataque cardíaco; y en el 5 no manifestarse

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

ningún padecimiento ó síntoma. Lo anterior nos da un panorama de la diversidad de formas en las cuales se puede manifestar el daño ocasionado por el estrés continuo, en el organismo de las personas que lo están padeciendo.

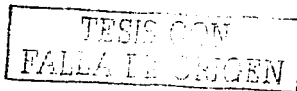
Según la OIT (1993) gracias al surgimiento de úlceras en los obreros y de trastornos concomitantes, las empresas pierden al año demasiados días de trabajo. Cada empleado que padece estrés, paga un precio en cuanto a su salud, pero también pagan un alto costo las fábricas para las cuales trabajan los perjudicados por estrés.

Por otro lado esto no quiere decir que solamente el estrés en el trabajo sea el único detonador que haga surgir en los obreros padecimientos como los arriba mencionados. Existen también otras situaciones que pueden generar estrés, y por ende padecimientos relacionados con el mismo. Pero según la OIT el trabajo es uno de los principales generadores de estrés en la actualidad, como lo veremos a continuación.

Consecuencias para las empresas, debido al estrés de sus empleados:

Ausentismo: Uno de los problemas más importantes en los países industriales es el ausentismo. Aunque puede deberse a múltiples factores como compromisos familiares y mala salud la OIT señala como uno de los principales la mala salud y el malestar psicológico. Una compañía estadounidense de Seguros (Metropolitan Life), calculó en 1984 que más o menos un millón de empleados se ausentaban de sus trabajos por sufrir algún trastorno generado por el estrés, y que cuando estos eran alcohólicos y fumadores se ausentaban el doble de tiempo.

Rotación de empleados: Una consecuencia del Ausentismo es la rotación de la mano de obra pues cuando el sujeto ya no está a gusto en su empleo o siente que tiene demasiados problemas termina por renunciar. Según una Investigación efectuada en E.U. por una compañía de seguros (Northwestern National Life) en 1991, la mayoría de la gente que dejó su empleo en aquel año, o que lo cambio por otro, reportó haberlo hecho porque la tarea que realizaban les generaba estrés.



Accidentes: Los accidentes se pueden generar por una gran cantidad de factores relacionados con el lugar de trabajo, con el material utilizado, por la organización de las tareas o por la condición del empleado. El conocimiento de esto por parte de los obreros puede generar en ellos estrés. Por su parte un empleado estresado corre mayor riesgo de sufrir un accidente que otro empleado no estresado.

Agotamiento extremo en el trabajo: Es el resultado final del estrés excesivo en el trabajo. Aquí el individuo posiblemente ya esté en la última fase del SGA. "La persona que se consume en el trabajo ha agotado sus reservas de energía, tiene pocas defensas contra las enfermedades, es ineficiente en su trabajo, demuestra una insatisfacción cada vez mayor en el mismo y se torna cada vez más pesimista." (OIT, 1993 pp.81)

Las agresiones producidas por la manera de organizar el trabajo realizado por los empleados puede producir en ellos: una baja en las defensas inmunitarias, quedando estos en condiciones de mayor propensión a infecciones y más vulnerabilidad a contraer cáncer.

Indemnización: Los costos económicos que genera el estrés se ven reflejados en el número de reclamaciones por accidentes de trabajo y enfermedades profesionales. Por ejemplo, un Juez que se encontraba agobiado por la cantidad de casos que se le habían presentado relacionado con el estrés, término él mismo presentando una reclamación porque el estrés que le causaba tener una fuerte carga de trabajo le había generado un ataque cardiaco (OIT, 1993).

3.2- Estresantes en el trabajo

Como ya se ha mencionado los factores estresantes pueden aparecer prácticamente en cualquier sitio del centro laboral, y en cualquier situación en la cual se le impongan al sujeto demandas superiores a sus capacidades para adaptarse a ellas rápidamente. También se había mencionado que para que el estrés genere o no daños en el sujeto esto depende en gran parte de las



cualidades individuales de cada quien. Lo anterior se puede ejemplificar con los estudios realizados por Cooper, por Payne y por Cuesta, entre 1989 y 1991. Las investigaciones mostraron que los empleados que poseían una personalidad tipo A (Los sujetos con esta personalidad por lo general son gente orientada hacia la competitividad laboral, así como también al liderazgo, la ambición, la agresividad, la ansiedad, sensación de falta de tiempo, entre otras.) asociada a ciertas variables medioambientales del centro de trabajo presentaban un mayor nivel de estrés, que los empleados con personalidad tipo B (Los sujetos con esta personalidad son gente conformista, satisfechas con lo establecido, tranquilas, con cierto grado de introversión, pasivas, entre otras cosas).

Los elementos generadores de estrés pueden encontrarse como parte integral de la misma tarea que tienen que realizar los empleados. Por ejemplo: el ruido, las prolongadas horas de trabajo monótono, las fuertes cargas cualitativas y cuantitativas de la tarea, entre otras. Estos elementos están relacionados con la organización de trabajo, otros factores son: Indicaciones contradictorias por parte de varios supervisores y la falta de comunicación entre empleados. Como se puede notar el estrés en el trabajo es un fenómeno muy variado y complejo.

Si bien es cierto que la aparición o no de estrés en el individuo depende de las características individuales de cada persona, es necesario mencionar que las características del centro laboral tienen también un importante papel en la generación del estrés.

Factores de estrés en el trabajo:

Condiciones de trabajo: Son las condiciones bajo las cuales los empleados prestan sus servicios en una empresa. Muchinsky (1993), les denomina condiciones de empleo, menciona que aquí se contienen factores como: las condiciones de contratación, las condiciones salariales, la estabilidad y la seguridad en el empleo.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Por otro lado tanto el excedente, como el poco trabajo; la posibilidad o no de tomar decisiones, así como el grado y el tipo de responsabilidad son elementos relacionados con el estrés profesional. Se ha implicado tanto el exceso cuantitativo, como el cualitativo. Cuando los empleados perciben que tienen demasiado trabajo por hacer, diferentes cosas que hacer, o poco tiempo para acabar con su tarea, se dice que se presenta en el individuo una sobrecarga cuantitativa.

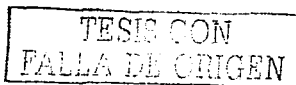
Mientras que la sobre carga cualitativa se refiere a la falta de habilidad por parte del individuo para realizar su trabajo, así como la dificultad que presenta la actividad por hacer.

La elevada carga cuantitativa y la escasa carga cualitativa también pueden generar estrés. La subestimación y las actitudes muy monótonas pueden dar como resultado una enfermedad mental, puesto que el empleado se aburre, enajena y pierde toma de decisión a la hora de realizar su trabajo. (Ivancevich, 1989; La Dou, 1993; OIT, 1993, Pireo, 1996).

French y Coplan (1973) mencionan que la sobrecarga en el trabajo puede generar las siguientes consecuencias: insatisfacción en el trabajo, excesiva tensión, baja autoestima, vergüenza, altos niveles de colesterol, incremento en el pulso y excesivo consumo de alcohol y cigarrillos (citados por Ivancevich, 1989)

Johansson (1989) realizó estudios respecto a las diferencias entre el trabajo repetitivo y el trabajo monótono. Él descubrió que ambos tienen su origen en la organización y división del trabajo, y que además tanto la monotonía como la repetitividad tienen repercusiones en las respuestas psicofisiológicas al estrés y en los daños a la salud (citado por Martínez, 1997 pp.73).

Desarrollo profesional.- La sociedad occidental se maneja de acuerdo a la ética de trabajo. Se nos enseña desde una edad temprana a considerar de igual forma la capacidad personal con el éxito profesional, haciendo que ansiemos un buen nivel social y que aborrezcamos el fracaso. Esto hace que al ingresar a un trabajo la gente desee ir subiendo de puesto, ya que con esto además de obtener mejor sueldo obtiene un mayor status. Por esto la mayoría de los cambios que



ocurren en un empleo pueden resultar estresantes. Un avance demasiado lento puede resultar estresante para el empleado, pues éste puede llegar a pensar que es un inútil y que su trabajo no amerita un asenso, o que sus esfuerzos por hacer bien su trabajo no son tomados en cuenta por la gerencia.

Por otro lado un avance demasiado rápido, trae como consecuencia nuevas responsabilidades y nuevas tareas a realizar por parte del empleado, muchas de las cuales no habían sido realizadas por él anteriormente y le son desconocida.

Los objetivos profesionales frustrados, tienen mucho que ver con lo anterior. Por lo tanto el estrés puede generarse ya sea por frustración de ambiciones o por incapacidad para afrontar y llevar a cabo las nuevas actividades a su cargo.

Un factor no menos importante dentro de este rubro es la seguridad en el puesto. En el ambiente de nuestra sociedad de desempleo en aumento y de mayor tiempo de ocio, muchas personas se sienten afortunadas por tener un trabajo aunque éste no sea de su agrado o no cubra sus expectativas de realización personal. El desempleo, los despidos, una semana de trabajo más corta y el impacto de las nuevas tecnologías, están afectando nuestra seguridad física y emocional. Ya no existen garantías para los trabajos permanentes y cada día más empresarios ofrecen a los trabajadores nuevos contratos por temporada o de corto plazo, muchos de los cuales excluyen el pago de días festivos y de períodos de enfermedad. Por tanto el no contar con un trabajo de planta y estable hace que el empleado se sienta tenso y estresado la mayor parte de tiempo, pues sabe que tal vez al terminar su contrato temporal el jefe ya no le ofrezca otro.

Función en la empresa.- La ambigüedad acerca de la función que el empleado debe desempeñar dentro de una compañía como son: los objetivos que debe perseguir, las responsabilidades que le tocan, el desconocimiento de las expectativas de la compañía y de los compañeros, así como la falta de comunicación y de información pueden dar como resultado confusión, desesperanza, frustración y estrés. Por ejemplo: En la empresa X existen dos supervisores que dan ordenes a los empleados algunas de las cuales en ocasiones resultan contradictorias, como el día en que el supervisor 1 le pidió al

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

empleado Z que le entregara el trabajo rezagado en una hora, y el supervisor 2 le pidió que dejara sus ocupaciones y que limpiara el corredor.

Por otro lado el estrés también puede surgir cuando se le pide al empleado que realice alguna tarea que no desea o que va en contra de sus valores y de sus principios morales, espirituales y familiares.

Por otro lado el hostigamiento sexual juega un papel muy importante en el surgimiento del estrés, se da en especial en mujeres. Un ejemplo de esto es el de la empresa X, en donde el supervisor acosa constantemente a una de las empleadas con invitaciones e insinuaciones. Ella no desea salir con el jefe pero tampoco desea perder su trabajo. El acoso sexual desgraciadamente se da con mucha frecuencia y pone a las empleadas en una situación tan difícil que terminan padeciendo trastornos relacionados con el estrés.

Ambiente de trabajo.- No existe duda alguna de que la salud física y mental de un individuo se ve afectada de manera importante por las condiciones bajo las cuales debe trabajar, como los altos niveles de ruido, una excesiva o una deficiente iluminación, altas temperaturas, horarios de trabajo extenuantes y antisociales, entre otros.

El ruido por ejemplo, genera tarde o temprano que el sentido del oído de los empleados se vaya deteriorando hasta que lo pierden por completo y hace que la presión arterial de los sujetos vaya incrementando. Además de que en un ambiente ruidoso los empleados no se pueden comunicar, así que se van aislando unos de otros.

Por otro lado la exposición prolongada a sustancias químicas puede desencadenar estrés en el empleado, así como irritaciones e intoxicaciones.

Turno de trabajo.- La rotación de turnos es una causa muy común de estrés, pues se trata de un cambio de horario de trabajo. Los empleados cambian de turno constantemente de manera que el tiempo de trabajo matutino, vespertino y nocturno, se reparta más o menos equitativamente entre todos los asalariados.

Este cambio interfiere con el reloj biológico del organismo humano que es de 25 horas. Por lo tanto el ciclo diario de 24 horas requiere un ajuste de retroceso

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

de 1 hora en nuestro ritmo natural. Al modificar nuestro horario habitual, por lo general es más difícil levantarse progresivamente más temprano que despertar 1 hora más tarde, ya que el despertar más temprano aumenta la adaptación que el organismo debe realizar (atrasar el reloj interno), mientras que el despertar más tarde es un ajuste más natural.

Basándose en lo anterior se puede decir que la rotación de turnos de trabajo a la larga genera daño físico y mental en los salarizados (Ivancevicha, 1989; OIT, 1993; López, 1994)

En esta Tesis se describen algunos de los elementos que se encuentran dentro de las empresas, y que pueden generar estrés en los empleados, sin embargo no se trataran, ni exploraran en éste estudio de manera individual, pues el objetivo es comprobar si las organizaciones de trabajo Fordista y Maquinista simple tienen influencias en el surgimiento de estrés en los empleados que laboran bajo dichas organizaciones, como ya lo han señalado instituciones como la Organización Internacional del Trabajo (1993), e investigadores como Neffa (1982); Gardeil (1982); Frankenhauser (1989); Matrajt (1989) entre otros.

3.3. Estrés y Organización de Trabajo Maquinista Simple y Fordista

Ya se ha hablado del estrés, de cuales son algunos de los elementos que lo pueden generar dentro de los centros de trabajo y de cómo es que influyen las características individuales de los empleados para el surgimiento o no de padecimientos generados por el mismo.

También se ha mencionado que el trabajo no es la única fuente generadora de estrés en la actualidad pero existen elementos para considerarlo como uno de los principales desencadenantes de estrés de nuestros tiempos, tales elementos ya fueron señalados en la presente investigación.

Pero ¿cómo es que el Maquinismo simple y el Fordismo generan estrés en los empleados? Para contestar esta cuestión primero se tienen que señalar las características de cada tipo de organización de trabajo. (Tales características

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

también las poseen las empresas en las cuales se aplicaron los instrumentos necesarios para llevar a cabo esta investigación).

Características del Maquinismo simple y del Fordismo:

Organización de Trabajo	Maquinismo Simple	Fordismo
Ritmo de Trabajo	El obrero es el dueño de regular su ritmo de trabajo, pues él es quien dirige las máquinas	El obrero es incapaz de regular su ritmo de trabajo, pues éste está impuesto al 100% por las máquinas
Tiempo de Fabricación del Producto	Pese a la existencia de supervisores y a la implementación de incentivos por parte de los empresarios, el empleado aun sigue teniendo el control para imponer él mismo el tiempo de fabricación del producto	El empleado no tiene la posibilidad de imponer él mismo el tiempo de fabricación del producto, pues éste tiempo es regulado por la cadena y la banda transportadoras
Actividades a realizar	Las actividades a realizar por los asalariados por lo general son específicas, pero existe la posibilidad del cambio de actividad después de cierto tiempo, ya que la especialización no es tan profunda	Las actividades a realizar por los asalariados son específicas, la posibilidad de cambio es remota, el obrero sólo sabe y conoce la tarea que le toca realizar ignorando las de sus demás compañeros. La especialización aquí es profunda
Tiempos muertos	Si existen	No existen
Posibilidad de utilizar la creatividad y la toma de decisión	Existe la posibilidad de que el empleado utilice la creatividad a la hora de realizar su actividad, y también de que tome algunas decisiones, aunque las oportunidades para hacerlo son limitadas	No existe la posibilidad de que el empleado utilice su creatividad y mucho menos de que tome decisiones a la hora de realizar su actividad.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Ahora se mencionaran las características que según investigadores como Matrajt (1989); Neffa (1982); Garduño (1975); Gardeil (1982) y Frankenhauser (1989); Cooper (de 1989 a 1991), así como la OIT (1993), mencionan debe poseer un trabajo para ser considerado como generador de estrés:

- Ser un trabajo en el cual se experimente poca satisfacción.
- Ser un trabajo en el cual los empleados no puedan poner en práctica sus conocimientos.
- Donde además no se les permita utilizar su creatividad.
- Ser un trabajo en el cual existan pocas posibilidades de dejar al asalariado tomar decisiones.
- En donde las actividades realizadas por los individuos tengan la característica de ser repetitivas y/o monótonas.
- En el cual la movilidad del sujeto sea limitada,
- En el cual la comunicación sea escasa o nula entre los empleados.
- Ser un trabajo dictado principalmente por las máquinas.

Tomando como base la información antes mencionada resulta lógico pensar que algunos trabajos generen más estrés que otros, ya que existen empleos que sólo poseen una de las características antes mencionadas y otros que las poseen todas como el Fordismo.

Con la información ya mencionada se puede proceder a contestar la pregunta elaborada anteriormente sobre ¿Cómo el Maquinismo simple y el Fordismo generan estrés en los empleados?.

Primero se hablará del Maquinismo, éste es un trabajo en el cual el empleado no puede poner en práctica sus conocimientos ni su creatividad ya que debe utilizar las máquinas para efectuar sus tareas y por la misma razón su toma de decisión es limitada; las actividades realizadas por los asalariados son monótonas y en algunos casos repetitivas, pues las tareas a efectuar por los mismos son parcializadas; la movilidad y la comunicación de los sujetos es

restringida pues tiene que prestar atención tanto a la actividad como a la máquina que están utilizando, de manera que se evite algún error o algún accidente por descuido, además de que en algunos casos el empleado debe permanecer en una sola posición (sentado o de pie) durante su jornada laboral. Por otro lado el asalariado debe trabajar lo más rápido que pueda para lograr mantener su monto salarial, así que se yuxtapone el tener cuidado al manejar las máquinas con el producir rápidamente.

Esto coloca al personal en una situación difícil de presión constante, a la cual el sujeto debe acoplarse ya que no en la mayoría de los casos necesita el empleo para solventar sus gastos y los de su familia.

Ahora se hablará del Fordismo, en éste tipo de organización de trabajo se presenta principalmente una parcialización dentro del proceso de producción mucho más marcada que en el Maquinismo simple puesto que aquí la mayoría de las veces el personal debe realizar la misma actividad durante el periodo en el cual esté contratado en la empresa, ya sea por ejemplo, atornillar una pieza, pulirla, pintarla, clavarla, soldarla, etc. De modo tal que el empleado se convierte en un experto en su tarea y desconoce las de sus compañeros pues sólo es capacitado para realizar una sola función, con lo cual no le es permitido al personal utilizar su conocimiento ni su creatividad a la hora de realizar sus actividades convirtiéndolo en algo monótono y repetitivo. La posibilidad de que los obreros tomen decisiones respecto a su trabajo es prácticamente nula.

Por otro lado al igual que en el Maquinismo simple, el obrero tiene que permanecer en un sólo lugar durante toda su jornada laboral pero aquí la limitación del movimiento y de la comunicación es mayor ya que el obrero debe permanecer frente a los transportadores (banda y cadena) y esperar a que llegue la pieza principal sobre la que debe realizar su actividad, inclusive las herramientas que pueda requerir le son mandadas también por medio de un transportador impidiendo así que el sujeto pierda tiempo en ir por los utensilios que necesite. Aquí el ritmo de trabajo lo dictan al 100% las máquinas (la cadena y la banda) el asalariado debe realizar su tarea en el tiempo en el cual los

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

transportadores estén detenidos, pues al ponerse en movimiento la pieza principal pasará al siguiente empleado.

Por otro lado se le exige al personal que no cometa errores al realizar sus actividades pues esto detendría la circulación de los transportadores y la producción.

En éste tipo de organización de trabajo se puede observar que el obrero se convierte en un esclavo de la máquina, no puede moverse, no puede hablar, no puede utilizar su conocimiento para realizar su tarea, no puede cometer errores, entre otras cosas. El personal está sujeto a los transportadores durante toda su jornada de trabajo esto puede ser un generador de estrés altamente poderoso.

Selye menciona que cuando un sujeto es bombardeado constantemente por estresores o por situaciones estresantes, sin la oportunidad de relajarse entre una y otra el SGA (Síndrome General de Adaptación) se convierte en algo desgastante para el cuerpo y la mente de la persona que lo padece, esto por la cantidad de cambios que se originan durante tal proceso.

Con base en la información anterior podemos decir que ambas formas de organizar el trabajo generan estrés en los empleados, con la variante de que el Fordismo en mayor medida que el Maquinismo simple. Se tiene que recordar que el modelo de estudio de estrés que se tomará como base en el presente estudio es el propuesto por Ivancevich, el cual se fundamenta sobre la base de que el estrés surge gracias a una variedad de elementos que pueden encontrarse en el centro laboral o directamente en las características propias del individuo. En esta investigación se le darán importancia a las características individuales de cada empleado pues realmente juegan un papel muy importante en la aparición de síntomas de estrés, pero también se considerará la importancia que tiene el tipo de trabajo que se encuentre efectuando el sujeto para la aparición del padecimiento.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

4. METODOLOGÍA

Planteamiento del problema

¿Existen diferencias estadísticamente significativas en el nivel de estrés que presenta un grupo de obreros contratado en una empresa con un tipo de organización laboral Fordista y el nivel de otro grupo empleado por una empresa con un tipo de organización laboral Maquinista simple?

Propósito

Los objetivos que se persiguen en esta investigación son los siguientes: 1- Determinar si existe relación en el nivel de estrés de los obreros y la forma en que el trabajo que realizan está organizado; 2- Determinar qué tipo de organización laboral afecta más al obrero, el Maquinista simple ó el Fordista; 3- Determinar si existen diferencias en el nivel de estrés de los obreros bajo una organización laboral Maquinista simple y el nivel de estrés presentado por los obreros bajo una organización laboral Fordista.

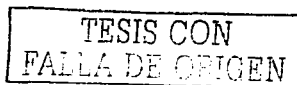
Hipótesis

Hipótesis conceptual.- Si dentro del Fordismo el trabajo realizado por los obreros presenta con mayor frecuencia y acentuación, condiciones de monotonía, aburrimiento, repetitividad, peligrosidad y molestia, además de tener la característica principal de ser regido y dirigido por las máquinas, a diferencia del realizado bajo Maquinismo simple, entonces los obrero empleados en una empresa con un tipo de organización laboral Fordista presentarán un mayor nivel de estrés, que los obreros contratados en una empresa con un tipo de organización laboral Maquinista simple.

Hipótesis de trabajo.- El nivel de estrés presentado por el grupo de obreros Fordista es mayor que el presentado por el grupo Maquinista.

Hipótesis Estadísticas

Hipótesis nula- No existen diferencias estadísticamente significativas en el nivel de estrés presentado por un grupo de obreros contratados en una empresa con un



tipo de organización laboral Maquinista simple y el nivel de otro grupo de obreros empleados en una empresa con un tipo de organización laboral Fordista.

Hipótesis alterna.- Sí existen diferencias estadísticamente significativas en el nivel de estrés presentado por un grupo de obreros contratados en una empresa con un tipo de organización laboral Maquinista simple y el nivel de otro grupo de obreros empleados en una empresa con un tipo de organización laboral Fordista.

Variables

V.I- Tipo de organización laboral

Niveles: Maquinismo simple

Fordismo

V.D- Nivel de estrés

Definición Conceptual de los niveles de la Variable Independiente.:

Nivel 1:Maquinismo simple.- Es la primera fase del Maquinismo, aquí es donde el obrero deja de lado lo que son sus herramientas de trabajo, ahora para elaborar algún producto se debe enfrentar con máquinas. El trabajador es el encargado de hacer funcionar las máquinas, al igual que de cuidarlas y vigilarlas. El empresario para aumentar su control dentro del proceso de trabajo y disminuir el de los obreros recurre a la supervisión y a los incentivos, además de implementar el pago a destajo, esto significa que al empleado se le paga sólo por el trabajo que realice, es decir, por la cantidad de productos que elabore. (Laurell, 1995; Coriat, 1982)

Nivel 2: Fordismo: La parcialización da lugar al nacimiento del Fordismo que consiste en la implementación de la línea de montaje y de la cinta transportadora que permiten la instauración del trabajo en cadena, con un flujo continuo dicho de otra manera permiten la producción en masa.

La cadena de montaje economiza substancialmente la mano de obra en las tareas de mantenimiento y alimentación de piezas de repuesto, y de materia prima a los operarios. Ya que con estas implementaciones el sujeto no tiene la necesidad de moverse de su lugar pues el objeto es llevado hacia él. (Laurell, 1995; Paquín, 1993; Coriat, 1982)

Definición conceptual de la Variable Dependiente.

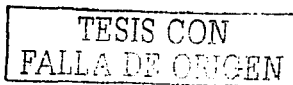
Estrés. - El estrés es una respuesta psicofisiológica activada principalmente por la adrenalina y por la noradrenalina mediada por las características individuales y/o por los procesos psicológicos, la cual es a la vez consecuencia de alguna acción, de una situación o evento externo que plantea a la persona especiales demandas físicas y/o psicológicas. Dicho de otra manera, el estrés tiene lugar cuando una estimulación es percibida como amenazadora la cual incrementa la actividad del organismo más rápido que su capacidad para atenuarla, lo que provoca un proceso descompensatorio entre el individuo (sus percepciones, capacidades y estilos propios de enfrentamiento) y las exigencias medioambientales. Es decir el estrés tiene una función homeostática. Por otro lado la ansiedad es consecuencia del estrés si la observamos desde su dimensión biológica y comportamental. Pero si la observamos desde su dimensión cognoscitiva, intencional y subjetiva, entonces la ansiedad es causa del estrés. De cualquiera de las dos formas la ansiedad y el estrés se encuentran en interrelación. (Lazarus, 1984; Baccaro, 1994; Ivancevich, 1992; Polaino, citado por Esteve, 1994)

Definición operacional de la variable Independiente.

Nivel 1: Para ser considerada como Maquinista simple la organización de trabajo debe cumplir con los siguientes criterios:

- 1- Debe existir una mecanización en el proceso de trabajo.
- 2- Existe una parcialización en el proceso de trabajo.
- 3- El obrero debe utilizar las máquinas para efectuar su trabajo.
- 4- El obrero debe ser el encargado de las máquinas, esto es, que debe ocuparse de encenderlas, vigilarlas y cuidarlas.
- 5- Que existan supervisores que vigilen el desempeño de los empleados.
- 6- Que se den incentivos como motivantes para que los empleados produzcan más.

Nivel 2: Para ser considerada como Fordista la organización de trabajo debe cumplir con los siguientes requerimientos:



- 1- Que exista una parcialización en el proceso de trabajo, la cual sea más marcada que en el Maquinismo.
- 2- Que dentro de la fábrica o industria existan la cadena y la banda transportadoras.
- 3- Que tales herramientas lleven hasta el sujeto, la materia prima ó el objeto que se tiene que trabajar, evitando así que el obrero pierda tiempo en ir por lo que necesita.
- 4- Que el obrero permanezca en un sólo lugar durante toda su jornada de trabajo.
- 5- Que el empleado repita siempre la misma actividad o tarea.
- 6- Que exista la producción en masa.

Definición operacional de la Variable Dependiente:

Estrés.- Es el puntaje de los instrumentos: Registro de síntomas de estrés, Idare y Ansiedad Cognoscitiva-Somática, de amplia aceptación internacional, validadas en México.

Método

Tipo de investigación.- Estudio de campo.

Diseño.- Exposfacto. En este tipo de diseño no se pueden manipular o asignar sujetos o tratamientos ya que la Variable Independiente ya se ha presentado. Debido a esto tampoco se puede tener control directo sobre ella, es no manipulable.

Muestra- Se requirieron para la elaboración de éste estudio 160 obreros que no hubieran participado anteriormente en investigaciones similares, de los cuales 80 fueron empleados maquinistas y 80 fordistas de manera que se obtuvieron 2 grupos con las siguientes características:

Características de los grupos	Maquinistas	Fordistas
N. de Sujetos	80	80

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

N. de Hombres	48	60
N. de Mujeres	32	20
Estado Civil Solteros	22	15
Casados	44	46
Otros	14	19
Antigüedad	64	68
1-4 años		
4-8 años	12	10
8-12	3	2
12 o más	1	0

1.- Los empleados Maquinistas se obtuvieron de tres fabricas, dos de las cuales pertenecen a la misma agrupación.

2.- Los empleados Fordista se obtuvieron de dos fábricas armadoras de autos pertenecientes a la misma agrupación.

Tipo de muestreo.- La muestra se recopilo de manera no probabilística: específicamente de manera intencional.

Instrumento

Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE)- Fue elaborado por Díaz Guerrero y por Spielberger en 1976. Esta constituido por dos escalas de veinte afirmaciones cada una, con una escala tipo Likert con cuatro posibles respuestas para cada reactivo. Con una confiabilidad basada en el coeficiente alfa de Cronbach de .83 a .92, mientras que aplicado bajo una condición de tensión psicológica varia de .89 a .94*

La escala A-Rasgo del inventario de ansiedad, consta de veinte afirmaciones en las que se le pide al sujeto describir cómo se siente generalmente. La escala A-Estado también consta de veinte afirmaciones pero las instrucciones requieren que los sujetos indiquen cómo se sienten en un momento dado.

* Este coeficiente fue desarrollado por J.L. Cronbach, requiere de una sola administración del instrumento de medición y produce valores que oscilan entre 0 y 1.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Para el objetivo de la investigación se realizó una modificación en las instrucciones dadas a los sujetos en la escala A-Estado que consiste en sustituir la frase de "Cómo se siente en este momento" por "Cómo se siente en el momento de estar trabajando" (Díaz Guerrero, R y Spielberger, 1975). Anexo 1

-Cuestionario de Ansiedad Cognositiva-Somática.- Fue elaborado en 1978 por Schuartz, Davison y Goleman. Traducido por Benjamin Domínguez en 1987. Validado por Salvatierra y Borrás en 1996. El instrumento consta de 14 reactivos, 7 corresponden al nivel cognoscitivo (nones) y 7 al nivel somático (pares) con una forma de calificación distribuida en cinco categorías de "nada" a "bastante" con puntajes del "1 al 5" para cada una, con valor alfa de Crobach de .83 para los reactivos enfocados al aspecto cognoscitivo, de .80 para el somático y de .88 en la integración total (Salvatierra y Borrás, 1986). Anexo 2

- Registro de síntomas de estrés.- Consta de una lista de 36 síntomas relacionados con el estrés. En el cual el individuo debe colocar un número del 1 al 10 frente a cada síntoma tomando en cuenta el grado de malestar que aquel le genere. Puede elegir: 1,2,3- Para malestar ligero; 4,5,6,7- para malestar moderado; 8,9,10- Para malestar extremo (Davis, 1985). Anexo 3

No se encontraron más datos sobre el instrumento, pero de cualquier manera se quiso integrar en este estudio ya que sólo funge como una lista de síntomas de estrés.

Los tres instrumentos se aplicaron a los empleados de las empresas participantes dichas aplicaciones fueron de manera grupal y al inicio de la jornada de trabajo de los sujetos, sin la presencia de supervisores. El lugar de la aplicación en todas las empresas fue una sala de juntas. Los obreros pasaban en grupos de 10 y cada grupo tardaba alrededor de 50 minutos en la aplicación.

* - Las instrucciones para la escala Ansiedad-Rasgo del IDARE deberán ser siempre las que están impresas en el protocolo respectivo. Para la escala de Ansiedad-Estado del IDARE, sin embargo, las instrucciones pueden ser modificadas a fin de evaluar la intensidad de A-E para cualquier situación o intervalo de tiempo, que pudiera ser de interés a un experimentador". TES IDARE, P.p. 2

Procedimiento

Se aplicaron los cuestionarios (Registro de síntomas, Idare y Ansiedad cognoscitiva-somática) al grupo de obreros, dándoles la primera indicación de manera general: "Me encuentro realizando un estudio sobre el estado de ánimo de los trabajadores, por lo cual les pido su cooperación contestando unos cuestionarios, los resultados de éstos no van a influir en ningún sentido en su trabajo. Lean bien las instrucciones de cada cuestionario y si tienen alguna duda pueden preguntar (en este momento se les da el primer cuestionario: Registro de síntomas de estrés) en la instrucción de nombre pueden colocar su nombre real, sus iniciales, un apodo, etc., lo importante es que yo pueda saber que los cuestionarios pertenecen a la misma persona. A continuación se les presentan una serie de síntomas que comúnmente se presentan en nosotros, coloquen un número del 1 al 10, según sea el grado de malestar que dicho síntoma les causa, ignoren los reactivos que no les molesten. Por favor no dejen ningún reactivo sin contestar".

Cuando terminaron de contestar el primer cuestionario se les dio el segundo (Idare), al mismo tiempo se les pidió que leyeran bien las instrucciones y se les especificó lo siguiente (aunque de manera individual puesto que algunos sujetos terminaron primero y otros después): "En esta parte (Estado) es importante que conteste cómo se siente cuando está trabajando resaltando esto último. En esta otra parte (Rasgo) conteste cómo se siente generalmente".

Por último se entregó el tercer cuestionario (Ansiedad cognoscitiva-somática) dándoles las siguientes instrucciones: "A continuación se presentan una serie de frases que describen algunas reacciones que la gente manifiesta cuando se enfrenta a situaciones difíciles. Lea con cuidado e identifique con una X en que grado han aparecido estas reacciones en usted. (nada, poco, regular, mucho o bastante)".

* La validez y la confiabilidad de la traducción del IDARE en español. Se realizó en 4 países: México, Argentina, Ecuador y Perú. Y el resultado de las investigaciones demuestran la validez y la confiabilidad del

Los instrumentos se calificaron de la siguiente manera:

Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE): Primero se suman los puntajes de los reactivos de la parte de ansiedad Rasgo y después los de la parte de ansiedad Estado. Algunos de los reactivos del Idare se formularon de tal manera que una valoración (4) indica alto nivel de ansiedad, mientras que en otros reactivos la valoración (4) indica bajo nivel de ansiedad. Por tal situación a la hora de sumar los puntajes de los reactivos se debe tener cuidado.

Los reactivos inversos del Idare son: A-R: 1,6,7,10,13,16 y 19.

A-E: 1,2,5,8,10,11,15,16,19 y 20.

Con esto se reduce la posibilidad de que los sujetos contesten indiscriminadamente, es decir, con esto de alguna manera se le obliga al individuo a leer cada reactivo para poder contestar. El Instrumento IDARE permite obtener una Ansiedad-Estado y una Ansiedad-Rasgo, así como una ansiedad total al sumar los resultados de ambas partes.

Según el Idare la descripción de los puntajes obtenidos para idare-e y para idare-r varían desde una puntuación mínima de 20 hasta una puntuación máxima de 80. Tomando en cuenta esto podemos decir que la media de calificación es de 50 puntos. Y que entre más se acerque el puntaje obtenido por cada sujeto a la puntuación 20, menor será la ansiedad que padezca y entre más se acerque a la puntuación 80 indicará una mayor ansiedad.

Ansiedad Cognocitiva-Somática: Se asignará un valor del 1 al 5 a cada una de las opciones de respuesta. Posteriormente se sumarán los valores de cada subescala para obtener finalmente dos puntajes totales que indican el grado de intensidad en que se vivencia cada uno de los niveles de ansiedad.

En este instrumento la calificación más baja es de 7 y la más alta es de 35 puntos. Según esto la media es de 14 puntos, esto quiere decir que los sujetos que puntúen por arriba de 14 poseen ansiedad ya sea cognocitiva ó somática.

Registro de síntomas de Estrés: Se contará el número de síntomas que el sujeto haya marcado, esto tomando en cuenta el grado de malestar que dicho síntoma le ocasione a la persona.

Los datos obtenidos de los tres Test se capturaron en el paquete estadístico SPSS para su análisis.

Análisis de Datos.- Se capturaron los datos obtenidos por los instrumentos en el paquete estadístico SPSS versión 98, para la aplicación de la prueba estadística no paramétrica U de Mann-Whitney.

La prueba U de Mann-Whitney, se utilizó para determinar si existen diferencias en los niveles de estrés presentados por los empleados de una empresa con un tipo de organización laboral Fordista y los trabajadores de una empresa con un tipo de organización de trabajo Maquinista simple. Ya que esta prueba estadística es la mejor alternativa de la prueba paramétrica T de Student para comprobar si hay diferencias entre dos medias de 2 muestras independientes y éstas han sido tomadas de la misma población. Por otro lado cuando se ha logrado por lo menos una media ordinal, como en el caso de este estudio, se puede usar la prueba U de Mann-Whitney. (Siegel, 1990)

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

5. RESULTADOS

Inicialmente se mostrarán los datos demográficos de la muestra con respecto a: género, estado civil y antigüedad, que permite la identificación de otras características relevantes que pueden ser evaluadas con el nivel de estrés.

En segundo lugar se presentarán las distribuciones de los datos obtenidos mediante el Idare (A-E, A-R y A-Total) ansiedad cognoscitiva, somática y síntomas de estrés con respecto a cada grupo de trabajo (fordismo y maquinismo).

Posteriormente, para analizar si existen diferencias estadísticamente significativas entre los grupos se presentan los análisis estadísticos mediante la prueba u de Mann-Whitney, es decir se presentarán las comparaciones entre Fordismo y Maquinismo simple, para mostrar si existe alguna diferencia por tipo de trabajo en el desarrollo del estrés; y cual de los dos grupos es más susceptible al estrés.

Cuadro 1- En éste cuadro se presenta la distribución de la muestra en relación a genero y organización de trabajo.

Cuadro 1

Sexo	Fordismo	Maquinismo
Mujer	20	32
Hombre	60	48
Total	80	80

Se observa que tanto en el Maquinismo como en el Fordismo participaron 80 obreros respectivamente. De la organización de trabajo Fordista 20 sujetos fueron mujeres y 60 fueron hombres, mientras que en la organización de trabajo Maquinista simple 32 sujetos fueron mujeres y 48 hombres. Presentándose un mayor número de mujeres en el Maquinismo y un mayor número de hombres en el Fordismo.

Cuadro 2— En este cuadro se presenta el estado civil de los sujetos de la muestra. Así como el tipo de organización de trabajo bajo la cual están empleados.

Cuadro 2

Estado civil	Casado	Soltero	Otros
Fordismo	46	15	19
Maquinismo	44	22	14
Total	90	37	33

Como se puede observar las personas casadas de la muestra son 90 y las solteras son 37. En la categoría de otros existen 33 personas. Así mismo en el grupo Fordista se encuentran un mayor número de obreros casados y en el Maquinismo un mayor número de solteros.

Cuadro 3- En éste cuadro se muestra la distribución de la población en cuanto a antigüedad y organización de trabajo. Se puede observar el número de obreros de cada tipo de organización de trabajo así como el tiempo que llevan empleados en las empresas.

Cuadro 3

Antigüedad	Fordismo	Porcentaje	Maquinismo	Porcentaje
De 1 a 4 años	68	84%	64	80%
De 4 a 8 años	10	13%	12	15%
De 8 a 12 años	2	3%	3	4%
De 12 años en adelante	0	0%	1	1%
Total	80	100%	80	100%

La información revela lo siguiente: si bien en los dos tipos de organización de trabajo (Fordista y Maquinista) el mayor porcentaje que se obtuvo fue para la antigüedad entre 1 y 4 años. También se observa que en el Maquinismo el tiempo

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
 TESIS CON
 FALLA DE ORIGEN

de permanencia de los empleados es mayor. Tenemos por ejemplo que solamente en el Maquinismo simple encontramos un caso de antigüedad de más de 12 años.

Ahora se mostrarán el resto de los resultados obtenidos mediante los instrumentos aplicados a los empleados de la muestra. La información ahora se presentará de dos formas descriptiva y estadísticamente.

Ansiedad Total

Histogramas 1 y 2 = En estos histogramas se observa la distribución de los dos grupos de empleados en cuanto a los puntajes que obtuvieron en Ansiedad Total.

Se puede observar en los histogramas que el grupo Maquinista obtuvo una media de calificación de 84 y el Fordista por su parte presentó una media de 93. Es importante recordar que según el IDARE el rango de calificaciones para ansiedad total va desde una puntuación mínima de 40 hasta una máxima de 160. De manera que entre más se acerque la calificación obtenida por un sujeto a la calificación 40 menor ansiedad poseerá y entre más se acerque a la puntuación 160 mayor ansiedad poseerá.

Resultados Estadísticos*

Tipo de trabajo y Ansiedad total (U de Mann-Whitney) = .000

Ranks

	Tipo de trabajo	N	Mean Rank	Sum of Ranks
IDATOT	Fordismo	80	99.28	7942.50
	Maquinismo	80	81.72	4937.50
	Total	160		

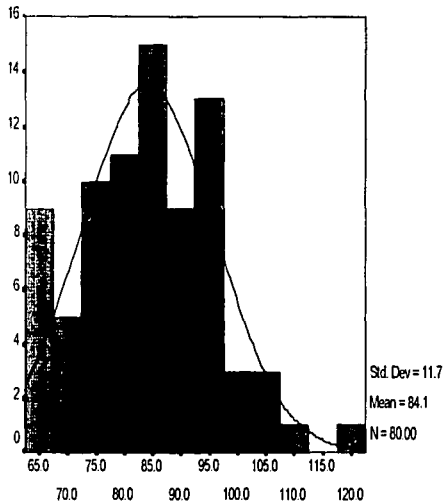
Test Statistics

	IDATOT
Mann-Whitney U	1697.500
Wilcoxon W	4937.500
Z	-.130
Asymp. Sig (2-tailed)	.000

a. Grouping Variable: Tipo de trabajo

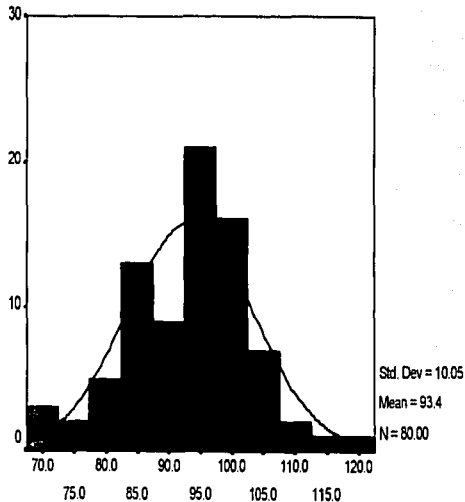
* La estadística nos dice que si existen diferencias estadísticamente significativas entre las calificaciones de los grupos, si el resultado de la prueba U de Mann-Whitney es igual o menor a .05 (Siegel, 1990)

Histograma 1: Grupo Maquinista Idare-t



IDATOT

Histograma 2: Grupo Fordista Idare-t



IDATOT

TESIS CON
NO CISEL

Sexo y Ansiedad total (U de Mann-Whitney) = .057

Ranks	Sexo	N	Mean Rank	Sum of Ranks
IDATOT	Mujer	52	54.75	2847.00
	Hombre	108	92.90	10033.00
	Total	160		

Test Statistics	
	IDATOT
Mann-Whitney U	1499.000
Wilcoxon W	2847.000
Z	-4.881
Asymp. Sig. (2-tailed)	.057

a. Grouping Variable: Sexo

Antigüedad y Ansiedad total (U de Mann-Whitney) = .279

Test Statistics	
	IDATOT
Mann-Whitney U	1242.50
Wilcoxon W	1495.50
Z	-1.082
Asymp. Sig. (2-tailed)	.279

a. Grouping Variable: Antigüedad

En los resultados anteriores se observa que existen diferencias estadísticamente significativas entre los puntajes de los grupos de obreros, para el tipo de trabajo y la ansiedad total, así como para el sexo de los empleados. En cuanto a la antigüedad no se encontraron diferencias significativas.

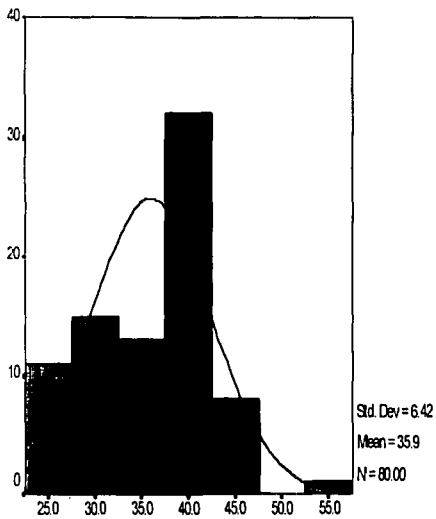
Ansiedad Estado

La calificación del idare estado va desde una puntuación mínima de 20 hasta una máxima de 80. De manera que la media de puntuación es de 50. Entre más se acerque la calificación de un individuo al puntaje 20 menor ansiedad tendrá y mientras más se acerque a la calificación 80 mayor ansiedad poseerá.

Histogramas 3 y 4 = En estos histogramas se presenta la distribución de la muestra en cuanto a los puntajes obtenidos por los asalariados en cuanto a Ansiedad Estado.

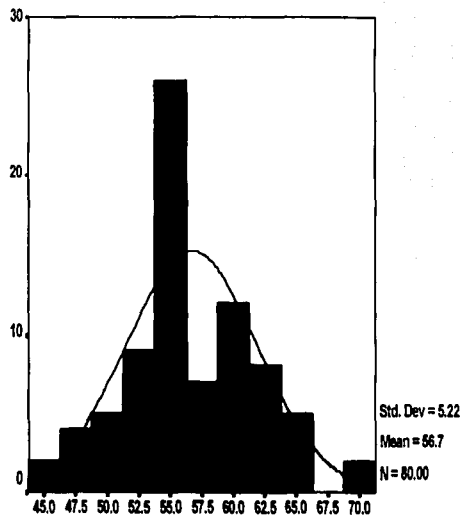
TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Histograma 3: Grupo Maquinista Idare-e



IDAE

Histograma 4: Grupo Fordista Idare-e



IDAE

Según los histogramas la media de calificación presentada por el grupo Maquinista es de 35, mientras que la del grupo Fordista es de 56. Se puede observar que según las medias de puntuación de ambos grupos, existe una mayor población de obreros con ansiedad-estado en el grupo Fordista. Además de esto se muestran los puntajes obtenidos por tal grupo los cuales fueron mayores que los presentados por los Maquinistas. En el Maquinismo el puntaje menor fue de 25 y el mayor de 55 puntos, mientras que el puntaje menor, en el Fordismo fue de 45 y el mayor de 70 puntos. Para confirmar los resultados obtenidos descriptivamente ahora se presentarán los resultados de manera estadística.

Resultados estadísticos

Tipo de trabajo y Ansiedad- Estado (U de Mann-Whitney) = .000

Ranks

	Tipo de trabajo	N	Mean Rank	Sum of Ranks
IDEA	Fordismo	80	120.17	9613.50
	Maquinismo	80	40.83	3266.50
	Total	160		

Test Statistics

	IDAE
Mann-Whitney U	26.500
Wilcoxon W	3266.500
Z	-10.842
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Grouping Variable: Tipo de trabajo

Sexo y Ansiedad-Estado (U de Mann-Whitney) = .003

Ranks

	Sexo	N	Mean Rank	Sum of Ranks
IDEA	Mujer	52	64.73	3366.00
	Hombre	108	88.09	9514.00
	Total	160		

Test Statistics

	IDAE
Mann-Whitney U	1988.000
Wilcoxon W	3366.000
Z	-2.991

** La estadística nos dice que sí existen diferencias estadísticamente significativas entre las calificaciones de los grupos, si el resultado de la prueba U de Mann-Whitney es igual o menor a .05

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Asymp. Sig. (2-tailed)	.003
---------------------------	------

a Grouping Variable: Sexo

Antigüedad y Ansiedad- Estado (U de mann-Whitney) = .610

Test Statistics

	IDEA
Mann-Whitney U	1324.50
Wilcoxon W	1577.50
Z	-.659
Asymp. Sig. (2-tailed)	.610

a Grouping Variable: Antigüedad

En este caso se observa que existen diferencias estadísticamente significativas en los resultados obtenidos por los grupos de obreros, en el Idare-estado en relación con la organización de trabajo y con el sexo de los sujetos, cosa que no ocurre con la antigüedad de los mismos.

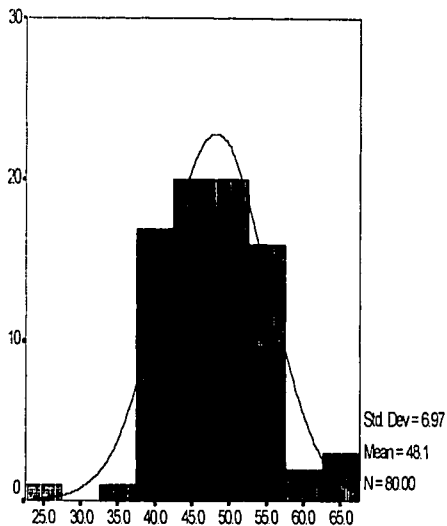
Ansiedad Rasgo

Según el IDARE, los sujetos que puntúen por arriba de la calificación 50 son los que, padecen de ansiedad rasgo

Histogramas 5 y 6 = En estos Histogramas se ilustran los puntajes obtenidos por la muestra en relación con la ansiedad rasgo.

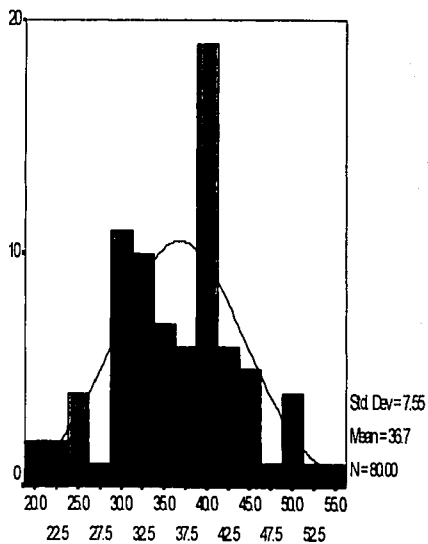
Las medias de calificación de los histogramas revelan los siguientes resultados: El grupo Maquinista presenta una media de calificación de 48, mientras que la del grupo Fordista es de 36. Lo cual indica que el grupo de empleados que mayor ansiedad- rasgo posee es el Maquinista. Así mismo se puede observar que la puntuación menor, obtenida por el grupo Maquinista. Para confirmar los resultados obtenidos descriptivamente, a continuación se presentan los resultados estadísticos.

Histograma 5: Grupo Maquinista idare-r



IDAR

Histograma 6: Grupo Fordista idare-r



IDAR

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Resultados Estadísticos*

Tipo de trabajo y Ansiedad- Rasgo (U de Mann-Whitney) = .000

Ranks				
	Tipo de trabajo	N	Mean Rank	Sum of Ranks
IDAR	Fordismo	80	50.61	4048.50
	Maquinismo	80	110.39	8831.50
	Total	160		

Test Statistics	
	IDAR
Mann-Whitney U	808.500
Wilcoxon W	4048.500
Z	-8.168
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Grouping Variable: Tipo de trabajo

Sexo y Ansiedad-Rasgo (U de Mann-Whitney) = .014

Ranks				
	Sexo	N	Mean Rank	Sum of Ranks
IDAR	Mujer	52	67.52	3511.00
	Hombre	108	86.75	9369.00
	Total	160		

Test Statistics	
	IDAR
Mann-Whitney U	2133.000
Wilcoxon W	3511.000
Z	-2.461
Asymp. Sig. (2-tailed)	.014

a. Grouping Variable: Sexo

Antigüedad y Ansiedad- Rasgo (U de Mann-Whitney) = .706

Test Statistics	
	IDAR
Mann-Whitney U	1379.00
Wilcoxon W	1632.00
Z	-.377
Asymp. Sig. (2-tailed)	.706

a. Grouping Variable: Antigüedad

* La estadística nos dice que si existen diferencias estadísticamente significativas entre las calificaciones de dos grupos, si el resultado de la prueba U de Mann-Whitney es igual o menor a .05

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Los resultados anteriores muestran que en cuanto a Ansiedad- rasgo, existen diferencias estadísticas en las calificaciones de los dos grupos en cuanto a la organización de trabajo y el sexo de los empleados. En lo que respecta a la antigüedad de los sujeto los resultados del Idare-r no presentan diferencias significativas.

Ansiedad Cognoscitiva

Es importante recordar que en este instrumento la calificación más baja es de 7 y la más alta de 35 puntos. Según esto la media es de 14 puntos, esto quiere decir que los sujetos que puntúen por arriba de 14 poseen ansiedad cognoscitiva.

Histograma 7 y 8 – Los histogramas muestran la distribución de las calificaciones de la muestra en relación con la ansiedad cognoscitiva

Según los histogramas las medias de puntuación de la muestra ilustran los siguientes resultados: La media de calificación del grupo Maquinista es de 22, muestras que la del grupo Fordista es de 32, lo anterior indica que el grupo con que mayor numero de empleados con ansiedad cognoscitiva es el Fordista. En el cual la puntuación menor fue de 15 puntos y la mayor de 50.

Resultados Estadísticos²

Tipo de trabajo y Ansiedad cognoscitiva (U de Mann-Whitney) = .000

Ranks

	Tipo de Trabajo	N	Mean Rank	Sum of Ranks
ANSIC	Fordismo	80	110.65	8852.00
	Maquinismo	80	50.35	4028.00
	Total	160		

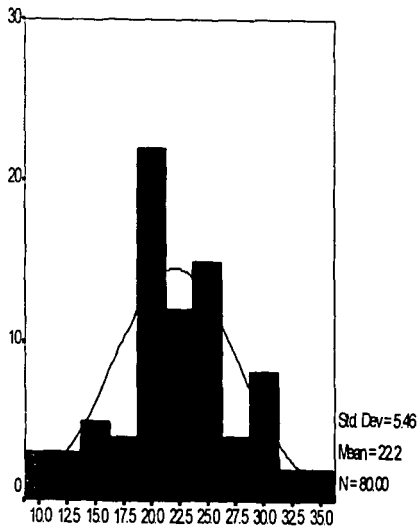
Test Statistics

	ANSIC
Mann-Whitney U	788.000
Wilcoxon W	4028.000
Z	-8.252
Asymp. Sig (2-tailed)	.000

a. Grouping Variable: Tipo de Trabajo

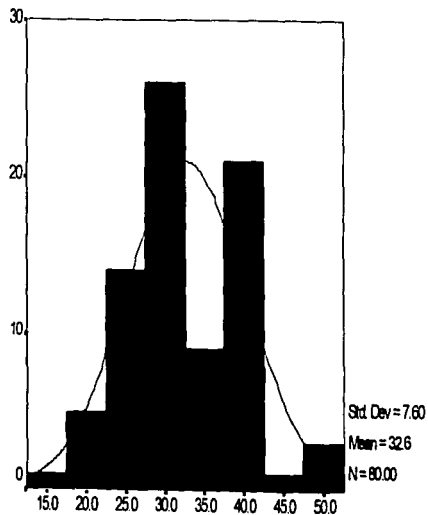
² La estadística nos dice que sí existen diferencias estadísticamente significativas entre las calificaciones de dos grupos, si el resultado de la prueba U de Mann-Whitney es igual o menor a .05

Histograma 7: Grupo Maquinista Ansiedad Cognitiva



ANSIC

Histograma 8: Grupo Fordista Ansiedad Cognitiva



ANSIC

TESIS CON
FALLA EN
JURISDICCION

Sexo y Ansiedad cognoscitiva (U de Mann-Whitney) = .073

Ranks

	Sexo	N	Mean Rank	Sum of Ranks
ANSIC	Mujer	52	71.07	3695.50
	Hombre	108	85.04	9184.50
	Total	160		

Test Statistics

	ANSIC
Mann-Whitney U	2317.500
Wilcoxon W	3695.500
Z	-1.791
Asymp. Sig. (2-tailed)	.073

a. Grouping Variable: Sexo

Antigüedad y Ansiedad cognoscitiva (U de mann-Whitney) = .887

Test Statistics

	ANSIC
Mann-Whitney U	1424.500
Wilcoxon W	10202.50
Z	-.142
Asymp. Sig. (2-tailed)	.887

a. Grouping Variable: Antigüedad

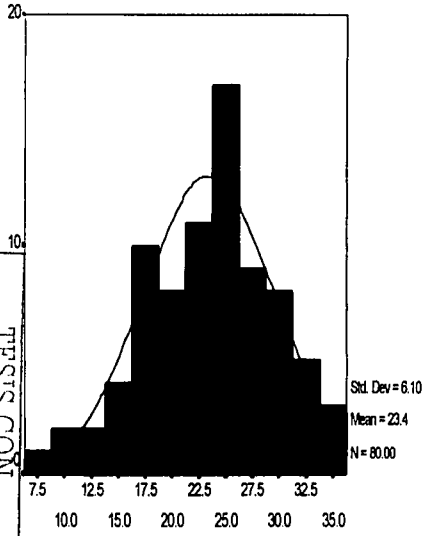
Existen diferencias entre los puntajes de ansiedad cognoscitiva de los dos grupos en cuanto a su relación con el tipo de trabajo efectuado por los empleados. Cosa que no ocurre con la antigüedad ni con el sexo.

Ansiedad somática

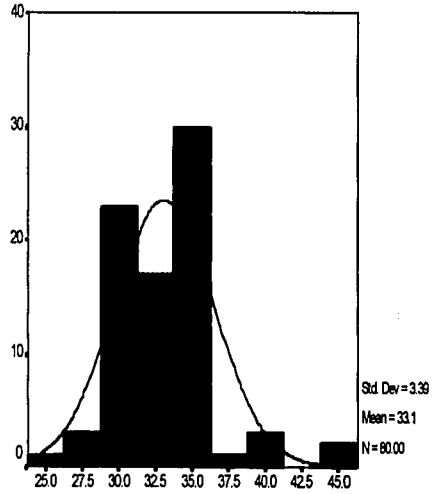
En el instrumento de ansiedad cognoscitiva-somática. La calificación más baja que se puede presentar es de 7 y la más alta de 35 puntos. Según la información anterior la media de calificación es de 14 puntos esto quiere decir que los sujetos que puntúen por arriba del puntaje 14 poseerán Ansiedad Somática.

Histogramas 9 y 10 – En estos histogramas se ilustra la distribución de la muestra en relación a la ansiedad somática.

Histograma 9: Grupo Maquinista Ansiedad Somática



Histograma 10: Grupo Fordista Ansiedad Somática



ANSIS

ANSI

En los histogramas se puede observar que la media de calificación del grupo Maquinista, en relación con la ansiedad somática es de 23, mientras que la del grupo Fordista es de 33. Lo anterior indica que es el grupo que posee un mayor número de personas con ansiedad somática. Así mismo se puede ver que la calificación menor en el Maquinismo fue de 7 y la más alta de 35 puntos. Por su parte el grupo Fordista presentó una calificación mínima de 25 puntos y una máxima de 35.

Para confirmar los resultados que se obtuvieron descriptivamente continuación se presentan los resultados estadísticos.

Resultados estadísticos

Tipo de trabajo y Ansiedad Somática (U de Mann-Whitney) = .000

Ranks

	Tipo de trabajo	N	Mean Rank	Sum of Ranks
ANSIS	Fordismo	80	117.04	9383.00
	Maquinismo	80	43.96	3517.00
	Total	160		

Test Statistics

	ANSIS
Mann-Whitney U	277.000
Wilcoxon W	3517.000
Z	-10.013
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Grouping Variable: Tipo de trabajo

Sexo y Ansiedad Somática (U de Mann-Whitney) = .702

Ranks

	Sexo	N	Mean Rank	Sum of Ranks
ANSIS	Mujer	52	75.97	3950.50
	Hombre	108	82.68	8929.50
	Total	160		

Test Statistics

	ANSIS
Mann-Whitney U	2572.500
Wilcoxon W	3950.500
Z	-.861
Asymp. Sig. (2-tailed)	.702

a. Grouping Variable: Sexo

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Antigüedad y Ansiedad Somática (U de mann-Whitney) = .926

Test Statistics	
	ANSIS
Mann-Whitney U	1434.000
Wilcoxon W	1687.00
Z	-.093
Asymp. Sig. (2-tailed)	.926

a. Grouping Variable: Antigüedad

En este caso no hay diferencias estadísticamente significativas entre los resultados obtenidos por los dos grupos de la muestra en cuanto a la Ansiedad somática y su relación con la antigüedad ni con sexo de los empleados, pero sí en relación al tipo de trabajo que estos realizan.

A continuación se presentan las gráficas obtenidas por la muestra en relación con los síntomas de estrés y con el malestar que genera en los empleados.

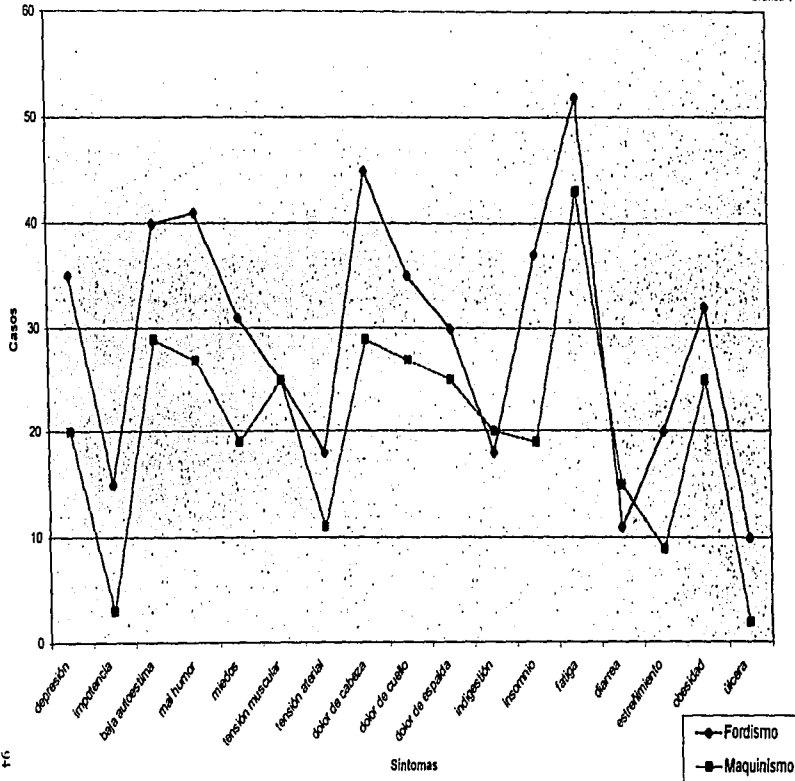
Síntomas de Estrés

Gráfica 1 = Esta gráfica es la de malestar extremo, aquí se mencionan los síntomas que según los sujetos entrevistados les generan malestar extremo. Primeramente se observa al grupo Fordista en el cual 52 sujetos señalaron a la fatiga como uno de los principales síntomas que padecen, el cual es seguido por el dolor de cabeza señalado por 45 sujetos. Por su parte el grupo Maquinista señala también a la fatiga como uno de los principales síntomas que padecen sólo que es puntuado por 43 personas y es seguido por dos síntomas: el dolor de cabeza y la baja autoestima, ambos puntuados por 29 sujetos.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Síntomas que Generan Malestar Extremo en los Empleados según la Organización de Trabajo

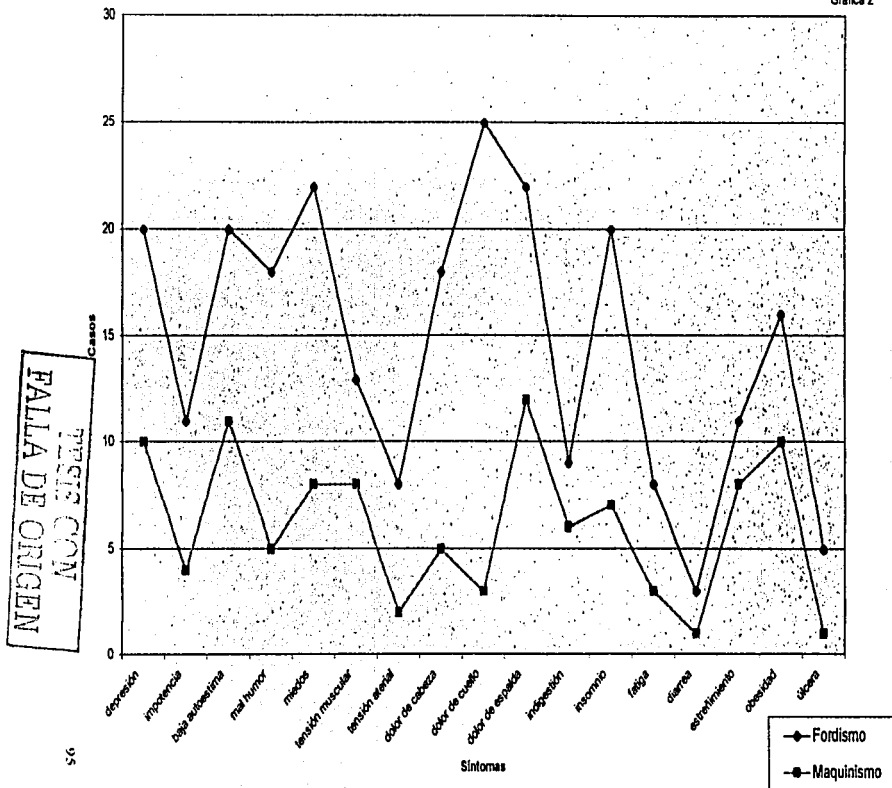
Gráfica 1



TESIS CON FALLA DE CIGIEN

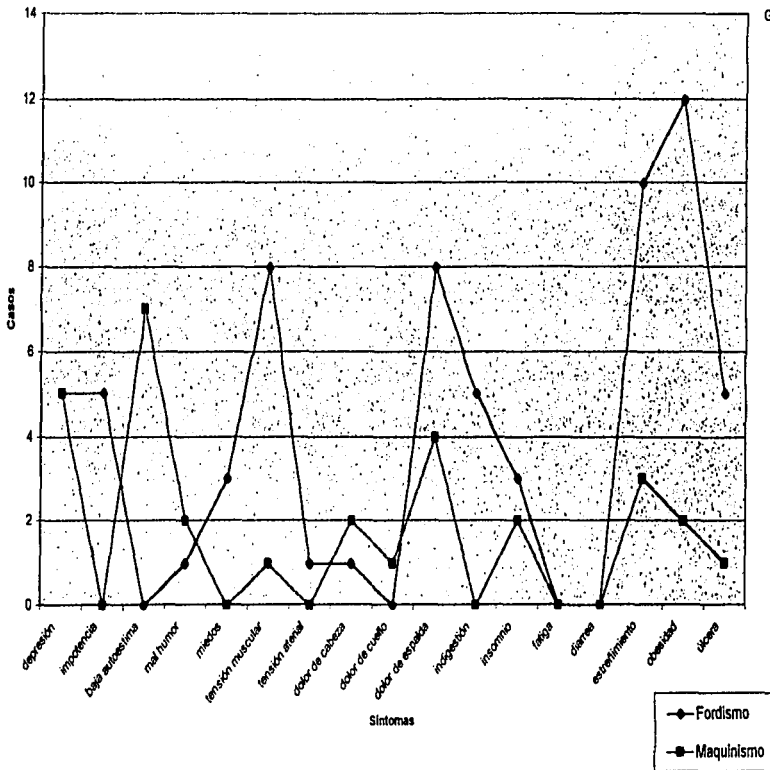
Síntomas que Generan Malestar Moderado en los Empleados según la Organización de Trabajo

Gráfica 2



Síntomas que Generan Malestar Ligero en los Empleados según la Organización de Trabajo

Gráfica 3



TESIS CON
 FALLA DE ORIGEN

Gráfica 2 = Ahora se presentan los síntomas que según los obreros les generan malestar moderado. Tenemos que el grupo Fordista señala al dolor de cuello como uno de los principales síntomas que poseen puntuado por 25 personas, seguido por dos síntomas: dolor de espalda y miedos ambos puntuados por 22 empleados. Por otro lado tenemos al grupo Maquinista que señala al dolor de espalda como uno de los principales síntomas que posee, puntuado por 12 sujetos, seguido por baja autoestima puntuada por 11 personas.

Gráfica 3 = Se presentan en esta gráfica los síntomas que generan malestar ligero según los empleados de la muestra. Se observa nuevamente al grupo Fordista con una puntuación mayor para los síntomas. Tal grupo señala a la obesidad como uno de los principales síntomas que les molestan indicada por 12 empleados, seguido por el estreñimiento señalado por 10 personas. Por su parte 7 personas del grupo Maquinista marcan a la baja autoestima como uno de los principales síntomas que le generan malestar ligero, el cual es seguido por la depresión puntuada por 5 individuos.

Los resultados revelan que los empleados pertenecientes al grupo Fordista son los que han presentado un nivel de Ansiedad mayor, incluso a la hora de estar trabajando. Además se puede observar que la aplicación de la prueba estadística U de Mann-Whitney nos da un resultado de .000 en lo que se refiere al tipo de organización de trabajo y su relación con los puntajes de Ansiedad. Lo cual indica que sí existen diferencias estadísticamente significativas entre el nivel de estrés presentado por el grupo de obreros Fordistas y el nivel del grupo Maquinista simple. En este estudio se considera a la ansiedad como un indicador de la presencia de estrés y para corroborar que no solamente se presenta la ansiedad entre los asalariados como síntoma de estrés, se muestran las gráficas 1, 2, 3 que ilustran la existencia y el padecimiento de otros síntomas de estrés entre los empleados. Cabe señalar que ambos grupos mencionaron que los principales síntomas que les genera malestar extremo son la fatiga, el dolor de cabeza y la

baja autoestima. Así mismo mencionaron como principal síntoma de malestar moderado al dolor de espalda.

En base a los resultados presentados anteriormente se puede llegar a la siguiente conclusión: Se cuenta con los elementos suficientes para rechazar la Ho y para acepta la hipótesis de trabajo.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

**FALTA
PAGINA**

99|

6. DISCUSIÓN

La presente investigación tuvo como finalidad conocer si la organización de trabajo, bajo la cual realizan sus actividades los empleados tiene relación con el nivel de estrés que puedan presentar. Para poder descubrir si tal relación existe se tomó como base el modelo integral de estrés y trabajo de Ibancevich, el cual expone que el estrés es el resultado de la conjugación de una serie de elementos. Le da importancia a los antecedentes o a la situación que antecede a la aparición del estrés y también a las características individuales de cada persona, las cuales de alguna manera actúan como mediadores entre el evento estresante y la consecuencia o reacción que pueda tener el individuo.

El estrés es considerado en este estudio como una respuesta psicofisiológica que tiende a poner en marcha al organismo para que le haga frente a las demandas que provienen del medio exterior, es decir, es un proceso homeostático que le permite al sujeto enfrentar situaciones externas favorables o desfavorables. Se considera además que la ansiedad y el estrés se encuentran relacionados, y que ante la presencia de la ansiedad existe la posibilidad de que también se presente el estrés.

Por ejemplo el investigador Polaino en 1982 señala que la ansiedad es consecuencia del estrés en cuanto a su dimensión biológica y comportamental. Pero la ansiedad es causa del estrés si se le entiende desde su dimensión cognitiva, intencional y subjetiva.

Por otro lado autores como Neffa y Matrajt definen al trabajo no únicamente como una actividad creativa que tiende a satisfacer necesidades humanas, sino también lo miran, cuando deja de ser creativo como algo monótono, repetitivo y estresante. Por su parte Lazarus, Folkman, Seward y Baccaro señalan que el estrés es una reacción particular entre el sujeto y el medioambiente que es evaluado por éste como amenazante y que puede poner en peligro su bienestar.

La OIT (1993), afirma que el trabajo no es la única fuente de estrés de la actualidad pero que sí es una de las más importantes.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

En los resultados del presente estudio se puede observar que el grupo de sujetos que se encuentran empleados en las empresas con un tipo de organización de trabajo Fordista, es el que presenta un mayor nivel de estrés (debido a que los obreros pertenecientes a dicho grupo presentaron un mayor nivel de ansiedad a la hora de estar trabajando, y son los que obtuvieron un mayor número de síntomas de estrés) Ellos reportan sentirse más ansiosos a la hora de estar realizando sus actividades laborales que a la hora de efectuar sus actividades cotidianas, es decir, en su vida en general. Con anterioridad se había señalado que la ansiedad como rasgo se relaciona con la disposición para ser ansioso, en este caso el grupo de obreros que puntúo más alto en el idare-r fue el maquinista, con lo cual se puede decir que es el que cuenta con una mayor propensión al estrés (Phillips, 1968, citado por Esteve Pp. 161), Así mismo también se mencionó que la ansiedad como estado se relaciona con tres tipos de respuestas: 1- Respuesta somática; 2- Pensamientos relativos a la incapacidad para enfrentarse a la amenaza; y 3- Mecanismos de enfrentamiento para reducir la situación amenazante (Ansorena, 1983, citado por Esteve, Pp. 161), en este caso el grupo de empleados que obtuvo una mayor puntuación en el idare-e fue el Fordista, así como también fue el que logró obtener la mayor calificación en el cuestionario de Ansiedad cognoscitiva-somática, con lo cual se puede concluir que los empleados de dicho grupo son los que cuentan con menos elementos para hacerle frente al estrés, además cabe señalar que fue el grupo que mencionó contar con un mayor número de síntomas de estrés. En especial señalaron como principales síntomas a la fatiga, dolor de cabeza, cuello y espalda, así como depresión y baja autoestima.

Esto conforma lo descubierto por: Gardell (1982), Frankenhauser (1989), Hackman y Lawler (1971), Matraj (1984), Martínez (1997), Laurell (1995), entre otros. Quienes han realizado investigaciones de estrés y trabajo, y han descubierto que cuando este último se presenta en condiciones favorables para el empleado, puede convertirse en una fuente de realización y de satisfacción personal, en una motivación, en algo que hace que la persona se sienta útil e importante. Por el

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

contrario cuando el trabajo se realiza en condiciones desfavorables para el empleado, como por ejemplo el realizado dentro del Maquinismo simple, en donde el sujeto es contratado sólo para utilizar su fuerza de trabajo y no su creatividad y conocimientos, en donde debe utilizar máquinas para realizar sus actividades, las cuales son parcializadas, repetitivas y las debe realizar con rapidez para lograr mantener el monto salarial, pues el pago muchas veces es a destajo, además el obrero debe tener cuidado al operar las máquinas para no sufrir un accidente, pero en ocasiones el empleado pese a conocer esto, debe sacrificar el cuidado por la velocidad. La toma de decisión es sumamente limitada, así como la movilidad y la comunicación. Por su parte en el Fordismo también se presentan las características arriba mencionadas pero con una mayor acentuación, y sumadas a ellas se da un tipo de trabajo regido principalmente por máquinas, en el cual los transportadores marcan el ritmo y la velocidad a la cual los empleados deben realizar sus actividades, en donde la parcialización del proceso de producción hace que cada asalarinado realice una y sólo una actividad del proceso total de fabricación del objeto, esto hace que el obrero sólo conozca y sepa realizar su tarea ignorando las realizadas por sus compañeros. Además con los transportadores la movilidad del individuo es prácticamente nula ya que mediante la cadena y la banda el empleado recibe, desde el objeto sobre el cual debe realizar su trabajo hasta las herramientas que pueda llegar a utilizar para efectuarlo. No existen los tiempos muertos, es decir, no productivos, que para el asalarinado son poros por donde respira. Se da la producción en masa.

La OIT señala que estos tipos de trabajos son los que generan un mayor nivel de estrés en los sujetos que los realizan, esto se respalda con lo dicho por Selye quien menciona que el SGA (Síndrome General de Adaptación) si se presenta con mucha frecuencia tiende a desgastar al organismo en lugar de ayudarlo a reaccionar, esto producido por los diversos cambios que se activan en el cuerpo. Lo cual puede llevar al sujeto incluso a la muerte, de no presentarse un periodo de descanso entre una situación demandante y otra.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

En estudios realizados por la Blue-Cross (OIT, 1993) efectuados en Estados Unidos, se descubrió que cinco de cada seis trabajadores que presentaban a sus jefes incapacidades por enfermedad, mencionaban al estrés que les generaba la actividad laboral para la cual eran contratados como la principal causa de sus males.

Existe otra investigación relacionada con el trabajo estresante, la cual fue efectuada por Wisner en 1988, él estudió la reacción que tenían los empleados de un aserradero los cuales se encontraban expuestos a grandes peligros. Los obreros informaron que se sentían cansados al terminar su jornada laboral y que tal sensación era tal que se extendía hasta sus hogares, ya que una vez en ellos no tenían ganas ni ánimo para hablar con sus esposas e hijos.

Siguiendo como base el modelo de estrés y trabajo de Ibancevich, y tomando en cuenta los descubrimientos del presente estudio, se puede señalar que para que un individuo presente un nivel de estrés elevado, son muy importantes, entre otras cosas, las características del centro laboral y de la actividad que este realizando el sujeto. Otros estudios relacionados con lo anterior fueron elaborados en 1989 por Johansson, quien investigó las diferencias entre el trabajo repetitivo y el trabajo monótono. Y descubrió que ambos tienen su origen en la organización y la división del trabajo que se dé en el centro de laboral, y que además tanto la monotonía como la repetitividad tenían repercusiones en las respuestas psicofisiológicas al estrés y en los daños a la salud generados en los empleados (Martínez, 1997)

Otro factor importante que se debe considerar al investigar el estrés y el trabajo son las diferencias individuales, es decir la percepción que el empleado este teniendo de la situación estresora. Algo importante es que en este estudio se ha considerado que la ansiedad y el estrés se encuentran muy relacionados. Lo que marca la diferencia entre uno y otro es: 1- La duración del evento externo percibido por el sujeto como amenazante y; 2 Los elementos o las herramientas con las que cuenta la persona para enfrentar la situación.

Los investigadores Lazarus y Erikson en 1952 estudiaron la capacidad de las personas estresadas al momento de realizar tareas y descubrieron que algunos

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

individuos presentaban un desempeño mayor en condiciones de estrés, mientras que otras presentaban un desempeño bajo. Lo que indica esta investigación es que no podemos predecir el rendimiento de la gente basándonos únicamente en los estímulos estresantes, debemos prestar atención también a los procesos psicológicos responsables de las diferencias individuales en la reacción. Así mismo en este estudio se puede observar que existen diferencias estadísticamente significativas entre los puntajes de los hombres y de las mujeres en cuanto a ansiedad estado. Lo cual puede tener la siguiente explicación: Las mujeres trabajadoras tienen como característica principal el cumplir un doble rol, son trabajadoras y son amas de casa. Laboran en una empresa y laboran en sus hogares, cabe señalar que la gran parte de las integrantes de la muestra son madres solteras o que viven en unión libre, para estas mujeres muchas veces las actividades que realizan en sus trabajos resultan menos estresantes que las actividades y la vida que llevan en sus casas, en ocasiones las tareas que tienen que realizar les permiten olvidarse de los problemas que tienen en sus hogares y las hacen sentirse útiles. Otros estudios relacionados con lo anterior fueron efectuados en 1989 y en 1991 por Cooper, Payne y Cuesta, ellos estudiaron la personalidad de los empleados y su relación con el estrés. Los resultados que obtuvieron muestran que los trabajadores con una personalidad tipo A (Los sujetos con esta personalidad por lo general son gente orientada hacia la competitividad laboral, así como también al liderazgo, la ambición, la agresividad, la ansiedad, sensación de falta de tiempo, entre otras.) asociada a ciertas variables medioambientales del centro de trabajo presentaban un mayor nivel de estrés, que los empleados con personalidad tipo B (Los sujetos con esta personalidad son gente conformista, satisfechas con lo establecido, tranquilas, con cierto grado de introversión, pasivas, entre otras cosas).

Con esto se confirma nuevamente que la percepción que el empleado este teniendo de su actividad laboral, es un mediador importante entre dicha actividad y la reacción que pueda tener ante ella. Sobre esta base se puede crear un

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

programa de intervención encaminado a disminuir el nivel de estrés que los asalariados estén presentando.

Los resultados obtenidos en éste estudio son congruentes y confirman lo descubierto en las investigaciones antes citadas. Por otro lado los resultados permiten cumplir con los objetivos que se plantearon en esta investigación, así como también permiten confirmar la hipótesis de trabajo, que fue la siguiente:

- Si existen diferencias estadísticamente significativas en el nivel de estrés presentado por un grupo de obreros contratados en una empresa con un tipo de organización laboral Maquinista simple y el nivel de otro grupo de obreros empleados en una empresa con un tipo de organización laboral Fordista.

Los objetivos que se perseguían fueron los siguientes:

1- Determinar si existe relación en el nivel de estrés de los obreros y la forma en que el trabajo que realizan esta organizado; 2- Determinar que tipo de organización laboral afecta más al obrero, el Maquinista simple ó el Fordista; 3- Determinar si existen diferencias en el nivel de estrés de los obreros bajo una organización laboral Maquinista simple y el nivel de estrés presentado por los obreros bajo una organización laboral Fordista.

Se puede decir en base con los resultados obtenidos que el estrés que un empleado puede presentar sí esta relacionado con las características del trabajo que realiza, pero además con la personalidad del mismo. También se puede decir que sí existen diferencias entre los niveles de estrés de ambos grupos de obreros, el grupo Fordista fue el que presentó un mayor nivel de estrés. Lo cual se puede corroborar con los histogramas 3 y 4, los cuales arrojan los resultados de ansiedad-estado que obtuvo la muestra, es decir, de ansiedad a la hora de estar trabajando. En este caso el grupo Maquinista obtuvo los puntajes más bajos y una media de calificación menor, este grupo informa sentirse menos ansioso al realizar sus actividades de trabajo que al realizar las actividades de su vida en general. En comparación con el grupo Fordista el cual obtuvo los puntajes más altos y una media de calificación mayor. Es el grupo que informa sentirse con más ansiedad a la hora de realizar sus actividades laborales.

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Anexos

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Anexo 4

Tabla 1. Confiabilidad alfa del IDARE en las muestras mencionadas.

Muestra	N	A-Estado	A-Rasgo
Argentina	42	.88	.83
Ecuador	81	.83	.87
México	126	.89	.84

En la tabla 1 se pueden observar los resultados obtenidos en las diversas muestras al calcular el coeficiente alfa de confiabilidad, puede verse que, en términos generales, tanto la escala A-Estado como la A-Rasgo en los 4 países ofrecen coeficientes considerados adecuados por los criterios psicométricos generales aceptados. En efecto, en la escala AE, los coeficientes van de .78 a .92, mientras en la escala AR van de .74 a .87

Muestra mexicana- Los cuestionarios de este grupo se levantaron en una empresa fabricante de cosméticos. El número de casos fue de 126, de los cuales 5 no aportaron datos sobre sexo. Los otros fueron 45% de sexo femeninos y 51% de sexo masculino. El 35% tenía entre 21 y 25 años, el 30% entre 26 y 30 años, el 20% entre 31 y 35 años, y el resto entre 36 y 60. Se trata, pues, de una muestra joven. El 3% contaba con estudios de primaria, el 21% con secundaria, el 15% con preparatoria, el 9% tenía hasta 3 años de profesional, y el 52% contaba con estudios profesionales y de posgrado. El 85% de los profesionales tenía una carrera económico-administrativa, el 5% era de psicología y el 10% de otros ramos. El 8% era de categoría gerencial, el 13% eran supervisores, el 77% resultó empleados de oficina y 2% técnico y trabajadores. Respecto al estado civil, el 44% eran solteros, 53% casados, 2% divorciados y 1% vivían en unión libre. (Oblitas, L y Klaus, 1990)

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Tabla 2 Correlaciones (Pearson) entre las puntuaciones del IDARE y las variables indicadas. (Oblitas, L y Klaus, 1990)

Variable	Ansiedad-Estado	Ansiedad-rasgo
Satisfacción con:		
Trabajo en sí mismo	-.23*	-.34***
Supervisión	-.22*	-.18*
Compañeros	-.23*	-.13
Remuneración	-.01	.06
Ascensos	-.29***	-.18
Familia:		
Alimentos y pasatiempos	-.31***	-.28**
Integración familiar	-.39***	-.40***
Conflictos por el tiempo	.35***	.37***
Trabajo llevado a casa	.25**	.33**
Apoyo familiar respecto al trabajo	-.13	-.01
Felicidad:	-.48***	-.51***
Organización:		
Claridad de metas	-.17	-.29***
Claridad de criterios	-.21**	-.22*
Comunicación con jefes	-.10	-.20*
Comunicación con subordinados	-.20*	.24*
Comunicación horizontal	-.22*	-.29***
Comunicación formal	-.18	-.32***
Carga de trabajo	.18	.27**
Velocidad de cambios	.24**	.35***
Integración entre unidades	-.26**	-.26**
Planeación	-.22*	-.33***
Demográficos:		
Edad	-.09	.01
Tiempo de transporte	-.07	.00
Número de transbordos	.01	.03
Salario	-.05	-.14

* p_ .05

** p_ .01

*** p_ .001

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

Instrucciones:

Me encuentro realizando un estudio sobre el estado de ánimo de los trabajadores, por lo cual le pido su colaboración contestando unos cuestionarios, los resultados de estos no van a afectar ni a influir en su trabajo.

Contesten de manera honesta y sincera, pues no es necesario que ponga su nombre en los cuestionarios, únicamente conque coloque la antigüedad que tiene en el trabajo y la fecha, es suficiente.

El primer cuestionario se presenta a continuación.

Gracias por su ayuda.

Registro de Síntomas

Antigüedad: _____

Fecha: _____

Instrucciones: A continuación se le presentan una serie de síntomas que comúnmente se presentan en nosotros, coloque un número de 1 al 10, según sea el grado de malestar que dichos síntomas le causan, ignore los síntomas que no le molesten.

Malestar ligero: 1, 2 y 3.

Malestar moderado: 4, 5, 6 y 7.

Malestar extremo: 8,9 y 10.

Síntomas

(Ignore los que no le afectan)

Grado de malestar

(1 Al 10)

Ansiedad en situaciones específicas

Test..... _____

Muertes..... _____

Entrevistas..... _____

Ansiedad en las relaciones personales

Con la pareja..... _____

Con los padres..... _____

Con los hijos..... _____

Ansiedad general, sin relación con situaciones

o personas determinadas

Depresión..... _____

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

108-A

Desesperanza.....	_____
Impotencia.....	_____
Baja autoestima.....	_____
Hostilidad.....	_____
Mal humor.....	_____
Irritabilidad.....	_____
Resentimiento.....	_____
Fobias.....	_____
Miedos.....	_____
Obsesiones, pensamientos no deseados.....	_____
Tensión muscular.....	_____
Tensión arterial alta.....	_____
Dolor de cabeza.....	_____
Dolor de cuello.....	_____
Dolor de espalda.....	_____
Indigestión, dolor de estomago.....	_____
Colon irritable (estreñimiento y diarrea de forma alternante, primero una y luego la otra).....	_____
Úlcera.....	_____
Estreñimiento crónico.....	_____
Diarrea crónica.....	_____
Espasmos musculares.....	_____
Tics.....	_____
Temblores.....	_____
Fatiga.....	_____
Insomnio.....	_____
Dificultades para dormir.....	_____
Obesidad.....	_____
Debilidad física.....	_____
Otros.....	_____

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

108 B

IDARE-E

Antigüedad: _____ **Fecha:** _____

Instrucciones: Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y marque el número que indique cómo se **siente en el momento en que está trabajando**. No existen respuestas buenas ó malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa como se siente **cuando ésta trabajando**.

1- No en lo absoluto

3- Bastante

2- Un poco

4- Mucho

1 - Me siento calmado.....	1	2	3	4
2 - Me siento seguro.....	1	2	3	4
3 - Estoy tenso.....	1	2	3	4
4 - Estoy contrariado ó preocupado.....	1	2	3	4
5 - Estoy a gusto.....	1	2	3	4
6 - Me siento alterado.....	1	2	3	4
7 - Estoy preocupado actualmente por algún posible contratiempo.....	1	2	3	4
8 - Me siento descansado.....	1	2	3	4
9 - Me siento ansioso.....	1	2	3	4
10 - Me siento cómodo.....	1	2	3	4
11 - Me siento con confianza en mí mismo.....	1	2	3	4
12 - Me siento nervioso.....	1	2	3	4
13 - Me siento agitado.....	1	2	3	4
14 - Me siento "a punto de explotar".....	1	2	3	4
15 - Me siento reposado ó descansado.....	1	2	3	4
16 - Me siento satisfecho.....	1	2	3	4
17 - Estoy preocupado.....	1	2	3	4
18 - Me siento muy excitado y aturdido.....	1	2	3	4
19 - Me siento alegre.....	1	2	3	4
20 - Me siento bien.....	1	2	3	4

TAE= _____

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

108c

IDARE-R

Antigüedad: _____ Fecha: _____

Instrucciones: Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y marque el número que indique cómo se siente **generalmente**. No existen respuestas buenas ó malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa como se siente **generalmente**.

1 - Casi nunca
3 - Frecuente

2 - Algunas veces
4 - Casi siempre

21 - Me siento bien.....	1	2	3	4
22 - Me canso rápidamente.....	1	2	3	4
23 - Siento ganas de llorar.....	1	2	3	4
24 - Quisiera ser tan feliz como otros parecen serlo.....	1	2	3	4
25 - Pierdo oportunidades por no poder decidirme rápidamente.....	1	2	3	4
26 - Me siento descansado.....	1	2	3	4
27 - Soy una persona "tranquila, serena y sosegada".....	1	2	3	4
28 - Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas.....	1	2	3	4
29 - Me preocupo demasiado por cosas sin importancia.....	1	2	3	4
30 - Soy feliz.....	1	2	3	4
31 - Tomo las cosas muy a pecho.....	1	2	3	4
32 - Me falta confianza en mí mismo.....	1	2	3	4
33 - Me siento inseguro.....	1	2	3	4
34 - Trato de sacarle lo bueno a las crisis y dificultades.....	1	2	3	4
35 - Me siento melancólico.....	1	2	3	4
36 - Me siento satisfecho.....	1	2	3	4
37 - Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente y me molestan.....	1	2	3	4
38 - Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza.....	1	2	3	4
39 - Soy una persona estable.....	1	2	3	4
40 - Cuando pienso en algunos asuntos que tengo entre manos me pongo tenso.....	1	2	3	4

TAR= _____

TESIS CON
 FALLA DE ORIGEN

108 D

Cuestionario de Ansiedad Cognositiva-Somática

Antigüedad: _____ Fecha: _____

Instrucciones: A continuación se presentan una serie de frases que describen algunas reacciones que la gente manifiesta cuando se enfrenta a situaciones que son difíciles. Lea con cuidado e identificando con una "X" el grado en que han aparecido estas reacciones en usted. (nada, poco, regular, mucho ó bastante).

Reacciones	Nada	Poco	Reg.	Mucho	Bast.
1- Me resulta difícil concentrarme	()	()	()	()	()
2 - Mi corazón palpita más rápido	()	()	()	()	()
3 - Me preocupo demasiado	()	()	()	()	()
4 - Siento tembloroso mi cuerpo	()	()	()	()	()
5 - Me imagino escenas terroríficas	()	()	()	()	()
6 - Me dan ganas de ir al baño	()	()	()	()	()
7 - No puedo sacar de mi mente imágenes que provocan ansiedad	()	()	()	()	()
8 - Siento tensión en mi estomago	()	()	()	()	()
9 - Se me cruzan en la mente pensamientos que me molestan	()	()	()	()	()
10 - Camino nerviosamente	()	()	()	()	()
11 - No puedo pensar lo suficientemente rápido	()	()	()	()	()
12 - Me quedo paralizado	()	()	()	()	()
13 - No puedo quitarme pensamientos que me causan ansiedad	()	()	()	()	()
14 - Sudó demasiado	()	()	()	()	()

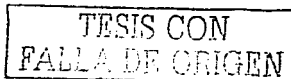
C: _____ S: _____

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN

108E

7. BIBLIOGRAFÍA

- 1- Arroba, Tanya (1990) *Cómo manejar la presión en el trabajo*. México : McGraw Hill.
- 2- Baccaro, Archimides (1994) *Venciendo al Estrés*. Argentina: Lumen
- 3- Bensabat (1987) *Stress. Grandes especialistas responden*. España: Mensajero
- 4- Buendía, José (1998) *Estrés laboral y salud*. España: Biblioteca Nueva.
- 5- Braverman, H. (1975) *El trabajo y Capital monopolista*. México: Nuestro Tiempo
- 6- Coriat, Benjamín. (1982) *El taller y el cronómetro*. México: Siglo veintiuno.
- 7- Coriat, Benjamín. (1996) *El taller y el Robot*. México: Siglo veintiuno.
- 8- Coriat, Benjamín. (1998) *Pensar al Revés*. México: Siglo veintiuno.
- 9- Davis, Martha (1985) *Técnicas de autocontrol emocional*. Madrid: Martínez Roca.
- 10- Díaz Guerrero, R (1975) *Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado*. México: Manual Moderno
- 11- *El estrés*. Artículo extraído de la Enciclopedia Microsoft Encarta, 99.
- 12- *El estrés grave problema laboral del siglo XX*. Reporte elaborado por la Organización Internacional del Trabajo (OIT) Artículo extraído de La Jornada del 25 de Marzo de 1993. México D.F. Año nueve. Número 3067.
- 13- *El estrés grave problema laboral del siglo XX*. Organización Internacional del Trabajo (1993) Suiza: El Mundo en el Trabajo.
- 14- Engels (1876) *El papel del Trabajo en la Transformación del Mono en Hombre*. México: Ediciones Quinto Sol
- 15- Fontana, David (1992) *Control del estrés*. México: Manual Moderno.
- 16- Flores (1986) *La administración capitalista del trabajo*. México Manual Moderno.
- 17- Harnecker. (1997) *Los conceptos Elementales del Materialismo Histórico*. México: Siglo XXI
- 18- Hernández Sampieri (1998) *Metodología de la Investigación*. México: MacGraw Hill.
- 19- Ivancevich (1992) *Estrés y trabajo*. México: Trillas.
- 20- LaDou, Joseoh (1993) *Medicina Laboral*. México: Manual Moderno.
- 21- Laurell, Cristiana. (1995) *El desgaste obrero en México*. México: Era
- 22- Lazaruz y Folkman (1991) *Estrés y procesos cognitivos*. México: Roca.
- 23- López, Enrique (1994) *La jornada laboral nocturna y los trastornos del sueño*. Artículo extraído de la Revista Higiene y Seguridad. Órgano oficial de la Asociación Mexicana de Higiene y Seguridad. Volumen XXXV número 10. Octubre 1994.
- 24- *Manual de prácticas*- Bases biológicas del comportamiento. Primer semestre.
- 25- Manuel Valdez (1985) *Psicología del Estrés*. España: Martínez Roca.



- 26- Martínez, Susana (1997) *Estudio de la integridad mental en su relación con el proceso de trabajo*. México:UAM-Xochimilco.
- 27- Matrajt, Miguel (1984) *Coloquio Salud y Seguridad en el Trabajo en México*. México: UNAM.
- 28- Marx (1894) *El Capital*. México: Siglo XXI
- 29- Muchinsky, Paul (1994) *Psicología Aplicada al Trabajo*. Ed. Desclee de Brouwer.
- 30- Navaco, Raymond *La regulación cognitiva de la furia y la tensión*. Material de clase teórica no. 9 de 7mo semestre.
- 31- Neff, Walter (1972) *El trabajo, hombre y la sociedad*. México: Paidós.
- 32- Neffa (1982) *Proceso de trabajo, división de trabajo y las nuevas formas de organizar el trabajo*. Instituto de Estudios del Trabajo.
- 33-Noriega (1989) *El Trabajo sus Riesgos y la Salud en: Defensa de la salud en el trabajo*. México: SITUAM.
- 34- Oblitas, L y Klaus, Dieter-G (1990) *Revista Internacional de Psicología y Educación*. Psicología Mexicana Contemporanea : México.
- 35- Palloix. (1986) *Producción y crisis del capitalismo*. España: H. Blumen.
- 36- Paquin, Michel (1993) *El Trabajo*. México:Trillas.
- 37- *Registro de síntomas de estrés*. Obtenido de Davis, Martha (1985) *Técnicas de autocontrol emocional*. Madrid: Martínez Roca.
- 38-Salvatierra y Borrás (1996) *El cuestionario de Ansiedad Cognitiva-Somática*. Validez y Confiabilidad en muestras mexicanas. Tesis de Licenciatura UNAM México
- 39- Sánchez (1980) *Filosofía de la Praxis*. Barcelona: Gijalbo.
- 40- *Secretaría del Trabajo y Previsión Social* (1979) México. D.F.
- 41- Silva y Zamudio (1994) *Propuesta para Reducir el Estrés en las Organizaciones Laborales*. Tesis de Licenciatura en Psicología UNAM.
- 42- Sydney, Siegel (1990) *Estadística no Paramétrica*.
- 43-Terras, Stephen (1994) *Estrés*. España: Mensajero.
- 44- Troch, Archim (1982) *El estrés y la personalidad*. Barcelona: Herder.
- 45- Wisner, Alan (1988) *Ergonomía y condiciones de trabajo*. Argentina: Humanitas
- 46- Estrada, Jose (1994) *El estrés docente*. España: Roides

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN