

## FACTORES INTRA Y EXTRALABORALES DE LOS Y LAS TRABAJADORAS DE UNA EMPRESA PÚBLICA DE COSTA RICA<sup>1</sup>

### COMO CITAR ESTE ARTÍCULO

*Sánchez Charpentier, Olga. Factores intra y extralaborales de los y las trabajadoras de una empresa pública de Costa Rica. Rev. Enfermería Actual en Costa Rica [en línea].2009, No.17 [citado (fecha)]. Disponible World Wide Web: <<http://www.revenf.ucr.ac.cr/factores.pdf>> ISSN 1409-4568*

Olga Sánchez Charpentier2

### RESUMEN

En el siguiente artículo se presentan los resultados de una investigación en la que se comparan los factores intra y extralaborales de los/as trabajadores/as de una empresa pública de Costa Rica. Dicho trabajo fue realizado durante el año 2005.

Se diseñó un estudio cualitativo utilizando el método estructural investigación acción. La población estuvo constituida por 12 hombres y 12 mujeres, trabajadores de una empresa pública. La información fue recolectada mediante la técnica de grupos focales dado que permite conocer los factores que afectan el proceso de trabajo, igualmente, se utilizó un cuestionario estructurado para recoger datos relacionados con las condiciones socio-demográficas de la población. Al mismo tiempo, se empleó el Índice de Cornell para conocer si la población presentaba síntomas relacionados con el estrés.

Como conclusión, se obtiene que la población convive con factores intralaborales tales como la falta de reconocimiento en su trabajo y la desigualdad de género; en cuanto a los extralaborales, las preocupaciones familiares de cuidado y atención de la familia representan un obstáculo para ejecutar con satisfacción su trabajo. Por lo anterior, un mejoramiento de todas estas condiciones favorecerá la producción y reproducción de la fuerza laboral.

**Palabras claves:** Salud laboral, factores intralaborales, factores extralaborales, estrés.

<sup>1</sup> Fecha de recepción: Abril 2009

Fecha de aceptación: Agosto 2009

<sup>2</sup> Enfermera, Magistra en Salud Laboral. Profesora instructora de la Escuela de Enfermería de la Universidad de Costa Rica. Correo electrónico: [OLGA.SANCHEZCHARPENTIER@ucr.ac.cr](mailto:OLGA.SANCHEZCHARPENTIER@ucr.ac.cr)

## ABSTRACT

The following article presents the results of research comparing the factors inside and outside work for workers in a public company in Costa Rica. This work was conducted during 2005. We designed a qualitative study using the structural method action research. The population consisted of 12 men and 12 women, employees of a public company. The information was collected through focus group technique as it allows to understand the factors that affect the work process, also used a structured questionnaire to collect data related to socio-demographic conditions of the population. At the same time, the Index Cornell was used to find if the population had symptoms related to stress. In conclusion, we find that people living with intralaboral factors such as lack of recognition in their work and gender inequality, in terms of outside work, family concerns of care and family care are barriers to run with satisfaction their work. For these reasons, an improvement of these conditions will favor the production and reproduction of the workforce.

**Key words:** Labor health, intralabor factors, extralabor factors, stress.

---

### Introducción

Según la Organización Internacional del Trabajo (1984), los factores psicosociales son, por una parte, una serie de interacciones entre el trabajo, el medio ambiente y la satisfacción en el trabajo, las condiciones y organización que se dan en el mismo; por otro lado, son las capacidades del trabajador, sus necesidades y su situación personal fuera del trabajo. Todos estos factores van a influir en la salud, rendimiento y ejecución de las tareas laborales.

Aunque el deterioro de la salud y los accidentes laborales generan importantes costos humanos y económicos, en la actual legislación sobre riesgos del trabajo (Ley 6427), capítulo IV del Código del Trabajo, no se contemplan aspectos psicosociales del trabajo y su repercusión sobre el bienestar físico, mental y social de la persona.

Según la Organización Mundial de la Salud (2002), del 30% al 50% de las personas trabajadoras están expuestas a riesgos físicos, químicos, carga de trabajo o factores ergonómicos que dañan, de una u otra forma, la salud y el rendimiento en el trabajo; los factores psicosociales provocar patologías como el síndrome del desgaste profesional, el estrés y aumentar la posibilidad de que ocurra algún accidente.

En América Latina ocurren 5 millones de accidentes laborales por año: ocurren, aproximadamente, un promedio de 578 por hora y fallecen 300 trabajadores diariamente. Aparte, quedan diferentes lesiones, que los incapacitan parcial o permanente, y el innegable drama que suscita este tipo de situaciones. (Organización Panamericana de la Salud, 1993).

Noriega (1993) destaca que en los ambientes laborales actuales, debido a cambios producidos en las actividades que realizan las personas trabajadoras, en términos de mayor exigencia en sus funciones y en las condiciones ambientales a los que se ven sometidas, se han generado cambios y grandes transformaciones en la organización laboral las cuales conllevan modificaciones en aspectos como formas de organización laboral, establecimiento de salarios mínimos, contratos o convenios colectivos. Asimismo, genera situaciones de riesgo para la persona trabajadora, tales como condiciones insalubres e inseguras y maquinarias defectuosas.

En muchos lugares de trabajo ha ido desapareciendo el equilibrio entre las condiciones ambientales y las exigencias laborales, de tal hecho se ha derivado el surgimiento de enfermedades relacionadas –específicamente- con el trabajo: trastornos mentales y psicosomáticos, fatiga patológica, acortamiento en la esperanza de vida y aumento en la mortalidad en algunos casos. (Noriega 1993)

Reyes (2004), en el informe sobre la Salud Mental, señala que las alteraciones debidas al estrés son la principal causa de muertes prematuras en Europa. Un estrés laboral prolongado puede ocasionar trastornos depresivos, los cuales ocupan, actualmente, el cuarto lugar respecto de las enfermedades (en el mundo); en el 2020 podrían llegar a ser la segunda, después de la patología coronaria.

El ámbito nacional, en relación con el internacional, no está exento de las consecuencias del estrés laboral

prolongado Como lo manifiesta Ureña (2001), según estudios realizados por la Caja costarricense del Seguro Social, se estima que el 40% de nuestra población ha padecido algún trastorno mental leve o severo durante su vida.

Aunado a lo anterior, el Instituto Nacional de Alcoholismo y Farmacodependencia (IAFA) (2003), reportó, en el año 2003, un aumento en el consumo de drogas ilícitas y lícitas en el país. Algunos de los factores que favorecen el consumo de este tipo de sustancias son: la presión de grupo, la influencia de modelos culturales y, finalmente, los problemas familiares y laborales.

Por otra parte, es importante considerar -dentro de cualquier estudio- las diferencias, por género, que existen en el ámbito laboral. Según el Décimo Informe del Estado de la Nación (2004), la población total en Costa Rica está conformada por 4, 169,730 personas: de esta cantidad, 2, 048,987 son mujeres. Asimismo se destaca que el 35% de la fuerza de trabajo del país está compuesta por mujeres, mas es un porcentaje que ha variado poco desde el año 2000.

En la 91ª Reunión de la Conferencia Internacional del Trabajo (2003) se menciona que la desigualdad de género confluye con las privaciones económicas de tal forma que aumentan las formas de pobreza y éstas afectan más a las mujeres. Esta situación se da en todo el mundo.

Todo lo anterior evidencia que las condiciones laborales perjudican directa e indirectamente la salud de las personas trabajadoras, a lo largo del ciclo vital, debido a que los individuos no toman

conciencia acerca de cuán afectados pueden verse por tales condiciones; no hay una verdadera participación en el cuidado de la salud.

El propósito de la presente investigación nace de la necesidad de visualizar cómo los factores psicosociales afectan el desempeño de las funciones administrativas y profesionales. Para lograr dicho objetivo, se estudiaron -en un grupo de trabajadores/as de una empresa pública- los factores psicosociales presentes en su ambiente laboral, familiar y social, los cuales perjudican su salud física, psíquica y social.

### Materiales y métodos

El enfoque, desde el cual se realizó esta investigación, es investigación-acción participativa. Su elección se debe a que permite, simultáneamente, la expansión del conocimiento científico y la solución de un problema mientras aumenta la competencia de sus respectivos participantes (sujetos coinvestigadores), debido a que es llevado a cabo en una situación concreta que genera una retroalimentación a partir de los datos recolectados durante un proceso cíclico. (Martínez, 1996)

Para recolectar la información se aplicaron técnicas cuantitativas y cualitativas. La primera consistió en un cuestionario estructurado para indagar las condiciones socio-demográficas del grupo en estudio así como el Índice Médico Cornell para medir la presencia de sintomatología relacionada con el estrés. La segunda técnica utilizada fue el grupo focal: se formaron cuatro grupos con seis participantes cada uno (dos con los hombres y dos con las

mujeres); una vez formados los grupos, se indagó acerca de cuáles factores psicosociales -intra y extralaborales- afectan tanto a las mujeres como a los hombres. Dentro de los aspectos éticos contemplados en la investigación, se contó con la firma de cada participante y, además, toda la información brindada es mantenida en el anonimato. Posteriormente se realizó una reunión para informar, a los/as coinvestigadores/as, acerca de los resultados obtenidos.

La población estuvo constituida por 12 hombres y 12 mujeres, trabajadores de una empresa pública. Para elegir a los participantes, se consideraron los siguientes criterios: que fuesen padres y madres de familia, que laboren en el área administrativa, que realicen actividades asistenciales difíciles y de apoyo técnico administrativo en áreas tales como: contabilidad, financiera, entre otros; lo anterior debido a que las actividades de esta clase de puestos demandan aplicación de conocimientos académicos y experiencia relacionados con el cargo.

### Resultados

Las edades de las 24 personas encuestadas oscilan entre los 31 y 50 años. Respecto del estado civil, diecinueve de estos estaban casados (8 mujeres y 11 varones), dos personas divorciadas (un hombre y una mujer) y tres personas solteras.

El grupo poblacional en estudio tenían hijos e hijas en diferentes edades desde lactantes hasta adolescentes; el número de hijos oscilada de 1 a 4. El lugar de residencia de esta población se concentra en el Área Metropolitana (21) y Cartago (3).

En cuanto al nivel de escolaridad, 6 mujeres y 3 hombres tienen estudios universitarios; 3 mujeres y 7 hombres con estudios parauniversitarios (secretariado), 2 mujeres y 2 hombres con estudios técnicos y una posee el bachillerato de segunda enseñanza.

En esta investigación se indagaron los roles que desempeñan la población trabajadora en nuestra sociedad; de lo anterior se colige que los roles de los hombres, primordialmente, son cuidador del hogar, cabeza de familia, bastión del hogar, colaborador en el hogar, la comunidad y en el trabajo, hasta de consejero en algunos casos. Por otra parte, las mujeres cumplen los roles de cuidadoras y consejeras de las personas que están a su alrededor, administradoras del hogar, contribuyentes en el sustento del hogar; son madres, hijas, enfermeras, psicólogas, amigas, maestras, empleadas domésticas, y además cumplen con otras funciones que la sociedad les impone según las necesidades que vayan presentándose (Jiménez y otras, 2005)

Otro aspecto de interés son los factores intralaborales que afectan a la población trabajadora como son las exigencias en el trabajo, las desigualdades de género, la falta de reconocimiento en el trabajo, la carga mental por asignación de trabajo por varias jefaturas, o por que la misma jefatura asume varios proyectos además de malas relaciones interpersonales con compañeros y jefaturas, la desmotivación por falta de reconocimiento, duplicidad en la asignación de trabajos según refieren los coinvestigadores(as).

Un tercer aspecto, relacionado con los factores extralaborales que afectan a esta población trabajadora, en el que es

notable esta diferencia de género, se refiere a la doble jornada laboral que las mujeres tienen que realizar (el cuidado del hogar y el trabajo remunerado), las cuales generan gran tensión pues implican que las mujeres deben organizar y distribuir muy bien el tiempo que asignan tanto a sus labores en el hogar como a las que realizan en el trabajo; aunado a lo anterior, deben lidiar con muchos de los peligros a los que se enfrenta la juventud (teniendo en cuenta que algunas de ellas son madres). Los hombres no se ven exentos de lo anterior ya que uno de ellos afirmó tener un hijo drogadicto, lo cual le genera muchas preocupaciones, además, debe sustentar a su familia porque es divorciado y hace años se hace cargo permanentemente de sus hijos.

A partir de lo anterior, en los participantes aparecen consecuencias como dolor de cabeza, malestar general, nerviosismos, crisis de asma, colitis, gastritis, ansiedad, resfriados, contracturas. Con la utilización del Índice Médico de Cornell se observa que la mayor cantidad de la población (20 personas) presenta respuestas positivas ante la presencia de sintomatología relacionada con el estrés; presentan sintomatología de depresión y ansiedad (principalmente en mujeres), hipocondría-astenia (en hombres y mujeres), sensibilidad y desconfianza excesiva (en hombres y mujeres), y trastornos psicofisiológicos gastrointestinales (en mujeres); además presentan reacción patológica de temor (principalmente hombres), desadaptación al medio por sentimiento de inseguridad (en mujeres). Aparte de lo mencionado, están los motivos de consulta de la población trabajadora en estudio, la cual asistió al consultorio médico de empresa con padecimientos como: colitis,

gastritis (mujeres), trastornos osteomusculares (hombres) y hombres y mujeres con depresión.

## Discusión

Los factores psicosociales afectan tanto intra como extralaboralmente el proceso de trabajo de esta población trabajadora. Este grupo de personas cuyo rango de edad se encuentra entre los están 31 y los 50 años, es considerado parte de la población económica activa; en su mayoría están casados/as (lo que genera mayores responsabilidades); por otra parte, la inserción de la mujer en la fuerza laboral permite un mayor apoyo económico en los hogares donde las mujeres poseen un trabajo remunerado.

El lugar de residencia de esta población favorece el acceso al lugar de trabajo, por tanto, disminuye el estrés relacionado con la inversión en tiempo y dinero por concepto de traslado; por otro lado, para las mujeres resulta otro beneficio debido a que les brinda más tiempo para llevar a cabo sus tareas intralaborales y dedicar más tiempo a su familia.

En cuanto al conocimiento que cada persona debe tener para su puesto, en esta empresa, los trabajadores deben poseer cierto conocimiento que esté en un nivel proporcional a la tecnología y servicios que la sociedad demanda, por tal razón es necesario que cuenten con una escolaridad que les permita desempeñarse lo mejor que puedan, por ende, la mayoría de la población estudiada cuenta con estudios de acuerdo con los puestos de trabajo (técnicos y profesionales).

Nuestra sociedad está delimitada por roles que tanto los hombres como mujeres deben ejercer. Tales roles fueron muy evidentes en la población en estudio aunque es notable un cierto cambio al respecto debido a que algunos hombres colaboran en las labores domésticas (esto no significa compartir estas responsabilidades); otras personas consideran que si la mujer tiene un trabajo remunerado, en el hogar o cerca de él (por ejemplo un salón de belleza), no está descuidado sus responsabilidades intrafamiliares y puede sobrellevar una doble jornada laboral. En cuanto a la idea de que los hombres son quienes traen el sustento al hogar, aunque su esposa trabaje fuera de él, no se considera como compartir los gastos sino que es una responsabilidad de los hombres el velar por su familia. Así vemos que tanto hombre como mujeres, en la actualidad, siguen perpetuando el rol privado de la mujer y el público del hombre. (Lagarde, 1992)

Las distintas exigencias en el entorno de trabajo, al igual que las desigualdades de género, producen insatisfacción laboral, desmotivación por jefaturas que no reconocen la labor que se ejecuta. Tanto hombres como mujeres están expuestos a sufrir lesiones por la carga mental a la que son sometidos/as durante su jornada laboral, sin dejar de lado las situaciones extralaborales que son parte de la vida de cada individuo.

En el ámbito extralaboral las mujeres deben ejercer la doble jornada laboral, entendido ésta como el salir de su hogar para unirse a la fuerza laboral y mejorar sus condiciones de vida y las de su familia; el abrirse a nuevas oportunidades de trabajo y estudio pero sin desligarse de sus labores domésticas

ni de sus responsabilidades con respecto al cuidado, crianza, protección y sustento de su familia. De ahí que muchas mujeres afirman tener un recargo de actividades que generan en ellas estrés, fatiga y agotamiento. (Garduño, 1993)

En el caso de los hombres, el trabajo es desgastante pues están interesados en los resultados, la consecución de objetivos, el poder, la competitividad, la lógica, la eficacia en todo lo que realizan; también deben lidiar con la preocupación de que siempre haya sustento para su hogar, aunque sus esposas trabajen de forma remunerada fuera del hogar; por otra parte, les preocupan algunas situaciones sociales propias de estos tiempos, como son las drogas, los asaltos, la delincuencia en general que afecten a sus hijos e hijas. (Jiménez y otras, 2005)

Debido a las consecuencias que tienen los factores intra y extralaborales en los/as trabajadores/as se da un desgaste en el proceso salud-enfermedad de esta población por el esfuerzo cotidiano de la jornada laboral, lo cual les produce gran cantidad de estrés. Para cada persona y función existe una dosis de estrés que le genera un rendimiento óptimo pero un aumento desmesurado del estrés disminuye la eficacia y aumenta el riesgo en la salud.

El problema se presenta principalmente cuando no existe un equilibrio entre la capacidad de trabajo invertida y el no poder cumplir satisfactoriamente tal función cabalmente, toda esta situación genera un estado prolongado de cansancio, fatiga, agotamiento y trastornos diversos físicos y mentales. Para Marsellach (2005), las consecuencias de prolongados períodos de estrés pueden llevar a las personas a

emplear nuevas tecnologías para descartar padecimientos más graves, lo cuales pueden generar gastos en algunos casos, como gastroscopías, electrocardiogramas, electroencefalogramas, citas con especialistas como en el caso de esta población que presentan la sintomatología relacionada con el estrés que les provoca dolores de cabeza, dificultad en la deglución, acidez gástrica, náuseas, mareos, dolores de pecho, de espalda de cuello, micciones frecuentes, disminución de la memoria, espasmos gástricos, sudoración frío, entre otros.

Estos síntomas afectan tanto al hombre como a la mujer, pero las mujeres no sólo padecen estos trastornos sino también otros relacionados con el estrés que son específicos de la mujer como: amenorrea, tensión premenstrual, e infertilidad.

Cuando al estrés se le agregan componentes -como las tareas intra y extralaborales-se potencializan las reacciones nocivas en todas las esferas en que se desenvuelve el individuo ya que se le exige que iguale sus capacidades a las exigencias del trabajo y el hogar.

Todo esto se ve reflejado en los motivos de consulta médica e incapacidades que los y las trabajadores(as) presentan, tales como lesiones músculo-esqueléticas (en mayor grado los hombres); las mujeres, por alteraciones gastrointestinales específicamente colitis, gastritis. Ambos grupos sufren, además, de las migrañas, la depresión y la ansiedad.

Los hombres son más afectados debido a la gran responsabilidad social que se les

asigna en tareas como proveedor del hogar, protector de su familia, fortaleza, valor ante las adversidades, lucha por mantenerse de pie frente a las circunstancias más difíciles. Si el hombre no es exitoso en todas las funciones anteriores surge en él un sentimiento de frustración y depresión. En el caso de la mujer, el estrés surge de muchas fuentes: las presiones del hogar, el cuidado de los hijos/as (muchas veces no cuentan con el apoyo del padre), algunas cuidan a personas mayores y algunas estudian, todo lo anterior quedé reflejado en el Índice de Cornell. Cabe recalcar que el estrés es uno de los padecimientos que más afectan a hombres y mujeres lo cual se traduce en incapacidad laboral y trastornos de ansiedad.

Respecto de las reacciones transitorias de temor, como respuesta a situaciones de tensión física y/o mental, en el caso de la mujer obedece a un intento por conciliar la vida laboral y familiar.

La hipocondría y astenia se refieren a las sensaciones y signos subjetivos tomados como anormales los cuales producen un temor por padecer una enfermedad y esto genera una debilidad física y mental. De lo anterior se pueden hacer bastantes conclusiones en cuanto a las condiciones en que laboran estas personas.

### Conclusión

La Enfermería es una disciplina que ve al individuo de forma integral y no fraccionada, de igual forma trabaja la Salud Laboral ya que de suma importancia que se tomen en cuenta tanto los riesgos propios de la ocupación como todo lo que rodea a la población trabajadora. La salud se ve

afectada no sólo por aspectos físicos si no también por aquellos que no son tan visibles pero que tienen gran influencia en el diario quehacer de las personas.

Por lo anterior, esta investigación invita a reflexionar acerca de las condiciones a las que los trabajadores están expuestos y cómo los factores intra y extra laborales pueden afectar su salud. Tales factores provocan diversas manifestaciones que impiden una ejecución satisfactoria de las tareas laborales debido, principalmente, al estrés que surge de las exigencias en el ámbito familiar y laboral; las desigualdades de género también trae grandes repercusiones, primordialmente, para la mujer. No obstante, si estas condiciones son mejoradas, se verán favorecidas tanto la producción como la reproducción de la fuerza laboral.

### Bibliografía

- Ayestarán, S., De Rosa, A., y Páez, D. (1987). Representación social, procesos cognitivos y desarrollo de la cognición social. En: Pensamiento, individuo y sociedad. Cognición y representación social. Darío Páez y colaboradores. Caracas: Editorial Fundamento.
- Bestratén Bellovi Manuel y otros (2000). Condiciones de Trabajo y Salud. Madrid: Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.
- Cases, E. (2004). Diferentes forma de respuesta ante el estrés. Recuperado 10 de abril, 2005. Catholic\_net.
- Davis K. y Newstrom J. (2002). Comportamiento Humano en el trabajo. México D. F.: Editorial Mc Graw Hill.
- Décimo Informe del Estado de la Nación (2004). San José, Costa Rica.



- FUNDACIÓN SER Y CRECER. (1990). Orígenes de la violencia sexual y física de las mujeres, los niños y las niñas. San José: Fundación Ser y Crecer.
- Garduño María y Márquez Margarita. (1993) La salud laboral femenina Apuntes para su investigación. Para la investigación sobre la salud de los trabajadores. Washington: O. P. S.
- Guillén, A. M. (1997). Regímenes de bienestar y roles familiares: un análisis del caso español. Recuperado 10 de abril, 2005. Intersindical. Org/ salud laboral/stepv/sl género
- Instituto Nacional de Seguros. (2002). Manual para la promoción en salud laboral. San José: I.N.S.
- Jiménez, O. y otras. (2005). Estudio sobre los factores psicosociales intra y extralaborales en los (as) trabajadores (as) de la Compañía Nacional de Fuerza y Luz, edificio Central I semestre 2005. Práctica de graduación para optar por el grado de Magíster de Enfermería en Salud Laboral. Sistema de Estudios de Posgrado. Universidad de Costa Rica.
- Lagarde, M. (1992). Identidad de Género. Managua: Olof Palme.
- Lavara, N. (2005). La mujer resiste las enfermedades mejor que los hombres. Recuperado 10 de abril, 2005. <http://www.entornosocial.es>.
- Marsellach, G. (2005). *Estrés de la mujer*. Recuperado 1 de mayo, 2005. <http://www.teleantioquia.com.co>.
- Meza, M. (2004). Estrés laboral en profesionales de la enfermería: estudio sobre la evaluación cognoscitiva y afrontamiento. Revista Enfermería en Costa Rica. Vol 25(1).2003. San José. Costa Rica.
- Natividad, E. (2004). Salud Laboral y Género. Recuperado 1 de mayo, 2005. NIOSH.Jobstres.html.
- Noriega Mariano. (1993). Organización laboral, exigencias y enfermedad. Para la investigación sobre la salud de los trabajadores. Washington: OPS.
- O' Brien, G (1998). El estrés laboral como factor determinante de la salud. Madrid: Buendía Editores.
- Organización Internacional del Trabajo (1986) OIT Ginebra.
- Organización Panamericana de la Salud (1993). Para la investigación sobre la salud de los trabajadores. Washington: OPS.
- Organización Panamericana de la Salud (2004). Situación actual de la salud mental en Costa Rica. Ministerio de Salud. San José, Costa Rica: OPS.
- Organización Regional Interamericana de Trabajadores de la Confederación Internacional de Organizaciones Sindicales Libres. (2002) Mujer. Diagnóstico Sociolaboral y Sindical y Trabajo de América Latina y El Caribe. Caracas.
- Ortega, J (1999) Estrés y Trabajo. México D. F.: MEDSPAIN.