



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA
INDOAMÉRICA**

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA:

**“ESTRÉS LABORAL Y ANSIEDAD DE LOS TRABAJADORES DEL SECTOR
AUTOMOTRIZ DE LA CIUDAD DE QUITO”**

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Psicólogo General

Autor(a)

Tapia Loján Jonathan Michael

Tutor(a)

Msc. Paulina Guerra Guerra

QUITO – ECUADOR

2022

**AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA,
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL
TRABAJO DE TÍTULACIÓN**

Yo, Jonathan Michael Tapia Loján, declaro ser autor del Trabajo de Titulación con el nombre “Estrés laboral y ansiedad de los trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito”, como requisito para optar al grado de Psicólogo General y autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Tecnológica Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Tecnológica Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Tecnológica Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Quito, a los 15 días del mes de febrero de 2022, firmo conforme:

Autor: Jonathan Michael Tapia Loján.

Firma:



Número de Cédula: 1725833402

Dirección: Pichincha, Quito, Carcelén, Carcelén Alto.

Correo Electrónico: jonathanmichaeltapialojan@outlook.es

Teléfono: 0984559088

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “Estrés laboral y ansiedad de los trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito” presentado por Jonathan Michael Tapia Loján, para optar por el Título de Psicólogo General,

CERTIFICO

Que dicho trabajo de investigación ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del Tribunal Examinador que se designe.

Quito, 15 de febrero del 2022

.....

Msc. Paulina Guerra Guerra

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, declaro que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación, como requerimiento previo para la obtención del Título de Psicólogo General, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor

Quito, 15 de febrero 2022



.....
Jonathan Michael Tapia Loján
1725833402

APROBACIÓN TRIBUNAL

El trabajo de Titulación, ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: **ESTRÉS LABORAL Y ANSIEDAD DE LOS TRABAJADORES DEL SECTOR AUTOMOTRIZ DE LA CIUDAD DE QUITO**, previo a la obtención del Título de Psicólogo General, reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del trabajo de titulación.

Quito, 15 de febrero de 2022

.....

Ps. Ind. Valencia González Edwin G. MSc.
PAR EVALUADOR

.....

Msc. Reinoso Mena Edison Fernando
PAR EVALUADOR

DEDICATORIA

Dedico infinitamente esta investigación a Dios y a mis padres, por su apoyo incondicional en todas mis etapas académicas, quienes han trabajado mucho para que yo pueda terminar mi carrera y por enseñarme a querer proyectarla en grande.

A mi incondicional hermana Paulett, que ha sido una persona clave en mi etapa universitaria, una de las personas que mayormente me conoce y ha sido mi compañera de vida; anhelando, ser un ejemplo de superación y dedicación para ella.

Y a todos los seres queridos que han estado a mi lado, durante toda mi formación profesional.

Por último, me la dedico a mí mismo, sabiendo todo el esfuerzo, entusiasmo, perseverancia, entrega y proactividad que maneje en todos estos cuatro años de carrera universitaria.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a mis padres y hermana, por su apoyo y amor incondicional, por ser un pilar fundamental y de superación en mi vida personal, académica y profesional,

A mis profesores, que han sido conductores en este camino de pregrado, no solo supieron compartir sus conocimientos conmigo, sino que se convirtieron en mis amigos y mi admiración; en especial a mi tutora Paulina Guerra, a quien admiro mucho como docente, psicóloga y profesional. Quien no solo compartió sus conocimientos como docente, también me dio su guía y apoyo durante el proceso de investigación, siendo un grangusto haber trabajado con ella.

Quiero agradecer a mis amigas, a mi grupo de trabajo que conformamos desde primer semestre hasta la actualidad, que me dieron momentos únicos e inolvidables.

Por último y no menos importante, les agradezco mucho a cada integrante de mi familia, que han sido un apoyo constante en mi vida personal y académica.

INDICE DE CONTENIDOS

PORTADA.....	ii
AUTORIZACIÓN PARA EL REPOSITORIO DIGITAL.....	ii
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	iii
DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD	iv
APROBACIÓN TRIBUNAL.....	v
DEDICATORIA.....	vi
AGRADECIMIENTO	vii
RESUMEN.....	x
ABSTRACT.....	xi
INTRODUCCIÓN.....	2
MARCO METODOLÓGICO	6
RESULTADOS	9
DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	12
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	14
ANEXOS.....	18

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla No. 1 (escala de estrés percibido).....	10
Tabla No. 2 (escala de ansiedad).....	10
Tabla No. 3 (correlación grado de formación)	11
Tabla No. 4 (correlación edad, estado civil, sexo).....	11
Tabla No. 5 (correlación entre estrés y ansiedad)	11
Tabla No. 6 (media, mediana, moda).....	12

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA: ESTRÉS LABORAL Y ANSIEDAD DE LOS TRABAJADORES DEL SECTOR AUTOMOTRIZ DE LA CIUDAD DE QUITO.

AUTOR: Jonathan Michael Tapia Loján.

TUTOR: Msc. Paulina Guerra Guerra.

RESUMEN EJECUTIVO

Cuando hablamos de estrés laboral y ansiedad son detonantes para la afectación de nuestra salud, a una medida de mediano a largo plazo. Es por ello, que el objetivo de la presente investigación, se planteó relacionar los niveles de estrés laboral y ansiedad de los trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito a partir de un correlacional de corte transversal. Se manejó una metodología cuantitativa, con un paradigma positivista. Se usaron como instrumentos la Escala de Estrés Percibido (PSS-14) y la Escala de Zung del Estado de Ansiedad. Se encontró una correlación altamente significativa entre las variables de $.905^{**}p=0,00$, siendo ésta equivalente a un 90% de datos correlacionados. En base a lo expuesto se puede concluir, que se encontró una correlación altamente significativa entre estrés y ansiedad, esto debido que el sector automotriz existe trabajadores que manifiestan cansancio, dolores musculares y de cabeza, mala memoria, preocupaciones, miedos intensos y persistentes sobre situaciones diarias en el ámbito laboral. Estos sentimientos de estrés y ansiedad interfieren con las actividades diarias de los trabajadores. Trayendo consecuencias altamente significativas a los colaboradores, como: descenso acentuado de la productividad, absentismo, falta de motivación y disminución en la calidad del trabajo.

Palabras clave: *Estrés laboral, Ansiedad, Sector automotriz, Trabajadores, Quito.*

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA

**THEME: WORK STRESS AND ANXIETY IN WORKERS IN THE AUTOMOTIVE
SECTOR IN THE CITY OF QUITO**

AUTHOR: Jonathan Michael Tapia Loján.

TUTOR: Msc. Paulina Guerra Guerra

ABSTRACT

When we speak of work stress and anxiety they are triggers for the affectation of our health, to a medium to long term measure. That is why the objective of this research, was proposed to relate the levels of labor stress and anxiety of the workers of the automobile sector of the city of Quito from a correlational of cross-cutting. A quantitative methodology was used, with a positivist paradigm. The perceived stress scale (PSS-14) and the Zung scale of the State of Anxiety were used as instruments. A highly significant correlation was found between the $.905^{**}p=0,00$ variables, this being equivalent to 90% of correlated data. Based on the above, That a highly significant correlation was found between stress and anxiety, this because the automotive sector exists workers who manifest fatigue, muscle and headache, bad memory, concerns, intense and persistent fears about daily situations in the workplace. These feelings of stress and anxiety interfere with workers' daily activities. Bringing highly significant consequences to collaborators, such as: decrease in productivity, absenteeism, lack of motivation and decrease in the quality of work.

KEYWORDS: *Work Stress, Anxiety, Automotive Sector, Workers, Quito city.*

ESTRÉS LABORAL Y ANSIEDAD EN TRABAJADORES DEL SECTOR AUTOMOTRIZ DE LA CIUDAD DE QUITO.

*Work Stress and Anxiety in workers in the automotive sector in the city
of Quito*

Autor: Michael Tapia-Loján.
jonathantapia@indoamerica.edu.ec

Tutor: Paulina Guerra-Guerra.
paulinaguerra@uti.edu.ec

Trabajo de Titulación para la
obtención del título de
Psicólogo General de la
Universidad Tecnológica
Indoamérica.

Modalidad:
Investigación Cuantitativa.

RESUMEN

Cuando hablamos de estrés laboral y ansiedad son detonantes para la afectación de nuestra salud, a una medida de mediano a largo plazo. Es por ello, que el objetivo de la presente investigación, se planteó relacionar los niveles de estrés laboral y ansiedad de los trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito a partir de un correlacional de corte transversal. Se manejó una metodología cuantitativa, con un paradigma positivista. Se usaron como instrumentos la Escala de Estrés Percibido (PSS-14) y la Escala de Zung del Estado de Ansiedad. Se encontró una correlación altamente significativa entre las variables de $.905^{**}p=0,00$, siendo ésta equivalente a un 90% de datos correlacionados. En base a lo expuesto se puede concluir, que se encontró una correlación altamente significativa entre estrés y ansiedad, esto debido que el sector automotriz existe trabajadores que manifiestan cansancio, dolores musculares y de cabeza, mala memoria, preocupaciones, miedos intensos y

ABSTRACT

When we speak of work stress and anxiety they are triggers for the affectation of our health, to a medium to long term measure. That is why the objective of this research, was proposed to relate the levels of labor stress and anxiety of the workers of the automobile sector of the city of Quito from a correlational of cross-cutting. A quantitative methodology was used, with a positivist paradigm. The perceived stress scale (PSS-14) and the Zung scale of the State of Anxiety were used as instruments. A highly significant correlation was found between the $.905^{**}p=0,00$ variables, this being equivalent to 90% of correlated data. Based on the above, That a highly significant correlation was found between stress and anxiety, this because the automotive sector exists workers who manifest fatigue, muscle and headache, bad memory, concerns, intense and persistent fears about daily situations in the workplace. These feelings of stress and anxiety interfere with workers' daily

Quito, Ecuador.
Octubre de 2021.

persistentes sobre situaciones diarias en el ámbito laboral. Estos sentimientos de estrés y ansiedad interfieren con las actividades diarias de los trabajadores. Trayendo consecuencias altamente significativas a los colaboradores, como: descenso acentuado de la productividad, absentismo, falta de motivación y disminución en la calidad del trabajo.

activities. Bringing highly significant consequences to collaborators, such as: decrease in productivity, absenteeism, lack of motivation and decrease in the quality of work.

Palabras clave: *Ansiedad, Estrés laboral, Quito, Sector automotriz, Trabajadores.*

Keywords: *Anxiety, Automotive Sector, Quito city, Work Stress , Workers,*

Estrés y Ansiedad en trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito

1. INTRODUCCIÓN.

Los problemas psicosociales y su relación con el estrés, remite a factores de riesgos psicosociales. Estos factores se pueden manifestar dentro del puesto de trabajo o en su entorno, el cual afecta en su rendimiento laboral; como lo afirma Sauter, Hurrell, Murphy y Levi (1998), los factores psicosociales son situaciones extra e intralaborales de los trabajadores, lo cual afecta en su rendimiento laboral.

En ese sentido, el estrés laboral se ha definido como el resultado de la aparición de factores psicosociales de riesgo, o como riesgo psicosocial que por sí mismo tiene “alta probabilidad de afectar de forma importante a la salud de los trabajadores y al funcionamiento empresarial a medio y largo plazo” (Moreno y Báez, 2010, p. 50).

Trastornos mentales, estrés, ansiedad y su influencia sobre diferentes factores Una salud mental óptima reside en un estado de bienestar en el que un individuo es consciente de las capacidades que posee, pudiendo hacer frente a las tensiones normales que se generen en el día a día, trabajando de forma productiva y siendo capaz de participar en su comunidad de manera activa (Organización Mundial de la Salud, 2013). Teniendo en cuenta la literatura previa, los trastornos mentales ocupan actualmente un lugar relevante en el ámbito de la salud pública. En este sentido, los Trastornos Mentales Graves (TMG), como los trastornos del estado de ánimo, psicóticos y de personalidad, provocan un impacto negativo a causa del alto grado de distorsión cognitiva, emocional y conductual Cardila, Martos, Barragán, Pérez-Fuentes, Colero y Gázquez (2015),

así como el deterioro personal, social y ocupacional que conllevan (Roldán, Salazar, Garrido, y Cuevas-Toro, 2015).

Para los investigadores del área de la salud, el estrés ha despertado un gran interés de estudio, la misma considerada como la “enfermedad del siglo veinte” (Aniței, Stoicay Samsonescu, 2013, p. 1011). Dicha enfermedad, ha repercutido en los individuos hasta el vigésimo siglo XX; dentro del contexto laboral, el estrés deriva a trabajos con sobrecarga cuantitativa, trabajo repetitivo, trabajos con efectos psicosociales, etc.

Los TMG, además tendrán repercusiones negativas sobre el entorno próximo del afectado, habitualmente los familiares, que experimentan una gran variedad de sentimientos y emociones, estrechamente relacionadas con el desarrollo de ansiedad (Steele, Maruyama, y Galynker, 2010). Existen situaciones que, por su naturaleza, llevan aparejado el padecimiento de ansiedad y estrés, en la mayoría de los casos cronificado, como serían los casos de víctimas de violencia de género (Guerra y Barrera, 2017) o de violencia filio-parental. Las respuestas a estas situaciones pueden tornarse agresivas, ante diversas situaciones (Gázquez et al. 2016), provocando sentimientos de autculpa, depresión y ansiedad (Zuñeda, Yamazares, Marañón, y Vázquez, 2016).

El estrés y la ansiedad son dos conceptos muy afines entre sí, pero hay una gran diferencia entre ellas, como lo refiere Sierra, Ortega y Zubeidat (2003), los presentes autores manifiestan que el estrés puede entenderse como factores de incapacidad y complejidad en el individuo en su entorno,

Estrés y Ansiedad en trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito

las cuales son de gran dificultad llevarlas a cabo, derivando a un trastorno psicológico. Como lo indica la Real Academia Española [RAE] (2019). También el estrés se caracteriza por una serie de procesos adaptativos con el ambiente del sujeto, lo que deriva que no sea una emoción, sino que es un generador de emociones, como lo afirman (Peña, Bernal, Pérez, Reyna, y García, 2017), entre otros (Gázquez et al., 2019).

Como lo indica la Real Academia Española [RAE] (2019), la ansiedad hace referencia a un estado de agitación ante una determinada situación peligrosa, la ansiedad tiene sus respectivos síntomas psíquicos, las cuales se reflejan en una respuesta emocional. Este tipo de respuesta emocional pasa por procesos a nivel cognitivo, emocional, fisiológico y motor. Dentro del tema de la ansiedad, hay una gran variedad de tipos, como tal: ansiedad social (Sociedad Española para el estudio de la Ansiedad y el Estrés, 2019), lo cual los individuos demuestran menos habilidades sociales (Caballo y Salazar 2018) y que suelen presentar baja autoestima (Ritter, Leichsenrin, Strauss, y Stangier, 2013).

Para Bonilla y Padilla (2015), manifiestan que la ansiedad cumple una serie de patrones de conducta, entre ellos: la emoción sea recurrente y dure de manera prolongada en el tiempo, dicha respuesta emocional sea de una manera proporcional a la situación, y así se de conductas adaptativas ante un determinado ambiente. Por lo que se consideran las creencias positivas como una estrategia de afrontamiento en respuesta a la ansiedad y el estrés (Ruiz y Odriozola- González, 2017).

Es así que el estrés y la ansiedad, se recomienda la práctica de meditación, atención plena o *mindfulness*, se concibe como una estrategia que favorece el aprendizaje hacia la disminución de la evitación, el apego a los pensamientos negativos, así como el aumento de la propia capacidad para centrarse en el momento presente, en la situación real (Amutio et al., 2018). El objetivo del *mindfulness* consiste en facilitar en el individuo se encuentre en un estado de consciencia que permita clarificar sus valores o propósitos, con implicación activa hacia un cambio conductual orientado a su consecución, y disminuyendo así la tendencia hacia el juicio continuo (Larrubia, 2019).

Cuando hablamos de estrés y ansiedad son detonantes para la afectación de nuestra salud, a una medida de mediano a largo plazo. Es por ello, que el estudio de la presente investigación, se ha convertido en objetivo de estudio en diferentes autores. (Vera-Villaruel et al., 2017).

Se detalla fundamentos teóricos sobre la ansiedad, que fueron extraídos en investigaciones científicas o libros de texto en psicología, los cuales sirven de base para la presente investigación, con el propósito hacer la investigación más fácil de interpretar, a continuación, se detalla conceptos que describen la ansiedad, síntomas de la ansiedad, tipos de ansiedad, factores de riesgo de la ansiedad y efectos de la misma.

Para Román, Santibáñez, y Vinet (2016) la ansiedad es un trastorno que influye negativamente en el desarrollo de las actividades cotidianas de cada persona. La ansiedad en el individuo promueve la

Estrés y Ansiedad en trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito

dificultad en la concentración, incrementa el número de errores, ralentizar la toma de decisiones y disminuye la memoria, además que afecta en diversas áreas de la vida de la persona y la predispone a sufrir otros problemas de salud.

La ansiedad es una condición psicológica común, el inicio de la ansiedad puede ocurrir debido a una variedad de razones, pero generalmente se asocia con desafíos físicos o mentales relacionados con el estrés, o una combinación de ambos. Sin embargo, si los estados de ansiedad se vuelven sistemáticos, la respuesta puede ser perjudicial y producir un trastorno de ansiedad (Zhou, et al., 2018).

La ansiedad se caracteriza por un intenso malestar interior que la persona no es capaz de controlar, síntoma que puede deberse a una preocupación exagerada por actividades futuras que las personas tienen que realizar, lo que va generando un grado de ansiedad en ellas, y que generalmente va en aumento.

La ansiedad dentro del ámbito laboral está fuertemente relacionada con las demandas laborales medidas por factores como la ocupación, el nivel académico y las horas de trabajo. Los niveles de ansiedad laboral de los empleados, a su vez, están negativamente asociados con el clima organizacional y una relación positiva con la participación laboral. (Allam, 2007).

Para identificar los síntomas que presenta el trastorno de ansiedad se han clasificado en síntomas físicos, síntomas cognitivos y síntomas comportamentales. Dichos síntomas reacciones frente a la exposición del individuo sobre los cuales no tiene conciencia de la afectación.

Para Pinto, Calero, Vaca, Sánchez, y Capote (2018) los cuales establecen que la edad, el sexo, el entorno de residencia, la configuración del grupo familiar, autoestima y trastornos como el déficit de atención influyen sobre la experiencia ansiosa, las principales variables relacionadas a la ansiedad pueden ser: biológicas, psicológicas y sociales.

La ansiedad tiene variedad de tipos y colores, se han presentado casos de preocupaciones permanentes y otros individuos que poseen ataques de pánico, obsesiones, fobias o a su vez temor por el estado de su salud. Además, los síntomas de ansiedad pueden referirse a respuestas emocionales y conductuales relacionadas con la ansiedad excesiva y patrones cognitivos relacionados por debajo del umbral hasta los trastornos depresivos y presentan consecuencias precarias para el desarrollo psicológico adaptativo el ajuste social y laboral.

Se han identificado conjuntos específicos de manifestaciones que ahora se toman como síntomas, con el fin de reconocer o diagnosticar una situación de ansiedad, la sintomatología se presenta en función de variaciones individuales, lo que da origen a un amplio espectro de manifestaciones cuyo único rasgo común es que la ansiedad es un núcleo, también es posible que se produzca por estímulos mentales, especialmente relacionados con intranquilidad por el futuro o por eventos próximos que no hayan sucedido aún.

Los síntomas físicos del trastorno de ansiedad son comunes y se presentan habitualmente acompañados de deficiencia en las actividades autónomas reflejados en

Estrés y Ansiedad en trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito

palpitaciones, tensión muscular, fatiga, mala concentración, irritabilidad, problemas del sueño, respiración superficial, temblor, enrojecimiento, desmayo, mareos, dolor precordial, sequedad en la boca, tensión muscular, temblores, calambres y espasmos mareos, rigidez o dolor muscular, dilatación de las pupilas que provoca visión borrosa, dificultad para conciliar el sueño, fatiga, taquicardia, sudoración y boca seca. Cisneros y Mantilla (2016) añaden la falta de aire, sensación de opresión en el pecho, molestias digestivas, alteraciones en la alimentación e inestabilidad.

Los síntomas cognitivos aparecen en forma de preocupación excesiva y pensamientos negativos. También dificultades para concentrarse, anticipaciones amenazantes, alteración de la memoria, incapacidad de solucionar. Como lo menciona Ruiz y Lago (2015) las respuestas de ansiedad incluyen síntomas cognitivos y somático que son características y que expresan la atracción del sistema autonómico (inquietud psicomotriz, piloerección, taquicardia, sensación de muerte inminente tensión, etc.).

En cuanto a los síntomas comportamentales, hay una alteración de los estados anímicos, intranquilidad motora, movimientos sin finalidad, sobresaltos y una tendencia a las compulsiones, especialmente en conductas como comer o fumar en exceso, además de temblores de manos y piernas, tensión en el rostro, evitación de situaciones y nerviosismo general (García y Sanz, 2016).

La importancia de realizar la presente investigación, debido que, en la ciudad de Quito, los colaboradores del sector

automotriz de la ciudad de Quito se requieren investigar si existen problemas de estrés y ansiedad, saber sus niveles; posteriormente se ha diseñado objetivos de la investigación.

El presente trabajo estudia la relación entre la ansiedad y el estrés laboral en los trabajadores. Es importante puesto que permite estudiar dos variables de interés que, como ya se ha observado, son fundamentales para el desarrollo adecuado, tanto para la organización como para alcanzar el bienestar personal de los trabajadores. Dentro del ámbito organizacional se considera indispensable tener un conocimiento pormenorizado de los elementos que afectan cada una de las áreas de la empresa, de manera que estos puedan ser abordados de forma preventiva o que se puedan atender los casos que se consideren necesarios a fin de revertir las situaciones negativas que estén incidiendo en el bienestar del personal en todos sus niveles, sobre el cumplimiento de los objetivos empresariales y en el posible aporte de la empresa al desarrollo general de los mercados, productos y servicios del sector en el cual se inserta su actividad a nivel local, regional y global. Los beneficiarios directos de la investigación son los trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito. De forma indirecta se beneficiarían los entornos en los cuales los empleados se desenvuelvan, así como el mercado y los usuarios a los cuales atiende la empresa puesto que se espera que este trabajo se traduzca en mejores condiciones laborales lo que llevaría a una mayor satisfacción y un mejor desenvolvimiento por parte de los trabajadores en la realización de sus actividades.

Estrés y Ansiedad en trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito

A partir de los aspectos planteados en los párrafos anteriores surge el interés de esta investigación para responder a las siguientes preguntas: ¿Existe una relación entre el estrés y la ansiedad en trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito?, Y ¿Cuáles son los niveles de estrés y ansiedad en los trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito?, ¿Conocer la relación de los niveles de estrés y ansiedad con los factores sociodemográficos?

Nuestro objetivo para la presente investigación fue: Relacionar los niveles de estrés laboral y ansiedad de los trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito. Como objetivos específicos se propusieron los siguientes: Estimar los niveles de estrés y ansiedad en los trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito, Comparar los niveles de estrés y ansiedad en relación con los factores sociodemográficos.

2. MARCO METODOLÓGICO.

El presente estudio utilizó una metodología cuantitativa, de acuerdo con Tamayo (2010), consiste en el contraste de teorías ya existentes a partir de una serie de hipótesis surgidas de la misma, siendo necesario obtener una muestra, ya sea en forma aleatoria o discriminada, pero representativa de una población o fenómeno objeto de estudio.

El Método cuantitativo que Tamayo (2010) expone que tiene su base en el positivismo, que busca las causas mediante métodos tales como el cuestionario y producen datos susceptibles de análisis estadístico, por ello es deductivo. Para el positivismo, la objetividad es muy importante, el investigador observa, mide y manipula variables; además de que se desprende de

sus propias tendencias y es que la relación entre éste y el fenómeno de estudio es independiente. Lo que no puede medirse u observarse con precisión se descarta como “objeto” de estudio. Cabe señalar que el primer enfoque a la investigación en desarrollarse fue el cuantitativo.

El positivismo es una estructura o sistema de carácter filosófico, que considera que no existe otro conocimiento que el que proviene de hechos reales que han sido verificados por la experiencia, por lo tanto, niega la posibilidad de que la teoría pueda ser una fuente del conocimiento y además niega la posibilidad que la filosofía pueda contribuir al conocimiento científico. (Díaz- Narváez, 2014).

Según Kincheloe y Tobin (2009), el positivismo lógico, siendo una forma de empirismo, adoptó el postulado que todo conocimiento debe someterse a la verificación lógica y experimental, es decir, la premisa de que algo tiene sentido entre sí y solo si es verificable empíricamente. Los conceptos del conocimiento están total o parcialmente basados en la experiencia a través de los sentidos y la introspección.

Como lo refiere Cornejo y Santilli (2013) el positivismo evolucionista de Herbert Spencer propuso la existencia de un patrón universal de los cambios progresivos en el conocimiento, la ciencia y la sociedad.

Para Tamayo (2010), estuvo la posición adoptada por el positivista austriaco Ernst Mach, quien minimizó el componente social y propuso una reducción sistemática de los conceptos científicos de las sensaciones. Las ideas de Mach, basadas en el positivismo alemán, eran de influencia significativa en

Estrés y Ansiedad en trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito

enseñanza de las ciencias a finales del siglo XIX e inicios del siglo XX.

Las características que destacan en la metodología cuantitativa, como lo expone Tamayo (2010) en términos generales es que esta elige una idea, que transforma en una o varias preguntas de investigación relevantes; luego de estas deriva hipótesis y variables; desarrolla un plan para probarlas; mide las variables en un determinado contexto; analiza las mediciones obtenidas (con frecuencia utilizando métodos estadísticos), y establece una serie de conclusiones respecto de las hipótesis.

Rodríguez Peñuelas (2010, p.32), señala que el método cuantitativo se centra en los hechos o causas del fenómeno social, con escaso interés por los estados subjetivos del individuo. Este método utiliza el cuestionario, inventarios y análisis demográficos que producen números, los cuales pueden ser analizados estadísticamente para verificar, aprobar o rechazar las relaciones entre las variables definidas operacionalmente, además regularmente la presentación de resultados de estudios cuantitativos viene sustentada con tablas estadísticas, gráficas y un análisis numérico.

En este sentido, el método cuantitativo de acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2010), manifiestan que usan la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías, además señalan que este enfoque es secuencial y probatorio, cada etapa precede a la siguiente y no podemos “brincar o eludir” pasos, el orden es riguroso, aunque

desde luego, podemos redefinir alguna fase y parte de una idea, que va acotándose y, una delimitada, se derivan objetivos y preguntas de investigación, se revisa la literatura y se construye un marco o una perspectiva teórica. De las preguntas se establecen hipótesis y determinan variables; se desarrolló un plan para probarlas (diseño); se miden las variables en un determinado contexto; se analizan las mediciones obtenidas (con frecuencia utilizando métodos estadísticos), y se establece una serie de conclusiones respecto de las hipótesis.

La presente investigación tuvo un alcance correlacional, dado que se indagó la relación existente entre dos variables de estudio, a saber, la relación de los niveles de ansiedad y estrés laboral en los trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito.

Para el presente trabajo el nivel de investigación fue correlacional, definido por autores como Hernández, Fernández y Baptista (2010), identificar relación o grado de asociación que existe entre dos o más variables en un contexto. Donde su utilidad se basaría en: 1. Predecir el valor de una variable a partir del valor de otra relacionada; 2. Explicar un fenómeno, aunque de manera parcial.

Donde el método de la investigación correlacional será identificar variables; establecer hipótesis; medir cada variable; analizar la vinculación entre variables; probar o no las hipótesis. Consiguiente proporciona la base para llevar a cabo estudios explicativos donde la misma tiene amplitud en la investigación a la vez focalizando las variables. La meta del investigador será asociar variables que

Estrés y Ansiedad en trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito

permita predecir, donde podrían presentar riesgos como obtener relaciones falsas y tener un análisis sustancial en la investigación (Hernández., Fernández, y Baptista, 2010).

Se realizó un estudio de corte transversal, donde los datos fueron obtenidos en una única ocasión, la investigación transversal, como lo exclama Ayala (2021) conocida también como estudio vertical o de prevalencia, es una investigación de carácter estadístico, epidemiológico y demográfico, muy usada en ciencias médicas y de la salud, y en ciencias sociales.

La investigación transversal sirve para establecer estadísticamente algunos hechos, pero no permiten establecer la causalidad de los mismos; sin embargo, ayudan a generar hipótesis que servirán para comenzar otros tipos de investigación que sí pueden aclarar el por qué. (Ayala, M, 2021)

Para la selección de la muestra, a través de un muestreo no probabilístico intencional, se direccionó al sector automotriz de la ciudad de Quito.

Los criterios de inclusión para la selección de la muestra fueron: ser mayores de edad, laborar en el área Posventa (atención al cliente) en el sector automotriz de la Ciudad de Quito y consentir su participación en la investigación.

En la investigación se tomó al total de población, que son 207 trabajadores, de los cuales el 34.3% son mujeres y el 65.7% hombres.

Los instrumentos utilizados para la recolección de los datos en la presente investigación fueron:

Escala de Zung del Estado de Ansiedad

La ESD-Z es una escala de autor reporte que mide sintomatología depresiva, creada por Zung (1965), en la construcción de esta escala los criterios diagnósticos usados comprenden la mayoría de las características de la depresión y ansiedad, contemplando aspectos afectivos, fisiológicos y psicológicos. La puntuación se obtiene de una escala tipo Likert, de 1 a 4 para los ítems negativos y de 4 a 1 para los ítems positivos. El índice de la escala se obtiene sumando el puntaje de los valores otorgados a cada uno de los 20 ítems, el puntaje máximo es de 80 y se asume presencia de depresión o ansiedad con puntajes superiores al 50%.

En la validación de Jaramillo-Toro, C., Martínez, J. W., Gómez-González, J. F., Mesa, T., Otálvaro, S., y Sánchez-Duque, J. A. (2018), se obtuvo para el test un alpha de Cronbach de 0,84, lo cual lo hace fiable para ser utilizado en el presente estudio.

Escala de Estrés Percibido (PSS-14)

Es una de las más usadas para evaluar el estrés y está diseñada para medir el grado en que las situaciones de vida son percibidas como estresantes, la presente escala es usada en diferentes contextos, como en situaciones de contexto clínico, organizacional, social; culturalmente ha sido adaptada en México por González y Landero (2007) en su versión en español, y es una escala que tiene una adecuada consistencia interna de 0.83. Su tiempo aproximado de aplicación es de 8-10 min, y está conformada por 14 ítems que incluyen preguntas directas sobre los niveles de estrés experimentados en el último mes. Utiliza un formato de respuesta tipo Likert de 5 alternativas, con un rango de 0 (nunca) a 4

Estrés y Ansiedad en trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito

(muy a menudo), invirtiéndose la puntuación en los ítems 4, 5, 6, 7, 9, 10 y 13. La escala puntúa de 0 a 56; las puntuaciones superiores indican un mayor estrés percibido. La escala PSS-14 ha demostrado ser fiable y válida para evaluar el estrés en diversas poblaciones: mujeres, hombres, estudiantes, trabajadores, inmigrantes, pacientes cardiopatas, hemofílicos, renales, con enfermedades de la piel o con HIV positivo. (Torres-Lagunas, Vega-Morales, Vinalay-Carrillo, Arenas-Montano y Rodríguez-Alonzo. 2015).

En la validación de Torres-Lagunas, Vega-Morales, Vinalay-Carrillo, Arenas-Montano y Rodríguez-Alonzo (2015), se obtuvo para el test un alpha de Cronbach de 0,83, lo cual hace fiable para ser utilizado en el presente estudio.

Los principios éticos relevantes para la investigación, son: la confidencialidad, el respeto, la ética, y la honestidad. Cada uno de los principios éticos mencionados, permitirá enriquecer la presente investigación, al aporte al mundo científico, a sus lectores y el uso de futuras investigaciones.

La contribución más relevante del Informe Belmont fue el establecimiento de tres “principios éticos básicos”, que sirven como Justificación para dirigir y evaluar las acciones humanas:

- Respeto a las personas: tratar a las personas como seres autónomos y proteger a aquellas con autonomía limitada (vulnerables).
- Beneficencia: no causar daño a la persona (derivado del *primum non nocere* hipocrático), maximizar los posibles beneficios y minimizar los posibles riesgos

para el individuo. La beneficencia se entiende no como un acto caritativo, sino como una obligación del investigador.

- Justicia: ofrecer un trato justo a las personas, distribuyéndose equitativamente los beneficios y las cargas asociadas a la investigación. (Delclós, 2021).

3. RESULTADOS.

En base a los objetivos planteados de la presente investigación se pudo obtener lo siguiente resultados:

De los resultados obtenidos un 8,2% de los participantes expresó que casi nunca o nunca está estresado, un 44,4% expresó que de vez en cuando está estresado, el 43,0% de los participantes comentó que a menudo está estresado, y únicamente un 4,3% de los participantes indicó que muy a menudo está estresado; esto indica que el nivel más alto que se encontró fue de 44,4% que representa “De vez en cuando está estresado” (Tabla 1).

Estrés y Ansiedad en trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito

Análisis e interpretación.

Tabla 1

<i>Escala Estrés Percibido.</i>		
	Frecuencia	Porcentaje
Casi nunca o nunca está estresado	17	8,2
De vez en cuando está estresado.	92	44,4
A menudo está estresado.	89	43,0
Muy menudo está estresado.	9	4,3
Total	207	100,0

De los resultados obtenidos un 8,2% de los participantes se encuentran dentro de los límites normales. No hay ansiedad presente, un 53,6% de los participantes presencia de ansiedad mínima a moderada, el 33,8% de los participantes se encuentran en presencia de ansiedad marcada a severa, y únicamente un 4,3% de los participantes se encuentran en presencia de ansiedad en grado mayor; esto demuestra que solamente un 8,2% de los participantes “no presentó ansiedad”, mientras que un 91,8% de los participantes si presentó ansiedad en grados más leves o mayores (Tabla 2).

Análisis e interpretación.

Tabla 2

<i>Escala De Ansiedad.</i>		
	Frecuencia	Porcentaje
Dentro de los límites normales. No hay presencia de ansiedad presente.	17	8,2
Presencia de ansiedad mínima a moderada.	111	53,6
Presencia de ansiedad marcada a severa.	70	33,8
Presencia de ansiedad en grado mayor.	9	4,3
Total	207	100,0

En cuanto a la variable sociodemográfica “grado de formación”, se encontró una correlación significativa a nivel 0,05 de $-0,152$ * $p=0,00$, para la variable Estrés Percibido, y de $-0,161$ * $p=0,00$, para la variable ansiedad. Esto significa que la muestra de estudio presentó entre 15% y 16% de ansiedad y estrés relacionado a su grado de formación (Tabla 3).

Estrés y Ansiedad en trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito

Análisis e interpretación.

Tabla 3
Correlaciones

	<i>Grado de Formación.</i>	
	Escala Estrés Percibido	Escala De Ansiedad
Grado de formación.	-,152*	-,161*

**La correlación es significativa en el nivel 0,01(bilateral).

*La correlación es significativa en el nivel 0,05(bilateral).

No se encontró ninguna relación, con respecto a las variables sociodemográficas “edad”, “estado civil” y “sexo”, no se encontró un nivel significativo de correlación entre el estrés percibido y ansiedad, y las tres variables sociodemográficas anteriormente mencionadas (Tabla 4).

Análisis e interpretación.

Tabla 4
Correlaciones

	<i>Edad, Estado Civil, Sexo.</i>	
	Escala Estrés Percibido	Escala De Ansiedad
Edad	-.118	-.119
Estado Civil	.117	.115
Sexo	-.013	-.020

Se realizó un análisis de correlación de Pearson para evaluar el nivel de correlación entre el estrés percibido y la ansiedad en la muestra del estudio. Al realizar los análisis estadísticos, se encontró una correlación directamente proporcional o positiva entre ambas variables; esto implica que, a mayor

nivel de estrés percibido, mayores niveles de ansiedad, y viceversa. La correlación encontrada fue de .905** $p=0,00$, siendo ésta equivalente a un 90% de datos correlacionados, donde la correlación que se presentó fue altamente significativa, al realizar la prueba a dos colas (Tabla 5).

Análisis e interpretación.

Tabla 5
Correlaciones

		<i>Correlación entre Estrés y Ansiedad</i>	
		Escala Estrés Percibido	Escala De Ansiedad
Grado de formación.	Correlación de Pearson.	1	.905**
Grado de formación.	Sig. (bilateral)	0,00,	0,00,

**La correlación es significativa en el nivel 0,01(bilateral).

En relación a los estadísticos descriptivos para la variable Estrés Percibido la media fue de 2,43 puntos equivalente a un nivel medio de estrés; una mediana de 2,00 puntos, que indica al menos la mitad de los participantes tuvieron un nivel medio de estrés, y una moda de 2,00 puntos, que indica frecuencia de los datos; mientras en la relación estadística descriptiva para la variable de Ansiedad la media fue de 2,34 puntos equivalente a un nivel medio de ansiedad; una mediana de 2,00 puntos, que indica al menos la mitad de los participantes tuvieron un nivel medio de estrés, y una moda de 2,00 puntos, que indica frecuencia de los datos (tabla 6).

Estrés y Ansiedad en trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito

Análisis e interpretación.

Tabla 6
Estadísticos

	<i>Media, Mediana, Moda.</i>	
	Escala	Escala
	Estrés	De
	Percibido	Ansiedad
Media	2,43	2,34
Mediana	2,00	2,00
Moda	2	2

4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.

En el estudio, “Estrés laboral y ansiedad en trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito”, con una muestra de 207 trabajadores del sector automotriz de Quito, mediante la utilización de los siguientes instrumentos: Escala de Estrés Percibido y Escala de Ansiedad de Zung. Se obtuvieron los siguientes resultados:

El estrés percibido, que un 8,2% de los participantes expresó que casi nunca o nunca esta estresado, mientras que un 91,8% si presentan niveles de estrés percibido; de otro lado, la prevalencia de ansiedad encontrada fue de que un 91,8% de los participantes si presentó ansiedad en distintos niveles.

Por otra parte, es posible señalar que las variables sociodemográficas presentan un rol significativo con las variables estudiadas en el trabajo de investigación.

Dentro de las variables “sociodemográficas” a relación con las variables de “estrés percibido” y “ansiedad”, los datos de: edad, estado civil y sexo no se encontraron ningún

tipo de relación; por otro lado, el dato de grado de formación, efectivamente se encontró una relación significativa con el estrés percibido y ansiedad.

Después de analizar los resultados del presente estudio, es posible señalar que el estrés percibido presenta relaciones significativas con niveles de ansiedad, lo que es coherente con estudios previos en materia de estrés y ansiedad.

Estos resultados son similares a los obtenidos por Fernández, M (2019) en una investigación sobre “Estrés y ansiedad, estrategias de afrontamiento y sentido de coherencia en estudiantes de enfermería en México”, donde se han encontrado relación entre estrés percibido y ansiedad, obteniéndose una fiabilidad de 0,92 para las dos variables de estudio.

En cuanto a otras investigaciones, se encuentra el estudio realizado por Barán, A (2018) la ansiedad y el estrés es un mal que, dadas las condiciones en la actualidad, sufren gran porcentaje de la población sin embargo el resultado del estudio refleja que los estudiantes del colegio Evangélico Nueva Jerusalén del Municipio de San Antonio del Departamento de Suchitepéquez, manejan niveles que sobrepasan el 75%.

En el estudio de Ramos y Trejos (2016) fue realizado a médicos tratantes, residentes y personal de enfermería. La investigación se trató las variables de estrés laboral y ansiedad en el personal de salud del Hospital IESS Riobamba. Donde se evidenció un 73% del personal presentaba niveles de ansiedad y un 67% manifestaba niveles de estrés.

Estrés y Ansiedad en trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito

Por otro lado, en la investigación de Barzalloy Vaca (2018), se evidenció una relación entre estrés y ansiedad en su población seleccionada, fue “Estrés y ansiedad en el personal del instituto psiquiátrico sagrado corazón período 2017 – 2018”. Se identificó que dentro del personal un 83,82% de la muestra alguna vez fueron afectados por estrés y ansiedad siendo este el nivel predominante.

En base a lo expuesto se puede concluir, quees necesario seguir investigando sobre la relación entre estrés laboral y ansiedad, para una mejor comprensión y también para que en futuras investigaciones se puedan realizarmás comparaciones o similitudes en distintos estudios.

Determinando que efectivamente se encontró una relación significativa en el presente estudio entre estrés percibido y ansiedad.

Se encontró una correlación altamente significativa entre estrés y ansiedad, esto debido que el sector automotriz existe trabajadores que manifiestan cansancio, dolores musculares y de cabeza, mala memoria, preocupaciones, miedos intensosy persistentes sobre situaciones diarias en el

ámbito laboral. Estos sentimientos de estrés y ansiedad interfieren con las actividades diarias de los trabajadores. Trayendo consecuencias altamente significativas a los colaboradores, como: descenso acentuado de la productividad, absentismo, falta de motivación y disminución en la calidad del trabajo.

En cuanto a las limitaciones presentes en la investigación, se puede mencionar que debido a la pandemia del COVID-19, no se pudo realizar la aplicación de los instrumentos de manera presencial, donde se facilitó la aplicación de los cuestionarios de manera on-line.

Estrés y Ansiedad en trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Allam, Z. (2007). A Study of Relationship of Job Burnout and Job Anxiety with Job Involvement among Bank Employees. *Management and Labour Studies*.
- Amutio, A., Franco, C., Sánchez, L.C., Pérez-Fuentes, M.C., Gázquez, J.J., Van Gordon, W., y Molero, M.M. (2018). Effects of Mindfulness Training on Sleep Problems in Patients with Fibromyalgia. *Frontiers in Psychology*, 9, 1-8.
- Aniței, M., Stoica, I., & Samsonescu, M. (2013). Particularities of personality traits and perceived stress at workplace. For the young workers in Romania, 84, 1010-1014.
- Ayala, A. (30 de mayo de 2021). Investigación transversal. Lifeder
- Bonilla, K., y Padilla, Y. (2015). Estudio piloto de un modelo grupal de meditación de atención plena (mindfulness) de manejo de la ansiedad para estudiantes universitarios en Puerto Rico. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 26(1), 72-87.
- Caballo, Salazar, y Equipo de Investigación CISO-A España, (2018). La autoestima y su relación con la ansiedad social y las habilidades sociales. *Psicología Conductual*, 26(1), 23-53.
- Castillo, I., Torres, N., Ahumada, A., Cárdenas, K., y Licon, S. (2014). Estrés laboral en enfermería y factores asociados. *Salud Uninorte*, 30(1), 34-43. Cartagena, Colombia
- Cardila, F., Martos, A., Barragán, A.B., Pérez-Fuentes, M.C., Molero, M.M., y Gázquez, J.J. (2015). Prevalencia de la depresión en España: Análisis de los últimos 15 años. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 5(2), 267-279.
- Cornejo, J. N., y Santilli, H. (2013). The Influence of Positivism in the Nineteenth Century Astronomy in Argentina. *Sci & Educ*(22), 1505–1518
- Delclós, J. (2021). Ética en la investigación científica. Consultado en abril.
- Díaz-Narváez, V. P. (2014). El concepto de ciencia como sistema, el positivismo, neopositivismo y las “investigaciones cuantitativas y cualitativas”. *Salud Uninorte. Barranquilla (Col.)*, 227-244
- García, M., y Gil, M. (2016). El estrés en el ámbito de los profesionales de la salud. *Revista de la Facultad de Psicología*.
- Gázquez, J.J., Pérez-Fuentes, M.C., Molero, M.M., Barragán, A.B., Martos, A., y Sánchez-Marchán, C. (2016). Drug use in adolescent in relation to social support and reactive and protective aggressive behaviour. *Psicothema*, 28(3), 318-322.

Estrés y Ansiedad en trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito

- Gázquez, J.J., Pérez-Fuentes, M.C., Molero, M.M., Oropesa, N.F., Simón, M.M., y Saracosti, M. (2019). La calidad del sueño y el papel mediador del manejo del estrés en la alimentación por parte del personal de enfermería. *Nutrientes*, 11(8), 1-10.
- Guerra, C., y Barrera, P. (2017). Psicoterapia con víctimas de abuso sexual inspirada en la terapia cognitivo-conductual centra en el trauma. *Revista de Psicología*, 26(2), 1-13.
- Güilgüiruca Retamal, M., Meza Godoy, K., Góngora Cabrera, R., & Moya Cañas, C. (2015). Factores de riesgo psicosocial y estrés percibido en trabajadores de una empresa eléctrica en Chile. *Medicina y Seguridad del Trabajo*, 61(238), 57-67.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación* (5ta ed.). México D.F.: McGraw-Hill Interamericana.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Pilar Baptista L. (2010). *Metodología de la investigación*. México. Ed. Mc Graw Hill.
- Jaramillo-Toro, C., Martínez, J. W., Gómez-González, J. F., Mesa, T., Otálvaro, S., & Sánchez-Duque, J. A. (2018). Sintomatología depresiva en una población universitaria de Colombia: Prevalencia, factores relacionados y validación de dos instrumentos para tamizaje. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 56(1), 18-27.
- Kincheloe, J. L., & Tobin, K. (2009). The much exaggerated death of positivism. *Cultural Studies of Sciences Education*, 513-528.
- Larrubia, A. (2019). MBI (Mindfulness Based Intervention). *Desarrollo profesional y salud laboral. Revista de Investigación y Educación en Ciencias de la Salud*, 4, 4-27.
- Moreno, B., y Báez, C. (2010). *Factores y riesgos psicosociales, formas, consecuencias, medidas y buenas prácticas*. Madrid: Universidad Autónoma de Madrid.
- Peña, E., Bernal, L., Pérez, R., Reyna, L., y García, K.G. (2017). Stress and coping strategies in Higher Level Students of the Autonomous University of Guerrero. *NURE Investigación*, 15(92), 1-8.
- Perales, A., Chue, H., Padilla, A., & Barahona, L. (2011). Estrés, ansiedad y depresión en magistrados de Lima, Perú. *Revista peruana de medicina experimental y salud pública*, 28(4), 581-588.
- Pinto, F., Calero, M., Vaca, M., Sánchez, C., y Capote, L. (2018). Tiempo, ansiedad y concentración: influencia en la efectividad en tiros libres del baloncesto femenino. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*.
- Real Academia Española [RAE] (2019). *Diccionario de la lengua española*. (23.1. Ed.).

Estrés y Ansiedad en trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito

- Rodríguez, M. Factores Psicosociales de Riesgo Laboral: ¿Nuevos Tiempos, Nuevos Riesgos? Observatorio Laboral Rev. Venezolana 2009; 2: 127- 141.
- Rodríguez Peñuelas, M. A. (2010). Métodos de investigación. 1ra. Edición, México. Ed. Universidad Autónoma de Sinaloa.
- Roldán, G.M., Salazar, I.C., Garrido, L., y Cuevas-Toro, A.M. (2015). Intervención psicológicagrupal, basada en la aceptación y el entrenamiento en comunicación, con familiares de personas con trastorno mental grave. Anales de Psicología, 31(3), 759-772.
- Román, F., Santibáñez, P., y Vinet , E. (2016). Uso de las Escalas de Depresión Ansiedad Estrés (DASS-21) como Instrumento de Tamizaje en Jóvenes con Problemas Clínicos. Acta de investigación psicológica.
- Ritter, V., Leichsenrin, F., Strauss, B.M., y Stangier, U. (2013) Changes in implicit and explicitself-esteem following cognitive and psychodynamic therapy in social anxiety disorder. Psychotherapy Research, 23, 547-558
- Ruiz, S. M., y Lago, P. (2015). Trastornos de ansiedad en la infancia y en la adolescencia. Ansiedad en niños y adolescentes; causas y tratamiento.
- Ruiz, F., y Odriozola-González, P. (2017). A longitudinal comparison of metacognitive therapyand acceptance and commitment therapy models of anxiety Disorders. Anales de Psicología, 33(1), 7-17
- Sauter, S., Hurrell, J., Murphy, L., y Levi, L. (1998). Factores psicosociales y de organización. En O. I. Trabajo, Enciclopedia de salud y seguridad en el trabajo, (pp. 2-34). Ginebra: Organización Internacional del Trabajo.
- Sierra, J.C., Ortega, V., y Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: Tres conceptos a diferenciar. Revista Mal-Estar e Subjetividade/Fortaleza, 3(1), 10-59.
- Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés (2019). Trastorno de ansiedad.
- Steele, A., Maruyama, N. y Galynker, I. (2010). Psychiatric symptoms in caregivers of patientswith bipolar disorder: A review. Journal of Affective Disorders, 121, 10-21.
- Tamayo, M. (2010). El proceso de la investigación científica. 4ta. Edición, México. Ed. Limusa.
- Torres-Lagunas, Vega-Morales, Vinalay-Carrillo, Arenas-Montano y Rodríguez-Alonzo. (2015). Validación psicométrica de escalas PSS-14, AFA-R, HDRS, CES-D, EV en puérperas mexicanas con y sin preeclamsia. Enfermería Universitaria, 12(3): 122-133.
- Valdés M, De Flores T. Psicobiología del estrés. Barcelona: Ediciones Martínez Roca S.A.;2018.

Estrés y Ansiedad en trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito

- Vera-Villaruel, P., Urzúa, A., Beyle, C., Contreras, D., Lillo, S., Oyarzo, F., y SanínPosada, A. (2017). Relación entre optimismo y salud bajo la influencia de las creencias religiosas en dos muestras latinoamericanas. *Revista Americana de Psicología*, 49, 213-221.
- Zhou, J., Yang, Y., Qiu, X., Yang, X., Pan, H., Ban, B., y otros. (2018). Serial Multiple mediation of Organizational Commitment and Job Burnout in the Relationship between Psychological capital and Anxiety in Chinese Female Nurses: A cross-sectional questionnaire survey. *International journal of nursing studies*.
- Zuñeda, A., Yamazares, A., Marañón, D., y Vázquez, G. (2016). Características individuales y familiares de los adolescentes inmersos en violencia filio-parental: La agresividad física, la cohesión familiar y el conflicto interparental como variables explicativas. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 21, 21-33.

Estrés y Ansiedad en trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito

ANEXOS.

ESTRÉS LABORAL Y ANSIEDAD EN TRABAJADORES DEL SECTOR
AUTOMOTRIZ DE LA CIUDAD DE QUITO



CONSENTIMIENTO INFORMADO

En el marco de la investigación titulada "Estrés Laboral y Ansiedad en Trabajadores del Sector Automotriz de la Ciudad de Quito", se ha invitado a personas mayores de edad que se encuentran laborando en el área Posventa (atención al cliente) en el sector automotriz de la Ciudad de Quito, a participar de una investigación que tiene por objetivo relacionar los niveles de ansiedad y estrés de los trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito. La participación de las personas en la investigación implica en responder dos instrumentos psicológicos sobre estrés y ansiedad que han sido generados en base a sus actividades laborales. Estas aplicaciones se realizarán de manera presencial o virtual, e individual. Cada aplicación tendrá una duración aproximadamente de 10 a 14 minutos. Estos test, previa autorización de cada participante, serán estudiadas con fines académicos. Solo tendrán acceso a los resultados de cada test los miembros del equipo de investigación, Michael Tapia (estudiante tesista) y su Paulina Guerra (tutora institucional).

Si está de acuerdo con las siguientes condiciones, favor firme el presente documento:

1. La participación en este estudio es absolutamente libre y voluntaria. Conviene indicar además que no presenta riesgo alguno para su integridad física y psicológica y que no conlleva costos económicos para los/as participantes. Asimismo, se plantea como beneficio la entrega de un informe detallado con los resultados y conclusiones de la investigación y sugerencias para una mayor satisfacción y bienestar.
2. Existe plena libertad para negarse a participar en este estudio y a retirarse en cualquier momento de la investigación sin que ello implique ningún tipo de recriminación y/o sanción.
3. Todos los instrumentos de recolección de datos que sean solicitados para proveer información relacionada con este estudio serán sin cargo de ningún tipo para su persona.
4. Cualquier pregunta que quiera realizar en relación con la participación en este estudio, deberá ser contestada por Michael Tapia (tesista), investigador/a responsable del proyecto, al teléfono 0984559088, o al mail jonathantapia@indoamerica.edu.ec. También puede contactarse con el/la tutor/a de esta tesis, Paulina Guerra, docente-investigador/a de la Universidad Tecnológica Indoamérica, cuyos datos de contacto son paulinaguerra@uti.edu.ec.
5. El equipo de investigación se compromete a almacenar y resguardar la información recopilada en el curso del estudio a fin de cautelar y garantizar su confidencialidad.
6. Este consentimiento se firma voluntariamente sin que haya sido forzado/a u obligado/a. Se firmarán dos copias, de las cuales el/la participante debe conservar una.

Desde ya le agradecemos su participación,

Michael Tapia-Loján.
Investigador Responsable

Nombre y Firma de Participante

Estrés y Ansiedad en trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito

ESTRÉS LABORAL Y ANSIEDAD EN TRABAJADORES DEL SECTOR AUTOMOTRIZ DE LA CIUDAD DE QUITO



DATOS INFORMATIVOS

FECHA					
SEXO	H		M		
EDAD	18 - 25 ()	26 - 35 ()	36 - 45 ()	46 - 55 ()	56 - 65 ()
ESCOLARIDAD	PRIMARIA		SECUNDARIA		UNIVERSIDAD
					4TO. NIVEL
ESTADO CIVIL	SOLTERO		CASADO		DIVORCIADO
					UNIÓN DE HECHO

No.	ESCALA DE ESTRÉS PERCIBIDO	NUNCA	CASI NUNCA	DE VEZ EN CUANDO	A MENUDO	MUY A MENUDO
	Las preguntas en esta escala hacen referencia a sus sentimientos y pensamientos durante el último mes. En cada caso, por favor indique con una "X" cómo usted se ha sentido o ha pensado en cada situación.					
1	En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado afectado por algo que ha ocurrido inesperadamente en su entorno?					
2	En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido incapaz de controlar las cosas importantes en su vida?					
3	En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido nervioso o estresado en sus actividades diarias?					
4	En el último mes, ¿con qué frecuencia ha manejado con éxito los pequeños problemas irritantes de la vida?					
5	En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que ha afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en su vida?					
6	En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado seguro sobre su capacidad para manejar sus problemas personales o/y laborales?					
7	En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que las cosas le van bien?					
8	En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que no podía afrontar todas las cosas que tenía que hacer?					
9	En el último mes, ¿con qué frecuencia ha podido controlar las dificultades de su vida?					
10	En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido que tenía todo bajo control?					
11	En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado enfadado porque las cosas que le han ocurrido estaban fuera de su control?					
12	En el último mes, ¿con qué frecuencia ha pensado sobre las cosas que le quedan por hacer, trabajos, pendientes?					
13	En el último mes, ¿con qué frecuencia ha podido controlar la forma de pasar el tiempo?					
14	En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas?					

Estrés y Ansiedad en trabajadores del sector automotriz de la ciudad de Quito

ESTRÉS LABORAL Y ANSIEDAD EN TRABAJADORES DEL SECTOR
AUTOMOTRIZ DE LA CIUDAD DE QUITO



ESCALA DE AUTOVALORACIÓN DE ANSIEDAD

		NUNCA O CASI NUNCA	A VECES	CON BASTANTE FRECUENCIA	SIEMPRE O CASI SIEMPRE	PUNTOS
1	Me siento mas nervioso(a) y ansioso(a) que de costumbre.					
2	Me siento con temor sin razón.					
3	Despierto con facilidad sintiendo pánico.					
4	Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos.					
5	Siento que todo esta bien y que nada malo puede suceder					
6	Me tiemblan las manos y las piernas.					
7	Me mortifican los dolores de la cabeza, cuello o cintura.					
8	Me siento débil y me canso fácilmente.					
9	Me siento tranquilo(a) y puedo permanecer en calma fácilmente.					
10	Puedo sentir que me late muy rápido el corazón.					
11	Sufro de mareos.					
12	Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar.					
13	Puedo inspirar y expirar fácilmente					
14	Se me adormecen o me pican los dedos de las manos y pies.					
15	Sufro de molestias estomacales o indigestión.					
16	Orino con mucha frecuencia.					
17	Generalmente mis manos están secas y calientes.					
18	Siento que mi rostro se ruboriza o sonroja					
19	Me quedo dormido con facilidad y descanso durante la noche					
20	Tengo pesadillas.					
TOTAL, DE PUNTOS						