



**UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR**  
**HUMANO**  
**CARRERA DE PSICOLOGÍA**

**TEMA:**

**ESTRÉS Y CONSUMO DE ALCOHOL EN TRABAJADORES DE UNA  
EMPRESA PRIVADA EN QUITO**

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciada en Psicología

**Autor(a)**

María Lorena Albornoz Cordero

**Tutor(a)**

Ps. Ind. Edwin Valencia González MSc.

QUITO – ECUADOR

2024

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

Yo, María Lorena Albornoz Cordero, declaro ser autor del Trabajo de Titulación con el nombre “Estrés y consumo de Alcohol en trabajadores de una empresa privada en Quito”, como requisito para optar al grado de Licenciada en Psicología y autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad 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 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 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 días 27 del mes de julio de 2024, firmo conforme:

Autor: María Lorena Albornoz Cordero

Firma:



Número de Cédula: 1715169346

Dirección: Pichincha, Quito

Correo Electrónico: [marialorena\\_albornoz@hotmail.com](mailto:marialorena_albornoz@hotmail.com)

## **APROBACIÓN DEL TUTOR**

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “ESTRÉS Y CONSUMO DE ALCOHOL EN TRABAJADORES DE UNA EMPRESA PRIVADA DE QUITO” presentado por María Lorena Albornoz Cordero para optar por el Título de Licenciada en Psicología.

### **CERTIFICO**

Que el trabajo de investigación se ha revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para someterse a la presentación pública y evaluación por parte del Tribunal Examinador designado.

Quito, 27 de julio de 2024

Ps. Ind. Edwin Valencia Gonzalez MSc.

## 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 Licenciada en Psicología, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor.

Quito, 27 de julio de 2024

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'M. Lorena Albornoz Cordero', written over a faint, circular official stamp.

.....  
María Lorena Albornoz Cordero  
1715169346

## **APROBACIÓN TRIBUNAL**

El trabajo de Titulación ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: ESTRÉS Y CONSUMO DE ALCOHOL EN TRABAJADORES DE UNA EMPRESA PRIVADA EN QUITO, previo a la obtención del Título de Licenciada en Psicología, reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del trabajo de titulación.

Quito, 27 de julio de 2024

.....

Psic. Org. Paulina Guerra Guerra MSc.  
LECTORA

.....

Psic. Luis Alfonso Iriarte Pérez  
PhD.  
LECTOR

## **DEDICATORIA**

Dedico este logro a las personas que han sido mi guía, mi luz en el camino y mi soporte inquebrantable: a mi compañero de vida mi amado esposo Henry Espin cuyo apoyo, ayuda y comprensión han sido mi refugio en la adversidad y el cumplimiento de las metas trazadas a lo largo de esta carrera. Al motor de mi vida, el amor de mi vida y por el cual fue y es mi motivo de lucha diaria, mi amado hijo Matias Benjamin al cual por largas horas de estudio lo tuve cargado en brazos y mirándome fijamente a los ojos como quien diciendo tú puedes. A mis padres Oswaldo Albornoz y Leticia Cordero quienes siempre han estado presentes recalcándome la importancia de la disciplina y el deber cumplido, por su apoyo incondicional. En el cuidado de mi hijo en las horas de estudio a mi hermano Joaquín. A mi abuelita Tochita que ahora está en el cielo quien sembró en mí el conocimiento, el amor a la lectura y la sabiduría para caer y levantarse.

## **AGRADECIMIENTO**

A mi tutor de tesis, Edwin Valencia, mi sincero agradecimiento por su orientación y apoyo a lo largo de este trabajo académico. Sus conocimientos han sido fundamentales para el éxito en este proyecto. A Dios, por la fe en mí misma, necesaria para superar los desafíos que se presentaron durante este trabajo. A Cesar Carranza por su apoyo incondicional y la enseñanza de la dedicación y la satisfacción del logro cumplido. Este trabajo no habría sido posible sin la contribución significativa de ellos, quienes han dejado una marca imborrable en este importante capítulo de vida y académico.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

<b>PORTADA</b> .....	I
<b>AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN</b> .....	2
<b>APROBACIÓN DEL TUTOR</b> .....	3
<b>DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD</b> .....	4
<b>APROBACIÓN TRIBUNAL</b> .....	5
<b>DEDICATORIA</b> .....	6
<b>AGRADECIMIENTO</b> .....	7
<b>ÍNDICE DE CONTENIDOS</b> .....	8
<b>RESUMEN EJECUTIVO</b> .....	10
<b>ABSTRACT</b> .....	11
<b>1. INTRODUCCIÓN.</b> .....	14
<b>ESTRÉS</b> .....	14
CONSUMO DE ALCOHOL .....	16
ANTECEDENTES .....	18
JUSTIFICACIÓN.....	18
PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN .....	19
OBJETIVO GENERAL.....	19
OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	19
<b>2. MARCO METODOLÓGICO.</b> .....	20
POBLACIÓN Y MUESTRA.....	21
Criterios de inclusión.....	21
Criterios de exclusión .....	21
PRINCIPIOS ÉTICOS.....	21
INSTRUMENTOS .....	22
<b>3. RESULTADOS</b> .....	23
Correlaciones SPSS .....	23
<b>4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.</b> .....	25
Conclusiones.....	26
Limitación .....	26

Recomendaciones .....	27
<b>5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>28</b>
<b>6. ANEXOS.....</b>	<b>32</b>

**UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR HUMANO**  
**CARRERA DE PSICOLOGÍA**

**TEMA:** ESTRÉS Y CONSUMO DE ALCOHOL EN TRABAJADORES DE  
UNA EMPRESA PRIVADA EN QUITO

**AUTOR:** María Lorena Albornoz Cordero

**TUTOR:** Msc. Edwin Valencia González

**RESUMEN EJECUTIVO**

El presente trabajo de investigación pretende determinar la relación entre el Estrés y el Consumo de Alcohol en trabajadores de una empresa privada en Quito. (Selye, 1956, p.27) considerado como el padre del estrés, lo define como “la respuesta biológica a una situación que pone en peligro la integridad del organismo”. Mientras que (Jellinek 1952, p.12) define al alcohol como “una droga adictiva que puede causar problemas en la salud y la sociedad”. La investigación tuvo un enfoque cuantitativo con un diseño no experimental de corte transversal, compuesta por una población de 100 trabajadores, la que se seleccionó intencionalmente, considerando criterios de inclusión y exclusión. Se utilizaron dos instrumentos para medir el estrés y el consumo de alcohol, los cuales fueron el instrumento AUDIT y la escala de Estrés percibido-10. Mediante la investigación realizada se pudo concluir que los trabajadores no tienen un alto riesgo de consumo de alcohol y estrés en sus puestos de trabajo.

**DESCRIPTORES:** Consumo de alcohol, Carga laboral, Estrés.

**UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR HUMANO**

**CARRERA DE PSYCHOLOGIES**

**THEME:** *STRESS AND ALCOHOL CONSUMPTION IN WORKERS OF A PRIVATE COMPANY IN QUITO, QUITO*

**AUTHOR:** María Lorena Albornoz Cordero

**TUTOR:** Ps. Ind. Edwin Valencia Gonzalez  
MSc.

### **ABSTRACT**

The present research work aims to determine the relationship between stress and alcohol consumption in workers of a private company in Quito. (Selye, 1956, p.27), considered as the father of stress, defines it as "the biblical response to a situation that endangers the integrity of the organism". While (Jellinek 1952, p.12) defines alcohol as "an addictive drug that can cause problems in health and society". The research had a quantitative approach with a non-experimental cross-sectional design, composed of a population of 100 workers, which was selected intentionally, considering inclusion and exclusion criteria. Two instruments were used to measure stress and alcohol consumption, which were the AUDIT instrument and the perceived stress-10 scale. Through the research conducted, it was possible to conclude that workers do not have a high risk of alcohol consumption and stress in their jobs.

Through the research conducted, it was possible to conclude that workers do not have a high risk of alcohol consumption and stress in their jobs.

**KEYWORDS:** Alcohol consumption, Workload, Stress.

# ESTRÉS Y CONSUMO DE ALCOHOL EN TRABAJADORES DE UNA EMPRESA DE QUITO

## *STRESS AND ALCOHOL CONSUMPTION IN WORKERS OF A PRIVATE COMPANY IN QUITO, QUITO*

*Autor:* María Lorena Albornoz Cordero  
[malbornoz2@uti.edu.ec](mailto:malbornoz2@uti.edu.ec)

*Tutor:* Edwin Valencia González  
[edwinvalencia@uti.edu.ec](mailto:edwinvalencia@uti.edu.ec)

*Lector:* Paulina Guerra Guerra  
[paulinaguerra@uti.edu.ec](mailto:paulinaguerra@uti.edu.ec)

*Lector:* Luis Alfonso Iriarte Pérez  
[luisiriarte@uti.edu.ec](mailto:luisiriarte@uti.edu.ec)

Trabajo de Titulación para la  
obtención del título de  
Licenciado/a en Psicología de  
la Universidad Indoamérica.

Modalidad:  
Investigación Cuantitativa.

### RESUMEN

El presente trabajo de investigación pretende determinar la relación entre el Estrés y el Consumo de Alcohol en trabajadores de una empresa privada en Quito. (Selye, 1956, p.27) considerado como el padre del estrés, lo define como “la respuesta biológica a una situación que pone en peligro la integridad del organismo”. Mientras que (Jellinek 1952, p.12) define al alcohol como “una droga adictiva que puede causar problemas en la salud y la sociedad”. La investigación tuvo un enfoque cuantitativo con un diseño no experimental de corte transversal, compuesta por una población de 100 trabajadores, la que se seleccionó intencionalmente, considerando criterios de inclusión y exclusión. Se utilizaron dos instrumentos para medir el estrés y el consumo de alcohol, los cuales fueron el instrumento AUDIT y la escala de Estrés percibido-10. Mediante la investigación realizada

### ABSTRACT

The present research work aims to determine the relationship between stress and alcohol consumption in workers of a private company in Quito. (Selye, 1956, p.27), considered as the father of stress, defines it as "the biblical response to a situation that endangers the integrity of the organism". While (Jellinek 1952, p.12) defines alcohol as "an addictive drug that can cause problems in health and society". The research had a quantitative approach with a non-experimental cross-sectional design, composed of a population of 100 workers, which was selected intentionally, considering inclusion and exclusion criteria. Two instruments were used to measure stress and alcohol consumption, which were the AUDIT instrument and the perceived stress-10 scale. Through the research conducted, it was possible to conclude that workers do not have a high risk of alcohol consumption and stress in their jobs.

**Keywords:** Alcohol consumption, Workload, Stress.

Quito, Ecuador.  
Julio de 20224.

se pudo concluir que los trabajadores no tienen un alto riesgo de consumo de alcohol y estrés en sus puestos de trabajo.

**Palabras Clave:** Consumo de alcohol, Carga laboral, Estrés

## 1. INTRODUCCIÓN.

El trabajo es el conjunto de actividades que se realizan para poder cumplir una necesidad. A través del tiempo, el trabajo se lo ha ido asociando a la remuneración, además, en el desarrollo del ser humano conforma un hito importante el ingreso al mundo laboral; Papalia y Matorrel (2016) establecen que este ingreso de forma completa se puede dar de diferentes formas, la más común en países como Estados Unidos, es al finalizar la preparatoria, y la segunda es al egreso de la Universidad.

Hamra (2020) establece que las necesidades que se cumplen en el trabajo se pueden analizar revisando la Teoría de Maslow, en donde se alude al nivel de seguridad y reconocimiento. Por otro lado, Gómez (2023) establece que, en todos los niveles el trabajo influye en generar un balance en el bienestar de la persona a través de la autorrealización, afiliación, reconocimiento, seguridad y el cumplimiento de necesidades básicas.

En el ámbito laboral, la relación empleador y empleado es de mutuo acuerdo para obtener beneficios. Mientras que el empleado percibe un sueldo o reconocimiento para cumplir sus necesidades, la empresa busca el rendimiento de sus empleados para cumplir objetivos empresariales. Mamani et al. (2021) establece que “las organizaciones deben tomar muy en cuenta todos los factores que afectan al trabajador, esto debido a que la organización debe lograr los

objetivos propuestos para tener un mejor resultado y alcanzar la mayor productividad” (p. 359). Entre los factores que influyen en el rendimiento laboral se encuentra la motivación, carga laboral y reconocimiento (Cuyo y Sigüencia, 2020). Por otro lado, el estrés laboral también es una variable que influye en la vida laboral de una persona y puede presentarse con diversos factores de riesgo como el consumo de alcohol (Cruz Zúñiga et al., 2021).

## ESTRÉS

El estrés ha despertado el interés de investigadores del área de la salud, por su consideración como la “enfermedad del siglo veinte” (Anitei et al., 2013, p.1011.)

Por otro lado, McGrath et al., (1970) define el estrés como el momento entre un desequilibrio sustancial y su demanda con la capacidad de responder.

Beehr et al., (1978) establece que el estrés gira en torno a la adaptación del ser humano a demandas externas, a la capacidad del organismo para hacer frente a frente y a un estado del organismo con síntomas físicos, psicológicos, etc.

Según Cox y McKay, citados por Zarco et al. (1998), se puede hablar de cuatro categorías principales:

1. La situación que desencadena una experiencia o vivencia como los estímulos del entorno y las características del ambiente como respuesta de la tensión
2. Su estudio se concentra en la atención de la persona ya que el término se refiere a las respuestas

fisiológicas, psicológicas y de comportamiento que desencadenan en tensión por la situación que vive cada individuo.

3. En el nuevo enfoque se refiere a la percepción del individuo, como interpreta y modula el carácter estresante o no de una situación determinada
4. El estrés es la transacción entre el individuo y el ambiente que se da como un proceso dinámico y recíproco.

En la definición de Inancevich et al., (1980) establece que el estrés es una respuesta de adaptación, que se da por las características y los procesos psicológicos del individuo lo cual es el resultado de alguna acción o situación externa y esta plantea exigencias físicas o fisiológicas espaciales. Esta definición resalta tres dimensiones

1. Demandas ambientales.
2. Una respuesta de adaptación influida.
3. Diferencias individuales.

“Las experiencias de estrés vienen producidas por una serie de situaciones ambientales o personales que podemos caracterizar como fuentes de estrés o estresores”. (Silla, 2001, P.13)

Según Reyes (2018), este establece que algunos factores de riesgo para el consumo de alcohol es el alto nivel de estrés laboral. Se define al estrés laboral como la “percepción y reacción que tiene el trabajador en función de la intensidad y frecuencia de las condiciones adversas en el lugar del trabajo, debidas a la presión del trabajo, la falta de apoyo social, más factores

organizacionales y la falta de realización laboral”. (Gutiérrez et al., 2003, p.29)

El éxito laboral depende mucho de la calidad de vida en el trabajo, siendo una de las variables más importantes para alcanzar esta calidad, la carga laboral hablando así de la implicación con el estrés, que puedan presentar los empleados. (Montoya, 2019). Castilla et al. (2021) menciona que el incremento de las responsabilidades en las actividades laborales puede tener un impacto en el desarrollo familiar y personal del empleado. Este incremento se da en la carga laboral. El trabajo y todo lo relacionado con este, interfiere directamente en la calidad de vida de un empleado, especialmente la carga laboral y los riesgos psicosociales que lo involucran (Montoya Agudelo, 2019).

El estrés y la carga laboral dependen de las actividades designadas a un empleado y realizadas durante la jornada laboral, exigidas por la institución que tiene el rol de empleador, ya que estas tareas buscan que se cumplan objetivos organizacionales con sus habilidades y destrezas por las que se contrató (Fernández, 2018; Zumaeta, 2022). Dentro de este concepto se encuentra la carga mental creada por las exigencias propias que provocan una demanda de procesos cognitivos (Gallardo et al., 2019). Con los conceptos antes mencionados, la carga laboral se determina en la dimensión física y mental; Canepa (2010) ve a la dimensión mental de la carga laboral como un costo cognitivo por la tarea realizada, esta se desarrolla más en una exigencia intelectual (Yupanqui, 2023); en cambio, la dimensión física es el desgaste físico y

técnico que involucra la realización de las tareas (Baigorri et al, 2021).

Londoño-Montoya (2019) establece que la carga laboral es un factor de riesgo, la variación de esta variable es la sobrecarga de trabajo. La sobrecarga laboral son las actividades que un trabajador debe cumplir adquiriendo un nivel excesivo y desproporcionado de responsabilidades (Gutiérrez y Vilorio, 2014; Fernández, 2018). Para determinar la carga laboral del empleado en una empresa, se realiza a través de un análisis del tiempo en base a las actividades realizadas durante la jornada laboral, responsabilidades y perfil del puesto (Restrepo et al., 2006).

Para Suarez et al., (2022) los factores intrínsecos que influyen en la sobrecarga laboral pueden ser: i) la ambigüedad de los puestos que consiste en un desconocimiento de obligaciones y responsabilidades; ii) escasez de personal; y, iii) el control de emociones como factor personal del empleado como por ejemplo el estrés que estas situaciones pueden producir. Una consecuencia de la sobrecarga laboral es el estrés laboral, siendo este una respuesta del trabajador ante estresores amenazantes como las exigencias excesivas y el clima laboral, y se manifiesta a través de preocupaciones e intranquilidad convirtiendo al empleado en susceptible a riesgos psicosociales (Cruz Zúñiga et al., 2021). Consecuencia de este ámbito es el síndrome de Burnout y la fatiga (Gonzales et al., 2020); El síndrome Burnout se define como el “resultado de la acumulación crónica de desgaste emocional en respuesta a la exposición a estresores que pueden

llegar a afectar tanto a nivel personal como laboral” (Martínez y Figueroa., 2022, p.9). El síndrome de burnout se presenta en tres dimensiones: i) despersonalización que es el desarrollo de actitudes negativas hacia otras personas como mecanismo de protección; ii) cansancio emocional que consiste en el desgaste de energía; y, iii) baja realización personal que es insatisfacción y sensación de que no se cree adecuado para el puesto de trabajo (Huamanculi y Huaranca, 2020).

Buitrago et al., (2021) manifiesta que las respuestas del estrés laboral que se presenta por la sobrecarga laboral pueden ser:

- Conductuales: evitación, alteración en conductas alimentarias, consumo de alcohol y consumo de tabaco (Ramos, 2012).
- Físicas/Fisiológicas: el estrés laboral se puede manifestar con tensiones musculares, sudoración, alteraciones del sueño y alteraciones de apetito (Zevallos y Suarez, 2018).
- Cognitivas/Emocionales: Prevalece la “frustración, irritabilidad, alteraciones del estado anímico, disminución de la autoestima, sensación de soledad, sentimientos de inferioridad, pérdida y disminución de la capacidad de concentración y atención, así como posibles crisis de ansiedad, de pánico o cuadros de depresión.” (Vidal, 2019, p.65).

### CONSUMO DE ALCOHOL

Las bebidas alcohólicas son las bebidas con etanol creadas para el consumo y pueden crearse con dos procesos: el primero es la

fermentación, que consiste en la degradación de compuestos orgánicos, como el vino; el segundo es la destilación de la separación del alcohol condensación de vapores, como el whisky (Ahumada et al., 2017). Estas sustancias para consumo entran en el grupo de sustancias psicotrópicas siendo que “es una de las drogas lícitas que se consume con mayor frecuencia.” (Loor et al., 2023, p.20). En torno a la edad de inicio de consumo del alcohol, en la modernidad se da una prevalencia en el consumo a edades tempranas, esto se maximiza cuando los jóvenes entran a la universidad (Ponce, 2018).

El consumo de alcohol se remonta desde la antigüedad y es asociado a diferentes situaciones de la vida cotidiana, especialmente a las que tienen que ver a las interacciones sociales. Los efectos del consumo del alcohol tienen que ver mucho con la graduación alcohólica del producto, la cantidad que se ingiere en un determinado tiempo y si se lo hace con comida, la edad de la persona que está consumiendo y su estado físico (Recalde y Recalde, 2016).

Loor et al., (2023) plantea que el alcohol en el ámbito laboral funciona como un mecanismo que utilizan los empleados para reducir las tensiones del estrés laboral. Aunque se reduzca la tensión, el consumo del alcohol tiene consecuencias negativas para la vida laboral del empleado y para la organización, como la disminución de la productividad, el riesgo de sufrir enfermedades y alcoholismo, y aumento de riesgo de sufrir accidentes laborales y la disminución de un óptimo clima laboral (Alemán, 2017).

Borrás (2015) en su libro de prevención del consumo de bebidas alcohólicas establece que hay factores que influyen en el consumo

del alcohol, siendo el primero los factores de riesgo:

- Personales: un inicio temprano del consumo, actitud positiva frente al consumo en la mayoría de las situaciones, estrés, depresión u otros problemas psicopatológicos, impulsividad y desordenes de comportamiento.
- Familiares/amigos: padres con estilos de crianza controladores o muy permisivos, haber tenido familiares con problemas de alcoholismo, negligencias en la niñez y conflictos en el núcleo familiar. En el caso de los pares el factor de riesgo radica en la presencia de amigos que tienen actitudes positivas al consumo del alcohol y otras sustancias.
- Socioculturales: que en la comunidad se dé un fácil acceso a las bebidas alcohólicas y su publicidad.

El segundo tipo de factor son los protectores, en donde encontramos los siguientes:

- Personales: un inicio tardío en el consumo, percepción del riesgo del consumo, no uso de cualquier otra sustancia, actitud positiva a seguir reglas y al orden social.
- Familiares/amigos: que haya tenido un estilo de crianza en donde haya existido autoridad, control y apoyo en un correcto equilibrio y buenas relaciones intrafamiliares. En el caso de los pares son que no consuman alcohol u otras sustancias psicotrópicas.
- Socioculturales: buena organización en la comunidad, exigencia legal, programas de prevención de consumo de sustancias.

Las consecuencias del consumo de alcohol excesivo son los estados de embriaguez y adicción al alcohol. La embriaguez se manifiesta a través de los siguientes síntomas: problemas con la coordinación de movimientos, reducción de funciones cognitivas como percepción y pensamiento, impulsividad, desestimación del sentido de riesgo (Recalde y Recalde, 2016). Por otra parte, la adicción es una situación patológica de carácter clínico que se caracteriza por la dependencia al consumo, en este caso al alcohol (Chávez y Salcedo, 2017).

Dentro del ámbito laboral, los factores dependen mucho de las particularidades de cada empresa, especialmente en las reglas que presenta. Güilgüiruca et al., (2020) en su investigación encuentra resultados positivos a que en empresas en donde los grupos de trabajo tienen normas claras contrarias al consumo de alcohol presentan trabajadores con menos ingesta de bebidas alcohólicas; en cambio, en grupos de trabajo donde se ve una más favorabilidad en las reglas al consumo de alcohol, sus trabajadores presentan una mayor ingesta de bebidas alcohólicas.

### **ANTECEDENTES**

Cruz et al., (2023) en su estudio sobre la relación de factores laborales con el consumo de alcohol de un grupo de trabajadores de una empresa de maquillaje en México, obtuvo resultados de que existe una gran prevalencia en la industria tomando en cuenta que un 100% de la población había consumido alcohol el último año; así mismo, el riesgo se presentó con mayoría una de forma baja, después a un consumo perjudicial y por último dependiente.

Perales et al., (2023) con una muestra de 244 trabajadores en el área de servicios de conducción a través de la aplicación de a Prueba de Síntomas Subjetivos de Fatiga y el test AUDIT para el consumo del alcohol, encontraron que, prevalece una fatiga baja con el 87.1% de la población, un consumo de alcohol riesgoso más del 50% de la población y un consumo dependiente un 23.2%.

Morillo y Gracia (2017) en su investigación del consumo de alcohol en trabajadores de la industria textil en Chimborazo a través de la evaluación en el cuestionario ASSIST que es un cuestionario utilizado para medir el riesgo del consumo de diferentes sustancias, se obtuvo que el 99.6% de los empleados han consumido alcohol durante su vida. En general, presentando un bajo riesgo de población, con una decantación a que por genero los hombres suelen consumir más que las mujeres.

Estrada et al., (2021) realizó un estudio en una empresa de la Provincia de Manabí usando como metodología una encuesta con preguntas sobre el consumo de alcohol, con resultados como que, según datos sociodemográficos como el sexo, los hombres suelen consumir alcohol más; sobre la edad, la mayoría de unos 12–14 años.

Balladares y Pulgar (2021) en su estudio sobre el consumo de alcohol en servidores públicos aplicando a 40 trabajadores de un Gobierno Autónomo Descentralizado de la Provincia de Chimborazo, obteniendo resultados que el 90 % de la población consume bajo y el 10 % medio.

### **JUSTIFICACIÓN**

Paltán Sunuga (2022) establece en su investigación que en un análisis de la productividad laboral y el consumo de alcohol entre el 2000 al 2018 a nivel Latinoamérica, este ha influido en al menos un 1% en la productividad y un 5% en la profundización financiera. En el caso de Quito existe una gran población que ya está en su etapa productiva, trabajando especialmente en la empresa privada. Esta población, en su mayoría, consumen alcohol y, según los autores citados en el apartado anterior, son sobre todo jóvenes.

El consumo de alcohol en los trabajadores puede ser un riesgo para el cumplimiento de los objetivos organizacionales. Las razones de este consumo pueden ser diversas como por ejemplo factores familiares, laborales, socioculturales, personales, entre otros. Para esta investigación ha sido de especial interés, los factores laborales (Borrás 2015). La sobrecarga laboral es una de las principales causas que propicia que un trabajador sufra estrés en el trabajo o cuadros de síndrome de burnout y esta a su vez es un riesgo para el consumo del alcohol como mecanismo de liberación de tensiones.

Así, esta investigación es relevante para detectar si el estrés tiene un impacto directo con el consumo del alcohol, ya que, aunque existen diversas investigaciones sobre el tema, estas se basan en encontrar una correlación directamente con el estrés laboral. Entonces, investigar el estrés y el consumo de alcohol en una empresa privada tendrá beneficios en primer lugar en un precedente en este tema en Quito; el segundo beneficio es directo a la empresa donde se realiza la investigación, ya que con

los resultados se puede contribuir a que el departamento de Talento humano detecte riesgos y necesidades en sus empleados; y como tercer beneficio, que esto permita desarrollar planes de intervención en la empresa según desarrollo de programas de bienestar laboral y por buscar que el rendimiento mejore.

### **PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN**

En base a los anteriores planteamientos, como preguntas de investigación se utilizan las siguientes:

- ¿Cuál es la relación entre el estrés y el consumo de alcohol en una empresa privada de Quito?
- ¿Cuáles son los niveles de estrés en trabajadores de una empresa privada en Quito?
- ¿Qué niveles de consumo de alcohol existe en los trabajadores de una empresa se Quito?
- ¿Cuál es la relación entre los datos sociodemográficos (edad y sexo) y el consumo de alcohol en trabajadores de una empresa de Quito?

### **OBJETIVO GENERAL**

- Analizar el estrés y el consumo de alcohol en trabajadores de una empresa privada en Quito.

### **OBJETIVOS ESPECIFICOS**

1. Identificar los niveles de estrés presentados en los trabajadores de una empresa de Quito.

2. Describir los niveles de consumo de alcohol en los trabajadores de una empresa de Quito.
3. Establecer relación entre los datos sociodemográficos (edad y sexo) y el consumo de alcohol en trabajadores de una empresa de Quito.

## 2. MARCO METODOLÓGICO.

La presente investigación se ampara en el paradigma positivista que en una investigación son las creencias que se comparten en una determinada teoría sobre la visión del mundo en una comunidad específica o grupo de personas (Khun, 1968). expresando, así como los investigadores comparten los enfoques e ideas para estudiar el tema de investigación. Comte (1875) en su filosofía positivista dirá que el positivismo es el único método científico. Argumentado así que el conocimiento científico progresaba a través de tres etapas que son: la teología, la metafísica y el positivismo en la cual se da la explicación a las cosas sobrenaturales y esta es basada únicamente en hechos observables y verificables (Gonzalez, 1999). Durkheim (1985) establece que el positivismo es la base metodológica para una sociología científica y esta a su vez buscara comprender y explicar la realidad social de manera objetiva y basada en la evidencia empírica.

La metodología de la presente investigación es cuantitativa porque se recopiló y analizó todos los datos numéricos arrojados en la investigación, utilizando métodos estadísticos desarrollados en la prueba Audit y en la escala de estrés percibido. Además, la

importancia de la recopilación de datos numéricos y el análisis de estos incluye la formulación de hipótesis con la selección de la muestra y el desarrollo del instrumento de medición permite utilizar métodos cuantitativos en una investigación (Babbie, 2020)

El alcance de la investigación es descriptivo y correlacional, ya que es un estudio que busca describir la relación entre dos variables y una población específica, recopilando los datos y analizando la relación entre estos con algo estadístico como la correlación, ya que se verifica si existe o no esta relación entre las dos variables. Hair et al., (2010) en su libro “Multivariate data analysis” hablará sobre esta importante correlación cuando se trata de describir las variables y su relación, indicando que los datos pueden ser extensos y multivariados y este tipo de investigación nos permite realizar un análisis adecuado.

Se aplicó a los locales de una empresa de Quito en la zona sur de la ciudad considerando que ésta imparte charlas y capacitaciones constantemente sobre el uso de alcohol y el buen manejo del estrés.

El diseño usado es no experimental porque están presentes y no existió manipulación de las variables y por ende se desarrolló los instrumentos en Google forms y se envió el link a los trabajadores para que puedan realizarlo.

El corte es de tipo transversal, ya que estos datos recogidos permitieron describir las variables y analizarlas, así que el investigador no puede controlar la muestra si no interpretar para concluir. (Vega y Barrantes,

2022). ya que esto implicó analizar la relación entre dos variables para identificar la relación entre ellas permitiendo así la comprensión y la relación entre las mismas.

### **POBLACIÓN Y MUESTRA**

La población son los trabajadores de una empresa privada en Quito y la muestra fue tomada a 100 participantes de esta empresa y se la recolecto en los meses de junio y julio de 2024

La misma que es una muestra no probabilístico tipo intencional ya que permitió que se dé una selección de la población la cual participio por su voluntad propia y estas iban acorde con las características para esta investigación.

Según Hernández (2021) existen varios tipos de muestras:

- Muestreo por conveniencia: la muestra se elige de acuerdo con la conveniencia de investigador, le permite elegir de manera arbitraria cuántos participantes puede haber en el estudio.
- Muestreo intencional: la selección de los participantes se realiza mediante expertos que establecen criterios a seguir.
- Selección por cuotas: se busca establecer subgrupos que de alguna manera constituyan una réplica de la población.
- Bolas de nieve: los primeros participantes se eligen de manera probabilística o no probabilística, y a su vez, estos mismos van dando pistas de otros participantes que podrían ser incluidos en el estudio

### **Criterios de inclusión**

- Trabajadores de la empresa que hayan aceptado voluntariamente participar, dando su consentimiento informado.
- Personas que trabajen en la empresa de Quito en donde se ha obtenido la autorización para el estudio.
- Trabajadores que cumplan con el rango de edad (mayor de 18 años).
- Que residan en la ciudad de Quito.
- Trabajadores solo de la zona sur

### **Criterios de exclusión**

- Trabajadores que no hayan dado su consentimiento para participar en el estudio.
- Trabajadores que no pertenezcan a la empresa de Quito en donde se ha obtenido la autorización para el estudio.
- Trabajadores menores de 18 años.
- Que no residan en la ciudad de Quito.
- Trabajadores que no pertenecen a la zona sur.

### **PRINCIPIOS ÉTICOS**

- Los participantes dieron su consentimiento para participar y responder con la verdad los instrumentos.
- Beauchamp y Childress (2001) hablara de cuatro principios éticos que son autonomía, beneficencia, no maleficencia y justicia aplicándose así en varios contextos como los de esta investigación.
- (Ferrer et al., 1947) dirá que el Código de Nüremberg fue creado en

el verano de 1947 con relación al juicio para algunos médicos que colaboraron con los nazis, sirviendo así para tener reglas que buscan defender los derechos de los participantes.

- Se presentó el principio ético de la confidencialidad en cuanto a los resultados para que los participantes se sientan seguros de responder con la verdad y tengan libertad de responder.

### INSTRUMENTOS

#### **Perceived Stress Scale (PSS)**

El primer instrumento se utilizó en base a la medición del estrés. Este instrumento fue Perceived Stress Scale (PSS) (Remor, 2001) el cual está compuesto por dos versiones: la extensa y la breve. Para la aplicación del instrumento se toma la versión breve que tiene 10 ítems. La escala tiene cinco opciones de respuesta que son 'nunca', 'casi nunca', 'de vez en cuando', 'muchas veces', y 'siempre' y se clasifican de cero a cuatro, los ítems 4, 5, 7 y 8 se califican de forma invertida y los ítems 2, 4, 5 y 10 a mayor puntuación más estrés.

La fiabilidad es (alfa=0,82 test, 77 retes)

Se realizo esta versión ya que, en el estudio según Klein et al., (2016) esta versión aporta una mejor medición psicométrica.

#### **Consumo de Alcohol**

El segundo instrumento se realizó para la medición del consumo de alcohol. El instrumento AUDIT (Test de identificación de los trastornos debido al consumo de alcohol). Se divide en tres subescalas las mismas que medirán el consumo de alcohol.

Las preguntas tienen como opción de respuestas de cero a cuatro puntos. Las ocho primeras respuestas tienen 5 posibles respuestas puntuando de cero a cuatro y las dos últimas tres respuestas puntúan 0-2-4 y su rango es de 0-40.

Seguel et al., (2013) realizaron la validación de la prueba con el alfa de Cronbach de 0,83; indicando una alta confiabilidad de la prueba.

#### **EXCEL**

Se realizo una matriz de Excel, en esta se transcribieron los datos de los instrumentos y se realizó la tabulación de los resultados revisando y analizando cada respuesta, cuidando que no se pierda ningún valor o errores de tipeo.

#### **SPSS**

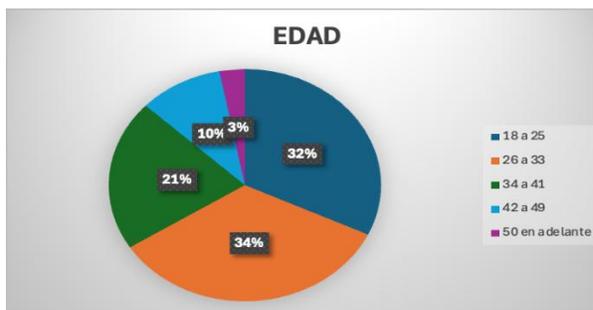
Una vez lista la base en Excel se exporto al software estadístico SPSS para poder ser analizada, en el cual se utilizó datos estadísticos descriptivos para así poder obtener las medidas de tendencia de las variables, las frecuencias y obtener graficas que nos denoten la información.

### 3. RESULTADOS

Para esta investigación se trabajó con un total de 100 trabajadores de la zona sur de empresa de Quito, estos resultados se obtuvieron en el mes de junio y julio del 2024.

**Gráfico 1**

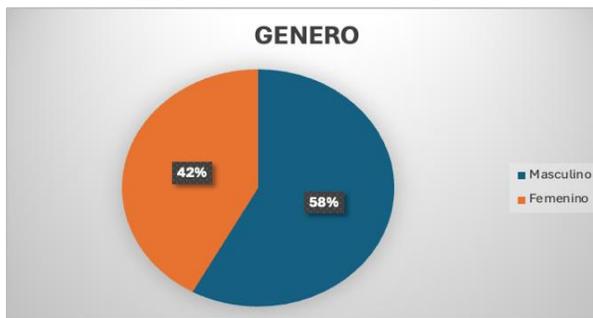
- **Edad**



El 32% corresponde a personas de 18 a 25 años, el 34% a personas de 26 a 33 años, el 21% a personas de 34 a 41 años, el 10% a personas de 42 a 49 años y el 3% a personas de 50 años.

**Gráfico 2**

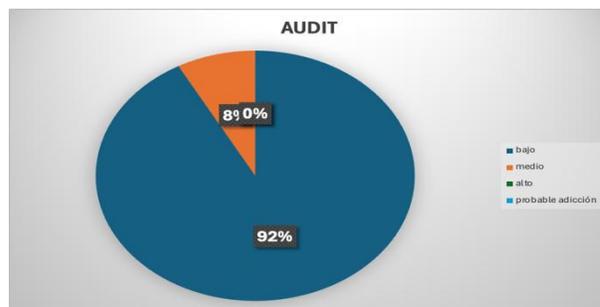
- **Género**



Como observamos en el gráfico el 42% corresponde al género femenino y el 58% corresponde al género masculino.

**Gráfico 3**

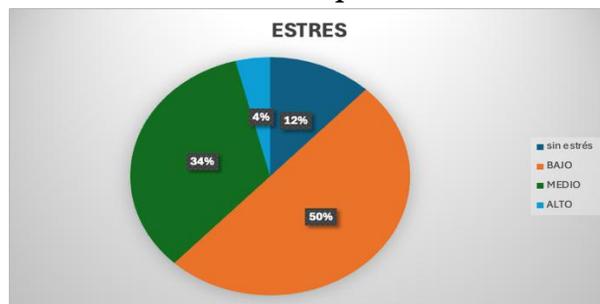
- **Test AUDIT**



En cuanto al consumo de alcohol de los trabajadores, se observan estos resultados el 8% tiene un consumo de alcohol medio y el 92 % un consumo bajo, presentando así un 0% de alcohol alto o de posible adicción.

**Gráfico 4**

- **Escala de Estrés percibido**



En la escala de estrés percibido-10 se pueden observar los siguientes resultados. El 12% sin estrés, el 50% revela un estrés bajo, el 34% presenta estrés medio y tan solo el 4% un estrés alto.

#### Correlaciones SPSS

Para la correlación se utilizó SPSS en el cual se realizará una correlación Bilateral con la correlación de Pearson en la cual busca medir la relación lineal entre las variables y puede describir mediante una línea recta en un gráfico de dispersión.

**Tabla 1**

- **Correlación entre el instrumento AUDIT y el instrumento de Estrés Percibido**

Correlaciones			
	CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS PARTICIPANTES	NIVEL DE ESTRES EN LOS PARTICIPANTES	
CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS PARTICIPANTES	Correlación de Pearson	1	,182
	Sig. (bilateral)		,070
	N	100	100
NIVEL DE ESTRES EN LOS PARTICIPANTES	Correlación de Pearson	,182	1
	Sig. (bilateral)	,070	
	N	100	100

Según los datos obtenidos, se evidencia que no existe correlación estadísticamente significativa entre el consumo de alcohol y el estrés percibido.

**Tabla 2**

- **Correlación entre género y consumo de alcohol**

Correlaciones		
	SEXO DE LOS PARTICIPANTES	CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS PARTICIPANTES

SEXO DE LOS PARTICIPANTES	Correlación de Pearson	1	-,102
	Sig. (bilateral)		,315
	N	100	100
CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS PARTICIPANTES	Correlación de Pearson	-,102	1
	Sig. (bilateral)	,315	
	N	100	100

Según los datos obtenidos, por lo tanto, no existe correlación estadísticamente significativa entre las variables de género de los participantes y el consumo de alcohol

**Tabla 3**

- **Correlación entre género y estrés percibido**

Correlaciones			
	SEXO DE LOS PARTICIPANTES	NIVEL DE ESTRES EN LOS PARTICIPANTES	
SEXO DE LOS PARTICIPANTES	Correlación de Pearson	1	,150
	Sig. (bilateral)		,136
	N	100	100
NIVEL DE ESTRES EN LOS PARTICIPANTES	Correlación de Pearson	,150	1
	Sig. (bilateral)	,136	
	N	100	100

En la tabla se evidencia que no existe una correlación estadísticamente significativa el género y el estrés según la correlación de Pearson.

**Tabla 4**

- **Correlación entre edad y consumo de alcohol**

Correlaciones			
	EDAD DE LOS PARTICIPANTES	CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS PARTICIPANTES	
EDAD DE LOS PARTICIPANTES	Correlación de Pearson	1	,156
	Sig. (bilateral)		,122
	N	100	100
CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS PARTICIPANTES	Correlación de Pearson	,156	1
	Sig. (bilateral)	,122	
	N	100	100

En la correlación de Pearson no existe una correlación estadísticamente significativa entre la edad y el consumo de alcohol, ya que no se correlacionan las variables.

**Tabla 5**

- **Correlación entre edad y estrés percibido**

Correlaciones		
	EDAD DE LOS PARTICIPANTES	NIVEL DE ESTRÉS EN LOS PARTICIPANTES
EDAD DE LOS PARTICIPANTES	Correlación de Pearson	1
	Sig. (bilateral)	,860
	N	100
NIVEL DE ESTRÉS EN LOS PARTICIPANTES	Correlación de Pearson	-,018
	Sig. (bilateral)	,860
	N	100

		PARTICIPANTES	
EDAD DE LOS PARTICIPANTES	Correlación de Pearson	1	-,018
	Sig. (bilateral)		,860
	N	100	100
NIVEL DE ESTRÉS EN LOS PARTICIPANTES	Correlación de Pearson	-,018	1
	Sig. (bilateral)	,860	
	N	100	100

Según la correlación de Pearson estadísticamente no existe una correlación entre la edad y el estrés percibido.

En las tablas presentadas podemos evidenciar que no existe correlaciones entre los participantes y las variables presentadas.

#### 4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.

El objetivo de este estudio fue determinar la relación que existe entre el estrés y el consumo de alcohol de los trabajadores de una empresa privada de Quito y para comprobar y analizar la relación con los resultados se realizó una correlación entre las dos variables, obteniendo, así como resultado que no existe correlación entre ellas ya que esto se puede deber a que la empresa cuenta con constantes capacitaciones y charlas sobre la importancia del consumo de alcohol y el manejo del estrés.

Estos resultados discrepan de la investigación de Alemán (2020) donde se observa que tiene una correlación en cuanto al estrés percibido ya que en su tesis indicara

que el 17.5% de los trabajadores tenían un nivel de estrés bajo y el 74% tenían un estrés medio. Y referente al consumo de alcohol en la correlación de observa una relación positiva y la muestra si arroja correlaciones ( $p < 0.05$ ). al contrario de esta investigación.

Así mismo en el artículo Estrés laboral, resiliencia y consumo de alcohol en trabajadores de la industria del acero Nuevo León, México Reyes et al., (2017) no se relacionan a los datos obtenidos en esta investigación ya que en esta investigación arrojara como resultado 25% moderado el 39.7% dependiente y un 35.3% dañino y en cuanto al estrés se da una correlación positiva con consumo de alcohol ( $r_s = .191$ ,  $p = .009$ ) y una negativa con estrés ( $r_s = -.132$ ,  $p = .049$ ).

De acuerdo con Delgado et al., (2018) Correlación de la percepción del estrés con el consumo de alcohol es estudiantes universitarios de Celaya por lo cual vemos que existe una similitud en cuanto a esta investigación los resultados en la investigación se realizaron a 388 adultos y se observa que no se encontró correlación estadística entre las variables del estrés y consumo de alcohol, con 0,19.

### Conclusiones

- El objetivo general de esta investigación se centró en determinar la relación que existe entre es el estrés y el consumo de alcohol de trabajadores de una empresa privada en Quito, con los datos obtenidos se puede evidenciar

que no existe una correlación entre estas dos variables, por la tanto se concluye que el estrés no es un causal para el consumo de alcohol de los trabajadores.

- Con estos resultados se concluye que las capacitaciones y charlas impartidas en la empresa dan resultados positivos para prevenir el consumo de alcohol entre los trabajadores.
- El tener un equipo humano en el área de Recursos Humanos que está capacitado y bien informado sobre el estrés laboral, permite enfrentar procesos de formación y capacitación a sus trabajadores en cuanto al manejo del estrés laboral.
- Por último, en la correlación de género y edad en las variables de estrés y consumo de alcohol tampoco existe dicha correlación ya que las edades estuvieron puestas desde los 18 a 50 años y no determina el consumo del alcohol ni su nivel de estrés.

### Limitación

- Como limitación pudimos identificar la honestidad con la que se realizó la participación de los instrumentos, ya que muchos de los trabajadores preguntaron si los resultados afectarían en la permanencia de la empresa. Sin embargo, cabe mencionar que la encuesta realizada fue anónima; no obstante, se pudo identificar

que pudo causar temor entre los encuestados.

### **Recomendaciones**

- Tomar en cuenta que las personas pueden tener miedo a realizar los instrumentos cuando se lo toma dentro de un ambiente laboral.
- Se recomienda realizar más estudios sobre el estrés y su incidencia en el consumo de alcohol.
- Realizar los instrumentos en trabajadores que tengan una carga operativa que se encuentre bajo presión.

## 5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Ahumada-Cortez, J. G., Gámez-Medina, M. E., & Valdez-Montero, C. (2017). El consumo de alcohol como problema de salud pública. *Ra Ximhai*, 13(2), 13-24.
- Alemán Pardo, F. (2020). *Diccionario de prevención de riesgos laborales*: (ed.). Wolters Kluwer España. <https://elibro.net/es/lc/utiec/titulos/172627>
- Alemán Villarreal, H. (2017). *Estrés laboral y consumo de alcohol en trabajadores de una industria* (Doctoral dissertation, Universidad Autónoma de Nuevo León).
- Alemán Villarreal, H. (2020). Estrés laboral y consumo de alcohol en trabajadores de una industria. Tesis de doctorado, Universidad de Guadalajara
- Anitei, M., Stoica, I., & Samsonescu, M. (2013). Particularidades de rasgos de personalidad y estrés percibido en el lugar de trabajo. *Para los trabajadores jóvenes en Rumania*, 84, 1010-1014  
*Autónoma de México*.
- Babbie, E. R. (2020). *The practice of social research*. Cengage AU.
- Baigorri, B. B. M., Hernandez, R. S., Martínez, C. A., Ramón, R. L., Escanilla, J. B., & Abad, A. B. (2021). La carga de trabajo, artículo monográfico. *Revista Sanitaria de Investigación*, 2(12), 51. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8277403&orden=0&info=link>
- Balladares, L. A. R., & Pulgar, G. E. B. (2021). Utilización del test de AUDIT para medir el Consumo de Alcohol en los trabajadores del Gobierno Autónomo Descentralizado de Chimborazo. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional*, 6(11), 1322-1335.
- Beauchamp, T. L., & Childress, J. F. (2001). *Principles of biomedical ethics*. Oxford University Press, USA.
- Borrás Santiesteban, T. (2015). *Prevención del consumo de bebidas alcohólicas*: (ed.). Editorial Universitaria. <https://elibro.net/es/ereader/utiec/71682?page=7>
- Buitrago-Orjuela, L. A., Barrera-Verdugo, M. A., Plazas-Serrano, L. Y., & Chaparro-Penagos, C. (2021). Estrés laboral: una revisión de las principales causas consecuencias y estrategias de prevención. *Revista Investigación en Salud Universidad de Boyacá*, 8(2), 131-146.
- Canepa, C. D. (2010). Actividad Laboral y Carga Mental de Trabajo. *Ciencia & Trabajo*, 12(36).
- Castilla-Gutiérrez, S., Colihuil-Catrileo, R., Bruneau-Chávez, J., & Lagos-Hernández, R. (2021). Carga laboral y efectos en la calidad de vida de docentes universitarios y de enseñanza media. *Revista Chakiñan de Ciencias Sociales y Humanidades*, (15), 166-179.
- Chávez, E. C., & Salcedo, L. G. E. (2023). Análisis del riesgo psicosocial y su relación con el consumo de alcohol en trabajadores de la construcción de Ven Constructora. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional*, 8(10), 1222-1237.
- correlación de la percepción del estrés con el consumo de alcohol en estudiantes universitarios de Celaya.
- Cruz-Zuñiga N, Alonso Castillo MM, Armendáriz-García NA, Lima Rodríguez JS. Clima laboral, estrés laboral y consumo de alcohol en trabajadores de la industria. Una revisión sistemática. *Rev Esp Salud Pública*. 2021; 95: 23 de abril e202104057.

- Cruz-Zuñiga, N., Alonso Castillo, M.M., Armendáriz-García, N.A., Gómez Meza, M.V., López García, K.S. y Lima Rodríguez, J.S. (2023). Factores laborales, espiritualidad, apoyo social y su relación con el consumo de alcohol en operarios. *Health and Addictions / Salud y Drogas*, 23(1), 90-102. doi: 10.21134/haaj.v23i1.66
- Cuyo, M. C. V., & Siguencia, R. M. C. (2020). Factores que influyen en el rendimiento laboral del personal de salud que labora en el Centro de Salud tipo C, Latacunga: Factors that influence the work performance of health personnel working in the tipe C Health Center, Latacunga. *La U Investiga*, 7(2), 39-52.
- Delgado, A.G., Padilla, N., Ramírez, X.S., (2018). **Correlac ESTRÉS Y CONSUMO DE ALCOHOL EN TRABAJADORES DE UNA EMPRESA PRIVADA EN QUITO**
- Durkheim, E. (1985). *Las reglas del método sociológico* (Vol. 86). Ediciones Akal.
- en profesionales de la salud. México: Universidad Nacional*
- Estrada, J. A. R., Vinces, M. S. B., Jaime, A. M. G., & Delgado, G. D. M. (2021). Caracterización del consumo de alcohol en la organización y su efecto en el rendimiento laboral de la empresa Eurofish. *Recimundo*, 5(Especial 1), 146-155.
- Fernández, O (2018) Los estresores laborales. México. Mc Gwall Hill.
- Gallardo, M. I. G., Peñafiel, J. W. H., & Viver, G. J. C. (2019). Carga mental y desempeño laboral en los trabajadores de una empresa industrial. *Revista Científica Retos de la Ciencia*, 3(6), 26-44.
- Gómez, S. M. M. (2023). Percepción de la jerarquía de necesidades de Maslow y su relación con los factores de atracción y retención del talento humano. *Contaduría y administración*, 68(1), 235-259
- Gonzalez, M. A. D. C. (1999). *El curso de filosofía positiva de Auguste Comte y la estética impresionista: análisis de las conexiones internas entre el positivismo y el impresionismo en el desarrollo científico del S. XIX* (Doctoral dissertation, Universidad Complutense de Madrid).
- González-Urbieto, I., Alfonso, A., Aranda, J., Cameron, S., Chávez, D., Duré, N., ... & Torales, J. (2020). Síndrome de Burnout y dependencia al alcohol en estudiantes de medicina. *Medicina clínica y social*, 4(2), 52-59.
- Güilgüiruca, M., Quiñones, M., & Zúñiga, C. (2020). Demandas laborales y consumo de alcohol: el rol del grupo de trabajo. *Cadernos de Saúde Pública*, 36, e00128419.
- Gutiérrez, R., Contreras, C., & Itos, E. (2003). *Salud mental, estrés y trabajo*
- Gutiérrez, S.A.M., Vilorio, J.C. (2014). Riesgos Psicosociales y estrés en el ambiente laboral, Salud Uninorte, (30) 1, v-vii. <https://www.redalyc.org/pdf/817/81730850001.pdf>
- Hair, J. F., Anderson, R. E., Babin, B. J., & Black, W. C. (2010). *Multivariate data analysis: A global perspective* (Vol. 7).
- Hamra, A. (2020). Pirámide de jerarquías en la empresa. *Perspectivas: Revista Científica de la Universidad de Belgrano*, 3(1), 195-199.
- Hernández González, O. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista cubana de medicina general integral*, 37(3). [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-)

<https://doi.org/10.1186/s12888-016-0875-9>

<https://www.scielo.sa.cr/pdf/aie/v22n3/1409-4703-aie-22-03-65.pdf>

- Huamanculi Evanán, Y., & Huaranca Pariona, D. W. (2020). Síndrome de Burnout relacionado con la carga laboral de los internos de obstetricia en los hospitales de la ciudad de Ayacucho, enero-marzo 2019.
- Ivancevich, J.M. Matteson, M.T. (1980), *Stress and work: A managerial perspective Glenview, III*: Scott, Foresman.
- Jelinked, E.M. (1952). The disease concept of alcoholism. In J.E. Ewing (ED). The disease concept of alcoholism (pp.1-12). New Haven, CT: Yale University Press.
- Khun, T. S. (1968). La estructura de las revoluciones científicas. *Investigación económica*, 28(111/112), 189-196.
- Klein, E.M., Brähler, E., Dreier, M. et al. The German version of the Percived Stress Scale- psychometric characteristics in a representative German community sample. *BMC Psychiatry* 16 (2016).
- Londoño Montoya, S., Gómez Acosta, G., & González Carreño, V. (2019). Percepción de los docentes frente a la carga laboral de un grupo de instituciones educativas colombianas del sector público. *Espacios*, 40(2), 26.
- Loor, J. K. A., Loor, K. N. M., López, A. P. O., & Santana, E. M. C. (2023). Alcohol en el medio laboral en una Empresa Harinera de Manta. *RECLAMUC*, 7(1 (esp)), 18-24.
- Mamani, E. L., Huancollo, D. F. M., Cari, L. W. C., & Apaza, K. A. (2021). Estrés laboral y rendimiento laboral de los trabajadores en entidades financieras. *Dominio de las Ciencias*, 7(4), 356-372.
- Martínez-Figueroa, E., & Figueroa-García, M. C. (2022). Prevalencia de Síndrome de Burnout en el personal de la Región Sanitaria IX, Ameca, Secretaría de Salud Jalisco, México. *Salud Jalisco*, 9(1), 8-15.
- McGrath, J. E., & Altman, I. (1970). *The Environment: From Surplus to Scarcity*. Aldine Publishing Company.
- Méndez Morales, J. S. (2019). Trabajo digno y decente en México: ¿una utopía? En C. A. Montoya Agudelo (Ed.), *Calidad de vida laboral y trabajo digno o decente* (pp. 35-62). Bogotá: Ediciones Universidad Cooperativa de Colombia. doi: <https://doi.org/10.16925/9789587601527>
- Mongón-Vega, A. M., & del Rocío Mejía-Rubio, A. (2023). Estrés laboral y consumo de alcohol en servidores policiales. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 6(14), 7-18.
- Mongón-Vega, A. M., & Mejía-Rubio, A. D. R. (2023). Estrés laboral y consumo de alcohol en servidores policiales. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 6(14), 7-18.
- Montoya Agudelo, C. (2019). *Calidad de vida laboral y trabajo digno o decente: nuevos paradigmas en las organizaciones*: (ed.). Fondo Editorial Universidad Cooperativa de Colombia. <https://elibro.net/es/lc/utiec/titulos/127556>
- Morillo, V. D., & García, A. R. (2017). Consumo de alcohol, tabaco y otras drogas en los trabajadores del sector textil en el valle de los Chillos-Ecuador. Vol 15, Páginas 1-5.

- Obtenido de [http://www.revistasbolivianas.ciencia.bo/pdf/rsscem/v15n2/v15n2\\_a01.pdf](http://www.revistasbolivianas.ciencia.bo/pdf/rsscem/v15n2/v15n2_a01.pdf)
- Paltán Sanunga, F. J. (2022). *El consumo de alcohol y su incidencia en la productividad laboral de América Latina, período 2000–2018* (Bachelor's thesis, Riobamba: Universidad Nacional de Chimborazo).
- Papalia, D., & Martorell, G. (2016). *Desarrollo Humano* (Décimo Tercera Edición ed.).
- Patlán Pérez, J. (2020). ¿Qué es la calidad de vida en el trabajo? Una aproximación desde la teoría fundamentada. *Psicología desde el Caribe*, 37(2), 31-67.
- Perales, L. A. G., García, K. S. L., Castillo, M. M. A., Ruiz, M. D. M., & Pantoja, M. Á. V. (2023). Relación de fatiga y consumo de alcohol en conductores de carga pesada. *SANUS: Revista del Departamento de Enfermería de la Universidad de Sonora*, 8, 3.
- Ponce Guerra, C. E. (2018). *Consumo de alcohol en las facultades de Ciencias de la Salud, Ciencias Políticas e Ingeniería de la Universidad Nacional de Chimborazo: un análisis desde la determinación social, año 2017* (Master's thesis, Universidad Andina Simón Bolívar, Sede Ecuador).
- Ramos Ramos, P. (Coord.). (2012). *Intervención psicológica en estrés laboral, mobbing y síndrome de Burnout*: (2 ed.). Editorial ICB. <https://elibro.net/es/ereader/utiec/111796?page=25>
- Remor, E., Psychometric properties of a European Spanish version of the Percived Stress Scale (PSS). *Ansiedad y estres*. 2001;7(2-3):195-201.
- Restrepo, L. S., Dominguez, L. J., & Moreno, J. D. H. (2006). Valoración de la carga laboral en una empresa de servicios. *Scientia et technica*, 3(32).
- Reyes, A.L., Rodríguez, A.L., López, K.S., Guzmán, R.F., Alonso, M.M., (2017). Estrés laboral, resiliencia y consumo de alcohol en trabajadores de la industria el acero de Nuevo León, México.
- Rincon Rincon, A. P. (2021). Narrativas para comprender el significado acerca del estrés laboral asociado al consumo de alcohol en un trabajador de Corabastos de 40 años.
- Ruiz Contreras, A. E., Méndez Díaz, M., Prieto Gómez, B., Romano, A., Caynas, S., & Próspero García, O. (2010). El cerebro, las drogas y los genes. *Salud mental*, 33(6), 535-542.
- Seguel F, Santander G, Barriga O. Validez y confiabilidad del test de identificación de los trastornos debido al consumo de alcohol (AUDIT) en estudiantes de una Universidad Chilena. *Cienc. Enferm*. Vol.19 no.1 Concepción 2013
- Selye, H. (1956). *The stress of life*. McGraw-Hill
- Silla, J. M. P. (2001). El estrés laboral: una perspectiva individual y colectiva. *Prevención, trabajo y salud: Revista del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el trabajo*
- Suárez, O. J., Suárez-Riveros, L. D., & Lizarazo-Osorio, J. D. C. (2022). Factores intrínsecos a la sobrecarga laboral en el estrés del profesorado. *Praxis & Saber*, 13(35).
- Vega, L., Barrantes, L. (2022). Percepción del estudiantado universitario sobre la virtualización de la enseñanza de la metodología de la investigación científica en la educación superior. *Actualidades Investigativas en Educación* 22 (3), 65-94.
- Vidal Lacosta, V. (2019). *El estrés laboral: análisis y prevención*: (ed.). Prensas de la Universidad de Zaragoza. <https://elibro.net/es/lc/utiec/titulos/113362>

[www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_nlinks&ref=253713&pid=S2077-3323200300010000800012&lng=es](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=253713&pid=S2077-3323200300010000800012&lng=es)

[www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_nlinks&pid=S1794-9998201700010008100003&lng=en](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_nlinks&pid=S1794-9998201700010008100003&lng=en)

Yupanqui Peche, V. E. (2023). Carga laboral y engagement en los colaboradores de empresas privadas de Chimbote, 2023.

Zarco, V y Ardid, C. (1998), *El estrés laboral. Introducción a la psicología del trabajo y de las organizaciones*

Zevallos Sinchitullo, S., & Suárez Ramos, T. X. (2018). El síndrome de Burnout relacionado con la carga laboral de los profesionales de enfermería del hospital regional Miguel Ángel Mariscal Llerena de Ayacucho, 2017.

Zumaeta Rojas, A. J. (2022). Carga laboral y desempeño laboral de los abogados del centro de emergencia mujer de la comisaría de Uchuglla, año 2020.

## 6. ANEXOS.

¿Con que frecuencia consumes bebidas alcohólicas? \*

- Nunca
- Una o menos veces al mes
- 2 o 4 veces a la semana
- 2 o 3 veces a la semana
- 4 o más veces a la semana

¿Cuántas bebidas alcohólicas consumes normalmente cuando bebes?

- 1 o 2
- 3 o 4
- 5 o 6
- 7 o 9
- 10 o más

¿Con que frecuencia tomas 6 o más bebidas alcohólicas en un solo día?

- 1 o 2
- 3 o 4

Con que frecuencia has estado afectado por algo que ha ocurrido inesperadamente?

- Nunca
- Casi nunca
- De vez en cuando
- A menudo
- Muy a menudo

...

Con que frecuencia te has sentido incapaz de controlar las cosas importantes en tu vida

- Nunca
- Casi nunca
- De vez en cuando
- A menudo
- Muy a menudo

Con que frecuencia te has sentido nervioso o estresado?

- Nunca
- Casi nunca