

---

# Estrés laboral y sus factores de riesgo psicosocial

Work stress and psychosocial risk factors

Estresse no trabalho e fatores psicossociais de risco

Diana Lucia Díaz Naranjo<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Médico y Cirujano. Magíster en Psicología Clínica. Estudiante de Especialización en Salud Ocupacional, Universidad CES. e-mail: contactenos@jurisgalenos.com

---

Cómo citar este artículo: Díaz DL. Estrés laboral y sus factores de riesgo psicosocial. Rev CES Salud Pública 2011; 2(1): 80-84

## RESUMEN

La Resolución 2646 de 2008 tiene como objetivo dar los parámetros en la identificación de los riesgos psicosociales en el trabajo, esto como producto del estrés ocupacional, el presente artículo presenta de una forma concisa y entendible para el empleado en general, el significado de los factores de riesgo psicosocial y las repercusiones que estos puedan llegar a tener en su salud. El Ministerio de Protección incluye en la tabla de Enfermedades Profesionales las patologías derivadas por el estrés laboral, y para esto se apoya en el protocolo para la determinación del origen de las patologías derivadas del estrés y en la batería de instrumentos para evaluar los factores de riesgo psicosocial y contribuir en la toma de decisiones a los profesionales laborales en la determinación del origen de las enfermedades derivadas del estrés ya sean estas de origen común o profesional. Para tal caso las empresas deben destinar recursos humanos y económicos para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo de dichos riesgos psicolaborales, es responsabilidad del empleador velar por la salud de sus empleados, el incumplimiento a lo establecido por el Ministerio será objeto de sanción de conformidad con lo dispuesto en los literales a y c del Artículo 91 del Decreto – Ley 1295 de 1994.

Palabras Claves: Agotamiento Profesional, Impacto Psicosocial, Estrés Psicológico, Factores de Riesgo, Salud Laboral

## ABSTRACT

Resolution 2646 of 2008 aims to provide the parameters in the identification of psychosocial risks at work, that as a result of occupational stress, this paper presents a concise and understandable to the employee in general, the meaning of the factors psychosocial risk and the impact that they can come to have on your health. The Ministry of Protection included in the table of occupational diseases and diseases resulting from work stress, and this is supported by the protocol for determining the origin of diseases resulting from stress and battery of instruments to assess risk factors counseling and help in making decisions to the professionals working on determining the origin of stress-related illnesses and whether they are of common origin or professional. For this case, the companies must allocate human and financial resources for the identification, evaluation, prevention, intervention and monitoring of these risks psicolaborales is employer's responsibility to ensure the health of their employees, failure

---

Recibido: Abril 01 de 2011    Revisado: Abril 15 de 2011    Aceptado: Mayo 04 de 2011

---

as determined by the Ministry will be penalty in accordance with the provisions of subparagraphs a and c of Article 91 of Decree - Law 1295 of 1994.

Key Words: Risk Factors, Psychosocial Impact, Burnout Professional

## RESUMO

Resolution 2646 of 2008 aims to provide the parameters in the identification of psychosocial risks at work, that as a result of occupational stress, this paper presents a concise and understandable to the employee in general, the meaning of the factors psychosocial risk and the impact that they can come to have on your health. The Ministry of Protection included in the table of occupational diseases and diseases resulting from work stress, and this is supported by the protocol for determining the origin of diseases resulting from stress and battery of instruments to assess risk factors counseling and help in making decisions to the professionals working on determining the origin of stress-related illnesses and whether they are of common origin or professional. For this case, the companies must allocate human and financial resources for the identification, evaluation, prevention, intervention and monitoring of these risks psicolaborales is employer's responsibility to ensure the health of their employees, failure as determined by the Ministry will be penalty in accordance with the provisions of subparagraphs a and c of Article 91 of Decree - Law 1295 of 1994.

Palavras Chave: Esgotamento Profissional, Impacto Psicossocial, Estresse Psicológico, Fatores de Risco, Saúde do Trabalhador

## INTRODUCCIÓN

El tema de los factores de riesgo psicosocial, ya se ha venido trabajando desde tiempo atrás, a medida que el concepto de salud se ha ampliado con el acercamiento de la idea de bienestar, la prevención y promoción de la salud, las organizaciones laborales han comenzado a trascender en el asunto de la medicina preventiva y la higiene del trabajo.

### *Factores psicosociales*

Una vez que el área de Salud Ocupacional comenzara a abordar la relación salud mental y trabajo, se fue haciendo entre los empresarios y trabajadores un tema de obligado cumplimiento, mas aun con lo estipulado en la Resolución 1016 de Marzo de 1989, Artículo 11 donde se

considera la intervención del subprograma de higiene en la identificación de los agentes de riesgo en el trabajador, como los psicosociales .

El comité Mixto Organización Internacional del Trabajo (OIT) – Organización Mundial de la Salud (OMS), define los factores psicosociales como las interacciones entre el trabajo, su medio ambiente, la satisfacción en el trabajo y las condiciones de su organización, por una parte y por la otra, las capacidades del trabajador, sus necesidades, su cultura y su situación personal fuera del trabajo, todo lo cual, a través de percepciones y experiencias, pueden influir en la salud y en el rendimiento y la satisfacción en el trabajo(2).

La interrelación negativa entre las condiciones laborales y los factores humanos, pueden generar consecuencias nocivas, de los cuales se tiene tres aspectos detectados: el rendimiento en el trabajo, la satisfacción en el mismo y la salud del trabajador.

La Resolución 2646 de 2008 define los llamados factores de riesgo psicosocial como "*(Los) factores psicosociales comprenden los aspectos intralaborales y extralaborales o externos a la organización y las condiciones individuales o características intrínsecas al trabajador, los cuales en una interrelación dinámica, mediante percepciones y experiencias, influyen en la salud y el desempeño de las personas*"(3). El Ministerio de la Protección Social establece disposiciones y se definen responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para determinación del origen de las patologías causadas por el estrés ocupacional.

#### *Estrés laboral*

El estrés se ha abordado por un creciente número de investigadores sin llegar a una unificación del tema, la Universidad Pontificia Javeriana en el Subcentro de Seguridad Social y Riesgos Profesionales, define el estrés como un conjunto de reacciones de carácter psicológico, emocional y comportamental, que se produce cuando el individuo debe enfrentar demandas derivadas de su interacción con el medio (factores de riesgo psicosocial), ante las cuales su capacidad de afrontamiento es insuficiente, causando un desbalance que altera su bienestar incluso su salud(4).

Teniendo en cuenta que las reacciones ante una situación estresante, están determinadas por la misma gravedad del suceso, también se tienen en cuenta los factores propios de la persona y el apoyo social y familiar con el que cuente.

Por lo tanto, el concepto de enfermedad podría tener varias causas que se hacen indispensables analizar, de ahí la preocupación del Ministerio de la Protección en diseñar una batería que permita la evaluar la exposición del trabajador a los llamados riesgos psicosociales y determinar si la respuesta que tuvo el trabajador ante el estrés se produjo preponderantemente ante condiciones laborales, extra laborales o individuales(5).

#### *Estrés y factores psicosociales*

Recientemente el gobierno expidió el nuevo listado de enfermedades profesionales, esto es, que se hayan derivado de la actividad laboral (Decreto 2566 de 2009)( ), entre las que reconoce como posibles enfermedades causadas por el estrés en el trabajo los estados de ansiedad y depresión, el infarto de miocardio y otras urgencias cardiovasculares, la hipertensión arterial, la enfermedad ácido péptica y el colon irritable.

La Resolución 2646 de 2008 establece que estos factores psicosociales deben ser evaluados objetiva y subjetivamente a los trabajadores que se encuentran en riesgo psicosocial, utilizando instrumentos que para el efecto hayan sido validados en el país como lo dispone el Ministerio de la Protección Social, por lo cual esta valoración permite distinguir tres tipos de condiciones: intralaborales, extra laborales o individuales( ). El riesgo intralaboral permite identificar cuatro dominios que a su vez agrupan un conjunto de dimensiones que explican las dimensiones intralaborales, los dominios considerados son(5):

- a. Demandas del trabajo: se refiere a las exigencias que el trabajo impone al individuo, cuantitativas, de carga mental, emocionales, etc.
- b. Control sobre el trabajo: es la posibilidad que el trabajo le da al individuo para influir y tomar decisiones sobre los diferentes aspectos

tos que intervienen en su realización, como: claridad del rol, capacitación, etc.

c. Liderazgo y relaciones sociales en el trabajo: son los tipos particulares de relaciones sociales que se establecen entre los superiores jerárquicos y sus colaboradores.

d. Recompensa: es la retribución que el trabajador obtiene a cambio de sus contribuciones o esfuerzos laborales, como: la financiación, de estima, etc.

Entre las condiciones extra laborales están los aspectos del entorno familiar, social y económico del trabajador. Incluyen las condiciones de la vivienda que pueden influir en el bienestar y salud del individuo.

Las condiciones individuales tienen que ver con las características propias del individuo, como el sexo, la edad, el estado civil, el nivel educativo, etc. La batería no incluye cuestionarios para la evaluación, pero si permite en sus anexos, algunas orientaciones técnicas que pueden ser de utilidad para quienes evalúan las características personales(5).

El alcance de la batería es evaluar los factores de riesgo psicosocial, entendidos como las *"condiciones psicosociales cuya identificación y evaluación muestra efectos negativos en la salud de los trabajadores o en el trabajo"*. La aplicación de la batería permite determinar el grado de riesgo en una escala de cinco niveles: sin riesgo o riesgo despreciable, riesgo bajo, riesgo medio, riesgo alto y riesgo muy alto, así también establecer la presencia o ausencia de riesgo psicosocial intra y extra laboral(5).

*"El propósito de la Salud Ocupacional es servir a la salud y el bienestar social de los trabajadores en forma individual o colectiva. La práctica de la salud ocupacional debe realizarse de acuerdo con los estándares profesionales más altos y los principios éticos más rigurosos. Los*

*profesionales de la salud ocupacional deben contribuir además al mejoramiento de la salud pública y del medio ambiente"*(8). Los usos y los objetivos de la evaluación de riesgo psicosocial y de la aplicación de los instrumentos deberán estar siempre equiparados al objeto de la Salud Ocupacional, el cual dispone en su artículo segundo(8):

- Propender por el mejoramiento y el mantenimiento de las condiciones de vida y salud de la población trabajadora.
- Prevenir todo daño para la salud de las personas, derivado de las condiciones del trabajo.
- Proteger a las personas contra los riesgos relacionados con agentes físicos, químicos, biológicos, psicosociales, mecánicos, eléctricos y otros derivados de la organización laboral que puedan afectar la salud individual o colectiva en los lugares de trabajo.
- Eliminar o controlar los agentes nocivos para la salud integral del trabajador en los lugares de trabajo.

## CONCLUSIONES

El concepto de estrés es importante y tiene relevancia en el ámbito laboral porque el individuo puede responder de diferentes maneras ante un suceso inesperado, para algunas personas una situación puede ser muy amenazante, pero para otras esa misma situación podría pasar desapercibida, estas respuestas pueden activar mecanismos fisiopatológicos de una enfermedad.

## REFERENCIAS

1. Ministerios de Trabajo y Seguridad Social

- y de Salud. Resolución 1016 de Marzo de 1989, por la cual se reglamenta la organización, funcionamiento y forma de los Programas de Salud Ocupacional que deben desarrollar los patronos o empleadores en el país. Bogotá: Los Ministerios; 1989.
2. Comité Mixto OIT-OMS. Factores psicosociales en el trabajo: naturaleza, incidencia y prevención. 9º Reunión Medicina del trabajo. Septiembre 18-24 de 1984.
  3. Ministerio de la Protección Social. Batería de Instrumentos para la evaluación de Factores de Riesgo Psicosociales. Bogotá: El Ministerio; 2010.
  4. Pontificia Universidad Javeriana. Protocolo para la determinación del origen de las patologías derivadas del estrés. Bogotá: La PUJ; 2007.
  5. Ministerio de la Protección Social, República de Colombia. Batería de instrumentos para la evaluación de factores de riesgo psicosocial. Bogotá: El Ministerio; 2010.
  6. Ministerio de la Protección Social, República de Colombia. Decreto 2566 de Julio de 2009, por la cual se adopta la tabla de enfermedades profesionales. Bogotá: El Ministerio; 2009
  7. Ministerio de la Protección Social, República de Colombia. Resolución 2646 de Julio 2008, por la cual se establecen disposiciones y se definen responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para la determinación del origen de las patologías causadas por el estrés ocupacional. Bogotá: El Ministerio; 2008
  8. Presidencia de la República de Colombia. Decreto 614 de Marzo de 1984, por la cual se determinan las bases para la organización y administración de la salud ocupacional en el país. Bogotá: La Presidencia; 1984.

