

# Definiciones: Variable, Función y Restricción

Mario Wilfredo Ramirez Puma

13 de abril de 2025

## Variable: Nivel de Estrés Laboral

### Definición

El estrés constituye uno de los problemas de salud más generalizado actualmente. Es un fenómeno multivariable resultante de la relación entre la persona y los eventos de su medio (Alfonso Águila et al., 2015).

### Función

En investigaciones, el nivel de estrés laboral puede actuar como:

- **Variable dependiente:** cuando se analiza cómo factores como la carga de trabajo, el ambiente organizacional o el liderazgo afectan el nivel de estrés del trabajador.
- **Variable independiente:** cuando se estudia cómo el estrés laboral influye en otras variables, como la productividad, la satisfacción laboral o la salud mental.

### Restricciones

Para delimitar el estudio del estrés laboral, se pueden establecer las siguientes restricciones:

- **Población específica:** por ejemplo, trabajadores del sector salud que laboran en turnos nocturnos.
- **Antigüedad laboral:** incluir solo a empleados con más de un año en la empresa.
- **Instrumento de medición:** utilizar herramientas validadas, como el Cuestionario de Estrés Percibido (PSS).

## Organización de la Variable

Variable	Funciones	Indicadores	Instrumento
Nivel de Estrés Laboral	Carga laboral, presión Bienestar emocional	Horas extra, tensiones con jefes Ansiedad, irritabilidad	Cuestionario de Estrés Percibido (PSS) Entrevista semi-estructurada

## Referencias

Alfonso Águila, B., Calcines Castillo, M., Monteagudo de la Guardia, R., and Nieves Achon, Z. (2015). Estrés académico. *Revista Cubana de Salud Pública*, 41(2):151–161.