**PEC 3**

## **Ejercicio 1**

**Descripcion del dataset. ¿Por que es importante y que pregunta/problema**

**pretende responder?**

Este dataset está formado 27 variables y 1260 observaciones. Estas variables son:

1.Timestamp: momento de presentación de respuestas

2. Age: edad

3. Gender: género

4. Country: país

5. state: estado. ¿Si vives en los Estados Unidos, cual es el estado o el territorio donde vives?

6. self\_employed: auto-empleado. ¿Es autónomo (auto-empleado)?

7. family\_history: historia familiar. ¿Tiene antecedentes de enfermedad mental en la familia?

8. treatment: tratamiento. ¿Ha sido tratado por una enfermedad mental?

9. work\_interfere: ¿Si tiene una enfermedad mental, siente que interfiere con su trabajo?

10. no\_employees: ¿número de empleados. ¿Cuántos empleados tiene su compañía o organización?

11. remote\_work: ¿realiza teletrabajo (fuera de la oficina) al menos el 50% del tiempo?

12. tech\_company: ¿su empleador primaro es una organización o empresa de tecnología?

13. benefits: ¿su empleador provee beneficios de salud mental?

14. care\_options: ¿conoce las opciones de cuidado mental de la compañía médica que el empleador provee?

15. wellness\_program: ¿Su empleador ha mencionado alguna vez que tiene un programa de bienestar mental para sus empleados?

16. seek\_help: ¿Su empleador proporciona recursos para saber más sobre aspectos de salud mental y cómo encontrar ayuda?

17. anonymity: ¿Está protegida su privacidad si elige acogerse a ventajas de salud mental o recursos de tratamiento de abusos de substancias?

18. leave: ¿Le sería fácil, acogerse a una baja por situación de salud mental?

19. mental\_health\_consequence: ¿Cree que hablar de un aspecto de salud mental con su empleador, tendría consecuencias negativas?

20. phys\_health\_consequence: ¿Cree que hablar de un aspecto de salud física con su empleador, tendría consecuencias negativas?

21. coworkers: ¿Estaría dispuesto a hablar con sus compañeros de un aspecto de salud mental?

22. supervisor: ¿Estaría dispuesto a hablar con sus supervisores de un aspecto de salud mental?

23. mental\_health\_interview: ¿Mencionaría un aspecto de salud mental con un potencial empleador en una entrevista?

24. phys\_health\_interview: ¿Mencionaría un aspecto de salud física con un potencial empleador en una entrevista?

25. mental\_vs\_physical: ¿Siente que su empleador se toma la salud mental como un aspecto **tan importante como la salud física?**

26. obs\_consequence: ¿Has oído u observado consecuencias negativas para sus compañeros de trabajo que se encuentren en situación de enfermedad mental en su puesto de trabajo?

27. comments: comentarios adicionales

Los datos aquí expuestos corresponden a la encuesta realizada durante el 2014.

Para realizar un trabajo de forma correcta, el trabajador debe estar en situación de condiciones mentales normales.

Teniendo en cuenta que la Organización Mundial de la Salud informa que la salud mental no más que una actitud de bienestar para que la persona sea capaz de desarrollar sus capacidades, de afrontar el estrés del día a día, que en su trabajo se observe una productividad y que sea capaz de aportar a la comunidad. Luego mirándolo de forma positiva, la salud mental es el pilar de un funcionamiento correcto tanto a nivel individual como a nivel comunidad.

No hay que olvidar que durante nuestro día a día nos encontramos con diferentes situaciones tanto a nivel persona como laboral que nos provocan estrés, esto está dentro de unos baremos de la normalidad y en ningún caso debe considerarse como un problema a tratar.

El hecho de sentir estrés no es malo, siempre y cuando sea en unas cantidades que nos permitan en todo momento tener un nivel de sensatez mental adecuado y un positivo rendimiento a nivel de conducta como cognitivo. Se afirma que el estrés agudo, de poca duración, pone en predisposición el cerebro para un mejor rendimiento.

Si lugar a dudas el estrés lleva a las personas a tener problemas de salud, relaciones insuficientes y una baja productividad laboral. Con lo que conlleva aspectos negativos tanto personalmente como profesionalmente. Visiblemente esto se observa con facilidad ya que el individuo se enfada constantemente con los que están más cerca.

Solamente, en la Unión Europea, las enfermedades relacionadas con los músculos del esqueleto superan al estrés laboral.

Una persona con estrés tiene los siguientes síntomas fatiga, tensión muscular, variación en el apetito, bruxismo, cambios en el estímulo sexual, mareos y dolores de cabeza. Psicológicamente estos factores pueden ser la irritabilidad, nerviosismo, falta de energía y ganas de llorar.

La cuestión que podemos llegar a responder es si el trato es el mismo laboralmente en la enfermedad física que en la enfermedad mental.