

Hospital Militar Central "Dr. Carlos J. Finlay"

INFLUENCIA DEL ESTRÉS OCUPACIONAL EN EL PROCESO SALUD-ENFERMEDAD

Lic. Gilda Lima Mompó,¹ My. Laura Aldana Vilas,² My. Pedro Casanova Sotolongo,³ Dr. Pedro Casanova Carrillo,⁴ Lic. Carlos Casanova Carrillo,⁵ My. Eulalia García Gutiérrez²

RESUMEN

La salud ocupacional o higiene ocupacional tiene como finalidad promover y mantener el más alto grado de bienestar físico, mental y social de los trabajadores en todas las profesiones. En la revisión bibliográfica realizada se puede apreciar que los conflictos psicológicos y la inadaptación del hombre al trabajo son capaces de generar estados de ánimos negativos, desequilibrios emocionales y otros malestares que afectan no solo a la salud mental, sino también el funcionamiento neurovegetativo del organismo. Es por ello que uno de los problemas relacionados con el binomio salud- enfermedad que más ha llamado la atención de los investigadores en los últimos 20 años es el tema del estrés ocupacional. La actividad laboral constituye una de las fuentes de bienestar psicológico y social más valiosa para los seres humanos y provee la mayor parte del significado y estructura del adulto, como lo afirman numerosos autores. Las investigaciones refieren que en sus consecuencias se deben contemplar la dualidad de sus efectos sobre la salud y el bienestar. El presente trabajo permite abordar nuevos criterios sobre los factores psicosociales que intervienen en el área laboral y su repercusión en la salud del trabajador, así como introducirse en la búsqueda de nuevas herramientas diagnósticas para trabajos futuros.

DeCS: SALUD OCUPACIONAL; ESTRES PSICOLOGICO; CONDICIONES DE TRABAJO; PROCESO SALUD-ENFERMEDAD.

Dentro de las especialidades de la psicología que se insertan en el campo de la salud, se encuentra la ocupacional, llamada también ergonomía, que se ocupa de problemas tales como las formas de equiparar las capacidades de los individuos con los requi-

sitos de los empleos, mediante una selección adecuada y métodos de capacitación, así como del diseño de los empleos y las condiciones ambientales para hacerlas corresponder con las capacidades humanas. Un aspecto importante de la psicología

¹ Licenciada en Psicología Clínica. Investigadora del Departamento de Investigaciones Básicas de Acupuntura.

² Especialista de I Grado en Psiquiatría. Investigadora del Departamento de Investigaciones Básicas de Acupuntura.

³ Especialista de II Grado en Neurología. Investigador Titular. Profesor Asistente. Policlínico Docente "Héroes del Moncada".

⁴ Médico Residente en Medicina General Integral. Policlínico "Manduley".

⁵ Licenciado en Enfermería. Hospital Ginecoobstetra "América Arias".

ocupacional es la reducción de los accidentes y el estrés en el lugar de trabajo.

Los estudios de lesiones ocupacionales y enfermedades se han dirigido casi exclusivamente al costo económico directo y a la duración de la incapacidad, raramente se le ha prestado atención a sus amplias consecuencias sociales o a su impacto en la familia de esos trabajadores.¹⁻⁴ La salud ocupacional tiene como finalidad promover y mantener el más alto grado de bienestar físico, mental y social de los trabajadores en todas las profesiones. Los conflictos psicológicos y la inadaptación del hombre al trabajo son capaces de generar estados de ánimos negativos, desequilibrios emocionales y otros malestares que afectan no solo a la salud mental, sino también el funcionamiento vegetativo del organismo.^{5,6} Es por ello que uno de los problemas relacionados con el binomio salud-enfermedad que más ha llamado la atención de los investigadores en los últimos 20 años es el tema del estrés ocupacional.⁷

Efectos negativos del estrés ocupacional en la salud del trabajador

El término estrés está muy presente en el hombre de nuestros días, y aunque existen múltiples criterios relacionados con su enunciado, forma de medirlo y sobre todo en los métodos de lucha contra él, todos coinciden en concederle una extraordinaria importancia, por las consecuencias que ocasiona a la salud humana este complejo fenómeno.⁷⁻¹⁰ Desde tiempos muy remotos las repercusiones que posee el estrés en la salud son innumerables, por citar algunas podemos mencionar que en los EE. UU. las enfermedades vinculadas con el estrés, junto con las vasculares cerebrales constituían el 50 % de las causas de muerte.^{8,9} En la antigua URSS, la mortalidad por esta enfermedad se incrementó en 4 veces de 1960 a 1980.⁸⁻¹⁰ Los famosos hermanos Mayo declararon que más de la

mitad de las camas de los hospitales de los EE. UU. estaban ocupadas por personas con padecimientos del estrés.^{11,12}

Los problemas del estudio del estrés y su impacto en la salud del trabajador, representan una dirección obligada cuando se intenta elevar los niveles de salud de una población determinada, por lo tanto incidir en su calidad de vida, es tarea fundamental de todo profesional que se encargue de la salud ocupacional.¹³ Existen múltiples razones que justifican esto, pero fundamentalmente que el trabajo representa la actividad vital más importante para el hombre y su desarrollo social.¹⁴ Es conocido que además de satisfacer sus necesidades económicas y de supervivencia, es fundamental para el desarrollo de una personalidad armónica. Los estudios sobre el estado de salud de los desempleados apoyan esta afirmación.¹⁵

No es difícil imaginar que las acciones desarrolladas con la intención de mejorar los índices de salud del trabajador, identificar las fuentes que atentan contra estos, prevenirlas en general, adecuar cada vez más la relación hombre-actividad laboral, debe convertirse en uno de los propósitos más importantes de la salud pública.¹⁵⁻¹⁷ El trabajo constituye una de las fuentes de bienestar psicológico y social más valiosa para los seres humanos y provee la mayor parte del significado y estructura del adulto. Sus consecuencias sobre los seres humanos son ambientales, producen salud y bienestar, a la vez que enfermedad, muerte e insatisfacción. Las investigaciones relativas a sus consecuencias deben contemplar, por tanto, la dualidad de sus efectos sobre la salud y el bienestar y las formas en que puede matar al espíritu humano.^{18,19} Particularizando en los problemas de la capacidad de trabajo, generalmente afectadas en las profesiones con alta responsabilidad, se comprobó que las alteraciones se pro-

ducen por una extenuación de neurodinamismo cortical, responsable de una inhibición defensiva que repercute en trastornos de la memoria y otras capacidades cognitivas, así como en una alteración en la dinámica de la actividad.²⁰⁻²²

Se entiende por capacidad de trabajo la potencialidad del cerebro de conservar una forma de actividad elaborada en condiciones concretas, por ende, debe medirse por el grado en que varíen los indicadores de la actividad nerviosa superior.¹⁹

Un análisis detallado sobre las consecuencias de la interrelación entre el hombre y su actividad laboral nos lleva a la consideración de los efectos negativos y positivos que resultan del desempeño de una tarea concreta. Sin negar la importancia que representa para la promoción de la salud en el trabajo los efectos positivos, se hará énfasis en los efectos negativos. Estos efectos: estrés, monotonía, fatiga, se manifiestan durante y después del trabajo, lo que representa un resultado negativo o al menos no deseado de la actividad laboral, sus manifestaciones se expresan en los diferentes estados funcionales.²⁰

En el ambiente laboral se usa frecuentemente la denominación de estrés ocupacional para particularizar una serie de factores negativos al proceso de trabajo y un cierto estado desagradable o no confortable en el hombre.²³ Surge como una necesidad histórica de la ciencia de la salud para intentar explicar numerosos mecanismos del organismo humano y las consecuencias de sus desajustes o desequilibrios.

En general, el término estrés es el más frecuentemente designado para señalar los efectos de cualquier actividad, ya sea en la vida laboral o fuera de esta o para señalar las causas o condiciones que son responsables del deterioro funcional del hombre y de su baja capacidad psíquica de trabajo.²⁴

En múltiples estudios se han definido gran número de posibles factores de estrés

presentes en el medio laboral. Entre ellos figuran el trabajo por turnos, la utilización insuficiente de la capacidad, el trabajo excesivo y el aburrimiento, el trabajo excesivo, el conflicto de funciones, la desigualdad de salarios, las dudas sobre el porvenir profesional, las relaciones laborales, la calidad del material y el peligro físico.²⁵⁻²⁸

En investigaciones realizadas acerca del estrés laboral se ha demostrado que el trabajo por turnos es un factor de estrés profesional habitual que influye en los ritmos neurofisiológicos, en la temperatura corporal, la eficiencia mental, el índice metabólico, la concentración de azúcar en sangre y la motivación profesional, que puede dar lugar a enfermedades relacionadas con el estrés.^{24,25}

El control del tráfico aéreo es una profesión sometida a un estrés intenso, en un grupo de controladores se observó que la hipertensión era 4 veces más frecuente que en el grupo control compuesto por personal aeronáutico auxiliar.²⁷

El trabajo puede considerarse excesivo cuantitativamente, cuando hay demasiado que hacer, o cualitativamente, cuando es demasiado difícil.²⁷ Se ha demostrado que existe una relación entre una cantidad excesiva de trabajo y el hábito de fumar, siendo un importante factor de riesgo de padecer cardiopatías coronarias. En un estudio realizado a 1 500 empleados se determinó que el trabajo excesivo iba unido a síntomas relacionados con el estrés, como el descenso de la autoestima, la baja motivación profesional y la bebida con fines de evasión.²⁹⁻³² El trabajo insuficiente, cuando va unido a un ambiente laboral reiterativo, rutinario, aburrido se asocia con la mala salud.²⁹ Por otra parte, el aburrimiento y la falta de interés en el trabajo pueden reducir la capacidad para reaccionar ante una situación anormal.³³

Se ha confirmado que la función que la persona desempeña en su trabajo es una

fuente importante de estrés profesional; los factores de estrés institucionales resultantes de la ambigüedad y el conflicto de funciones pueden dar lugar a enfermedades relacionadas con el estrés como las cardiopatías coronarias.³³⁻³⁷ Se ha enfatizado por diversos autores que los ejecutivos, empleados administrativos y profesionales son más propensos al tipo de estrés relacionado con el conflicto de funciones.³⁸ En este caso la personalidad sería un elemento importante para determinar la reacción del individuo ante esta situación, la tensión resultante es mayor en los introvertidos que en los extrovertidos, y se ha afirmado que en situación de conflicto las personas flexibles muestran mayor tensión que los individuos rígidos.³⁵⁻³⁸ El hecho de ser responsable de otros trabajadores y de su seguridad parece ser un posible factor de estrés profesional. Las presiones a que están sometidos los operadores de centrales nucleares se definieron al afrontar situaciones anormales. Este tipo de res-

ponsabilidad se consideró también en el caso de policías, aunque no en la misma medida.^{29,31,34} Se observó que una mayor participación daba lugar a una productividad más alta, un mejor rendimiento y niveles más bajos de trastornos físicos y mentales, incluidos los comportamientos relacionados con el estrés como la bebida con fines de evasión y el tabaquismo.³⁸

CONCLUSIONES

En este trabajo relacionado con las fuentes del estrés profesional, la atención se ha centrado en el estrés en múltiples dimensiones y facetas, que solo pueden comprenderse totalmente si se realiza un examen exhaustivo de todas las esferas sociales y físicas en que se desarrolla la vida del individuo. El estrés, la salud, el rendimiento laboral, la familia y la red social, constituyen un conjunto integrado y es una de las preocupaciones de la salud pública actual.

SUMMARY

Occupational health or occupational hygiene is aimed at promoting and maintain the highest degree of physical, mental and social well-being of workers in every profession. In the bibliographic review it is observed how the psychological conflicts and the inadaptation of man to work can generate negative states of mind, emotional unbalances and other malaises affecting not only mental health, but also the neurovegetative functioning of the organism. That's why occupational stress is one of the problems related to the health-disease binomy that has called the attention of researchers in the last 20 years. Working is one of the most useful sources of psychological and social well-being for human beings and provides most of the meaning and structure of the adult, as many authors assert. In the investigations, it is stressed the duality of its effects on health and well-being. This paper allows to deal with new criteria on the psychosocial factors intervening in the working area and its impact on the worker's health, and to search for new diagnostic tools for the future.

Subject headings: OCCUPATIONAL HEALTH; STRESS, PSYCHOLOGICAL; WORKING CONDITIONS; HEALTH DISEASE PROCESS.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Linton SJ. Occupational Psychological factors increase the risk for back pain: a systematic review. *J Occup Rehabil* 2001;11(1):53-66.
2. Wang DS, Ren W, Xiang QL, Sun L, Liu ZX, Su SN. Changes of arterial blood pressure during various stages in spaceflight activities. *Space Med Eng (Beijing)* 2001;14(1):66-9.

3. Breslau N, Kessler RC. The stressor criterion in DSM-IV posttraumatic stress disorder: an empirical investigation. *Biol Psychiatry* 2001;50(9):699-704.
4. Dembe AE. The social consequences of occupational injuries and illnesses. *Am J Ind Med* 2000;40(4):403-17.
5. Van Erp AM, Tachi N, Miczek KA. Short or continuous social stress: suppression of continuously available aethanol intake in subordinate rats. *Behav Pharmacol* 2001;12(5):335-42.
6. Larose S, Bernier A. Social support processes: mediators of attachment state of mind and adjustment in late adolescence. *Attach Hum Dev* 2001;3(1):96-120.
7. Baynes JW. From life to death-the struggle between chemistry and biology and during aging: the Maillard reaction as an amplifier genomic damage. *Biogerontology* 2000;1(3):235-46.
8. Wayne H. Stressful life event theory and research implications for primary prevention. *Bolentin OPS* 1988;105(3):245-82.
9. Endo Y, Yamauchi K, Fueta Y, Irie M. Changes of body temperature and plasma corticosterone level in rats during psychological stress induced by the communication box. *Med Sci Monit* 2001;7(6):116-5.
10. Christensen MH, Patsdaughter CA, Babington LM. Health care providers' experiences with problem gamblers. *J Gambl Stud* 2001;17(1):71-9.
11. Pope SK, Sowers M, Welch GW, Albrecht G. Functional limitation in women at midlife: the role of health conditions, behavioral and environmental factors. *Womens Health Issues* 2001;11(6):494-502.
12. Patten SB. Descriptive epidemiology of a depressive syndrome in a western canadian community population. *Can J Public Health* 2001;92(5):392-5.
13. Leggat PA, Chohanadisai S, Kedjarune U, Kukiattrakoon B, Yapong B. Health of dentists in southern Thailand. *Int Dent J* 2001;51(5):348-52.
14. Cheng Y, Guo YL, Yeh WY. A national survey of psychosocial job stressors and their implications for health among working people in Taiwan. *Int Arch Occup Environ Health* 2001;74(7):495-504.
15. Ye J, Shi X. Gene expression profile in response to chromium-induced cell stress in A549 cells. *Mol Cell Biochem* 2001;222(1-2):189-97.
16. Roth G. Migration and Mental Health Current research issues. *Nord J Psych* 1993;47:185-9.
17. Ekblod S. Stressful environments and their effects on quality of life in the third world cities. *Environment Urbanization* 1993;5:125-34.
18. Aschka C, Himmel W, Ittner E, Kochen MM. Sexual problems of male patients in family practice. *J Fam Prac* 2001;50(9):773-8.
19. Brow P, Zavestoski S, McCormick S, Linder M, Mandelbaum J, Luebke T. A gulf of difference: disputes over Gulf War-related illnesses. *J Health Soc Behav* 2001;42(3):235-57.
20. Bond FW, Bunce D. Job control mediates change in a work reorganization intervention for stress reduction. *J Occup Health Psychol* 2001;6(4):290-302.
21. Poonai NP, Antony MM, Binkley KE, Stenn P, Swinson RP, Corey P. Psychological features of subjects with idiopathic environmental intolerance. *J Psychosom Res* 2001;51(3):537-41.
22. Johnson JV. The psychosocial work environment of physicians. *J Environ Monit* 1996;37(9):151-8.
23. Akagi H, Klimes I, Bass C. Cognitive behavioural therapy for chronic fatigue syndrome in a general hospital-feasible and affective. *Gen Hosp Psychi* 2001;23(5):254-60.
24. Ganster DC, Fox ML, Dwyer DJ. Explaining employees' health care costs: a prospective examination of stressful job demands, personal control, and physiological reactivity. *J Appl Psychol* 2001;86(5):954-64.
25. Carbone EG, Cigrang JA. Job satisfaction, occupational stress, and personality characteristics of Air Force military training instructors. *Mil Med* 2001;166(9):800-2.
26. Palmer KT, Cooper C, Walker-Bone K, Syddall H, Coggon D. Use of keyboards and symptoms in the neck and arm: evidence from a national survey. *Occup Med (Lond)*, 2001;51(6):392-5.
27. Pérez CE. Chronic back problems among workers. *Health Rep* 2000;12(1):41-55.
28. Allen I. Stress in hospital medicine: a problem for key hospital staff. *Hosp Med* 2001;62(8):501-3.
29. Magari SR, Hauser R, Schwartz J, Williams PL, Smith TJ, Christiani DC. Association of heart rate variability with occupational and environmental exposure to particulate air pollution. *Circulation* 2001;104(9):986-91.
30. Joshi TK, Menon KK, Kishore J. Musculoskeletal disorders in industrial workers of Delhi. *Int J Occup Environ Health* 2001;7(3):217-21.
31. Elders LA, Burdorf A. Interrelations of risk factors and low back pain in scaffolders. *Occup Environ Med* 2001;58(9):597-603.
32. Ohlson CG, Soderfeldt M, Sorderfeldt B, Jones I, Theorell T. Stress markers in relation to job strain in human service organizations. *Psychother Psychosom* 2001;70(5):268-75.

33. Leong FT. The role of acculturation in the career adjustment of Asian American workers: a test of Leong and Chou's (1994) formulations. *Cultur Divers Ethn Minor Psychol* 2001;7(3):262-73.
34. Pope DP, Silman AJ, Cherry NM, Pritchard C, Macfarlane GJ. Association of occupational physical demands and psychosocial working environment with disabling shoulder pain. *Ann Rheum Dis* 2001;60(9):852-8.
35. Aldana SG. Financial impact of health promotion programs: a comprehensive review of the literature. *Am J Health Promot* 2001;15(5):296-320.
36. Park J, Kim Y, Chung HK, Hisanaga N. Long working hours and subjective fatigue symptoms. *Ind Health* 2001;39(3):250-4.
37. Iwasaki Y, Zuzanek J, Mannell RC. The effects of physically active leisure on stress-health relationships. *Can J Public Health* 2001;92(3):214-8.
38. Spurgeon A, Jackson CA, Beach JR. The Life events inventory: re-scaling based on an occupational sample. *Occup Med (Lond)* 2001;51(4):287-93.

Recibido: 14 de diciembre de 2002. Aprobado: 14 de enero de 2003.

Lic. *Gilda Lima Mompó*. Hospital Militar Central "Dr. Carlos J. Finlay". Departamento de Investigaciones Básicas de Acupuntura. Avenida 31 y 114, municipio Marianao, Ciudad de La Habana, Cuba.