

# **El Bienestar Laboral y la Salud Mental de los Empleados en las Organizaciones**

Katherine Agualimpia Solis  
Maria Nelly Castaño Salazar  
Karen Gutiérrez Acevedo  
Deisy Maturana Palacio

Docente:  
Juan David GARCIA ESCOBAR

INSTITUCION UNIVERSITARIA TECNOLOGICO DE ANTIOQUIA  
PROFESIONAL EN PSICOLOGÍA  
MEDELLÍN- ANTIOQUIA  
2019 – 2020

**Resumen:**

La actual investigación está basada en analizar la influencia del bienestar laboral en factores como el estrés, la ansiedad y el síndrome de burnout en asesores comerciales de una empresa Automotriz, en la ciudad de Medellín, al tener en cuenta que las empresas comerciales demandan alto rendimiento por el cumplimiento de las metas. La investigación es tipo cuantitativa lo que permite que la observación sea objetiva en los resultados. Su diseño es no experimental debido a que no se manipulan las variables, es de corte transversal porque la observación y el registro de datos se realizó en un solo momento. Se evalúan las variables mediante la aplicación de Cuestionario de Bienestar laboral General (qBLG) de Blanch, Sahagún, Cantera y Cervantes, el Perfil de estrés de Nowack, el Inventario de Ansiedad de Beck y el test Maslach Burnout Inventory (MBI) por medio de herramientas tecnológicas y estadísticas buscando profundizar esta temática laboral. Según la muestra se identifica haber una presencia significativa de bienestar laboral en los empleados no presentando variación en los niveles de estrés señalados en la prueba del Perfil de estrés de Nowack, ya que estos se mantienen; lo que podría significar un riesgo para su interacción laboral, social y familiar no avoreciendo al clima laboral a causa de un estrés que se adapta a la constante exposición a situaciones estresantes, adicionalmente se valida que los empleados tienen una presencia baja de ansiedad y de síndrome burnout aportando a la calidad de vida de cada empleado.

Palabras clave:

ORGANIZACIÓN, ESTRÉS MENTAL, BIENESTAR LABORAL, PSICOLOGÍA OCUPACIONAL, CALIDAD DE VIDA LABORAL.

**Abstract:**

The current research is based on analyzing the influence of work well-being on factors such as stress, anxiety and burnout syndrome in commercial advisers of an automotive company, in the city of Medellín, taking into account that commercial companies demand high performance for meeting goals. The research is quantitative, which allows the observation to be objective in the results. Its design is non-experimental because the variables are not manipulated, it is cross-sectional because the observation and data recording was carried out in a single moment. Variables are evaluated by applying the General Labor Well-being Questionnaire (qBLG) of Blanch, Sahagún, Cantera and Cervantes, the Nowack's Stress Profile, the Beck Anxiety Inventory and the test Maslach Burnout Inventory (MBI) by means of technological tools and statistics they seek to deepen this labor issue. According to the sample, there is a significant presence of labor well-being in employees, showing no variation in the stress levels indicated in the Nowack stress profile test, as these are maintained; which could pose a risk to your work interaction, social and family not favoring the work environment because of a stress that adapts to constant exposure to stressful situations, additionally, it is validated that employees have a low presence of anxiety and and burnout syndrome contributing to the quality of life of each employee.

**Keys words:**

ORGANIZATIONS, MENTAL STRESS, OCCUPATIONAL PSYCHOLOGY, QUALITY OF WORKING LIFE

## Referencias:

Asociación Americana de Psiquiatría, (2014). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5®), 5a Ed. Arlington, VA, Asociación Americana de Psiquiatría, 2014.

Calderón Hernández, Gregorio, & Murillo Galvis, Sandra Milena, & Torres Narváez, Karen Yohana (2003). Cultura organizacional y bienestar laboral. *Cuadernos de Administración*, 16(25), 109-137.

Fundación científica y tecnológica ACHS, (2009 abr-jun). Riesgos psicosociales en el trabajo. *Ciencia y trabajo*. Volumen (32), 37-121.

Herrera, Y. Betancourt, J. Jiménez, N. Martínez, A. (2017). Bienestar laboral y salud mental en las organizaciones. *Revista electrónica psyconex*. 9(14).

Hurtado, D., y Pereira, F. (2015). El síndrome de desgaste profesional (burnout syndrome): manifestación de la ruptura de reciprocidad laboral. *Revista salud bosque*, Volumen 2 (2), 29-38.

Martínez, A. (2010). El síndrome de burnout. Evolución conceptual y estado actual de la cuestión. *Vivat Academia*. nº 112.

Nava, C., Orihuela, L., y Vega, C. (2016). Relación entre estrés laboral y estrés cotidiano. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*, volumen 19 (2). 558-568

Organización Mundial de la Salud. (Mayo de 2019). *Salud mental en el lugar de trabajo*. Recuperado de <https://bit.ly/3nUqAKI>

Pérez, M. (31 de enero de 2020). "el bienestar laboral puede estar fuera del trabajo. *El tiempo*, Medellín. Recuperado de <https://bit.ly/362UBBt>

Pérez, J y Gardey, A. Publicado: 2008. Actualizado: 2012. Definición de: Definición de ansiedad recuperado de <https://bit.ly/3m2CnG0>

Robles, M. (2015). "niveles de ansiedad que presentan los trabajadores del organismo jurídico de la cabecera departamental de Huehuetenango. Universidad Rafael Landívar, 1-89.

Sierra J. C.; Ortega V.; Zubeidat I.; (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-Estar E Subjetividad / Fortaleza*. Vol. 3; N. 1; P. 10 - 59.

Urrego, A. (2016). Entorno laboral saludable como incentivo al talento humano en salud. *Minsalud Dirección de desarrollo y talento humano en salud*. p. 1-26