

Artículo Original

Diseño e implementación de un programa de prevención de riesgo psicosocial en el Centro de Aplicaciones Editorial Imprenta Unión

DESIGN AND IMPLEMENTATION OF A PSYCHOSOCIAL RISK PREVENTION PROGRAM IN THE CENTRO DE APLICACIONES EDITORIAL IMPRENTA UNIÓN

ZABDI ZEGARRA LOPEZ^{1*}, OSMAN LOAYZA VERA¹

Recibido: 15 octubre de 2021 / Aceptado: 28 diciembre de 2021

¹Escuela de Ingeniería Ambiental, Facultad de Ingeniería y Arquitectura, Univ. Peruana Unión, Lima, Perú

Resumen

El objetivo del estudio fue evaluar el nivel de riesgo psicosocial en el Centro de Aplicación Editorial Imprenta Unión, y desarrollar un programa de prevención del riesgo psicosocial. La metodología utilizada fue el cuestionario ISTAS 21 validada con 0.8 Alpha de Kronbach. Los resultados se analizaron mediante el software SPSS, lo que arrojó una tasa porcentual en función a los trabajadores 78,8% en relación al ritmo de trabajo, 64,7% en la claridad de rol y 57,1% en la demanda emocional. La segunda valoración fue del 18,3%, 11,3% y 20%, respectivamente, debido a la disminución las dimensiones más desfavorables revelados del programa de prevención del riesgo psicosocial apenas durante 6 meses. Se concluyó que hubo cambios positivos y significativos en las situaciones estudiadas.

Palabras claves: estrés, riesgo psicosocial, ISTAS 21, ritmo de trabajo, desorden músculo esquelético

Abstract

The objective of the study was to evaluate the level of psychosocial risk in the Editorial Imprenta Unión Application Center, and to develop a psychosocial risk prevention program. The methodology used was the ISTAS 21 questionnaire validated with Kronbach's 0.8 Alpha. The results were analyzed using the SPSS software, which yielded a percentage rate based on the workers of 78.8% in relation to the pace of work, 64.7% in role clarity and 57.1% in emotional demand. The second assessment was 18.3%, 11.3% and 20%, respectively, due to the decrease in the most unfavorable dimensions revealed by the psychosocial risk prevention program for only 6 months. It was concluded that there were positive and significant changes in the situations studied.

Keywords: Stress, Psychosocial risks, ISTAS 21, work rhythm, musculoskeletal disorders.

*Correspondencia de autor: E-mail: azabdizegarra@upeu.edu.pe

INTRODUCCIÓN

En todo el mundo, 12,2 millones de personas mueren en el trabajo cada año, principalmente en países en desarrollo, con más de 8% por causas de riesgo psicosocial asociadas con la ansiedad y la depresión (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2017); en adición a ello, en Europa, la ansiedad es un problema común que afecta al 22% de los trabajadores (Istas, 2010).

La OMS afirma que los riesgos laborales causan enfermedades al corazón, sistema respiratorio, tracto gastrointestinal, piel, sistema endocrino y sistema musculoesquelético y pueden exacerbar otros problemas de salud. Asimismo, la Organización Internacional del Trabajo (OIT) advierte sobre los riesgos psicosociales globales que afectan la salud de los trabajadores a través de reacciones como la ansiedad y estrés. En España, dicho problema genera pérdidas de dos mil dólares al año por trabajador, 30% de desempleo, 70% de mal empleo, y en América del Sur su mala gestión genera pérdida del 30% de las vacaciones

anuales (Méndez, 2008).

En el Perú, la prevención de riesgos en el trabajo se está convirtiendo en uno de los principios fundamentales de la seguridad y salud en el trabajo (SST), con normativas que rigen a todos los organismos, como la Ley 29783, Ley de Seguridad y Salud. Salud Total de la Dirección General de Sanidad Ambiental (DIGESA) reconoce que toda organización que desconoce los riesgos psicológicos y sociales de la exposición de sus empleados, pone en riesgo la productividad del trabajo realizado (Elías *et al.* 2010).

El "Programa de Prevención de Riesgos Psicosociales" en Imprenta Unión tiene el fin de mejorar las condiciones de trabajo del personal. Los resultados de este estudio permiten utilizar el método de intervención ISTAS21 aplicando el método de mejora continua, así como evaluar los resultados de la aplicación del programa comparando los resultados pre y post programa. De esta forma se ofrece una solución alternativa para prevenir el riesgo psicosocial en diversas empresas peruanas.

La implementación de un Programa de Prevención de Riesgos Psicosociales, en este caso, en el Centro Editorial Imprenta Unión Imprenta Unión que cuenta con 98 colaboradores (distribuidos en 10 áreas) busca evitar o disminuir los riesgos psicosociales y sus efectos adversos a la salud.

A partir de los resultados obtenidos, la autoevaluación, así como la búsqueda de la mayor continuidad posible, pueden generar una cultura que valore el capital humano y se esfuerce por lograr una alta productividad adaptándose a otras empresas de capital.

Por ello se tuvo el objetivo de diseñar e implementar un programa de prevención de riesgo psicosocial para mejorar la situación más desfavorable en el "Centro de Aplicaciones Editorial Imprenta Unión" de la Universidad Peruana Unión, con los siguientes objetivos específicos: identificar los factores de riesgo de las dimensiones psicosociales en el "Centro de aplicación editorial imprenta unión", determinar el nivel de exposición al riesgo psicosocial, mediante la aplicación del cuestionario de "El Instituto Sindical de Trabajo, Ambiente y Salud (ISTAS21), determinar cómo la implementación de un programa de prevención de riesgo psicosocial mejora la situación más desfavorable e intermedia.

MATERIALES Y MÉTODOS

ÁMBITO DE ESTUDIO

La evaluación se realizó en la Centro de Aplicación "Editorial Imprenta Unión", de la Universidad Peruana Unión, que se encuentra ubicada en la Carretera Central Km 19.5, Lurigancho-Lima, a una altitud a 529 m.s.n.m. (115927S, 765026W UTM). Cuenta con un área de 3496 m² (Figura 1).



Figura 1. Mapa de ámbito de estudio (Fuente: Google Earth)

El Centro Editorial contaba con 98 empleados divididos en 10 departamentos: prensa, finanzas, gestión, ventas, impresión, diseño, costos, logística, pedidos y limpieza. Los impresores trabajan en turnos diurnos y nocturnos, 82 personas en diurno. El estudio fue descriptivo y evaluaron múltiples muestras al mismo tiempo y de diferentes departamentos del centro, siguiendo el diagrama de proceso de este estudio (Figura 2).

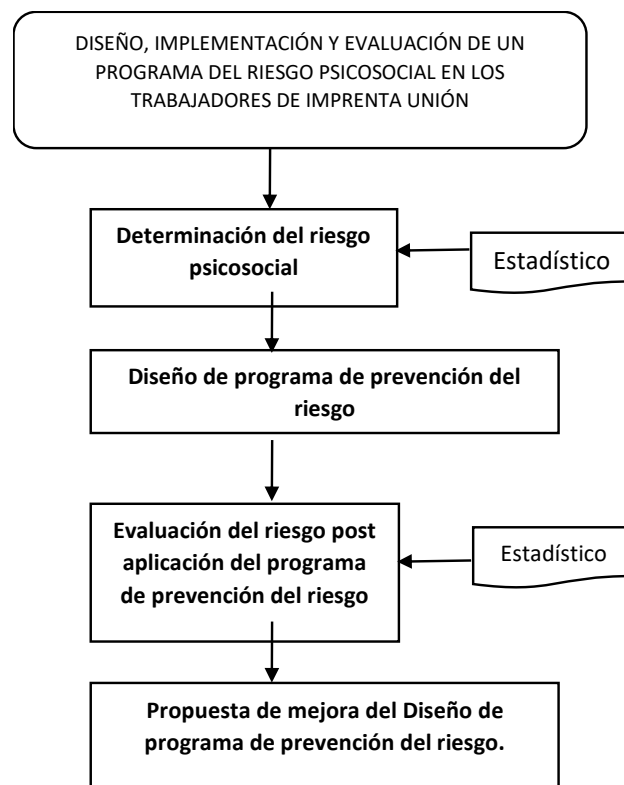


Figura 2. Flujograma de proceso metodológico

Tabla 1. Matriz de consistencia

FORMULACIÓN DE PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES Y DIMENSIONES	INDICADORES	METODOLOGIA
<p>PROBLEMA GENERAL ¿Cómo la implementación de prevención de riesgo psicosocial mejora la situación más desfavorable en el Centro de Aplicaciones Editoriales Imprenta Unión?</p>	<p>OBJETIVO GENERAL Determinar cómo la implementación de prevención de riesgo psicosocial mejora la situación más desfavorable en el Centro de Aplicaciones Editoriales Imprenta Unión.</p>	<p>HIPÓTESIS GENERAL La implementación de prevención de riesgo psicosocial mejora la situación más desfavorable en el Centro de Aplicaciones Editoriales Imprenta Unión.</p>	<p>IMPLEMENTACIÓN DE PREVENCIÓN DE RIESGO PSICOSOCIAL - Situación desfavorable - Situación intermedia - Situación poco favorable</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Sexo - Edad - Departamento/sección - Puesto de trabajo - Movilidad funcional - Participación directa consultiva - Antigüedad - Relación laboral - Promoción - Días laborables - Horario - Horas semanales trabajadas - Adaptabilidad del tiempo de trabajo - Exigencias de disponibilidad en relación con la jornada - Trabajo doméstico - familiar - Recursos - Remuneración - Composición salarial - Correspondencia trabajo - salario 	<p>1. TIPO DE ESTUDIO La presente investigación es de tipo aplicada porque se emplean teorías existentes para resolver el problema planteado</p> <p>2. DISEÑO DE ESTUDIO Por su diseño el tipo de investigación es cuasi experimental, esto quiere decir que la investigación explica el efecto de la implementación de prevención de riesgo psicosocial.</p> <p>3. NIVEL DE INVESTIGACIÓN La investigación tiene un nivel explicativo, ya que se centra en descifrar la razón por lo que se ocasiona el problema.</p> <p>POBLACION</p> <p>3. TIPO DE MUESTRA Se utilizará el muestro probabilístico, subgrupo de la población en el que todos los elementos de esta tienen la posibilidad de ser elegidos.</p> <p>4. TAMAÑO DE MUESTRA La unidad de análisis de estudio se extraerá de la población utilizando la fórmula de muestreo probabilístico.</p> <p>5. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS Variable: IMPLEMENTACION DE PREVENCIÓN DE RIESGO PSICOSOCIAL Técnica: La encuesta Instrumento: El instrumento será el cuestionario.</p>
<p>PROBLEMAS ESPECÍFICO ¿Cómo la implementación de prevención de riesgo psicosocial mejora la situación intermedia en el Centro de Aplicaciones Editoriales Imprenta Unión?</p> <p>¿Cómo la implementación de prevención de riesgo psicosocial mejora la situación poco favorable en el Centro de Aplicaciones Editoriales Imprenta Unión?</p>	<p>OBJETIVOS ESPECÍFICO Determinar cómo la implementación de prevención de riesgo psicosocial mejora la situación intermedia en el Centro de Aplicaciones Editoriales Imprenta Unión.</p> <p>Determinar cómo la implementación de prevención de riesgo psicosocial mejora la situación poco favorable en el Centro de Aplicaciones Editoriales Imprenta Unión.</p>	<p>HIPÓTESIS ESPECÍFICO La implementación de prevención de riesgo psicosocial mejora la situación intermedia en el Centro de Aplicaciones Editoriales Imprenta Unión.</p> <p>La implementación de prevención de riesgo psicosocial mejora la situación poco favorable en el Centro de Aplicaciones Editoriales Imprenta Unión.</p>			

DESARROLLO DE LA INVESTIGACIÓN

Evaluación de riesgo Psicosocial

Para evaluar el riesgo psicosocial se aplica la encuesta estándar, ISTAS 21, la cual contiene 33 ítem y cuyas dimensiones son: características sociodemográficas, departamento y puerto de trabajo, diseño de la tarea, contratación, promoción laboral, jornada laboral y salario (Moncada *et al.*, 2014).

Técnicas de análisis de datos y validación de instrumentos

Para la validación de la encuesta y determinar su fiabilidad, se hizo aplicó a 20 personas de áreas indistintas de Editorial Unión durante el tiempo de culto del personal. Matriz de consistencia de la investigación. Tabla 1.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

VALIDACIÓN DE LA ENCUESTA

Se validó la encuesta ISTAS21 mediante aplicación de la prueba de fiabilidad conocida como Alfa de Cronbach considerando a 20 trabajadores de Imprenta Unión de manera aleatoria y respetando el anonimato; como resultado se obtuvo 0,89 (Tabla 2).

Tabla 2. Resumen de resultados de validación de encuesta con la prueba de Alfa de Cronbach

Alfa de Cronbach			
Casos	Válido	N	%
	Excluido*	20	100
	Total	0	0
<hr/>			
Estadísticas de fiabilidad			
Alfa de Cronbach		N de elementos	
0,889		107	

RESULTADOS DE LA APLICACIÓN DE LA ENCUESTA PRE Y POSTEST

La prevalencia de exposición es la proporción de hombres y mujeres que están expuestos a cada situación de exposición: más desfavorable para la salud (rojo), intermedia (amarillo) y más favorable para la salud (verde) (Tabla 3).

En esta sección se presentan los resultados de prevalencia de impacto en la edición de Imprenta Unión para cada puesto/departamento/ sección. Conforme a los resultados, la prevalencia de exposición, considerando el pretest (A) y posttest (B), en diferentes situaciones, correspondiendo el posttest a seis meses después de haberse entregado el “Programa de intervención del riesgo psicosocial”.

Los datos se ordenan según el porcentaje de trabajadores en la situación de salud más adversa, es decir, la primera exposición es la que afecta a la mayor proporción de la población activa, y la última que concentra la menor proporción de los expuestos.

Acorde a los resultados (Tabla 3), destacamos los más desfavorables, superando el 50% el ritmo de trabajo que, de acuerdo a nuestras observaciones, está directamente relacionado

con el volumen, el tiempo y la distribución del trabajo; esto se debe principalmente a la falta de personal, planificación inadecuada, planificación de tiempos deficiente, falta de tecnología o deficiencias, deficiencias en los procesos o salarios. La medición de presencia dual es otro tema que se ocupa de los requisitos de cantidad, pedidos, programación, programación, compromisos y responsabilidades. Este aspecto fue también identificado por Hernández *et al.* (2021) y Goel *et al.* (2013), dado que el no gestionarlo adecuadamente es contraproducente para la salud.

Por otro lado, resaltó la claridad de roles, un asunto que debe tener presente toda empresa en general, según lo señala el Ministerio del Trabajo de España (1999), a fin de un desarrollo eficiente de una organización, su mal manejo siempre ocasiona malestar en el personal.

Asimismo, las exigencias emocionales al inicio (Tabla 3), fue preponderante, y es un aspecto que, según Londoño y Jiménez (2019), tiene relación con el ritmo de trabajo que hace que los trabajadores se vean obligados a esconder sus emociones.

Tabla 3. Porcentaje de respuestas de diferentes dimensiones del estudio bajo las situaciones más desfavorable, intermedia y más favorable

Dimensiones evaluadas		% Más Desfavorable		% Situación Intermedia		% Más favorable	
		A*	B*	A*	B*	A*	B*
MÁS PROBLEMÁTICAS ↑ ↓ MENOS PROBLEMÁTICAS O FAVORABLES	Ritmo de trabajo	78,8	18,3	21,2	33,8	0	47,9
	Claridad de rol	64,7	11,3	35,3	77,5	0	11,3
	Exigencias emocionales	57,1	20	29,8	35,7	13,1	44,3
	Calidad de liderazgo	40	21,1	51,8	62	8,2	16,9
	Doble presencia	38,8	36,6	25,9	32,4	35,3	31
	Exigencias cuantitativas	36,5	33,8	31,8	33,8	31,8	32,4
	Inseguridad sobre las condic trabajo	36,5	26,8	48,2	53,5	15,3	19,7
	Conflicto de rol	32,9	31	22,4	16,9	44,7	52,1
	Apoyo social de compañeros	32,9	25,4	47,1	49,3	20	25,4
	Previsibilidad	31,8	23,9	65,9	67,6	2,4	8,5
	Inseguridad sobre el empleo	31,8	28,2	32,9	33,8	35,3	38
	Sentimiento de grupo	28,2	32,4	41,2	40,8	30,6	26,8
	Exigencias de esconder emociones	27,1	23,9	37,6	40,8	35,3	35,2
	Posibilidades de desarrollo	18,8	16,9	35,3	31	45,9	52,1
	Apoyo social de superiores	18,8	18,5	55,3	55,1	25,9	25,4
	Sentido del trabajo	10,6	12,7	28,2	25,4	61,2	62
	Influencia	7,1	8,5	48,2	42,3	44,7	49,3
	Reconocimiento	3,5	2,8	8,2	8,5	88,2	88,7
	Justicia	2,4	1,4	16,5	21,1	81,2	77,5
Confianza vertical	1,2	0	3,54	4,2	95,3	95,8	

Nota: Colores, Rojo: tercil más desfavorable, Amarillo: tercil intermedio, Verde: tercil más favorable. A*: primera evaluación, B*: segunda evaluación.

ANÁLISIS INFERENCIAL

Con el objeto de contrastar la hipótesis general, fue necesario determinar si los datos obtenidos de la situación desfavorable pre y postest presentaban comportamiento paramétrico o no paramétrico, y como la muestra fue < 30 , se procedió a realizar el análisis de normalidad mediante los estadígrafos Kolmogorov-Smirnova y Shapiro Wilk (Tabla 4), donde se pudo verificar que la significancia de situación desfavorable, antes es 0,200 y después 0,427, ambos son mayores a 0,05, por consiguiente, se establece que tienen comportamiento paramétrico.

Tabla 4. Pruebas de normalidad para la situación desfavorable pre y postest

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	Gf	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Situación pretest	0,163	20	0,170*	0,936	20	0,200*
Situación postest	0,105	20	0,200*	0,954	20	0,427*

* Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de significación de Lilliefors

Para evaluar la hipótesis general, fue necesario también efectuar la prueba de normalidad de los datos obtenidos de la situación intermedia (Tabla 5) y poco favorable (Tabla 6), considerando los resultados del pre y postest. Siendo la muestra menor a 30, se procedió al análisis de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro Wilk, con los cuales se determinó que los niveles de significancia fueron superiores a 0,05 (Tablas 5 y 6), confirmándose normalidad de datos para ambos casos.

Tabla 5. Prueba de normalidad en situación intermedia pre y postest

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	Gf	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Situación pretest	,091	20	,200*	,990	20	,398
Situación postest	,112	20	,200*	,980	20	,439

Tabla 6. Prueba de normalidad en situación poco favorable pre y postest

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	Gf	Sig.
Situación pretest	,159	20	,200*	,920	20	,100
Situación postest	,139	20	,200*	,934	20	,181

Nota: * Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de significación de Lilliefors

Según los resultados mostrados en las Tablas 7 y 8, en la situación intermedia y poco favorable, se observaron mejoras luego de la implementación de prevención de riesgo psicosocial; en el primer caso, la media en el postest (38,1) fue superior a la media en el pretest (34,3); del mismo modo, en el segundo caso, donde la media postest (42,0) fue mayor al de la pretest (35,7).

Tabla 7. Estadísticos descriptivos de contrastación de en situación intermedia

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Situación pretest	20	3,50	65,90	34,3150	15,81589
Situación postest	20	4,20	77,50	38,1250	18,71371
N válido (por lista)	20				

Tabla 8. Estadísticos descriptivos de situación intermedia pre y pos-test

	N	Mín	Máximo	Media	D. Est
Situación pretest	20	0,00	95,30	35,7200	28,11650
Situación postest	20	8,50	95,80	42,0150	24,36843
N válido (por lista)	20				

Los resultados de la presente investigación han demostrado la importancia de evaluar, diagnosticar y poder implementar un programa de prevención del riesgo psicosocial con el enfoque de la mejora continua. El hecho de evaluar los resultados al ejecutar el programa y además ajustar los diseños, permite que la organización conozca mejor a sus trabajadores, cuáles son las situaciones que perjudican el buen desempeño laboral y, a su vez, representan un riesgo para su salud. De esta manera disminuyen los casos de trabajadores que están expuestos en todos los niveles de situaciones más desfavorables e intermedias.

La dimensión, ritmo de trabajo, presentó en la primera evaluación la situación más desfavorable con 78%, la situación intermedia 21,2% y como favorable 0%. Esta situación

con un valor estadístico significativo de van acorde a las investigaciones hechas por (Osorio Escobar, 2011), ya que de acuerdo a las necesidades que se presentan cada año por el crecimiento de la organización los colaboradores deben incrementar su ritmo de trabajo, incluso con la misma cantidad o con un número menor de trabajadores y, con la responsabilidad de alcanzar las metas trazadas o incluso resultados mayores. Esta situación ha provocado gran cantidad de estrés. Sin embargo, al intervenir con el programa de prevención del riesgo psicosocial durante 6 meses, estos resultados cambiaron drásticamente; la situación más desfavorable presentó el 18,8% la situación intermedia el 33,8% y la situación más favorable con 47,9%. Esto afirma que el hecho de tomar acción al identificar los riesgos y prevenirlos con un adecuado programa, puede lograr cambios positivos. El resultado esperado es que al menos las situaciones más favorables alcancen más del 50% en al menos 1 año.

RECOMENDACIONES

Mejorar la comunicación sobre las metas u objetivos marcados por la administración para los trabajadores promoviendo buenas prácticas de comunicación interna, incluir procedimientos propuestos, teniendo en cuenta los resultados por género y celebrando los resultados, con el fin de mejorar la calidad de vida de los trabajadores y la calidad de servicios prestados y aumentar el liderazgo.

En cuanto al sentimiento grupal, se sugiere promover reuniones por áreas de trabajo, lo que permite una relación más cercana entre los trabajadores. Pueden ser elegidos por los propios trabajadores y celebrados al menos una vez por trimestre.

Monitorear la adherencia al Programa de Mejora Continua del Programa de Intervención de Riesgos Psicológicos.

Referencias

- Elías, Á., Cerrato, J., Apellániz, I., Ugarteburu, I., Larrazabal, E., Borja, A., ... García, C. (2009). Análisis de riesgos psicosociales en el trabajo entre las-os trabajadores de limpieza, hostelería y seguridad en la Universidad del País Vasco-Euskal Herriko Unibertsitatea. In ARGITALPEN. Recuperado de: <https://books.google.com.co/books?id=xxfXMwEACAAJ>
- Goel N, Basner M, Rao H, Dinges DF.(2013). Circadian rhythms, sleep deprivation, and human performance. *Prog Mol Biol Transl Sci.* 119:155-90. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-396971-2.00007-5>
- Hernández Rangel CD, Arlene Jamín, Rivera Macías Mnut, Lorena Guadalupe, & López Ortiz PhD, María Montserrat. (2021). Indicadores antropométricos y consumo alimentario del personal de salud según su turno laboral, cronotipo y calidad del sueño. *Revista Ciencias de la Salud*, 19(2), 39-54. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/revsalud/a.10293>
- Istas. (2010). Qué son los riesgos psicosociales. Consultado: Recuperado de: <https://istas.net/salud-laboral/peligros-y-riesgos-laborales/riesgos-psicosociales> (13-12-2021).
- Ley N° 29783. Ley de seguridad y salud en el trabajo. Boletín Oficial del Estado.
- Londoño, J., Jiménez, S. (2019). Efectos del trabajo bajo presión en las exigencias emocionales de los conductores de buses de transporte interdepartamental de pasajeros en la ciudad de Montería. Tesis para optar el título de Ingeniero Industrial. Universidad de Córdoba, Argentina. 179 pp. Recuperado de: <https://core.ac.uk/download/pdf/286767552.pdf>

- Méndez Carrión, A. A. (2008). Análisis de un método de evaluación de riesgo psicosocial en el ambiente laboral, para el caso de una organización chilena. Tesis, 70.
- Moncada S, Llorens C, Andrés R, M. N. & M. E. (2014). Manual del método para la evaluación y la prevención de los riesgos psicosociales en empresas con 25 o más trabajadores. Recuperado de: <http://www.copsoq.istas21.net/ficheros/documentos/v2/manual Copsoq2.pdf> (24-07-2014)
- Organización Mundial de la Salud. (2017). Protección de la salud de los trabajadores. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/protecting-workers'-health> (13-12-2021).
- Osorio Escobar, M. P. (2011). El trabajo y los factores de riesgo psicosociales: Qué son y cómo se evalúan. *Revista CES Salud Pública*, 2(1), 74–79. Recuperado de: <http://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3677224.pdf> <http://dialnet.unirioja.es/servlet/extart?codigo=3677224> (13-03-2021).