

CARGA MENTAL LABORAL Y PSICOTRASTORNOS EN TRABAJADORES INDUSTRIALES

Raúl Rocha Romero*
Universidad Nacional Autónoma de México
Facultad de Estudios Superiores Zaragoza

Recibido: 2 de octubre 2005

Revisado: 7 de octubre 2005

Aceptado: 20 de octubre 2005

RESUMEN

Se explora la relación que existe entre la carga mental laboral (sobrecarga y subcarga) y los niveles de alteración mental presentados por trabajadores industriales, particularmente en lo que se refiere a los procesos cognitivos (atención y memoria) y emocionales (ansiedad y depresión). Los 52 sujetos evaluados son trabajadores de distintas empresas a quienes se les aplicó el Cuestionario sobre Integridad Mental y Trabajo (CIMYT), que no cuenta con datos de confiabilidad y validez. Los resultados obtenidos con ANOVA muestran diferencias estadísticamente significativas entre la variable sobrecarga y las variables memoria ($F_{19,51} = 7.88$; $p = .00$), ansiedad ($F_{19,51} = 27.02$; $p = .00$), depresión ($F_{19,51} = 20.41$; $p = .00$) y fatiga mental ($F_{19,51} = 12.84$; $p = .00$); y entre la variable subcarga y las variables atención ($F_{12,51} = 2.62$; $p = .01$), memoria ($F_{12,51} = 10.44$; $p = .00$), ansiedad ($F_{12,51} = 4.28$; $p = .00$), depresión ($F_{12,51} = 2.45$; $p = .01$) y fatiga mental ($F_{12,51} = 4.70$; $p = .00$). Se discuten las implicaciones del estudio en el marco de la integridad psíquica de los trabajadores y de su inserción en el mundo laboral, además de señalar la necesidad de realizar la validación del CIMYT.

Palabras Clave: Carga mental laboral, psicotrastornos

ABSTRACT

The objective of this paper is to explore the relationship between the mental labor load (overloaded and under loaded) and the levels of mental alteration presented by industrial workers, particularly referring to the cognitive processes (attention and memory) and emotional processes (anxiety and depression). The 52 evaluated subjects are hard-working people from different companies to whom we applied the Mental Integrity and Work Questionnaire, this questionnaire does not count with reliability and validity data. The end results with ANOVA showed statistically significant differences among the variable overload and the variables memory ($F_{19,51} = 7.88$; $p = .00$), anxiety ($F_{19,51} = 27.02$; $p = .00$), depression ($F_{19,51} = 20.41$; $p = .00$) and mental fatigue ($F_{19,51} = 12.84$; $p = .00$); and between the variable underload and the variables attention ($F_{12,51} = 2.62$; $p = .01$), memory ($F_{12,51} = 10.44$; $p = .00$), anxiety ($F_{12,51} = 4.28$; $p = .00$), depression ($F_{12,51} = 2.45$; $p = .01$) and mental fatigue ($F_{12,51} = 4.70$; $p = .00$). Implications of the study are discussed in the frame of the psycho integrity of the workers and their immersion in the labor world, besides pointing out the necessity to carry out the reliability of the CIMYT.

Key words: mental labor load, psycho disorders.

Los cambios económicos y políticos que están sucediendo en el mundo, y particularmente los derivados de la actual Revolución Científico-Tecnológica, se concretan en avances tecnológicos mediante los cuales se pueden, a su vez, acelerar e incrementar los procesos productivos, las redes de comunicación y crear medios cada vez más sofisticados para la simplificación de las actividades cotidianas. De la misma manera, el mundo se encuentra inmerso en un proceso de globalización que obedece

a la lógica del libre mercado, mismo que se ve favorecido por las políticas del modelo económico neoliberal. Dichas políticas implican una mayor participación de las naciones en el comercio internacional a través del liderazgo de las grandes potencias económicas para realizar acuerdos con los países menos favorecidos económicamente, es decir, los países periféricos, lo que origina una relación de subordinación de éstos con aquéllas. Así, las grandes empresas transnacionales se multiplican en los países pobres,

*Correo electrónico: rocharr@servidor.unam.mx

interviniendo en la forma como organizan su vida económica y política.

En esta configuración existe una nueva red de relaciones entre los países, así como entre las clases y los grupos de una misma sociedad. Estas nuevas formas de relación, que se reflejan en la problemática social actual, repercuten a su vez en todas las esferas de la vida de cualquier individuo, incluyendo su salud en relación con la actividad laboral que desarrolla. Por ello, es necesario conocer la forma cómo se ve afectada la salud física y la integridad mental de los trabajadores que están detrás de los procesos productivos para elaborar los bienes y servicios que consume la sociedad.

Si bien el estudio de la relación entre la salud, y particularmente de la llamada salud mental, y el trabajo se conciben hoy como una tarea que debe ser abordada de manera multidisciplinaria, esta investigación se inscribe como una aproximación al estudio de la subjetividad en el trabajo desde una óptica psicosocial. Ciertamente la psicología ha estado presente desde hace ya largo tiempo en el ámbito laboral, e incluso recientemente en su interior se han constituido varias disciplinas específicas; sin embargo, éstas, en su conjunto, adolecen de una serie de insuficiencias expresadas en la falta de articulación teórica, metodológica y técnica en relación con el objeto de estudio. Además, en ellas se observa la tendencia a soslayar u ocultar los elementos histórico-sociales que determinan la realidad laboral de una sociedad en un momento determinado. En el plano político-ideológico, el papel que ha jugado la psicología (organizacional, industrial, del trabajo) ha sido generalmente el de apoyar y promover los intereses de las empresas (aumento de la productividad y, por consiguiente, obtención de mayores tasas de plusvalía) aun a costa de la salud física y la integridad mental de los trabajadores.

Ese ha sido también el caso de otras disciplinas, como la medicina ocupacional, desprendida de la medicina hegemónica y cuyo sustrato teórico-ideológico global es el del llamado Modelo Médico Hegemónico. (Menéndez, 1990). Frente a ello, la medicina social retoma la condición histórica y social de la relación salud-trabajo y propone para su abordaje la categoría proceso de producción en su doble vertiente: como proceso laboral técnico (producción de valores de

uso) y como proceso de valorización (producción de plusvalor) para derivar, y posteriormente integrar, todos los elementos que interactúan dinámicamente y que influyen en la salud de los trabajadores (Laurell, 1989). Para ello, es necesario analizar las repercusiones de los diferentes procesos de trabajo, que se reflejan en las cargas de trabajo y el proceso de desgaste, conceptos propuestos también por la medicina social para enriquecer el estudio de la relación salud-trabajo. Empero, el debate en el seno mismo de la medicina social no está concluido ya que hay tanto propuestas específicas alternativas para identificar los elementos del proceso laboral potencialmente dañinos, como los conceptos de riesgos y exigencias (Noriega, 1993), como propuestas teórico-metodológicas que integran el bagaje de conocimientos existentes para estudiar el impacto del trabajo en la integridad mental de los trabajadores (Martines, 1997).

Sin embargo, el concepto carga de trabajo se retoma en este estudio por considerar que es una categoría que permite el análisis de la dimensión social (particularmente la política, referida a la lucha entre el capital y el trabajo) y no sólo la observación de los aspectos materiales y técnicos del trabajo, y porque presenta una perspectiva más claramente psicológica al incluir dentro de ella a la carga mental, categoría que incluso ha sido utilizada en estudios ergonómicos. (Alonso, 1985 & Wisner, 1988)

La carga de trabajo es la resultante de las exigencias de diversos factores del medio ambiente de trabajo (riesgos físicos, químicos y biológicos, factores tecnológicos y de seguridad, entre otros), y de las condiciones de trabajo (contenido y organización del trabajo, duración, sistemas de remuneración, etcétera), que están determinados por el proceso de trabajo vigente en la empresa. (Neffa, 1988)

Según Laurell en 1989, las cargas laborales pueden ser físicas, químicas, biológicas, mecánicas, fisiológicas y psíquicas o mentales. Esta última se refiere a los requerimientos y exigencias del puesto de trabajo en cuanto a las actividades de tipo cognitivo (Neffa, 1988), así como a los aspectos afectivos y relacionales. Por lo que en función de sus manifestaciones somáticas, pueden ser agrupadas en sobrecarga cuantitativa y subcarga cualitativa mentales. La sobrecarga mental indica situaciones de tensión prolongada, como pueden ser niveles elevados de concentración o

atención sostenida, supervisión estricta, conciencia de peligrosidad del trabajo, altos ritmos laborales, etcétera; por su parte, la subcarga mental se refiere a la imposibilidad de desarrollar y hacer uso de la capacidad psíquica, es decir, al hecho de realizar actividades sin contenido y sin significado para los trabajadores, debido a la pérdida del control sobre el trabajo al estar subordinados al movimiento de la máquina o a los instrumentos utilizados, a la descalificación del trabajo resultado de la separación entre su concepción y ejecución, así como por la parcelación del mismo que redundará en monotonía y repetitividad. (Laurrell, 1989)

Por otro lado, en una cuestión que no sólo es de orden semántica sino teórico- metodológica, en este estudio se asume la crítica realizada por Gómez en 1993, desde una perspectiva psicosocial del mundo laboral, respecto de los conceptos de salud y enfermedad mental y se utilizan los conceptos alternativos propuestos por el propio autor: integridad mental y psicotrastornos, conceptos que han sido retomados en otras investigaciones (Rivera & Rivas, 1992; Almanza, 1996; Rocha, 1998)

Así, el objetivo de la presente investigación consiste en observar la relación que existe entre la percepción de la carga mental laboral del trabajo que se realiza y

la propia valoración de algunos procesos cognitivo-emocionales en trabajadores industriales.

MÉTODO

Sujetos

Se eligieron de manera intencional 52 trabajadores que laboran en 5 empresas industriales de la Cd. de México. Todos son mayores de 20 años y, de ellos, 38 son hombres y 14 mujeres.

Instrumentos

Se empleó una Ficha de Identificación para recabar datos demográficos del trabajador, la antigüedad laboral y si rota turnos o no. Se incluyen una serie de preguntas para obtener información referida a los productos que se elaboran en la empresa, el nombre del puesto de trabajo, los instrumentos (máquinas-herramientas) con las que se trabaja, el nombre de la materia prima o los objetos de trabajo, así como una breve descripción de las actividades que se realizan. También se aplicó el Cuestionario Integridad Mental y Trabajo (CIMYT) elaborado de manera ex profeso para conocer la relación que existe entre la percepción de la carga mental laboral (sobrecarga o subcarga) del trabajo que se realiza y la integridad mental de los trabajadores. Se trata de un cuestionario tipo Likert que contiene 60 reactivos referidos todos ellos a los indicadores aquí construidos en función de la propia acti-

DIMENSIONES E INDICADORES DEL CIMYT

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES/ REACTIVOS
Carga Mental Laboral	Sobrecarga Mental	Atención Sostenida: 4, 16, 17, 18 Supervisión Estricta: 2, 5, 12 Conciencia de Peligrosidad del Trabajo: 13, 19, 20 Responsabilidad: 3, 14, 21 Altos Ritmos de Trabajo: 1, 6, 7 Complejidad de la Tarea: 8, 9 Volumen: 10, 15 Rapidez: 11, 12
	Subcarga Mental	Contenido: 24, 27, 28, 29, 30 Monotonía: 23, 26 Repetitividad: 25, 31
Integridad Mental	Procesos cognitivo/emocionales	Atención: 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38 Memoria: 39, 40, 41, 42, 43 Ansiedad: 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51 Depresión: 52, 53, 54, 55, 56, 57 Fatiga Mental: 58, 59, 60

vidad laboral del sujeto que la realiza. A continuación se muestran las variables, dimensiones, indicadores y el número de cada uno de los reactivos que lo confor-

man. La dispersión de las posibles puntuaciones para el CIMYT está dada por los puntajes mínimos y máximos por cada subescala:

SUBESCALA	PUNTAJE MINIMO	PUNTAJE MAXIMO
Sobrecarga	22	88
Subcarga	9	36
Atención	7	28
Memoria	5	20
Ansiedad	8	32
Depresión	6	24
Fatiga Mental	3	100.0

Así, los sujetos responden a cada uno de los reactivos valorándose ellos mismos en una escala de cuatro puntos: **1.** Casi nunca; **2.** Algunas veces; **3.** Frecuentemente; y **4.** Casi siempre. En el CIMYT hay algunos reactivos invertidos: 16, 24, 27, 28, 30, 32, 51, 58. Considerando lo anterior, los puntajes se obtienen haciendo la sumatoria de los reactivos que integran cada una de las siete subescalas. Es conveniente señalar que el CIMYT no ha sido sometido a ningún proceso para obtener su validez y confiabilidad.

Procedimiento

Ante la negativa de la gerencia de varias empresas para acceder a los centros de trabajo, los instrumentos se aplicaron contactando a los trabajadores industriales de manera personal al término de la jornada laboral y a la salida de las empresas. Cuando consentían participar, se les entregaba el cuestionario para que lo contestaran en sus casas y se les hacía el exhorto para que lo devolvieran al otro día. Sólo 52 cuestionarios se pudieron recuperar.

Tabla 1. Medias y valores F estadísticamente significativos entre las variables demográficas y las variables de estudio

GRUPOS	SOBRECARGA MENTAL		SUBCARGA MENTAL		ATENCIÓN		MEMORIA		FATIGA MENTAL	
	X	F	X	F	X	F	X	F	X	F
Edad 1) 20 a 35 años 2) 36 años ó más	154.69 66.10	22.06*							5.81 7.40	6.11**
Escolaridad 1) Primaria 2) Secundaria	62.47 54.45	9.21*					5.87 6.64	4.66****		
Estado Civil 1) Casado 2) Soltero	63.08 55.08	9.44*								
Número de Hijos 1) 0 a 2 hijos 2) 3 ó más hijos	55.88 64.20	9.73*								
Antigüedad Laboral 1) 1 a 15 años 2) 16 a 30 años	55.76 65.33	12.95*			12.59 9.44	5.30***			5.82 7.56	7.07**
Rota Turnos 1) Sí 2) No			23 19.30	9.681*						

RESULTADOS

Con el objeto de observar la relación que existe entre las variables de estudio, se procedió a aplicar un análisis de varianza entre las variables demográficas y las variables tanto independientes (sobrecarga mental y subcarga mental laboral), como las dependientes (atención, memoria, ansiedad, depresión y fatiga mental). Los resultados se presentan en la tabla 1.

Como puede observarse, se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre algunas variables demográficas y las variables de estudio. Así, en la variable edad, el grupo de trabajadores de mayor edad percibe mayor sobrecarga mental y refiere tener mayor fatiga mental. Respecto al nivel de escolaridad, quienes tienen primaria perciben mayor sobrecarga mental y refieren presentar mayor fatiga mental, a diferencia de quienes cuentan con secundaria, mismos que refieren mayores problemas de memoria.

En relación con el estado civil, los trabajadores que son casados perciben mayor carga mental a diferencia de los que son solteros. Para la variable número de hijos, quienes tienen 3 ó más perciben mayor carga mental en contraste con quienes tienen menos hijos.

Por su parte, los trabajadores que cuentan con mayor antigüedad laboral perciben mayor carga mental y refieren presentar mayor fatiga mental que los trabajadores que cuentan con menor antigüedad, quienes refieren mayores problemas de atención. Por último, con relación a la rotación de turnos, quienes sí lo hacen perciben una mayor subcarga mental.

Para establecer la relación que existe entre las variables independientes y las variables dependientes se aplicó también un análisis de varianza. Las medias obtenidas para cada variable se presentan en la tabla 2.1 y los valores F estadísticamente significativos se muestran en la tabla 2.2.

Tabla 2.1 Medias obtenidas para cada una de las variables de estudio

VARIABLES	X
SOBRECARGA MENTAL	59.08
SUBCARGA MENTAL	20.15
ATENCIÓN	11.50
MEMORIA	6.19
ANSIEDAD	11.23
DEPRESIÓN	8.88
FATIGA MENTAL	6.42

Tabla 2.2 Medias y valores F estadísticamente significativos entre las variables independientes y las variables dependientes

	ATENCIÓN	MEMORIA	ANSIEDAD	DEPRESIÓN	FATIGA MENTAL
SOBRECARGA MENTAL	F	F	F	F	F
SUBCARGA MENTAL		7.88*	27.02*	20.41*	12.84*
	2.66**	10.44*	4.28*	2.45**	4.70*

gl=51

*p=.00; **p=.01

Como se muestra en la tabla 2.2 los resultados son estadísticamente significativos entre las variables independientes y dependientes.

DISCUSIÓN

Lo primero que hay que señalar es la posibilidad de que existan errores en los anteriores resultados. La principal dificultad consistió en que no se permitió el acceso a las empresas para constatar los distintos tipos de procesos de trabajo que se desarrollan en su interior y, con ello, ubicar objetivamente el tipo de carga mental predominante en los distintos puestos de trabajo para de ahí obtener una muestra representativa. Por otro lado, la mayoría de los sujetos encuestados se negó a proporcionar información sobre la actividad laboral que realiza (contenido, nombre del puesto, maquinaria e instrumentos de trabajo utilizados, productos o mercancías elaboradas). Ello condicionó la muestra aquí utilizada. Además, debido a la misma y reiterada circunstancia, el instrumento carece de validez y confiabilidad.

Sin embargo, las investigaciones realizadas en el mundo muestran un impacto negativo del trabajo, es decir, de cómo se organiza y divide en la actualidad, en la salud física del obrero. Incluso, se ha podido establecer una de tipología entre los distintos procesos de trabajo y sus respectivos perfiles patológicos y patrones de desgaste (Rocha, 1998). Y aunque los estudios realizados para estudiar la relación trabajo-subjetividad desde la perspectiva que pondera el análisis del proceso de producción son escasos, en ellos también se observa que el trabajo repercute negativamente en la integridad mental de los trabajadores.

En este estudio se pudo comprobar que existe una relación de asociación entre la percepción de mayor sobrecarga mental (atención sostenida, supervisión estricta, conciencia de peligrosidad del trabajo, responsabilidad, altos ritmos de trabajo, complejidad de la tarea, volumen y rapidez) en la realización del trabajo y, a partir de ahí, la valoración propia sobre la presencia de problemas de atención (distraerse, sentirse aturdido, confundido, no distinguir información importante), memoria (olvidar instrucciones y tareas), ansiedad, depresión y fatiga mental. Lo mismo se puede decir respecto a la percepción de mayor subcarga mental (contenido, monotonía, repetitividad) y la presencia de problemas en los mismos procesos psíquicos.

Si bien el trabajo, como actividad creativa y recreativa, es lo que ha humanizado al hombre, y en ese sen-

tido puede seguir siendo una fuente de bienestar subjetivo y de realización personal para, con ello, conformar y dar sentido a la vida de una persona, en la actualidad, por la manera como se organiza y divide el trabajo, éste se ha convertido en una fuente importante de malestar en la vida toda del sujeto que trabaja. La actividad laboral debe de tener un nivel óptimo de ejecución de acuerdo a las características de quien la realiza, pero cuando la demanda es excesiva (sobrecarga mental) o demasiado baja (subcarga mental) entonces ello propicia la aparición de psicostornos asociados al trabajo. De la enorme importancia de esto dan cuenta numerosos autores. En particular se refieren los artículos realizados por autores como Levi, L. "Factores Psicossociales, Estrés y Salud"; Karasek, R. "El Modelo de Demanda/Control: enfoque social, emocional y fisiológico del riesgo de estrés y desarrollo de comportamientos activos"; Frankenhauser, M. "La Carga de Trabajo"; Monk, T. "La Jornada de Trabajo"; Smith, M. "Factores Ergonómicos"; Salvendy, G. "El Ritmo del Trabajo"; Maslach, C. "Burnout"; y Muntaner, C. y William, W. "Trastornos Mentales", publicados todos ellos, entre muchos otros, por la Organización Internacional del Trabajo (1998).

El conocimiento sobre la relación trabajo-psicostornos debe generarse desde una sólida articulación teórico-metodológica y técnica que contemple la realidad laboral de las sociedades actuales en sus dimensiones política, ideológica, económica y psicológica. Para el caso de nuestro país, sin embargo, la necesidad de hacer estudios articulados y contextualizados generalmente se frustra por el rechazo de médicos del trabajo, ingenieros, gerentes y empresarios a que en sus empresas se realicen estudios de este tipo. Si lo que acontece al interior de los muros de una empresa parece ser un secreto celosamente resguardado, la posibilidad de documentar que, por lo que ahí se realiza y el modo como se hace, los trabajadores sufren no sólo daños a su salud sino también a su integridad mental, es algo prohibitivo para quienes piensan que aún en estas circunstancias se pueden instrumentar medidas preventivas que redunden en beneficio de los trabajadores y, desde luego, de la productividad de las empresas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALMANZA, M. (1996). *Psicotrastornos y alineación en mujeres que cubren doble jornada de trabajo*. En Amor y trabajo; dos espacios de la experiencia vital. México: FES Zaragoza/UNAM.
- ALONSO, F. (1985). *Condiciones de trabajo y carga mental*. En Manzanares, J. (Ed.). Trabajo y nuevas tecnologías. España: Fundesco.
- GÓMEZ, G. (1993). *Consideraciones sobre los psicotrastornos y el trabajo*. Rev Psicología y Sociedad. 1993; 17 y 18: 18-31.
- LAURRELL, A. & MÁRQUEZ, M. (1983). *El desgaste obrero en México; proceso de producción y salud*. México: Eds. Era.
- LAURRELL, A. (1989). *Para el estudio de la salud en su relación con el proceso de producción*. En Laurell, A. C. y Noriega, M. La salud en la fábrica. México: Eds. Era.
- MARTÍNEZ, S. (1997). *El estudio de la integridad mental en su relación con el proceso de producción*. México: UAM-Xochimilco.
- MENÉNDEZ, E. (1990). *Morir de alcohol; saber y hegemonía médica*. México: Alianza Editorial Mexicana/CONACULTA. Col. Los Noventa No. 48: 83-117.
- NEFFA, J. (1988). *¿Qué son las condiciones y medio ambiente de trabajo? propuesta de una nueva perspectiva*. Buenos Aires: HVMANITAS-CEIL.
- NORIEGA, M. (1993). *Organización laboral, exigencias y enfermedad*. En Laurell, A. C. (Coord.). Para la investigación sobre la salud de los trabajadores. Washington: OPS, Serie Paltex, Salud y Sociedad 2000; vol. 3: 167-187.
- ORGANIZACIÓN INTERNACIONAL DEL TRABAJO (1998). *Enciclopedia de salud y seguridad en el trabajo*. 3ª. Ed. en español. Vol. II. Cap. 34. Factores psicosociales y de organización. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales de España.
- RIVERA, G. & RIVAS, J. (1992). *Un estudio epidemiológico sobre los psicotrastornos en Querétaro*. México: UAQ/UASLP.
- ROCHA, R. (1998). *Organización del trabajo docente y ansiedad en profesores de primaria del D.F. BIEN*. Rev. Especializada en Ciencias Sociales y de la Educación. 1: (2), 70-77.
- WISNER, A. (1988). *Ergonomía y condiciones de trabajo*. Buenos Aires: HVMANITAS.