

## PERSONAS: ENSAYO

### Los factores psicosociales y su relación con las enfermedades mentales.

The mental illness between psychosocial factors risks.

Edición Nº 24 – Noviembre de 2015

Artículo Recibido: Septiembre 02 de 2015

Aprobado: Noviembre 16 de 2015

#### AUTORES

Ruby Verano Quitian  
Estudiante y practicante de investigación de Psicología, Universidad Piloto de Colombia.  
Bogotá, Colombia.  
Correo electrónico: ruby-verano@upc.edu.co

Carlos Garavito Ariza  
Magister en Educación Universidad Pedagógica Nacional. Psicólogo Universidad Católica de Colombia, Director Nacional Red Nacional de Laboratorios de Psicología. Docente – Investigador en factores de riesgo psicosocial en poblaciones vulnerables, educación y violencia.  
Bogotá, Colombia.  
Correo electrónico: cgaravitoariza@gmail.com

#### Resumen

El objetivo de esta revisión teórica pretendió detallar a través de las referencias bibliográficas, artículos científicos y libros de salud mental en donde se evidenció que los factores psicosociales tienen un grado alto de dependencia en las enfermedades de salud mental, afectando a los universitarios en diferentes escenarios, como: familiares, sociales, y laborales. Del mismo modo manifestándose en síntomas como físicos, y psicológicos, el primero se puede evidenciar en dolor de cabeza, Fatiga, y trastorno cardiovascular, presión arterial entre otros y en el segundo presentándose en depresión, estrés, angustia y ansiedad. Dando como resultado una relación estrecha entre factores psicosociales y las enfermedades mentales en los estudiantes universitarios.

**Palabras Claves:** factores de riesgo psicosociales, salud mental, estrés, depresión estudiantes universitarios.

### **Abstract**

Through the detail than references of the literary and then relationship between psychosocial factors in the mental illness occurs, that affects make change at community as a colleges universities , in different steps , like such as family, social, and labor. Manifesting as physical symptoms and psychological, these things are the first of you can definitive evidenced by headaches, fatigue, and cardiovascular disorder, high blood pressure among others like depression, stress, anguish, anxiety. Noting a relationship between the interaction of psychosocial factors and mental illness, research by the students and selective literature reviews.

**Keywords:** psychosocial risk factors, mental health, stress, depression college students.

### **INTRODUCCIÓN**

Hoy en día numerosos estudios hacen referencia a la importancia de los riesgos psicosociales que afectan la salud mental. Entre los cuales se mencionan los siguientes: Condiciones de trabajo psicosociales y desgaste psíquico en trabajadores de diversos sectores empresariales de Centro-Oriente, Suroccidente y región Caribe en Colombia 2014, otro estudio es la Identificación de factores psicosociales de riesgo en una empresa de producción 2009, también esta investigación realizada en 2015 Indicadores de salud mental asociados a riesgo psicosocial laboral en un hospital público y Factores psicosociales de la depresión entre otros.

Esto se da por la época actual de la globalización, en donde la tecnología, el consumismo desaforado, la innovación, la investigación, la eficacia y la optimización entre otras desempeña un papel importante dentro de la vida del sujeto, donde este individuo tiene que desarrollar más destrezas y habilidades adaptándose a todas estas transformaciones impactando de manera negativa su salud mental. Según (Hernández, 2007 citado por (Bones, Gonzales, Vallebuona, 2014).

En la actualidad hablar de salud mental se refiere a un estado de bienestar, donde el individuo responde a las necesidades del medio ambiente o contexto que interactúa proporcionando así todas las capacidades propias del sujeto, atendiendo a situaciones estresantes normales del diario vivir, siendo una persona capaz de ser productiva y cooperativa en sociedad. En otras palabras la salud no es solamente la usencia de enfermedad sino también un estado adecuado tanto físico, emocional y social en el que el sujeto acciona. (Organización mundial de la salud, OMS, 2013).

Por otro lado los factores de riesgo psicosociales es definido por la (OIT y la OMS) como riesgo psicosocial dados en la interacción y proceso que se dan en las tareas laborales dentro de una organización, afectando en diferentes ambientes sociales como la familia y las practicas socioculturales del individuo. (Moreno y Báez, 2010)

De acuerdo a lo anterior las tareas cotidianas afecta positiva o negativamente al individuo en este caso, el trabajo es una labor diaria, es una conducta aceptada por la sociedad y un sustento para el individuo, que de una forma inadecuada ha sido considerado desde mucho tiempo atrás un riesgo para la salud. En la época actual por crecimiento del mercado y la globalización, las condiciones laborales se han vuelto más exigentes y competitivas causando desgaste en el trabajador tanto físico como mental. (Víctor H. Charria O., 2011). Por lo tanto los accidentes laborales son causados por diferentes factores, atribuyéndole uno de ellos a los errores humanos, como: la predisposición que tiene los trabajadores, la fatiga de largas jornadas, también por no atender las normas de seguridad y además por fallas de la organización. (Rentería Ospina, Tenjo, 2009). Por eso emerge la psicología ocupacional, que es la minimización de los riesgos laborales y el estrés que se presenta en este, por lo que la salud se ha estudiado más en costos que en consecuencias. (Aldana, 2003). La finalidad de la psicología ocupacional es de mantener el bienestar del empleado físico y psicológico y a inducir a mejor la calidad de vida de los miembros de la organización por parte de los profesionales. (Aldana, Lima, Casanova, 2003). Los accidentes laborales, son frecuentemente relacionados por los factores económicos, cargas laborales, sociales etc. La investigación busca los factores de riesgo psicosociales, que son recurrentes en el trabajo, un estudio realizado en Colombia reafirma lo dicho para esto escogieron una muestra de 78 personas empleadas en un

empresa de Cali donde los cargos son de área de producción y despacho en una organización productiva. Se tuvo en cuenta edad, sexo, estado civil, educación. Se les aplicó un cuestionario de riesgos psicosociales. El área de producción, fué la que reportó mayor número de personas en accidentes laborales de Según (Rentería, Fernández y Rodríguez, 2009). Entonces se sabe que el estrés laboral deteriora la salud física y psicológica, influyendo en el individuo impactando sobre este de forma negativa, La salud ocupacional se encarga en equipar las habilidades y poner en el puesto el talento humano, se puede decir que la inadaptación al puesto de trabajo, las largas jornadas y la excesiva exigencia laboral, son capaces de generar estados emocionales negativos y estrés. (Vilas y Sotolongo, 2003) como es el trastorno de depresión y ansiedad Según (American Psychiatric Association, 2002) los trastornos mentales de mayor prevalencia son los del estado de ánimo y ansiedad y prevalece más en la mujeres que en los hombres. Un estudio realizado en diferentes ciudades de Colombia detalla la participación 181 hombres y 309 mujeres. Se tuvieron en cuenta los factores como el sexo, la edad, estado civil, estado social y ocupación. Los resultados arrojaron que el trastorno con mayor prevalencia es el depresivo mayor, seguido trastorno de ansiedad generalizada, trastorno de angustia, trastorno de fobia social.

Según (Carvajal y Caro, 2012) los factores psicosociales también pueden verse evidenciados en las tareas diarias estudiantiles que se asimilan como las labores comprendidas de una organización de aprendizaje. El adaptarse al círculo social, el ser aceptado, tener rendimiento en los trabajos, y demás hacen universitarios tenga ideación suicida, y por supuesto está conectado con todos los ambientes, familiar, social, individual, la mala interacción entre estas esferas y falta de oportunidades en los estudiantes genera pobreza, violencia, discriminación, y hasta el consumo de drogas ilegales. Dejando a los jóvenes sin poder afrontar la situación de forma adecuada. Evidenciando síntomas como cansancio físico estrés y sentimientos de desesperanza. se entiende que el mundo actual de hoy es más rápido y exigente, por lo cual los jóvenes, viven más deprisa por la era de globalización y la tecnología. Este mundo cambiante donde el estilo de vida, también se ha visto permeado por la inadecuada alimentación, sedentarismo, consumo de alcohol, y sustancias ilegales. Trae consecuencias para la salud más específicamente se relaciona con el trastorno cardiovascular (Figuroa -

López 2011 citando a Hernández y García, 2007: Joyner y Green, 2009). Este está dado por estilo de vida, y los genes que en este caso los llamaron modificables al estilo de vida, y los no modificables a los genes, en primero se hacen referencia a las prácticas culturales como el sedentarismo, la alimentación, dietas, grasas cigarrillo la ingesta de alcohol y sustancias ilegales, y en el segundo se refiere a la raza, edad, sexo, y antecedentes familiares de la persona. Por el lado fisiológico afectando el musculo del corazón y por el lado psicológico causando estrés. Reafirmando con esta investigación donde escogieron una población de estudiantes universitarios en los cuales participaron 110. Los cuales fueron divididos en 52 participantes con antecedentes familiares de hipertensión y 58 participantes que no tenían antecedentes familiares de hipertensión. Se tuvieron en cuenta factores modificables como la conducta, estilo de vida dieta, ejercicio y factores no modificables como lo genético, sexo edad y antecedentes familiares. Para el estudio se utilizó equipo de medición automática computarizado de la presión sanguínea y de la tasa cardiaca modelo SD-700A de American Biotec Corporation. Concluyendo que las personas más propensas para sufrir el trastorno cardiovasculares eran las mujeres que estaban expuestas a consumir alta ingesta de sal en los alimentos, frecuencia en las comidas chatarra, antecedentes familiares y también consumían al alcohol y sustancias ilegales, para los hombres están dadas las mismas condiciones el sedentarismo, el consumo de alcohol, el cigarrillo, y tener antecedentes familiares, estaban más propenso a sufrir el desarrollo degenerativo del miocardio. (Palmero, Díez, Diago, 2007).

Por otro lado en (Revista Salud Publica, 2013). Describe el consumo de sustancias ilegales no se debe sólo a un único factor sino más bien a la suma de varias circunstancias y que son de aspectos fisiológicos, psicológicos que obedecen a los contextos como familiares, grupales, escolares y sociales. Como ya se ha descrito antes, por ende favoreciendo el abuso de estas sustancias.

En la salud mental en la encuesta realizada en Colombia en el año 2003 arrojó, que en el abuso del alcohol y las sustancias legales como ilegales, están directamente relacionada en 11.1% en la población prevaleciendo el trastorno que se ubica en el tercer puesto más importante del país en los rangos de edades 18 y 29 en universitarios según (Ministerio de la Protección Social; 2003).

Esta investigación confirma lo anterior expuesto. Se realizó en 763 estudiantes (46.5% hombres e 52.4% mujeres, de una universidad de Cali Colombia privada) se llevó a cabo encuestas de factores de riesgo de drogas, entre ellas la marihuana, opiáceos, estasis. De estratos socioeconómicos medio alto donde se tuvo encuentra su edad estado civil. Los resultados arrojados fueron que la droga mayormente es la marihuana seguida por el éxtasis los opiáceos y la coca que es la última los jóvenes de la muestra dicen a ver consumido la droga presión de sus iguales. (Torres, y Rodríguez, 2007)

### **Conclusiones.**

Se puede inferir que los factores psicosociales tiene una estrecha relación con las enfermedades de la salud mental. Que el estar enfermo tanto físicamente como mental, es un puente entre las esferas familiares, sociales, laborales, que son las tareas e interacciones que se da en estas inadecuadamente. Por lo tanto al no poder responder a las exigencias del entorno el instinto de supervivencia se mantiene intermitente (lucha y huida) si esto es frecuente, emerge el estrés que es cuando el sujeto presenta síntomas como fatiga, cansancio, dolores musculares, entre otras. Si no hay una atención oportuna a estas circunstancias Con el tiempo y gracias su permanencia se relaciona con trastornos depresión ansiedad, cardiovasculares y más.

### **Referencias Bibliográficas**

1. Bones, k. Muntaner, C. Solar. O, Borel. Carmen. (2014). Clase social, factores de riesgo psicosocial en el trabajo y su asociación con la salud autopercebida y mental en Chile. Vol. 30.No 10. Pag. 2219-2234. fuente. <http://www.scielo.br/pdf/csp/v30n10/0102-311X-csp-30-10-2219.pdf>.
2. Organización Mundial de la Salud. (2013) Atención en salud mental en los países en desarrollo: análisis crítico de los resultados de las investigaciones fuente. [http://www.who.int/features/factfiles/mental\\_health/es/](http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/)
3. Báez y Moreno (2010), Factores y riesgos psicosociales, formas, consecuencias, medidas y buenas prácticas, Madrid, consultado el 26 de marzo de 2013, en,

<http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/PUBLICACIONES%20PROFESIONALES/factores%20riesgos%20psico.pdf>

4. Charria O, Víctor H., Sarsosa P, Kewy V., Arenas O, Felipe. Factores de riesgo psicosocial laboral: métodos e instrumentos de evaluación Revista Facultad Nacional de Salud Pública [en línea] 2011, 29 (Diciembre-Sin mes) : [Fecha de consulta: 16 de noviembre de 2015] Disponible en:<<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=12021522004>> ISSN 0120-386X
5. Rentería., J., Fernández., E., Tenjo., A. (2009). Identificación de factores psicosociales de riesgo en una empresa de producción. Colombia. Vol. 5 No. 01. Pág. 161-175. Fuente: [www.usta.edu.co/otraspaginas/diversitas/doc\\_pdf/diversitas\\_9/vol.5no.1/articulo\\_pdf](http://www.usta.edu.co/otraspaginas/diversitas/doc_pdf/diversitas_9/vol.5no.1/articulo_pdf)
6. Lima, L. Aldana, L. Casanova, P. (2003). Influencia del estrés ocupacional en el proceso salud y enfermedad. Cuba. Vol. 6. No. 2 pág. Fuente: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_pdf&pid=S0138-65572003000200011&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_pdf&pid=S0138-65572003000200011&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
7. Rentería V, Ospina, J E; Tenjo M., A María and Uribe R, Ana Fernanda. Identificación de factores psicosociales de riesgo en una empresa de producción. Diversitas [online]. 2009, vol.5, n.1 [cited 2015-11-16], pp. 161-175. Available from: <[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1794-99982009000100013&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-99982009000100013&lng=en&nrm=iso)>. ISSN 1794-9998
8. Mompo, L. Sotolongo vila Gilda et al. Influencia del estrés ocupacional en el proceso salud- enfermedad. Rev Cub Med Mil [online]. 2003, vol.32, n.2 [citado 2015-11-16], pp. 0-0. Disponible en: <[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0138-65572003000200011&lng=es&nrm=iso](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572003000200011&lng=es&nrm=iso)>. ISSN 1561-3046.
9. American Psychiatric Association, (2002) Idiagnostic and estatistical manual of mental disorders DSM –IV-TR Washington, DC: s. n
10. Carbajal, G, Caro, C. (2012). Familia y escuela: escenarios de prevención de la conducta suicida en adolescentes desde la disciplina de enfermería. Universidad nacional. Colombia. Vol. XXX No 3. Pág. 102-117. Fuente. <http://revistas.unal.edu.co/index.php/avenferm/article/view/39968/41869>.

11. Lopez-figeroa, A. (2011). Factores de riesgo psicosociales asociados a los trastornos cardiovasculares en estudiantes universitarios. España. Vol. 27 No 3, Pág. 739-744. Fuente: [file:///C:/Users/lpsico10/Downloads/135331-517211-1-SM%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/lpsico10/Downloads/135331-517211-1-SM%20(1).pdf)
12. Carrion, M. Gutierrez, A. López, Francisco. (2014). Condiciones de trabajo psicosociales y desgaste psíquico en trabajadores de diversos sectores empresariales de Centro-Oriente, Suroccidente y región Caribe en Colombia. Científica Salud Uninorte. Colombia. Vol. 30. No 3. Pag. 311-322. Fuente. <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/salud/article/view/7091/7013>
13. Cogollo., Z., Arrieta., K., Blanco., S. (2011). Factores psicosociales asociados al consumo de sustancias en estudiantes de una universidad pública. Colombia. vol. 13. No 3. Pág. 470-479 Fuente: <http://www.scielo.org.co/pdf/rsap/v13n3/v13n3a09>
14. Vincenzi., A., Bareilles., G. (2011). Promoción de la salud y prevención escolar del consumo de drogas en contextos de vulnerabilidad social. Argentina. Vol.14 No 3 pág. 577-600. Fuente: <http://www.scielo.org.co/pdf/eded/v14n3/v14n3a08>
15. Varela, M, Torres., A., Rodríguez, E. (2007). Consumo de sustancias psicoactivas ilegales en jóvenes: factores psicosociales asociados. Colombia. Vol. 3, No 8 pág. 3145 Fuente: <http://revistas.javerianacali.edu.co/index.php/pensamientopsicologico/article/viewFile/70/207>