

MANIFESTACIONES DEL ESTRÉS LABORAL EN LA EMPRESA VENEZOLANA DEL VIDRIO.

Sinopsis Educativa
Revista Venezolana
de Investigación
Año 23, N° 1
Julio 2023
pp 320 - 327

José Amaya
joseamayablanco22@gmail.com
Gisela Guerrero
ggissella@gmail.com
Universidad Nacional Experimental Simón Rodríguez

Recibido: Abril 2023
Aprobado: Junio 2023

RESUMEN

El presente estudio tiene como objetivo general identificar las manifestaciones del estrés en los trabajadores del Departamento de Reparación de Máquinas de la Empresa Venezolana del Vidrio, Planta Valera. La investigación es de tipo descriptivo con diseño de campo. La población estuvo conformada por 25 trabajadores, a quienes se aplicó un instrumento tipo encuesta configurada por un cuestionario válido y confiable. Se evidenció que .los trabajadores presentan manifestaciones biológicas, psicológicos y conductuales. A medida que aumenta la carga laboral, van aumentando las manifestaciones que constantemente el personal expresa durante su jornada laboral, lo que puede interferir en la salud de cada uno de estas trabajadores al prestar un servicio de alto riesgo laboral.

Palabras clave:
estrés laboral, manifestaciones de estrés, Venvidrio.

MANIFESTATIONS OF WORK STRESS IN THE VENEZUELAN GLASS COMPANY.

ABSTRACT

The present study has as a general objective to identify the manifestations of stress in the workers of the Machine Repair Department of the Venezuelan Glass Company, Valera Plant. The research is descriptive with field design. The population consisted of 25 workers, to whom a survey-type instrument configured by a valid and reliable questionnaire was applied. It was evidenced that the workers present biological, psychological and behavioral manifestations. As the workload increases, the manifestations that the staff constantly express during their workday increase, which can interfere with the health of each of these workers when providing a high-risk work service.

Key words:
work stress, manifestations of stress, Venvidrio.

MANIFESTATIONS DE STRESS AU TRAVAIL DANS L'ENTREPRISE VÉNEZUELIENNE DE VERRE.

RÉSUMÉ

L'objectif général de cette étude est d'identifier les manifestations de stress chez les travailleurs du département de réparation de machines de l'entreprise verrière vénézuélienne, usine Valera. La recherche est descriptive avec un design de terrain. La population était composée de 25 travailleurs, auxquels a été appliqué un instrument de type enquête consistant en un questionnaire valide et fiable. Il est évident que les travailleurs présentent des manifestations biologiques, psychologiques et comportementales. À mesure que la charge de travail augmente, les manifestations que le personnel exprime constamment au cours de sa journée de travail augmentent, ce qui peut nuire à la santé de chacun de ces travailleurs lorsqu'ils fournissent un service à haut risque.

Mot clefs:
stress au travail, manifestations de stress, Venvidrio.

I. INTRODUCCIÓN

Las personas con sus acciones para realizar la actividad laboral se han expuesto a enfermedades y accidentes de trabajo, dificultando a su vez, el desempeño. La interacción negativa entre las condiciones de trabajo y los factores humanos pueden conducir a perturbaciones emocionales del trabajador, problemas del comportamiento y cambios bioquímicos y neurohormonales que conducen a riesgos adicionales de enfermedades mentales y físicas. También a efectos nocivos para la satisfacción y el rendimiento en el trabajo (OIT/OMS, 1984).

En Venezuela, la situación socio-económica actual, ha conllevado a que las organizaciones a adecuarse a la escasez de recursos básicos para mantenerse operativas en el mercado interno del país. Esta situación impacta notablemente al trabajador, afectando su desenvolvimiento laboral frente a las perturbaciones que presenta en su ambiente laboral. Ahora bien, la empresa de producción social Venezolana del Vidrio, C.A (VENVIDRIO), en la última década ha presentado cambios tecnológicos, organizativos, crisis financiera, escasez de recursos e insumos, lo cual ha incidido en la acumulación de estrés en los trabajadores, mermando sus aspiraciones, y afectando el entorno organizacional.

Por tal razón, esta investigación tiene como objetivo identificar las manifestaciones del estrés en los tra-

bajadores del Departamento de Reparación de Máquinas de la Empresa Venezolana del Vidrio, Planta Vlera.

II. ELEMENTOS TEÓRICOS

El Estrés

El concepto de estrés se remonta a la década de 1930, cuando un joven austriaco, estudiante de segundo año de la carrera de medicina en la Universidad de Praga, Hans Selye, observó que todos los enfermos a quienes estudiaba, indistintamente de la enfermedad propia, presentaba síntomas comunes y generales: cansancio, pérdida del apetito, baja de peso, astenia, por lo que lo denominó "El síndrome de estar enfermo" (Leka, 2004).

Cabe señalar, que Selye desarrolló sus experimentos del ejercicio físico extenuante, comprobando la elevación de las hormonas suprarrenales, la atrofia del sistema linfático y la presencia de úlceras gástricas. Al conjunto de estas alteraciones orgánicas el doctor Selye denominó "estrés biológico". Por lo tanto, enfermedades como las cardíacas y los trastornos emocionales son consecuencia de cambios fisiológicos resultantes de un prolongado estrés (Ortega, 1999).

El término del estrés, desde la perspectiva etimológica significa apretar, oprimir, comprimir, estrechar, o contraer. (Prieto, 1995). La respuesta de los individuos a las diferentes situaciones que se le presentan, conlleva a una serie de cambios físicos, biológi-

cos y hormonales. Es así, como el estrés es definido por distintos autores como esfuerzo agotador para mantener las funciones esenciales al nivel requerido, información que el sujeto interpreta, como amenaza de peligro o imposibilidad de predecir el futuro (Melgosa, 1999, p.19).

La concepción técnica del término del estrés comenzó a utilizarse debido a la influencia del trabajo de Selye (1936), para referirse a diversos problemas que se derivan de la persona y el ambiente, la aceptación fue, entonces, mucho mayor (Engel, 1985). La Organización Mundial de la Salud (OMS, 1986.) define el estrés como el “conjunto de reacciones fisiológica que prepara el organismo para una acción” El estrés laboral es la reacción que puede tener el individuo ante las exigencias y presiones laborales que no se ajustan a sus conocimientos y capacidades y ponen a prueba su capacidad para afrontar la situación (OTI 1984).

Es conveniente acotar que según Duque (1999) el estrés es una respuesta natural del organismo a distintos estímulos frente a una situación o acontecimiento especial de tensión y estado de ánimo, que conlleva a la tolerancia y la irritabilidad. El organismo reacciona con aumento de las palpitaciones del corazón, respiración fuerte, tensión de los músculos. Además se presenta manifestaciones sociológicas y cambio de conducta. El estrés produce en la persona tensión emocional altera la forma normal de su comportamiento.

El estrés también denomina la respuesta psíquica que se manifiesta por pensamientos, emociones y acciones ante una situación de amenaza y que se expresa a través del comportamiento como estados de perplejidad, ansiedad, de humor o de agresión, además se pueden denotar enfermedades mentales o corporales provocadas por estresores psicosociales como la depresión, fatiga patológica, las arritmias cardíacas o la cefalea de tensión, así como también la activación biológica, los cambios psíquicos y las enfermedades como respuesta compleja a los estresores.

El estrés en el trabajo según Lume (2011), aparece cuando las exigencias del entorno laboral superan la capacidad de las personas para hacer frente o mantenerlas bajo control ante cualquier adversidad o incertidumbre. Guizar (2004), hace referencia a algunos síntomas que pueden estar afectando la salud o bienestar del trabajador:

- Las personas se tornan nerviosas y se convierten en seres crónicamente preocupa-

dos.

- Son propensas a la ira con gran frecuencia y no se relajan o tienen dificultad para ello.
- Muestran escasa cooperatividad y adquieren vicios como el tabaquismo, alcoholismo, ingesta de estupefacientes.
- Padecen desordenes físicos como comer demasiado o muy poco.
- Suele ser difícil conciliar el sueño y tienden a despertarse de manera abrupta.

Valga resaltar, que los problemas o sintomatologías se manifiestan sobre todo cuando la tensión o estresor persiste por un lapso prolongado, debido a que el trabajador no puede recuperar su capacidad para sobreponerse a la presión o tensión que lo afecta.

Tabla 1 Problemas o sintomatologías en cuerpo, ánimo y comportamiento

<i>En tu Cuerpo</i>	<i>En tu estado de Animo</i>	<i>En tu comportamiento</i>
<i>Dolor de cabeza o Cefalea</i>	<i>Ansiedad</i>	<i>Consumo de alimentos en exceso o por debajo de lo normal</i>
<i>Tensión o dolor muscular</i>	<i>Inquietud</i>	<i>Arrebatos de Ira</i>
<i>Dolor en el Pecho</i>	<i>Falta de motivación o enfoque</i>	<i>Alcoholismo o Drogadicción</i>
<i>Fatiga</i>	<i>Sentirse abrumado</i>	<i>Consumo de tabaco</i>
<i>Disminución de la libido o cambios en el deseo sexual</i>	<i>Irritabilidad o Enojo</i>	<i>Aislamiento Social</i>
<i>Malestar Estomacal</i>	<i>Tristeza o Depresión</i>	<i>Practica ejercicios con menos frecuencia</i>
<i>Problemas de Insomnio</i>		
<i>Sudoración</i>	<i>Mal humor</i>	<i>Irritabilidad</i>

Fuente : Guizar (2004)

Es conveniente acotar que partiendo de las definiciones descritas, se puede decir que, el estrés es un conjunto de reacciones fisiológicas y psicológicas que experimenta el organismo cuando se le somete a fuertes demandas Se pueden denotar dos componentes básicos:

Los agentes estresores: aquellas circunstancias que se encuentran en el entorno que rodea a las personas y que producen situacio-

nes de estrés. Los estresores pueden ser de índole individual, grupal y organizacional. Santos (2004), señala que se denominan estresores a los factores que originan el estrés y hace énfasis en que el nivel de activación o estado de alerta del individuo se estima como el nivel inicial de una condición de estrés.

La respuesta al estrés es la reacción de un individuo ante los factores que lo originan y los tipos de respuesta que pueden brindarse frente a una situación estresante, las cuales pueden ser favorables o negativa. Mientras para unas personas, unas experiencias resultan agotadoras, difíciles o con efecto negativo sobre el organismo, para otras resultan ligeramente alteradores y no ocasionan daños en el sistema nervioso.

Según (Lume, 2011) los estresores más destacados son:

Fallas del ambiente físico: Falta de luz o luz muy brillante, ruido excesivo o intermitente, aire contaminado, alta o baja temperatura, entre otros y, *Sobrecarga de trabajo:* exigencias psicosensoriales violentas, genera tensión nerviosa, fatiga irritabilidad, crisis de decisión, ansiedad, confusión, embotamiento desconcentración, consecuencias que van a incidir de manera negativa en la vida familiar y laboral de las personas que lo poseen. *Alteración de ritmos biológicos:* Es el estrés que se produce al alterar las constantes biológicas determinadas por el ritmo cardíaco determinado a su vez por las secreciones hormonales, los ciclos del sueño y el ritmo metabólico.

Manifestaciones del Estrés

Según Otero (2015), el estrés se manifiesta de diferentes maneras sobre todo cuando una persona está sujeta a muchos agentes estresores que pueden presentar o tener ciertos cambios notorios en su organismo ente ellos presión sanguínea elevada, úlceras, pérdida de apetito o tender a sufrir y padecer a accidentes laborales por ciertas causas que impidan ejercer sus obligaciones y responsabilidades de manera satisfactorias. Los síntomas se pueden caracterizar dentro de tres niveles:

Síntomas Fisiológicos o Biológicos: se refiere a cambios físicos en los diversos sistemas a nivel del sistema neurológico, puede producir dolor de cabeza o cefaleas. En el sistema cardiovascular tiende a elevar la presión sanguínea o

umentar el ritmo cardíaco, En el sistema digestivo causa gastritis, náuseas y diarreas. En el sistema renal, genera poliuria y edemas.

Síntomas Psicológicos: Son manifestaciones en el estado de ánimo, causando, ira, enojo irritabilidad, ansiedad, depresión, pánico, frustración

Síntomas de Conductual modo de reaccionar a nivel del comportamiento, que pueda afectar su rendimiento en el trabajador. Puede presentar cambios en los hábitos alimenticios.

Para Gómez, (2009) las etapas del estrés se mencionan a continuación:

- **Alarma:** reacción en respuesta a un factor de tensión. El equilibrio del organismo se rompe y se pone en funcionamiento el ajuste fisiológico.
- **Resistencia:** Todas las funciones del organismo están alerta y se desvía para atender y solucionar la contingencia.
- **Agotamiento o Fatiga:** Es cuando la situación estresante o de peligro persiste por mucho tiempo, el sistema nervioso simpático no tiene oportunidad de actuar para que el organismo se recupere, los recursos del mismo se agotan y se añaden síntomas nuevos; el curso normal de las enfermedades ya existentes se altera y si la situación continua permanentemente puede llevar a la enfermedad y hasta la muerte.

El trabajador ante una situación de estrés intenta desarrollar una o varias estrategias de afrontamiento, que persiguen eliminar la fuente de estrés. Se puede distinguir diversos tipos de estrés, según Navarrete (2008), existen tres principales tipos de estrés agudo, episódico y crónico.

Estrés Agudo: Es uno de los estreses más comunes que se manifiesta este tipo de estrés es estimulante y excitante en pequeñas dosis. según el autor proviene de las demandas y presiones del pasado inmediato y se anticipa a las demandas y presiones ante la adversidad del futuro. Aparece en los casos de exposición breve e intensa a los agentes lesivos, en situaciones de gran demanda que el individuo debe solucionar se presenta de manera súbita, evidente, fácil de identificar y generalmente es reversible.

Estrés Agudo o Episódico: Suele identificarse en personas que viven la vida de manera acelerada van siempre corriendo, pero siempre lle-

gan tarde son incapaces de organizar sus vidas y hacer frente a las demandas. Con frecuencia los que padecen estrés agudo episódico reaccionan de forma descontrolada muy emocional, están irritables ansiosos y tensos. A menudo se describen a sí mismo como personas que tienen “mucho energía nerviosa” Siempre tienen prisa tienden a ser bruscos y a veces su irritabilidad se convierte en hostilidad.

Estrés Crónico: Es aquel cuando un trabajador es sometido a un agente estresor constante.

Indudablemente al estudiar la temática del estrés no puede obviarse que el estrés mal manejado ocasiona repercusiones en la persona, sin embargo, actualmente se está haciendo énfasis a los efectos del estrés a nivel psicológico, ya que estos propician un deterioro en los individuos, impidiéndoles desempeñarse adecuadamente. Los estilos de vida actuales son cada día más demandantes, esto lleva al hombre moderno a incrementar notablemente en mucho sus cargas tensionales lo que a su vez produce la aparición de diversas patologías.

Especialmente en el ámbito organizacional la misma modernidad exige a las empresas subcontratar y tener menos personal para la realización de las mismas actividades que antes desempeñaba un mayor número de colaboradores, lo que sin duda alguna genera sobrecarga de trabajo y el apareamiento de respuestas fisiológicas y psíquicas que presentadas de forma continua y prolongada conducirán al padecimiento de enfermedades.

III. METODOLOGÍA

La presente investigación tiene como tipo descriptiva, con diseño de campo. La población objeto de estudio fue los trabajadores del Departamento de Reparación de Máquinas de la Empresa Venezolana del Vidrio, C.A- Planta Valera, un total de veinticinco (25), siendo la muestra el total de las mismas, es decir el cien por ciento (100%). Como técnica de investigación se utilizó la encuesta, el instrumento utilizado fue el cuestionario. Se utilizó la validez de contenido y la confiabilidad fue obtenida a través del coeficiente Alfa de Cronbach.

IV. RESULTADOS

A continuación, se presentan los resulta-

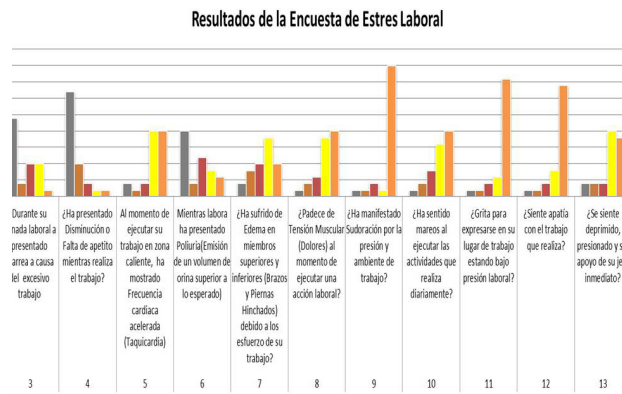
dos con relación con la variable estrés laboral.

Nº	Ítems	Fuente	%	(1) Nunca		(2) A Veces		(3) Pocas Veces		(4) Casi Siempre		(5) Siempre	
				F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
1	¿Ud. ha tenido dolor de cabeza (Cefalea) durante su jornada laboral debido a las exigencias del trabajo?	25	100	0	0.0	3	12.0	3	12.0	10	40.0	9	36.0
2	¿Sufre de dolores estomacales (Gastritis) bajo presión laboral?	25	100	7	28.0	2	8.0	5	20.0	9	36.0	2	8.0
3	Durante su jornada laboral a presentado Diarrea a causa del excesivo trabajo	25	100	12	48.0	2	8.0	5	20.0	5	20.0	1	4.0
4	¿Ha presentado Disminución o Falta de apetito mientras realiza el trabajo?	25	100	16	64.0	3	12.0	2	8.0	1	4.0	1	4.0
5	Al momento de ejecutar su trabajo en zona caliente, ha mostrado Frecuencia cardíaca acelerada (Taquicardia)	25	100	2	8.0	1	4.0	2	8.0	10	40.0	10	40.0
6	Mientras labora ha presentado Poliuma/Emisión de un volumen de orina superior a lo esperado	25	100	10	40.0	2	8.0	6	24.0	4	16.0	3	12.0
7	¿Ha sufrido de Edema en miembros superiores e inferiores (Brazos y Piernas Hinchados) debido a los esfuerzos de su trabajo?	25	100	2	8.0	4	16.0	5	20.0	9	36.0	5	20.0
8	¿Padecer de Tensión Muscular (Dolores) al momento de ejecutar una acción laboral?	25	100	1	4.0	2	8.0	3	12.0	9	36.0	10	40.0
9	¿Ha manifestado Sudoración por la presión y ambiente de trabajo?	25	100	1	4.0	1	4.0	2	8.0	1	4.0	20	80.0
10	¿Ha sentido mareos al ejecutar las actividades que realiza diariamente?	25	100	1	4.0	2	8.0	4	16.0	8	32.0	10	40.0
11	¿Grita para expresarse en su lugar de trabajo estando bajo presión laboral?	25	100	1	4.0	1	4.0	2	8.0	3	12.0	18	72.0
12	¿Siente apatía con el trabajo que realiza?	25	100	1	4.0	1	4.0	2	8.0	4	16.0	17	68.0
13	¿Se siente deprimido, presionado y sin apoyo de su jefe inmediato?	25	100	2	8.0	2	8.0	2	8.0	10	40.0	9	36.0
14	¿Se siente desvalorizado, incomodo, sin superación en su lugar de trabajo?	25	100	1	4.0	2	8.0	2	8.0	5	20.0	15	60.0

Tabla1. Encuesta sobre el estrés

Fuente: Amaya (2020)

Figura o Gráfico 1. Resultados de la encuesta del Estrés.



Fuente: Amaya (2020)

En la tablas y gráficos se evidencia los resultados correspondientes a la encuesta realizada a los trabajadores de la empresa Venvidio. En el mismo, se tomaron los indicadores con mayor relevancia entre los ítem que puedan incidir en el Estrés en relación a las alternativas “Casi siempre” y “Siempre” sumado entre ambas un 50% por ser afirmativa su respuesta de la población entrevistada describiéndose a continuación:

- ¿Ud. ha tenido dolor de cabeza (Cefalea) durante su jornada laboral debido a las exigencias del trabajo? obteniéndose un resultado en las alternativas de (4)Casi siempre de 40% y (5) Siempre de 36%, para un total en su suma de 76%.

- ¿Al momento de ejecutar su trabajo en zona caliente, ha mostrado frecuencia cardiaca acelerada (Taquicardia)?, obteniéndose un resultado en las alternativas de (4) Casi siempre de 40% y (5) Siempre de 40% para un total en su suma de 80%.
- ¿Ha sufrido de edema en miembros superiores y inferiores (Brazos y Piernas Hinchados) debido a los esfuerzo de su trabajo?, obteniéndose un resultado en las alternativas de (4) Casi siempre de 20% y (5) Siempre de 36% para un total en su suma de 56%
- ¿Padece de tensión muscular (Dolores) al momento de ejecutar una acción laboral? obteniéndose un resultado en las alternativas de (4) Casi siempre de 36% y (5) Siempre de 40% para un total en su suma de 76%,
- ¿Ha manifestado sudoración por la presión y ambiente de trabajo? obteniéndose un resultado en las alternativas de (4) Casi siempre de 4% y (5) Siempre de 84% para un total en su suma de 84%,
- ¿Ha sentido mareos al ejecutar las actividades que realiza diariamente, obteniéndose un resultado en las alternativas de (4) Casi siempre de 32% y (5) Siempre de 40% para un total en su suma de 72%,
- ¿Grita para expresarse en su lugar de trabajo estando bajo presión laboral?, obteniéndose un resultado en las alternativas de (4) Casi siempre de 12% y (5) Siempre de 72% para un total en su suma de 84%,
- ¿Siente apatía con el trabajo que realiza?, obteniéndose un resultado en las alternativas de (4) Casi siempre de 16% y (5) Siempre de 68% para un total en su suma de 84%.
- ¿Se siente deprimido, presionado y sin apoyo de su jefe inmediato?, obteniéndose un resultado en las alternativas de (4) Casi siempre de 40% y (5) Siempre de 36% para un total en su suma de 76%,
- ¿Se siente desvalorizado, incomodo, sin superación en su lugar de trabajo?, obteniéndose un resultado en las alternativas de (4) Casi siempre de 20% y (5) Siempre de 60% para un total en su suma de 80%.

V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

El objetivo de esta investigación consistió identificar en las manifestaciones del estrés la-

boral del talento humano en los trabajadores del Departamento de Reparación de Máquinas de la Empresa Venezolana del Vidrio, C.A- Planta Valera. Estado Trujillo.

Se evidenció que .los trabajadores presentan manifestaciones biológicas, psicológicas y conductuales, a medida que aumenta la carga laboral, al mismo modo va aumentando de manera progresiva las manifestaciones que constantemente el personal expresa durante su jornada laboral, lo que puede interferir en la salud de cada uno de estas trabajadores al prestar un servicio de alto riesgo laboral en zona caliente del Departamento de Reparación de Máquinas de la Empresa Venezolana del Vidrio, C.A- Planta Valera

De igual manera, el exceso de trabajo o su dificultad producen estrés cuando el trabajador percibe un salario no acorde a su responsabilidad o tareas, así como cuando siente que no posee la habilidad suficiente para realizar su trabajo pero esto no quiere decir que las situaciones de su carga no la generen. Existe estrés por sobrecarga de trabajo, que produce tensión nerviosa, fatiga irritabilidad, desconcentración, consecuencias que van a incidir de manera negativa en la vida familiar y laboral de los trabajadores.

El personal jerárquico de la empresa posee trabajo intelectual excesivo, tensión psicológica continua, inseguridad, necesidad de adaptación a situaciones nuevas y numerosas responsabilidades. Este personal presenta falta de estímulo de los sentidos y del pensamiento., que no permite la creatividad. Así mismo, existen malas condiciones de trabajo, salarios bajos, ausencia de perspectivas de progreso, pocas posibilidades de recreación.

REFERENCIAS

- Angulo Rincón, R., Bayona Quiñonez, J., & Esparza Durán, M. (2014). Estrés laboral en el sector servicios. *Lebret*, pp. 351-366. ISSN 2145-5996.
- Arias, F. (2006). *El Proyecto de Investigación: Introducción a la Metodología*. Caracas, Venezuela.: Editorial Episteme. Quinta Edición.
- Arias, F. (2012). *El Proyecto de Investigación: Introducción a la Metodología*. Caracas, Venezuela.: Editorial Episteme. Sexta Edición.
- Ballen, S. (2008). *Administre su empresa de la estrategia a la práctica Recursos Humanos*. Bogotá, Colombia: Alfaomega Colombia S.A, primera edición.
- Beck, A., Epstein, N., Harrison, R., & Emer, G. (1983). Development of the sociotropy-Autonomy Scale: A measure of personality factors in psychopathology. Manuscrito no publicado Univ. de Pensilvania. Pensilvania.EEUU: <https://journals.copmadrid.org/clysa/archivos/1992/vol2/arti1.htm>.
- Bedoya Chico, J. F. (2012). *Estudio de la influencia del estrés laboral en el desempeño en la empresa pública correo del Ecuador*. Quito: Universidad Central del Ecuador.
- Bonilla Cañizares, S. C. (2016). "El Estrés Laboral Y Su Incidencia En El Desempeño Laboral Del Personal Docente De La Unidad Educativa "Victoria Vásconez Cuví- Simón Bolívar- Elvira Ortega, En El Bloque Simón Bolívar De La Ciudad De Latacunga". Ambato – Ecuador: Universidad Técnica De Ambato.
- Certo, S. C. (2000). *Modern Management*. USA: Prentice Hall: 8 Edición.
- Chiavenato, I. (2000). *Administración De Recursos Humanos*. Distrito Federal México: Mc Graw-Hill Interamericana, primera edición.
- Chiavenato, I. (2002). *Gestión del Talento Humano*. Distrito Federal México: Mc Graw-Hill Interamericana, primera edición.
- Chiavenato, I. (2006). *Introducción a la Teoría General de la Administración*. México.: Editorial McGraw-Hill. Quinta Edición.
- Chizzotti, A. (1991). *Pesquisa em ciências humanas e sociais*. São Paulo: Cortez.
- Cryer, B., Childre, D., & Mc Craty, R. (2003). Desconecte el Estrés. *EEUU: Harvad Deusto Business Review*. 119.48-54.
- Davis, K. (1999). *Comportamiento humano en el trabajo. Comportamiento organizacional*. México: Mc Graw Hill: Octava Edición.
- Decreto, P. (2010). *Venezolana del Vidrio C.A. Decreto N° 7.751 (pág. 1)*. Caracas. Venezuela: Ejecutivo Nacional.
- EEngel, B. (1985). *Stress is a noun! no, a verb! no, an adjective!* New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Faria, F. (1995). *Desarrollo Organizacional.Enfoque Integral*. México: Noriega Editores.
- Fernandez Alonso, C. (2010). *El estrés en las enfermedades cardiovasculares*. Madrid: https://www.fbbva.es/microsites/salud_cardio/mult/fbbva_libroCorazon_cap66.pdf.
- Flores, L. (1994). *Un modelo factorial para el análisis de los aspectos psicológicos que intervienen en la relación estrés-enfermedad*. *Psicología de la salud en Colombia*. Bogotá: Primera Edición.
- Flores, M. (2004). *Implicaciones de los paradigmas de investigación en la práctica educativa*. *Revista Digital Universitaria*, 5 (1), 2-9.
- Fontana, D. (1992). *¿Que es el estrés?*. En control del estrés. Mexico: Manual Moderno.
- García, J., Ramiro, E., Valdehita, S., & Moreno, L. (2004). Factores psicosociales en el entorno laboral, estrés y enfermedad. *EduPsykhe: Revista de psicología y psicopedagogía*, 3(1),95-108.
- Gómez, J. (2009). *Psicología de la personalidad: manual de prácticas*. España. Ariel: 1.
- Grau, R. (2004). *Metodología de la investigación*. Ibagué: Universidad de Ibagué. Coruniversitaria.
- Guizar, M. (2004). *Desarrollo organizaciones principio y aplicaciones*. Mexico, McGraw-Hill: 2da Edición.
- Hernandez, S., Fernández, C., & Baptista, L. (2006). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw Hill Educación.: Cuarta Edición.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista. (2010). *Metodología de la Investigación*. México: (5ª Ed.). México: McGraw Hill Educación.
- IBM. (2019). *IBM SPSS Statistics 25*. EEUU: 25.

- Illinois, O. (2004-2019). ISODOCUMENT. Valera-Los Guayos: Venezolana del Vidrio.C.A.
- Julián, M. (1999). Sin Estre ED. Madrid: España.
- Julio, O. (1999). Diccionario panhispánico de dudas. Madrid: España.
- Kuhn, T. (1962). The structure of scientific revolutions. Chicago: Chicago University.
- Landota, O. (2000). Efecto amortiguador del apoyo social antes situaciones de estrés. Revista española de motivación y emoción , Vol 1 pp 149-155.
- Lara, F. J. (2014). Programa de Estrés Laboral. Terapia Breve Center.
- Lazarus, R., & Folkman, J. (1984). Stress, appraisal and coping. New York: Springer Publishing Company.
- Leka, S. (2004). La organización del trabajo y el estrés: estrategias sistemáticas de solución de problemas para empleadores, personal directivo y representantes sindicales. Nottingham. Reunido Unido: Organizacion Mundial de la Salud.
- Lomas, B. (2000). Stress and Time Management. Hayling Island: Great Britain: Rowmark.
- Lume Mendoza, A. (2011). Real Influencia del estres laboral en la productividad de las empresas de la provincia de Chicha. Chicha. Peru: <https://www.monografias.com/trabajos89/influencia-estres-laboral-productividad/influencia-estres-laboral-productividad.shtml>.
- Medina Martínez, N. (2014). Las variables complejas en investigaciones pedagógicas. Revista Apuntes Universitarios, 5(2), 9 - 18. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5198870.pdf>.
- Mezerville, G. (2004). Aceptación del Estrés para una vida más plena (Parte III).En ejes de la salud mental: Los procesos de autoestima dar y recibir afecto y aceptación del estrés. Mexico- Trillas.
- Miranda, B. (2014). Post Grado: Gerencia De Servicios De “Estrés Laboral En El Personal Que Labora En El Servicio De Bioanálisis Del Hospital “Dr. Domingo Luciani”. Caracas: Universidad Católica Andrés Bello.
- Mondy, Y. (2005). Administración de recurso humanos. Distrito Federal México: Pearson Educación, primera edición.
- OIT-OMS, C. M. (1984). Factores Psicosociales en el trabajo: naturaleza, incidencia y prevención . Ginebra.
- Orellana, R. (2017). Relación Entre Los Procesos Administrativos Que Ejerce El Directivo Y Enlace En La Gestión Del Programa De Alimentación Escolar. Valera: Universidad Experimental “Rafael María Baralt”.
- Otero López, J. M. (2015). Estrés laboral y Burnout en profesores de enseñanza secundaria. Galicia, España: 1.
- Pasek, E., & Matos, Y. (2006). Cinco Paradigmas para Abordar lo Real. TELOS. Revista de Estudios Interdisciplinarios en Ciencias Sociales, Vol.8, núm. 1, enero-abril, 2006 pp.106-121.
- Piqueras, J. M.-L. (2008). Ansiedad y depresión: implicaciones para la salud. L.A. : Suma Psicológica, 15, 43-.
- Robbins, S. (2004). Introducción al Comportamiento Organizacional. México: Editorial Prentice Hall. Octava edición.
- Rojas, E. (1998). La Ansiedad: como diagnosticar y superar el estres, las fobias y las obsesiones. España: Planeta.
- Sabino, C. (1992). El Proceso De Investigación. Ed. Panapo, Caracas: Publicado también por Ed. Panamericana, Bogotá, y Ed. Lumen, Buenos Aires.
- Santos, J. (2004). Manual: Motivación y Adaptación Ocupacional. El Salvador: Acción Consultores.
- Selye, H. (1936). A syndrome produced by diverse nocuous agents. Nature.
- T.R, N. (2008). Afecciones del estres en la productividad. ICA –CHINCHA ALTA- PERÚ: <https://www.monografias.com/trabajos55/estres-en-el-trabajo/estres-en-el-trabajo2.shtml>.
- Tamayo. (2001). El Proceso de Investigación Científica. México: Editorial Limusa. Universidad Bicentenario de Aragua.
- Yepes, H. D. (1999). ¡Cómo prevenir y manejar el estrés!: síndrome del Siglo XXI. Paulinas.