

Artículo de Investigación Científica y Tecnológica

Acontecimientos vitales estresantes en mujeres trabajadoras de un mercado del estado de Veracruz, México

Stressful life events in women working at a market in the state of Veracruz, Mexico

Zaid Valdez Melo¹, Yoselin Pérez Olmedo¹, Blanca Judith Lavoignet Acosta², Fabiola Cruz Núñez³, Claudia Hernández Landaverde⁴

Recibido:

Aceptado para publicación:

Resumen

Introducción: El trabajo informal es una realidad en todo el mundo, las trabajadoras de este sector se enfrentan a un trabajo temporal, subcontratación, irregularidad, por cuenta propia, y a otros factores que pueden desestabilizar su salud y bienestar. En estos factores se encuentran los acontecimientos vitales estresantes (AVE), que se consideran como acontecimientos discretos que surgen en un momento exacto de la vida y que afectan la salud física y mental de quien los vive.

Objetivo: Describir los AVE predominantes (riesgos psicosociales extralaborales) y determinar el nivel de estrés.

Métodos: Estudio con enfoque cuantitativo, tipo de estudio descriptivo y transversal con una muestra de 60 mujeres trabajadoras de un mercado. Muestreo no probabilístico por conveniencia. Para el análisis de los datos se utilizó estadística descriptiva (frecuencias y porcentajes). Se aplicó un cuestionario ad hoc para las variables sociodemográficas y laborales y la Escala de Estrés o Reajuste Social de Holmes y Rahe.

Resultados: Presencia de estrés en nivel severo, moderado y leve, y los AVE que más predominaron son de tipo laboral, de salud y hogar/familia.

Conclusión: Los AVE que predominaron son de tipo laboral, de salud y hogar/familia

Abstract

Introduction: Informal work is a reality around the world, workers in this sector face temporary work, outsourcing, irregularity, on their own, and other factors that can destabilize their health and well-being, among these factors are stressful life events (AEDs), which are considered to be discrete events that arise at an exact moment in life and affect the physical and mental health of those who live them.

Objective: To describe predominant AEEs (extra-labor psychosocial risks) and determine stress level.

Methods: It is a study with a quantitative approach, type of descriptive and cross-cutting study with a sample of 60 working women from a market. Non-probabilistic sampling for convenience, descriptive statistics (frequencies and percentages) were used for the analysis of the data. An ad hoc questionnaire was applied for sociodemographic and labor variables and Holmes and Rahe's Scale of Stress or Social Adjustment.

Results: were evidenced the presence of stress at a severe, moderate and mild level.

Conclusion: The predominant AEGs are of work type, health and home/family.

Palabras clave: Acontecimiento vital, estrés, mujeres trabajadoras.

Key words: vital event, stress, working women

¹ Pasante, Facultad de Enfermería, Universidad Veracruzana, Xalapa-Enríquez, México.

² Doctorado en Ciencias de la Salud en el Trabajo, Facultad de Enfermería, Universidad Veracruzana, Xalapa-Enríquez, México.

³ Doctorado en Educación, Facultad de Enfermería, Universidad Veracruzana, Xalapa-Enríquez, México.

⁴ Maestría en Enfermería, Facultad de Enfermería, Universidad Veracruzana, Xalapa-Enríquez, México.

INTRODUCCIÓN

Para la Organización Internacional del Trabajo (OIT), la economía informal, es también una actividad peligrosa.¹ Los trabajadores que la ejercen laboran a menudo en condiciones y circunstancias igualmente riesgosas a la de otros empleos considerados más peligrosos de los sectores de la agricultura, industria y servicios. Las cifras son contundentes, el empleo informal en el mundo es un fenómeno muy extendido, con un 60% de la fuerza de trabajo implicada; su peso tiende a ser creciente, de forma que para el 2020 representó el 66%.²

En México, en el 2002 la producción del sector informal representaba el 85% de toda la producción de la industria manufacturera.^{3,4} La población ocupada en el sector no estructurado o informal pasó de 8.6 millones de personas en 1995 a 10.8 millones en el 2003. Mientras en 1995 el 25.7% de la población estaba ocupada en el sector informal, en el 2003 el porcentaje subió a 26.7%.⁴ Dentro de este grupo de trabajadores informales están los de las plazas de mercado que son comerciantes en menor escala, y que en esta investigación constituyen la población participante.⁵

Algunos de los riesgos a los que se enfrentan las trabajadoras de la economía informal, los constituyen los factores de riesgo psicosocial,^{4,6} los cuales comprenden las interacciones entre el medio ambiente laboral, las características de las condiciones de trabajo, las relaciones entre los trabajadores, la organización, las características del trabajador, su cultura, sus necesidades y su situación personal fuera del trabajo (factores organizacionales, extralaborales e individuales).⁴

Es bien sabido que la desigualdad de género es más frecuente en la economía informal. Las mujeres se concentran en el extremo inferior y ganan mucho menos que los hombres. Una gran cantidad de ellas hacen frente a trabajos inseguros, insalubres, inestables, con ingresos bajos y falta de acceso a la tecnología, a la información y capacitación.² Otro factor responde a la doble carga de trabajo que recae a menudo sobre las mujeres que deben trabajar y ocuparse del hogar. Investigaciones que ponen énfasis en la cuestión de género realizadas recientemente en materia de salud y seguridad demuestran que las diferencias entre los trabajadores se basan principalmente en la variabilidad del individuo más que en diferencias biológicas de género.² Una tasa mayor de enfermedades relacionadas con el estrés entre las mujeres puede deberse, asimismo, a los tipos de trabajo en que se desempeñan.² Los factores de riesgo psicosocial incluyen la manifestación del estrés, en donde en los factores psicosociales extralaborales (medio externo) se inmiscuyen los acontecimientos vitales estresantes (AVE), estos ocurren eventualmente y se asocian con elevados niveles de estrés por su naturaleza traumatizante.^{7,8}

Definir los AVE no es fácil por su conceptualización, ya que puede referirse a causa de estrés, a los efectos que sobre el individuo produce el evento estresante. Los elementos necesarios para que sean calificados como AVE son: la percepción como negativos o no deseables, y la circunstancia de que se acompañen de un cambio vital.⁹

Se entiende como suceso o acontecimiento vital los hechos o

sucesos que son relevantes en la vida de las personas y que estas reconocen como importantes para su cambio evolutivo. A lo largo de la vida los seres humanos atraviesan por distintas etapas (niñez, adolescencia, juventud, adultez), en las que les suceden acontecimientos que recuerdan como decisivos (muerte de un familiar, deserción escolar, cambio de domicilio).⁹

Otra definición se centra en las circunstancias o condiciones ambientales que amenazan, desafían, exceden o dañan las capacidades psicológicas o biológicas del individuo; se incluyen acontecimientos traumáticos agudos como desastres, abuso sexual y físico, violencia; o el estrés crónico como la pobreza, dificultad económica, enfermedad crónica individual o familiar, maltrato; así como también AVE como divorcio, ingreso de un familiar a la cárcel.^{9,10}

Se han empleado como indicadores de la relación AVE y salud personal la manifestación de diferentes enfermedades. Unas pueden ser de expresión predominantemente psíquica (ansiedad, depresión), y otras biológicas como la diabetes mellitus, hipertensión arterial, infarto agudo de miocardio, asma bronquial, síndrome de intestino irritable, cefaleas. Los AVE son generadores de problemas en la salud física y psicológica de un grupo de mujeres sujetos de su estudio.^{9,11}

Una característica de las personas, que sufren de estrés es que suelen acudir con una sintomatología tanto psíquica como somática, derivada de problemas personales o de una relación, desencadenados por situaciones psicosociales como conflictos en la familia, el trabajo, la escuela, con los vecinos, deudas, fallecimientos, enfermedades graves y otros relacionados con su entorno.⁹

En México algunas investigaciones han mostrado que, entre las trabajadoras, los problemas de estrés son de gran importancia en su desgaste. En un estudio realizado con las operadoras de la empresa Teléfonos de México, en 1987, se encontraron como primeras causas de enfermedad la fatiga y el estrés, relacionados con las largas jornadas, la intensidad y monotonía de las actividades y la estricta supervisión.¹²

Para el estudio del estrés en el caso de las trabajadoras es indispensable tomar en cuenta que la doble jornada está relacionada con problemas como sensación de dejar todo incompleto, sentimientos de insatisfacción, pocas expectativas de triunfo y atribuirse a sí misma los fracasos. Además de que significa la disminución de horas de reposo, todo lo cual repercute en una respuesta de malestar que se relaciona con el estrés.¹²

Al estudiar algunos aspectos de la situación de género de las trabajadoras, se ve que la patología relacionada con el estrés corresponde a las exigencias de dos ámbitos, el de la vida doméstica y el de la laboral, que les implica una doble obligación.¹² Con lo antes expuesto se enfatiza que los factores psicosociales conducen a diversos problemas de salud, entre ellos el estrés, el cual se ve acentuado con la precariedad en el empleo, la sensación de inseguridad, los horarios irregulares, la intensificación del ritmo de trabajo, la creciente complejidad de tareas, el envejecimiento de la población activa y el trato con las personas, especialmente en el sector servicios.^{4,13}

Por lo anterior, esta investigación tiene dos objetivos describir los AVE (riesgos psicosociales extralaborales) y determinar el nivel de estrés al que se exponen las mujeres trabajadoras de un mercado del estado de Veracruz, México.

MATERIALES Y MÉTODOS

La presente investigación es de corte cuantitativo, tipo de estudio descriptivo y transversal, cuyas variables de estudio son: los AVE y las variables sociodemográficas y laborales. El tipo de muestreo fue no probabilístico por conveniencia, la muestra la constituyeron 60 mujeres trabajadoras de un mercado de la ciudad de Poza Rica, Veracruz. Se incluyeron mujeres entre 20 y 50 años, que estuvieron de acuerdo en participar en la investigación y que firmaron el consentimiento informado. Se excluyeron mujeres que no se encontraron en el rango de edad antes mencionado.

Se utilizó un cuestionario *ad hoc* para la identificación de las variables sociodemográficas y laborales: edad, ocupación, estado civil, número de hijos, nivel de escolaridad, roles que desempeña, antigüedad laboral, religión, ingreso familiar mensual (aproximado) y cargo o puesto.

Para medir el nivel de estrés se utilizó la Escala de Estrés o Reajuste Social de Holmes y Rahe,^{14,15} la cual manifiesta que un suceso o situación estresante, interna o externa, agudo o crónico, genera circunstancias a las que el organismo no puede responder de forma apropiada. En esta escala de reajuste social se listaron 43 sucesos o acontecimientos relacionados con diferentes grados de alteración y estrés, en la vida de una persona normal. Una acumulación de 200 o más unidades en un solo año incrementa la incidencia de trastornos psicosomáticos.^{14,15}

Esta escala es una prueba de auto aplicación. Valora los eventos en la vida de las personas que son causa de estrés. Por lo antes mencionado, la aplicación de dicha escala ayudo a conocer cuáles son los eventos o acontecimientos de la vida de una persona que le ocasionan estrés y en qué medida. Esta escala esta categorizada según las puntuaciones: 0-149: no existen problemas importantes, 150-199: crisis leve, 200-299: crisis moderada y >300: crisis severa. Tiene un alpha de Cronbach de 0.8501, lo que demuestra su confiabilidad.

La recolección de datos la llevó a cabo por dos estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Veracruzana, que cursaban el octavo semestre de la licenciatura. Para la aplicación del instrumento se les capacitó, así como, para la selección de las participantes. Posteriormente se solicitó la autorización del líder de los locatarios del mercado, y después se realizó una presentación con las trabajadoras para explicarles en qué consistía la investigación, se determinó con ellas el espacio y el tiempo para la recolección de la información.

En la etapa analítica se manejó el Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales (SPSS) para Windows versión 23. Se utilizó la estadística descriptiva, en donde se describió la distribución de las variables en base a frecuencias y porcentajes con sus respectivas tablas.

Consideraciones éticas

La investigación se realizó en base a lo que estipula la Ley General de Salud en materia de investigación para la salud en seres humanos, se cuenta con la autorización para la recolección de información por parte del líder de los locatarios, es importante señalar que está investigación emana de un macroproyecto derivado de una línea de generación y aplicación del conocimiento (LGAC), el cual cuenta con el dictamen de la comisión de Ética e Investigación de la Facultad de Enfermería de la Universidad Veracruzana.

A las participantes se les hizo entrega del consentimiento informado, se les explicó que podrían abandonar la investigación en el momento en el que lo decidieran y que la información que proporcionarían sería de carácter confidencial.

RESULTADOS

Características sociolaborales de la población

El grupo de edad predominante de las participantes fue de 26-31 años con 26.7% ($f=16$), el 35% ($f=21$) son casadas, 58.3% ($f=35$) tienen dos hijos, el nivel de escolaridad con el que cuentan es el de preparatoria en un 41.7% ($f=25$). Los roles que más desempeñan a la vez son el de trabajadora, ama de casa y madre con un 65% ($f=39$), la antigüedad laboral que prevalece es la de 1-5 años con 51.7% ($f=31$), más de la mitad de las mujeres profesan la religión católica con 66.7% ($f=40$), las participantes cuentan con un ingreso mensual (aproximado) entre los \$800 y \$3,000 (pesos mexicanos, tasa de cambio: 1 dolar= 20.95) en un 48.3% ($f=29$), el cargo puesto que desarrollan las mujeres el de empleadas en un 70% ($f=42$). Estos factores hacen a las mujeres más propensas a padecer enfermedades fue tipo físico y emocional, al tener una sobrecarga laboral sin horarios fijos, por la multiplicidad de roles, el no tener un trabajo que les brinde seguridad y bienestar, por no cubrir por completo sus necesidades básicas derivado de sus bajos salarios.

AVE frecuentes y nivel de estrés

En la Tabla 1, se muestran los diez primeros AVE sobresalientes en la población de estudio, encontrándose en primer lugar dormir menos de 8 horas, seguido de trabajar más de 40 horas por semana, cambio en el estado financiero, cambio en hábitos personales, entre otros.

La mitad de las mujeres trabajadoras del mercado presentan crisis severa de estrés 53.3% ($f=32$), seguido de crisis moderada y leve, como se puede apreciar en la Tabla 2.

DISCUSIÓN

Se observa en la presente investigación que las mujeres trabajadoras del mercado desempeñan más de dos roles, su estado civil predominante es casada, tienen un ingreso mensual menor con relación al salario mínimo establecido, su nivel de educación es medio superior, son empleadas y trabajan más de 40 horas a la semana, datos similares a los de un estudio colombiano, en el cual los autores encontraron que el 87.7% de los trabajadoras(es)

Tabla 1. Acontecimientos vitales estresantes predominantes

AVE	f	%
Dormir menos de 8 horas	55	92
Trabajar más de 40 horas por semana	46	77
Cambio en el estado financiero	35	59
Cambio en hábitos personales	34	57
Cambio en el horario o condiciones de trabajo	30	50
Cambio de salud en pariente cercano	27	45
Problemas con la familia política o hijos	26	43
Cambio en las condiciones de vida	26	43
Cambio en el número de discusiones con la pareja	24	40
Separación de la pareja	24	40

del sector informal de las plazas de mercado son personas que realizan actividades mal remuneradas, no tienen seguridad social, cumplen jornadas extenuantes y muchas veces en condiciones que pueden afectar su salud y seguridad.^{17,18} Este estudio encontró que la mayoría de los trabajadores informales de las plazas de mercado son personas mayores, realizan largas jornadas, muchos de ellas tienen niveles académicos precarios o no tienen estudio.⁵

La división del trabajo está mediatizada por el género y esto conlleva una segregación del mercado laboral que afecta de manera diferente a la salud de mujeres y hombres; por ejemplo, se produce una mayor accidentalidad en hombres, pero un mayor índice de patologías musculoesqueléticas en mujeres. Así mismo, la doble presencia, es cuando la responsabilidad de la carga de trabajo en el ámbito laboral y en el doméstico recae simultáneamente sobre la misma persona, lo que afecta, entre otras cuestiones, a las posibilidades de empleo y de desarrollo profesional. Concurrencia de factores como una mayor precariedad laboral, más dificultades respecto a la estabilidad y calidad del empleo asociadas al embarazo y a la maternidad, un menor sueldo, categoría profesional y participación en las estructuras de gobierno empresarial o en la toma de decisiones.¹⁹

En relación a la presencia de estrés, las trabajadoras del mercado presentaron crisis severa de estrés en cerca de la mitad. Estos resultados son similares a los expuestos en un estudio peruano en el cual se encontró que 19 trabajadores de una empresa presentaban niveles medios de estrés, 36 una crisis moderada y 34 trabajadores estaban atravesando por una crisis de vida considerable.⁸ Por el contrario, los resultados obtenidos en esta investigación difieren con los datos de dos estudios uno mexicano y el otro realizado en Valencia, España, en donde no se presentan problemas importantes de estrés en un 81.1% en el primer estudio,²⁰ y en el segundo, la puntuación media indica bajos niveles de estrés y bajo riesgo de desarrollar una enfermedad según el modelo de predicción estadística de Holmes y Rahe.^{14,21}

En México algunas investigaciones han mostrado que, entre las trabajadoras, los problemas de estrés son de gran importancia en su desgaste. En Canadá, la preocupación por el estrés en las mujeres ha llevado a estudios que muestran la relación del ser mujer con problemas derivados del mismo.¹² El estrés ocasiona un cansancio de tipo mental, que muchas veces es originado por

Tabla 2. Nivel de estrés en las mujeres trabajadoras

Nivel de estrés	f	%
No existen problemas importantes	1	1.7
Crisis leve	8	13.3
Crisis moderada	19	31.7
Crisis severa	32	53.3

la alta demanda que exige un rendimiento mayor a lo normal, y que provocan en muchas ocasiones trastornos físicos y mentales, esto se relaciona con la presencia de los AVE que pueden impactar de manera negativa en todas las esferas de la vida de las mujeres. La situación de las mujeres es aún más riesgosa, al encontrarse sobrerrepresentadas en ocupaciones específicas ligadas al cuidado y la informalidad, están expuestas a sufrir enfermedades y trastornos agudos y crónicos como el estrés ocasionado por las crecientes exigencias tanto laborales como familiares, a las que están sometidas socialmente. A estos se suma la consecuente falta de derechos laborales y seguro social, al igual que la mayor exposición a la violencia doméstica.¹⁶

Por otra parte, los AVE predominantes fueron: dormir menos de 8 horas, trabajar más de 40 horas por semana, cambio en el estado financiero, cambio en hábitos personales y cambio en el horario o condiciones de trabajo. Los datos encontrados concuerdan con lo que plantean algunos autores, donde se puede considerar el cambio de trabajo como un AVE y es más intenso si es obligado y si el conocimiento sobre el mismo es escaso.^{9,22}

La salud percibida tiende a empeorar progresivamente a medida que aumenta el tiempo de desempleo, el deterioro de la salud mental aumenta entre los 7-12 meses, y que la calidad de vida empeora significativamente después de los seis meses de desempleo.^{9,23}

Los resultados aquí mostrados son diferentes a algunos estudios, realizados en España, Perú y México, en donde los AVE que prevalecieron fueron cambio de turno o condiciones laborales (41.9% n=135), cambio de salud de un miembro de la familia (38.5% n=124), cambio de la situación económica (34.2% n=110), cambio de hábitos de sueño (28.9% n=93) y cambio de tipo de trabajo (26.4% n=85).²⁴ Otros factores que pueden generar AVE son: el fallecimiento del cónyuge (40%, n=6), el fallecimiento de un hijo (40%, n=6 entre éstos el 50% a consecuencia de aborto espontáneo) y el fallecimiento de alguno de los progenitores previo a la etapa de adultez media (33.3%, n=5).²¹ Entre los trabajadores de una empresa minera fueron: el cambios de hábitos de alimentación, cambio en las condiciones de vida, cambio de hábitos de sueño, cambio de estatus económico y gran logro personal.⁸ Los hallazgos de una investigación en México fueron: dificultades para educar a los hijos, cambios en la manera de comportarse de un familiar, problemas económicos serios, enfermedad de un familiar, amenazas de la pareja, dificultades con parientes, cambios en la frecuencia con que ven a familiares y consumo de alcohol o drogas de la pareja.²⁵

La literatura menciona que la población joven como es el caso de este estudio tiende a medir con mayor severidad los AVE que viven, así como el hecho de ser casadas dan mayor severidad a los AVE que se relacionan con la familia, el esposo y los hijos.

El cargo o puesto debido a que las mujeres trabajadoras al ser empleadas les conllevan una mayor carga laboral, preocupaciones, y aunado a esto al percibir un salario menor y que dependen de las ventas realizadas en el día, las someten a una mayor presencia de estrés. Así mismo, el desempeño de varios roles origina fatiga e insatisfacción en todas las esferas de la vida. La situación de los informales es precario y desventajoso. En el 2003 en México, el 84.5% de la población ocupada en el sector informal tenía secundaria completa o menos.⁴ Esta proporción aumentó al 86.5% en el caso de las mujeres y que el ingreso mediano por día en el sector no estructurado se encontraba en un rango de entre 1-3 salarios mínimos, es decir, de 48.67-146.01 pesos.⁴ Situación que actualmente no ha cambiado mucho.

La situación de las mujeres es aún más delicada.¹⁶ Últimamente se han escuchado hablar reiteradas veces de la brecha salarial de género que lleva a que, en promedio, en el mundo las mujeres tengan ingresos un 23% inferiores a los varones. La disparidad de género existe también bajo lo que se denomina segregación sectorial u ocupacional, es decir, la diferencia en la representación de varones y mujeres según los trabajos, sectores y ocupaciones. De esta forma se producen desequilibrios económicos y se consolidan estereotipos. Las mujeres, además de representar solo el 40% de la población empleada, constituyen el 57% del trabajo a tiempo parcial en todo el mundo. Del total de las mujeres empleadas en el mundo, el 34.2% trabaja menos de 35 horas semanales.¹⁶

Las mujeres tienden así, a concentrarse en trabajos o sectores donde las condiciones laborales son desfavorables o los salarios más bajos. Según el informe las Mujeres en el Trabajo, publicado en el año 2016, la segregación ocupacional inhibe las oportunidades para las mujeres y limita su acceso a ocupaciones que ofrecen mejores condiciones de trabajo y protección social.¹⁶

Los términos de “sector informal” o “economía informal” no aparecen en la legislación de México incluyendo la Ley Federal del Trabajo,⁴ para el país existe una brecha de casi 30 años en comparación con otros países en relación con las condiciones laborales.²⁶

Ante este panorama, se sugieren crear políticas públicas encaminadas a mejorar la seguridad y salud en el trabajo, pero no sólo en el sector formal sino también el informal, algunos elementos a tomar a consideración podrían ser: crear programas de prevención, promoción y fomento a la salud integral en el área de trabajo enfocados a enfermedades derivadas de la salud laboral; incluir en la cuestión relacionada al género a la mujer, pero no incluirla meramente como un concepto sino tomando en cuenta sus características intra y extralaborales; brindar una cobertura de seguridad social y prestaciones en las trabajadoras informales; creación de sindicatos en caso de no existir para velar por los derechos de las trabajadoras; mejorar las condiciones de supervisión por parte de las autoridades correspondientes para la vigilancia de regulaciones, por ejemplo en las leyes ambientales, en prácticas ilegales que perjudican el bienestar de las trabajadoras.

CONCLUSIONES

Los AVE que predominaron abarcaron las áreas de trabajo, salud y hogar/familia.

En cuanto al nivel de estrés, éste se manifestó en las trabajadoras en crisis severa, modera y leve, quienes refirieron “una mayor presión al laborar en el mercado enfatizando a que es más difícil obtener ingresos económicos, los cuales varían dependiendo la época del año, aunándole a ello los distintos roles que ejercen en su vida cotidiana”. El estrés se acciona cuando un individuo se ve rodeado por múltiples acontecimientos que rebasan sus capacidades o recursos, por lo que, se ve superado para desempeñar las demandas que se le piden. Esto causa en él una sobrecarga que puede incidir en su bienestar personal, físico y mental.²⁷

Cabe mencionar que el presente estudio permitirá a la profesión de enfermería actuar en el primer nivel de atención para responder efectivamente ante la presencia de estrés en niveles altos. A su vez, este trabajo tiene la intención de contribuir al vacío que existe en la ciencia sobre el tema de AVE, en mujeres trabajadoras sobre todo del sector informal (mercado), por lo que se sugiere la realización de más investigaciones al respecto.

Conflicto de interés:

La investigación está libre de conflicto de intereses.

Contribución de los autores:

Los tres primeros autores se encargaron del diseño del estudio, la recolección, análisis e interpretación de la información, y las últimas autoras realizaron la revisión objetiva de la investigación, y corrección de errores del documento.

Agradecimientos:

Agradecemos el apoyo por parte del líder de los locatarios del mercado, así como, a las mujeres que participaron en la investigación.

REFERENCIAS

1. Organización Internacional del Trabajo (OIT). Trabajos peligrosos. 2020. Consultado: 21 de septiembre 2020. Disponible en: <https://www.ilo.org/safework/areasofwork/hazardous-work/lang-es/index.htm>
2. Secretaría del Trabajo y Previsión Social (STPS). Seguridad y Salud en el Trabajo en México: Avances, retos y desafíos. Gobierno de la República, Mexico. Subsecretaría de Previsión Social; 2017. Disponible en: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/279153/Libro-Seguridad_y_salud_en_el_trabajo_en_Mexico-Avances__retos_y_desafios__Digital_.pdf
3. Ochoa S. Economía informal. Evolución reciente y perspectivas. Centro de Estudios Sociales y de Opinión Pública. Cámara de Diputados. LIX Legislatura. México. 2009. Consultado 21 de septiembre 2020. Disponible en: <http://www.diputados.gob.mx/cesop/doctos/Economia%20informal.pdf>.
4. Cuellar HH, García HA. Condiciones de trabajo y actividad económica informal: Implicaciones en las MiPyMES de la industria mueblera de Ocotlán. IV Congreso Red Internacional de Investigadores en Competitividad. Red Internacional de Investigadores en Competitividad; 2017. Disponible en: <https://www.riico.net/index.php/riico/article/viewFile/712/648>.

5. Fajardo ZAI, Hernández NJF, González VYL, Torres PML. Caracterización y percepción del riesgo en vendedores informales de las plazas de mercado de la Ciudad de Bogotá, D. C. *Rev Ciencia Trabajo*. 2018; 20(63): 151-54.
6. Comité Mixto OIT-OMS sobre Medicina del Trabajo. Factores psicosociales en el trabajo: Naturaleza, incidencia y prevención. Bilbao: OIT; 1984.
7. Sandín B. El estrés. En: Belloch A, Sandín B, Ramos F, compiladores. *Manual de psicopatología II*. Madrid: McGraw-Hill; 1995. p. 3-52.
8. Arias GWL. Estrés laboral en trabajadores desde el enfoque de los sucesos vitales. *Rev Cubana Salud Públ*. 2012; 38(4): 525-35.
9. Suarez CMA. La importancia del análisis de los acontecimientos vitales estresantes en la práctica clínica. *Rev Med La Paz*. 2010; 16(2): 58-62.
10. Jiménez L, Menéndez S, Hidalgo MV. Un análisis de los acontecimientos vitales estresantes durante la adolescencia. *Apunt Psicol*. 2008; 26(3): 427-40.
11. Shrier K, Shrier A. Aspectos psicosociales en la vida de las mujeres: equilibrio entre el trabajo y la vida personal y cuestiones del ciclo vital. *Obstet Gynecol Clin N Am*. 2009. 36(4): 753-69.
12. Garduño MAA, Marquez MS. El Estrés en el perfil del desgaste de las trabajadoras. *Rev Cad Saúde Públ*. 1995; 11(1): 65-71.
13. Europa Press. La Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo ha alertado sobre los nuevos tipos de enfermedades relacionadas con el trabajo que están aumentando en Europa, entre ellas los trastornos depresivos; 2007.
14. Holmes TH, Rahe R. The social readjustment rating scale. *J Psychosomatic Res*. 1967; 11: 213-218.
15. Bruner CA, Acuña L, Gallardo LM, Atri R, Hernández A, Rodríguez W, et al. La escala de reajuste social (SRRS) de Holmes y Rahe en México. *Rev Latinoamericana Psicol*. 1994; 26(2): 253-69.
16. Bacigalupo O. Los riesgos en seguridad y salud en el trabajo. *Radio PERFIL*; 2019. Consultado 20 de septiembre 2020. disponible en: <https://www.perfil.com/noticias/columnistas/los-riesgos-en-seguridad-y-salud-en-el-trabajo.phtml>.
17. Departamento Nacional de Estadística DANE. Empleo informal y seguridad social. Bogotá: DANE; 2018. Consultado 17 de septiembre 2020. disponible en: <https://www.dane.gov.co/index.php/estadisticas-por-tema/mercado-laboral/empleo-informal-y-seguridad-social>.
18. Gómez-Palaencia IP, Castillo-Avila IY, Banquez-Salas AP, Castro-Ortega AJ, Lara-Escalante HR. Condiciones de trabajo y salud de vendedores informales estacionarios del mercado de Bazarro, en Cartagena. *Rev Salud Pública*. 2012; 14(3): 448-459.
19. Vallengano, PME. Guía, género y riesgos psicosociales en el Trabajo. Secretaría de Salud Laboral y Medio Ambiente. Gobierno de España. 2018; 1-145. Consultado 20 de septiembre 2020. disponible en: <https://www.ugt.es/sites/default/files/guiawebgeneroyriesgo.pdf>.
20. Lavoignet ABJ, Meléndez CS, Huerta GS, et al. Autocuidado ante la presencia de Estrés en mujeres. Instituto Tecnológico de Colima. *Compendio de Investigación en Tecnologías Estratégicas Colima* 2016. Colima: Academia Journals; 2016. p. 448-51.
21. Varela BO, Santiago PL, Alcántara TA, Bascompte CR, González SS, Pinillos FG. Síndrome Detako-tsubo: acontecimientos vitales estresantes, dimensiones de personalidad, y estrategias de afrontamiento. un estudio descriptivo. *Rev Psicossom Psiquiatr*. 2017; (1)3: 18-29.
22. Morente-Paez M. El cambio de lugar de trabajo. *SEMERGEN* 2004;30(2): 53-4.
23. Del Pozo J, Ruiz MA, Pardo A, San Martín R. Efectos de la duración del desempleo en desempleados. *Rev Phiscotema*. 2002;14(2): 440-43.
24. Muñoz SJ, Martínez NA, Lázaro SM, Carranza RA, Martínez CM. Análisis de impacto de la crisis económica sobre el síndrome de Burnout y resiliencia en el personal de enfermería. *Rev Enfermería Global*. 2017; (46): 315-35.
25. Lara MA, Navarro C, Navarrete L. Influencia de los sucesos vitales y el apoyo social en una intervención psicoeducativa para mujeres con depresión. *Rev Salud Pública de México*. 2004; 46(5): 378-87.
26. Hernández, G. Los patrones mexicanos estarán obligados a prevenir riesgos psicosociales. *Salud laboral*; 2019. Consultado 20 septiembre 2020. disponible en: <https://factorcapitalhumano.com/salud-laboral/los-patrones-mexicanos-estaran-obligados-a-prevenir-riesgos-psicosociales/2018/11/>
27. Estévez CRM, Oliva DA, Parra JA. Acontecimientos vitales estresantes, estilo de afrontamiento y ajuste adolescente: un análisis longitudinal de los efectos de moderación. *Rev Latinoamericana Psicol*. 2012; 44(2): 39-53.

© Universidad Libre. 2021. Licence Creative Commons CC-by-nc-sa/4.0. <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.en>

