

## ESTRÉS LABORAL EN MUJERES TRABAJADORAS Y AMAS DE CASA

Patricia Rodríguez Castillo<sup>1</sup> y Dra. Herlinda Aguilar Zavala<sup>2</sup>

### RESUMEN

Debido al estilo de vida moderno, globalización, etc.; las mujeres se han insertado en el mundo laboral, volviéndose víctimas del estrés. El estrés laboral es un indicador de mala salud. El objetivo de este estudio fue comparar los niveles de estrés laboral entre mujeres trabajadoras y amas de casa, así como analizar las diferencias sociodemográficas entre ambos grupos. Se conformaron 2 grupos: amas de casa y trabajadoras; se aplicaron cuestionarios de datos generales, escalas de estrés percibido, ansiedad, depresión, conducta dominante y ERI. En cuanto al estrés percibido no se encontró diferencia significativa. Se encontró que las mujeres que solo trabajan duermen menos, tienen un gasto personal mayor y son más jóvenes que las amas de casa. Las mujeres que aportan menos del 50% son más jóvenes que las que aportan el 50% y 100%, igualmente tienen un IMC menor.

### PALABRAS CLAVE

Estrés, mujeres, trabajadoras

---

1 Lic. en Nutrición Universidad de Guanajuato, Campus Celaya-Salvatierra. Av. Ing. Barros Sierra #201, Esq. Av. Baja California, Ejido de Sta. María del Refugio, C.P: 38110, Guanajuato, Celaya Teléfono (461) 5985922.

2 Universidad de Guanajuato, División Ciencias de la Salud e Ingenierías, Departamento de Enfermería Clínica, Av. Ing. Barros Sierra #201, Esq. Av. Baja California, Ejido de Sta. María del Refugio, C.P: 38110, Guanajuato, Celaya Teléfono (461) 5985922, linda\_az99@hotmail.com

## INTRODUCCIÓN

Debido a la gran demanda, al estilo de vida moderno, a la globalización y otros factores las mujeres se han ido insertando en el mundo laboral, y es por eso que se han vuelto víctimas del estrés. El estrés laboral es el resultado de la exposición combinada de varios factores que se presentan en determinadas condiciones del ambiente de trabajo, y que de forma prolongada e intensa, es un indicador de mala salud (física y mental), lo que ratifica los postulados que señalan que las condiciones agotadoras del trabajo predicen una pobre salud mental y un alto riesgo cardiovascular. (SÖDERBERG M. et Al. 2012). Estudios realizados recientemente en amas de casa en Alemania sobre el nivel de estrés en amas, se encontró que el 19.3% percibía una falta de reciprocidad y el 23.8% mostraba altos niveles de un sobre-compromiso en cuanto a sus obligaciones domésticas. Las madres con nivel socioeconómico bajo tienen mayor riesgo de presentar estrés laboral. (SPERLICH S. et Al. 2012)

Otros estudios nos dicen que los trabajadores del área de ciencias de la salud son los más afectados, tienen altos niveles de estrés laboral y un sobre compromiso según el instrumento ERI (BAGAAJAV A. et Al. 2011). Otro estudio dice que la tensión laboral afecta la salud mental de las mujeres (Jian L. et Al. 2006).

En el estado de Guanajuato hay 1, 713,857 habitantes en el grupo de edad de 20 a 39 años de los cuales 917, 567 son mujeres y de ellas el 91.9 % de las mujeres en Guanajuato combina trabajo y estudio con quehaceres domésticos (INEGI 2010). La OMS en el 2013 informó que en México se registran aproximadamente 75,000 infartos al año, siendo el país con mayor porcentaje de estrés vinculado al trabajo, pues 75% de los empleados en el país padecen de este problema, y el 25% de los infartos se derivan del estrés laboral. (OMS 2013).

Por todo esto es que es necesario establecer las diferencias o semejanzas entre el estrés laboral que padecen las mujeres que laboran y aquellas que se dedican a las labores del hogar, ya que actualmente estas últimas actividades no remuneradas, no son consideradas como trabajo y por ende tampoco como fuentes de estrés que pudieran afectar la salud física y psicológica de las mujeres.

El objetivo de la presente investigación fue comparar los niveles de estrés laboral entre mujeres trabajadoras y amas de casa y conocer las diferencias entre los datos sociodemográficos de ambos grupos.

## MÉTODOS Y MATERIALES

Se integraron al estudio 160 mujeres de varios municipios del estado de Guanajuato entre ellos, Apaseo el Alto, Salvatierra, Irapuato, Celaya, Villagrán, Juventino Rosas, Apaseo el Grande fueron clasificadas en dos grupos: 61 mujeres amas de casa, sin ninguna remuneración económica y 99 mujeres trabajadoras. Se recolectaron datos socioeconómicos, somatométricos y de actividad física.

A una submuestra de 114 mujeres se les aplicó la Escala Desbalance Esfuerzo Recompensa (Macías et Al 2003), la cual fue adaptada para evaluar el estrés laboral específicamente en las labores del hogar en amas de casa obteniéndose un alfa de Cronbach de 0.904. De la misma manera se le aplicó la escala de Dominancia (Grant 1992) para evaluar la conducta dominante/sumisa, además de las escalas de estrés, depresión y ansiedad (Brizuela 1998).

## RESULTADOS

Al comparar entre amas de casa y trabajadoras, no encontramos diferencias entre el número de hijos, edad, sin embargo las mujeres amas de casa presenta mayor presión diastólica en comparación con las mujeres trabajadoras ( $76.6 \pm 5.2$  vs  $75.6 \pm 6.81$ ,  $p=0.004$ ); de la misma manera las mujeres amas de casa gastan menores cantidades en su persona (fig.1) y duermen menos (fig.2).

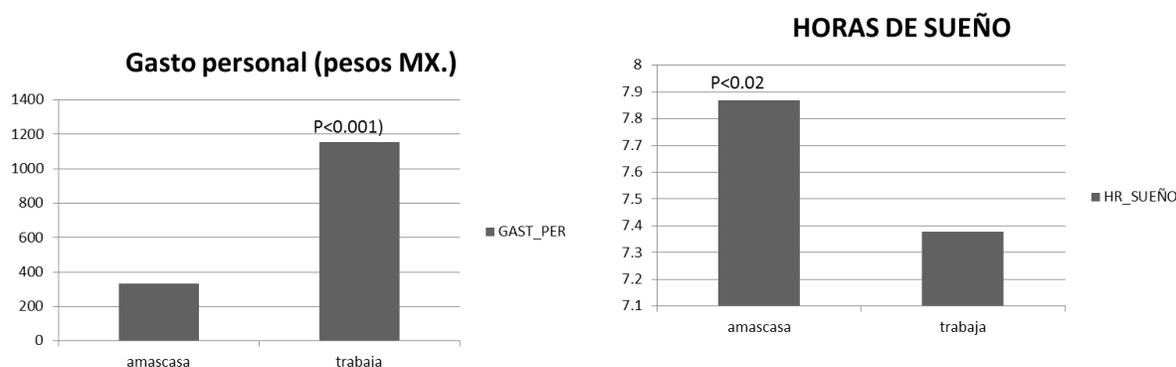


Figura 1. Gasto personal en pesos mexicanos entre mujeres amas de casa y trabajadoras

Figura 2. Horas de sueño entre mujeres amas de casa y trabajadoras

En lo que se refiere las variables psicológicas evaluadas, las mujeres amas de casa perciben mayor estrés laboral que las mujeres trabajadoras, debido un menor nivel de recompensa percibida (Tabla 1). Por otro lado, la media en cuanto la escala de dominancia fue de -1.01 indicando que las mujeres evaluadas presentan un alto grado de sumisión. Sobre el dinero destinado a su persona, las mujeres trabajadoras gastan más que las amas de casa en vestido y accesorios ( $p=0.0003$ ), y las amas de casa gastan más que las trabajadoras en recreación ( $p=0.01$ ) y refrigerios ( $p=0.02$ ), así mismo se encontró que las mujeres que trabajan presentan mayor prevalencia de sobrepeso que las amas de casa ( $p=0.021$ ). De las mujeres que trabajan, aquellas que aportan menos del 50% del gasto familiar mensual son más jóvenes que las que aportan el 50% ( $p=0.014$ ) y 100% ( $p=0.034$ ), igual manera las mujeres que aportan <50% tiene un IMC menor que las que aportan 50% ( $p=0.009$ ) y 100% ( $p=0.014$ ), también se vió una diferencia en la TAS, siendo menor la del grupo que aporta <50% comparada con aquellas que aportan el 50% ( $p=0.004$ ).

Tabla 1. Variables psicológicas evaluadas entre mujeres amas de casa y trabajadoras

	AMAS DE CASA	TRABAJADORAS	
	Media±Desv. típ.	Media±Desv. típ.	P
Estrés percibido en el último mes	22.8±9.09	23.25±8.7	NS
escala de ansiedad	5.9±3.96	7.0±4.7	NS
Problemas con el sueño	1.21±1.34	1.33±1.57	NS
Depresión	5.82±4.89	6.31±5.19	NS
Escala de dominancia	-1.0558±1.04	-.9941±.929	NS
Desbalance Esfuerzo recompensa	0.12±.105	0.12±.052	0.035
Esfuerzo extrínseco	11.71±5.12	12.33±4.01	0.016
recompensa	46.78±9.00	48.35±6.48	NS
Esfuerzo intrínseco	12.2±5.8	11.20±5.4	NS

## CONCLUSIONES

En este estudio pudimos encontrar que no hay una diferencia significativa en la percepción del estrés entre los grupos estudiados. El promedio de índice ERI es de 0.12, esto indica que existe un bajo riesgo de estrés laboral, la media del estrés percibido fue de 23.13 encontrándose por debajo de la media del rango de este instrumento. La media de ansiedad fue de 6.68, también por debajo de la media del rango. La media de depresión fue de 6.15 también debajo de la media del rango. La media en cuanto la escala de dominancia fue de -1.01 indicando que las mujeres de Guanajuato presentan un alto grado de sumisión.

Refiriéndonos a los datos sociodemográficos, se encontró que las mujeres que solo trabajan duermen menos (7.3hrs vs 7.8hrs,  $p=0.01$ ) y tienen un gasto personal mayor que las amas de casa (\$1156 vs \$332), (son más jóvenes (edad promedio 27.39 años + 7.86,  $p=0.00$ ), al preguntarles en

que gastaban el dinero destinado a su persona, se obtuvieron igualmente diferencias significativas, las trabajadoras gastan más que las amas de casa en vestido y accesorios ( $p=0.0003$ ) y en otro ( $p=0.006$ ), y las amas de casa gastan más que las trabajadoras en recreación ( $p=0.01$ ) y refrigerios ( $p=0.02$ ), así mismo se encontró que las mujeres que trabajan presentan mayor prevalencia de sobrepeso que las amas de casa ( $p=0.021$ ). Se encontró también en las mujeres trabajadoras que las que aportan menos del 50% son más jóvenes que las que aportan el 50% ( $p=0.014$ ) y 100% ( $p=0.034$ ), igualmente las mujeres que aportan <50% tiene un IMC menor que las que aportan 50% ( $p=0.009$ ) y 100% ( $p=0.014$ ), también se vió una diferencia en la TAS, siendo menor la de las mujeres que aportan <50% comparada con la del 50% ( $p=0.004$ ).

Se puede concluir que las mujeres perciben de igual manera el estrés, sin embargo existen diferencias significativas, en cuanto a sus datos sociodemográficos.

## REFERENCIAS

BAGAAJAV Ariunsanaa, MYAGMARJAV Sugarmaa, NANJID Khuderchuluun,, OTGON Saranchuluun and CHAE Young Moon "Burnout and Job Stress among Mongolian Doctors and Nurses" *Industrial Health* 2011, 49, 582–588

BRIZUELA-GAMIÑO O, HUERTA R, MALACARA JM: Emotional changes at different stages of pubertal development in girls. Program & Abstracts, 80 Annual Meeting of the Endocrine Society, p 1-239, 1998

Grant, Valerie J. "The measurement of dominance in pregnant women by use of the Simple Adjective Test." *Personality and Individual Differences*, Vol 13 (1), Jan 1992, 99-102. doi: 10.1016/0191-8869(92)90225-E

Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática INEGI 2010

KIKUCHI Y, NAKAYA M, IKEDA M, NARITA K, TAKEDA and NISHI M. "Effort–reward imbalance and depressive state in nurses" *Occupational Medicine* 2010; 60:231–233

LI Jian, YANG Wenjie, CHO Sung-il "Gender differences in job strain, effort-reward imbalance, and health functioning among Chinese physicians" *Social Science & Medicine* 62 (2006) 1066–1077

Organización Mundial de la Salud OMS 2011

Macías MD, Fernández-López JA, Hernández-Mejía R, Cueto-Espinar A, Rancaño I, Siegrist J. Evaluación del estrés laboral en trabajadores de un hospital público español. Estudio de las propiedades psicométricas de la versión española del modelo "Desequilibrio-Recompensa". *Medicina Clínica (Barcelona)*. 2003;120:652-7.

SÖDERBERG Mia, ROSENGREN Annika, HILLSTRÖM Jenny, LISSNER Lauren and TORÉN Kjell "A cross-sectional study of the relationship between job demand-control, effort-reward imbalance and cardiovascular heart disease risk factors" *BMC Public Health* 2012

SPERLICH Stefanie, PETER Richard and GEYER Siegfried. "Applying the effort-reward imbalance model to household and family work: a population-based study of German mothers" *BMC Public Health* 2012