



DOI: <http://dx.doi.org/10.23857/dc.v8i3>

Ciencias de la Educación  
Artículo de Investigación

*Ansiedad, depresión y estrés en trabajadores: caso práctico*

*Anxiety, depression and stress in workers: case study*

*Ansiedade, depressão e estresse em trabalhadores: estudo de caso*

Viviana Chagnay-Lema <sup>I</sup>

[vechagnay.fia@unach.edu.ec](mailto:vechagnay.fia@unach.edu.ec)

<https://orcid.org/0000-0001-7846-2481>

Elvis Ruiz-Naranjo <sup>II</sup>

[eruiz@unach.edu.ec](mailto:eruiz@unach.edu.ec)

<https://orcid.org/0000-0001-5352-1535>

**Correspondencia:** [vechagnay.fia@unach.edu.ec](mailto:vechagnay.fia@unach.edu.ec)

\***Recibido:** 16 de mayo del 2022 \***Aceptado:** 30 de mayo de 2022 \* **Publicado:** 14 de junio de 2022

- I. Maestrante, Instituto de Posgrado, Universidad Nacional de Chimborazo, Ecuador.
- II. Facultad de Ciencias de la Educación Humanas y Tecnologías, Ingeniería, Escuela de Diseño Gráfico, Universidad Nacional de Chimborazo, Ecuador.

## Resumen

Los problemas de salud física y mental en trabajadores ante la presencia del COVID 19, contribuyen a generar ansiedad, depresión y estrés así como molestias músculo esqueléticas derivadas por los puestos de trabajo no adecuados. El objetivo de la presente investigación es determinar los niveles de ansiedad, depresión y estrés en trabajadores técnicos y administrativos de la Empresa Pública de Agua Potable y Alcantarillado Riobamba (EP-EMAPAR). Los materiales y métodos se lo realizaron con un diseño de tipo transversal en una muestra de 29 trabajadores, utilizando el test DASS-21, que permitió determinar los niveles de depresión, estrés y ansiedad, el análisis estadístico se realizó mediante el uso del SPSS V.24, la fiabilidad y confiabilidad del test por medio de Alpha de Cronbach y KMO. Los resultados demuestran niveles de ansiedad, depresión y estrés que van desde moderado y muy severo que afectan tanto física como mentalmente por el miedo de contagiarse por COVID 19. Las dimensiones del test DASS 21 al correlacionarse con las variables sociodemográficas establecen la existencia o no dependencia entre ellas por medio del V de Cramer. Finalmente se concluye que al tener 3.4 % del síndrome de trastorno mental muy severo se recomienda la implementación de medidas preventivas técnicas, de ingeniería y administrativas para disminuir o eliminar el problema.

**Palabras Claves:** Depresión; ansiedad; estrés; trabajadores; DASS 21.

## Abstract

Physical and mental health problems in workers in the presence of COVID 19 contribute to generating anxiety, depression and stress, as well as musculoskeletal discomfort derived from work due to unsuitable jobs. The objective of this research is to determine the levels of anxiety, depression and stress in technical and administrative workers of the Public Company of Potable Water and Sewage Riobamba (EP-EMAPAR). The materials and methods were carried out with a cross-sectional design in a sample of 29 workers, using the DASS-21 test, which allowed determining the levels of depression, stress and anxiety. The statistical analysis was carried out using SPSS V .24, the reliability and trustworthiness of the test through Cronbach's Alpha and KMO. The results show levels of anxiety, depression and stress ranging from moderate to very severe that affect both physically and mentally due to the fear of being infected by COVID 19. The dimensions of the DASS 21 test, when correlated with the sociodemographic variables, establish the existence or not of dependency between them through Cramer's V. Finally, it is concluded that having 3.4% of the very severe mental disorder

## Ansiedad, depresión y estrés en trabajadores: caso práctico

---

syndrome, the implementation of technical, engineering and administrative preventive measures is recommended to reduce or eliminate the problem.

**Keywords:** Depression; anxiety; stress; workers; DASS 21.

### Resumo

Problemas de saúde física e mental em trabalhadores na presença de COVID 19 contribuem para gerar ansiedade, depressão e estresse, além de desconforto musculoesquelético derivado do trabalho devido a empregos inadequados. O objetivo desta pesquisa é determinar os níveis de ansiedade, depressão e estresse em trabalhadores técnicos e administrativos da Empresa Pública de Água Potável e Esgoto Riobamba (EP-EMAPAR). Os materiais e métodos foram realizados com delineamento transversal em uma amostra de 29 trabalhadores, utilizando-se o teste DASS-21, que permitiu determinar os níveis de depressão, estresse e ansiedade. A análise estatística foi realizada por meio do SPSS V .24 , a confiabilidade e confiabilidade do teste por meio do Alfa de Cronbach e KMO. Os resultados mostram níveis de ansiedade, depressão e estresse variando de moderado a muito grave que afetam tanto física quanto mentalmente devido ao medo de ser infectado pelo COVID 19. As dimensões do teste DASS 21, quando correlacionadas com as variáveis sociodemográficas, estabelecem a existência ou não de dependência entre eles através do V de Cramer. Por fim, concluiu-se que tendo 3,4% da síndrome do transtorno mental muito grave, recomenda-se a implementação de medidas preventivas técnicas, de engenharia e administrativas para reduzir ou eliminar o problema.

**Palavras-chave:** Depressão; ansiedade; estresse; trabalhadores; DASS 21.

### Introducción

En diciembre del 2019, se conoció acerca del virus SARS-CoV-2 en Wuhan (Hubei, China). La presencia del coronavirus ha generado una gran enfermedad con altos índices de muerte, se considera cómo factor de riesgo biológico (grado 4), se ha expandido rápidamente en el mundo para convertirse en pandemia y ser una de las amenazas graves para la salud, la más importante de los últimos tiempos. (Bedford, 2020). El SARS COV 2, Síndrome respiratorio agudo severo causa la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19).

La crisis sanitaria por presencia del coronavirus ha cambiado las realidades en todo ámbito: social, político, económico, laboral y sobre todo salud a nivel global generando enfermedades físicas, mentales y la muerte. Los trabajadores en el mundo no son la excepción, se ven muy afectados por la

## Ansiedad, depresión y estrés en trabajadores: caso práctico

---

pérdida de trabajo, disminución de la capacidad de empleo en los sectores productivos, entre otros, por ende ya no se puede satisfacer las necesidades básicas, lo que causa que el individuo tenga emociones que afectan a la salud mental como son: estrés, ansiedad e incluso pánico (miedo por la presencia del virus en el ambiente) y que al sentir temor a adquirir la enfermedad y poder morir genera este y otros tipos de comportamientos. (Hawryluck et al., 2004).

En la actualidad este problema desafiante en el que los individuos son vulnerables con una mayor reactividad emocional y estrés, juega un rol importante en el desarrollo de trastornos de ansiedad y depresión (Fox, Halpern, Ryan, & Lowe, 2010). Estudios reflejan una relación entre las condiciones de trabajo vs cansancio y problemas de salud, provocando disminución en los factores de la producción en las empresas, baja calidad de los productos e innumerables pérdidas económicas. A pesar de esto a la mitad del siglo XX, evoluciona el concepto de estrés laboral, que se define como una relación directa entre los factores de riesgo del trabajo y las consecuencias para el trabajador, producto de ello tenemos los accidentes y enfermedades profesionales. (Selye, 1952).

En la situación actual de pandemia la generación de estrés, ansiedad, depresión, cambios de conducta, desgaste de energía, carga mental y física, percepción de amenazas, confinamiento obligatorio, insatisfacción laboral, presión, frustración, entre otras produciendo conductas evasivas o afrontamiento inadecuado.

La COVID-19 repercute de manera negativa en la salud física y mental de la población en general, y en particular, sobre los grupos poblacionales más vulnerables. La incertidumbre asociada con esta enfermedad, más el efecto del distanciamiento social, el aislamiento y la cuarentena, puede agravar la salud física y mental de la población; por ello se tiene que buscar mecanismos para mejorar el desempeño laboral, familiar, social en un ambiente sano adecuado y propicio que garantice la seguridad, higiene y bienestar.

Los trastornos mentales han incrementado en los últimos años. Entre 1990 y 2013, el número de personas con depresión o ansiedad ha aumentado cerca de un 50%, de 416 millones a 615 millones. Cerca de un 10% de la población mundial está afectada y los trastornos mentales representan un 30% de la carga mundial de enfermedad no mortal (OMS, 2016). Latinoamérica y el Ecuador no es la excepción, agravados con la presencia del COVID 19, por lo que se vuelve imperioso que las empresas realicen investigaciones al respecto para dar cumplimiento a lo que estipula la normativa nacional e internacional en generar ambientes seguros y saludables.

## Ansiedad, depresión y estrés en trabajadores: caso práctico

---

Así tenemos, la Constitución de la República del Ecuador (2008), la cual se refiere en el Art. 326 numeral 5 que toda persona tiene derecho a laborar en un ambiente adecuado y propicio que garantice su salud, integridad, seguridad, higiene y bienestar, regule y norme de manera específica, el Reglamento de Seguridad y Salud de los Trabajadores y Mejoramiento del Medio Ambiente de Trabajo (1986), el que se refiere en su artículo 11 a las obligaciones del empleador, que debe adoptar medidas de prevención de riesgos laborales que pudieran afectar a la salud y bienestar del trabajador. Así como también, en el Acuerdo Ministerial 135 del Ministerio del Trabajo (2017) que refiere que el empleador realizará la vigilancia de la salud y realizará programas de prevención.

La ansiedad es parte de la cotidianidad, las personas con grado moderado y afrontamiento positivo y otras de manera negativa (Sierra y Ortega, 2003). Según la American Psychological Association (APA, 2018), dice que las personas en algún instante sienten una emoción negativa, una reacción humana normal frente a un suceso que genera estrés. La ansiedad con un nivel leve define un estado de alerta y concentración a la persona afectada. Las personas con trastorno de ansiedad, empiezan a sentir temor e intranquilidad, alejando a la mente de lo que debe realmente hacer en el día a día. La ansiedad genera graves problemas como: Absentismo, doble presencia, accidentes laborales, y en las empresas producto defectuoso, de baja calidad, menor número de unidades producidas, conflictos interpersonales familia - trabajo.

Según Guerra (2017), la ansiedad es definida como “Una emoción caracterizada por sentimientos de tensión, preocupación y alteraciones físicas como el aumento de la presión arterial”, no obstante, si una persona siente regularmente niveles anormales de ansiedad, se convierte en un trastorno que requiere atención médica (Browne, 20020). Holland (2020), indica que “la ansiedad es una respuesta natural del cuerpo frente al estrés, un sentimiento de temor respecto al futuro. Si la ansiedad es extrema, dura más de seis meses e interfiere con la cotidianidad se puede decir que se ha convertido en un trastorno de ansiedad”.

Según Cabezas (2021), en su investigación determina que en docentes universitarios los niveles de ansiedad en época de COVID 19 es moderado y se tienen problemas de salud con un impacto psicológico con niveles más altos de estrés, ansiedad y depresión que concuerda con lo manifestado en otras investigaciones lo afirma: (Wang, 2020).

Los trastornos afectivos conocidos como depresión no es nada más que la alteración del estado de ánimo que influye en todas las esferas del individuo, se instala progresivamente, persiste en el tiempo y refleja en el pensamiento, conducta, actividad psicomotora, las manifestaciones somáticas y en la

## Ansiedad, depresión y estrés en trabajadores: caso práctico

---

manera como el individuo se relaciona y percibe el medio ambiente. Los trastornos afectivos oscilan entre dos polos: la manía y la melancolía (Gómez, 2008).

La depresión causa en la persona sentimiento de tristeza constante y pérdida de interés para realizar las tareas inherentes al trabajo llamado «trastorno depresivo mayor» o «depresión clínica», afecta los sentimientos, pensamientos y el comportamiento de las personas, puede causar una variedad de problemas físicos y emocionales que afectan a la salud, generando pocas ganas de vivir e inclusive lleva a tomar una decisión fatal, el suicidio. No es una emoción pasajera, la depresión no es síntoma de debilidad, no se recupera fácilmente y requiere de tratamiento a largo plazo.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) hace referencia a la depresión como un trastorno mental frecuente, caracterizado especialmente por la presencia de tristeza, falta de autoestima, pérdida de interés o placer, culpa, desorden de apetito y sueño, cansancio y disminución de la concentración. Se estipula que afecta aproximadamente a más de 300 millones de personas alrededor del mundo (World Health Organization, 2020). Asimismo, el psicólogo Montes indica que los trastornos anímicos son afecciones psiquiátricas comunes que se caracterizan especialmente por la alteración constante del afecto, pudiendo ser este positivo o negativo. Además, considera la depresión como un trastorno emocional producto de la desesperación, tristeza, entre otros sentimientos (Montes, 2015).

Según Leka (2004), define al estrés como el conjunto de reacciones fisiológicas que preparan al organismo para la acción, siendo la consecuencia del desequilibrio entre las exigencias y presiones que enfrenta cada persona.

El estrés afecta a las personas durante toda su vida ante diferentes escenarios que se presentan en la actividad diaria. El estrés considerado un problema a nivel mundial (Bedoya- Lau, Matos y Zelaya, 2014), con afecciones psicológicas, físicas y de comportamiento. Según Apaza et al, (2020), menciona que el estrés se divide en etapas: elementos ambientales, familiares, aspectos laborales e interpersonales, que al combinarse con la pandemia del COVID 19 y adicionalmente con el confinamiento por las diferentes patologías o sintomatologías que son perjudiciales para la salud personal y general, agrava esta problemática.

Según Torales y col., manifiesta que la pandemia afecta a la salud, así tenemos el estrés, ansiedad, síntomas depresivos, alteración del ritmo cardíaco, negación, enojo y miedo. Las preocupaciones individuales y colectivas influyen en el comportamiento diario y en el desarrollo de sus actividades laborales. Los gobiernos en los diferentes países deben actuar con estrategias de prevención y toma de decisiones adecuadas para afrontar al COVID - 19 y evitar más fallecimientos, afecciones físicas

## Ansiedad, depresión y estrés en trabajadores: caso práctico

---

y mentales en el mundo. Según Granados (2020), establece que bajas puntuaciones en el síndrome de trastorno mental han afectado a la realización personal con efectos perjudiciales a la empresa. La depresión afecta negativamente al desempeño laboral y psicosocial, elevando el nivel de riesgo de padecer problemas de salud física y mental (Lynch, 2006).

El presente estudio plantea como hipótesis de investigación: Determinar los niveles de estrés, ansiedad y depresión de los trabajadores de la Empresa Pública - Empresa de Agua Potable y Alcantarillado Riobamba (EP-EMAPAR), a través de la aplicación del DASS-21, con la finalidad de aportar a la prevención de riesgos psicosociales provocados por la emergencia sanitaria de COVID - 19.

### **Método**

#### **Muestra y Población de estudio**

La población de estudio fue el personal técnico y administrativo de la Empresa Pública de Agua Potable y Alcantarillado Riobamba (EP-EMAPAR), con una población de investigación de 29 personas, por lo que no hubo necesidad de realizar muestreo.

#### **Metodología y/o instrumentos utilizados**

El Personal Técnico y Administrativo de la EP-EMAPAR, fueron encuestados con el test DASS 21, el cual fue creado para determinar los efectos negativos de depresión, ansiedad y estrés (Lovibond & Lovibond, 1995). Participaron de manera voluntaria y anónima, garantizando la confidencialidad de la misma. Una vez generado el test en Google Forms, se difundió el enlace al personal técnico y administrativo y se realizó la inducción mediante vía zoom acerca del proceso de llenado de la misma. La data fue recolectada en Google Drive, se procedió a descargar, codificarla y analizarla a través de la hoja electrónica Excel, con la finalidad de exportar al SPSS V24.

Se empleó el test DASS 21, el mismo que fue analizado mediante una prueba piloto para determinar la fiabilidad a través del Alpha de Cronbach y la confiabilidad por medio del Kaiser-Meyer-Olkin (KMO).

El test DASS 21 consta de 21 ítems en forma de afirmaciones. Estos enunciados se valoraron con una escala tipo Likert con 4 opciones de respuesta del (0-3), que son: 0= No se aplica a mí en absoluto;

Ansiedad, depresión y estrés en trabajadores: caso práctico

1= Me aplica un poco, o durante parte del tiempo; 2= Me aplica bastante, o durante una buena parte del tiempo; 3= Aplicado a mi o mucho más del tiempo.

**Cuadro No. 1** Escala de Valoración del test

VARIABLE	DEFINICIÓN	DIMENSIÓN	INDICADOR	ESCALA
<b>Síndrome de Trastorno Mental</b>	Escala validada para la clasificación de Depresión, Ansiedad y Estrés.	Depresión, Ansiedad y/o Estrés	1 = Normal 2 = Leve 3 = Moderado 4 = Severo 5 = Muy severo	Escala DASS-21
<b>Depresión</b>	Trastorno emocional caracterizado por la pérdida de la felicidad y desgano, que conlleva a un malestar interior y dificultando la interacción con el entorno	7 ítems valorados de 0 a 3 cada uno Máximo 21 puntos	1 = 0-4 puntos 2 = 5-6 puntos 3 = 7-10 puntos 4 = 11-13 puntos 5 = 14 o más puntos	Subescala de Depresión ( DASS-21): P5, P21, P10, P17, P16, P3, P13
<b>Ansiedad</b>	Trastorno emocional donde la persona experimenta	7 ítems valorados de 0 a 3 cada uno Máximo 21 puntos	1 = 0-3 puntos 2 = 4-5 puntos 3 = 6-7 puntos 4 = 8-9 puntos	Subescala de Ansiedad ( DASS-21): P19, P4, P20,



Ansiedad, depresión y estrés en trabajadores: caso práctico

	conmoción, intranquilidad, nerviosismo o preocupación	5= 10 o más puntos	P7, P9, P15, P2
<b>Estrés</b>	Estado de 7 ítems de cansancio mental provocado por la exigencia del rendimiento muy superior al normal	7 ítems valorados de 0 a 3 cada uno Máximo 21 puntos	Subescala de Estrés ( DASS-21): P6, P18, P11, P1, P12, P8, P14
		1 = 0-7 puntos 2 = 8-9 puntos 3 = 10-12 puntos 4 = 13-16 puntos 5=17 o más puntos	

Fuente: Elaboración Propia

### Diseño y Tipo de la Investigación

Es no experimental debido a que no se manipula las variables, se ve tal como se presenta el fenómeno, es de tipo transversal en un solo instante de tiempo, descriptivo para indagar al fenómeno tal como se manifiesta y se desea observar, donde se manifiesta una o más variables y también corresponde al método correlacional como es el test DASS 21, de campo puesto que utiliza las técnicas de observación y encuesta realizadas a una muestra determinada y aplicada.

### Escala de valoración del test DASS 21

El Síndrome de trastorno mental se valora de la manera siguiente:

## Ansiedad, depresión y estrés en trabajadores: caso práctico

**Cuadro No. 2** Escala de Valoración del Síndrome de Trastorno Mental

Escala	Valores
Normal	0 a 21
Leve	22 a 42
Moderado	43 a 64
Severo	65 a 86
Muy Severo	87 a 108

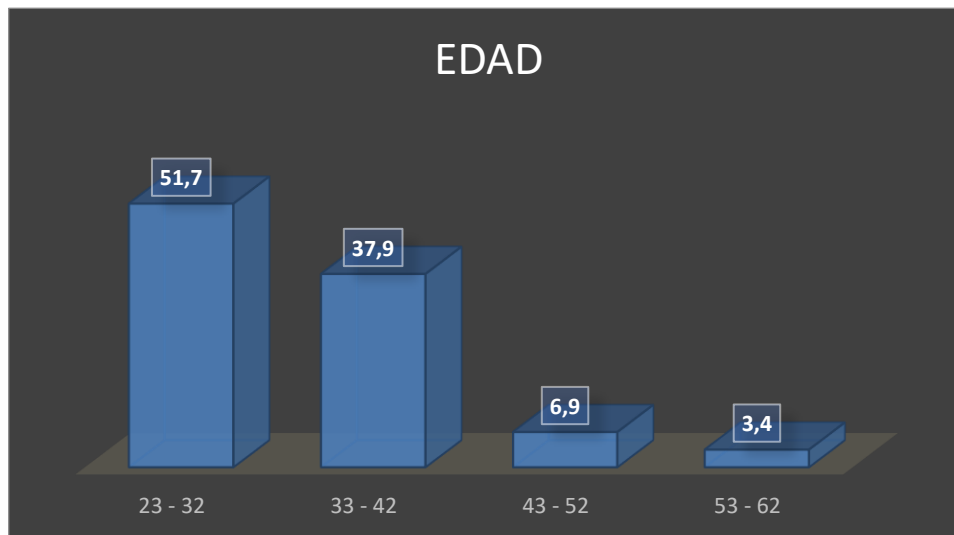
Fuente: Elaboración Propia

### Resultados y discusión

Los resultados de la investigación sobre el test de Ansiedad, depresión y estrés (DASS21) y las variables sociodemográficas en época de COVID 19, se muestran a continuación:

En la figura No.1, se presenta la edad de los trabajadores encuestados de la EP-EMAPAR:

**Figura No 1.** Edad de los trabajadores de la EP-EMAPAR



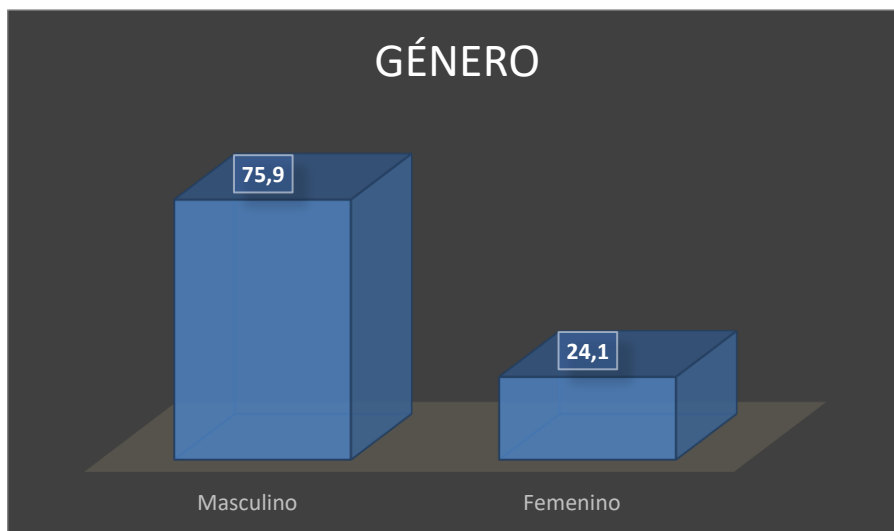
Fuente: Elaboración Propia

Al realizar el análisis de la edad agrupada de los trabajadores de la EP-EMAPAR tenemos: que 51.7 % se encuentra entre 23 a 32 años, 37.9 % de 33 a 42 años, 6.9 % entre 43 a 52 años y 3.4 % entre 53 a 62 años, indica que el personal que labora en la EP-EMAPAR es relativamente joven y es necesario formarlo para tener réditos para la empresa en índices de productividad.

Ansiedad, depresión y estrés en trabajadores: caso práctico

En la figura No. 2, se presenta el género de los trabajadores encuestados de la EP-EMAPAR:

**Figura No. 2** Género de los trabajadores de la EP-EMAPAR

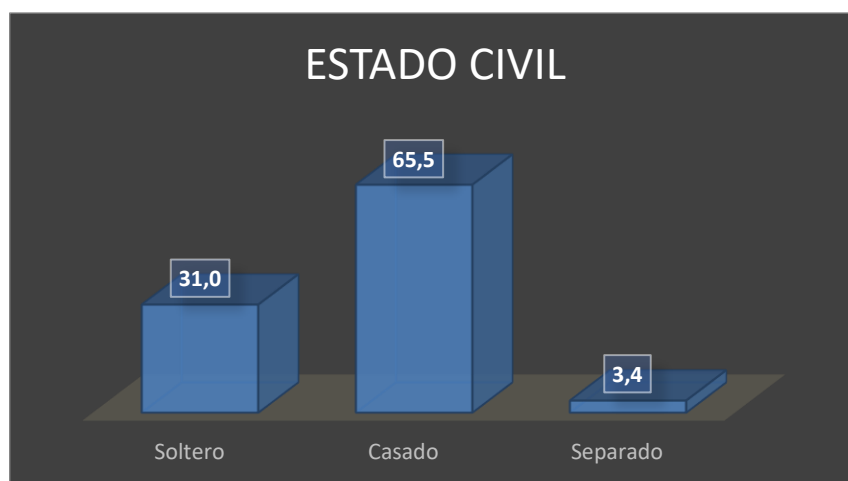


**Fuente:** Elaboración Propia

El género de los trabajadores encuestados de la EP-EMAPAR presenta los siguientes datos: 75.9 % son hombres y el 24.1% son mujeres, esto implica que no existe equidad de género en la Empresa Pública de Agua Potable Riobamba.

En la figura No. 3, se presenta el estado civil de los trabajadores encuestados de la EP-EMAPAR:

**Figura No. 3** Estado civil de los trabajadores de la EP-EMAPAR



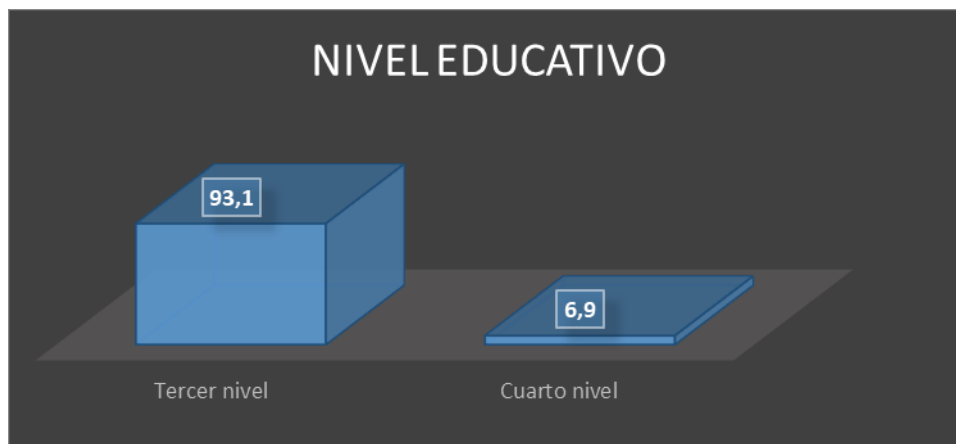
**Fuente:** Elaboración Propia

## Ansiedad, depresión y estrés en trabajadores: caso práctico

Referente al estado civil de los trabajadores de la EP-EMAPAR tenemos: el 31 % son solteros, 65.5 % Casados y 3.4 % son separados, siendo un grupo heterogéneo en cuanto a su forma de percibir su vida en familia y con un hogar.

En la figura No. 4, se presenta el nivel educativo de los trabajadores encuestados de la EP-EMAPAR:

**Figura No. 4** Nivel educativo de los trabajadores de la EP-EMAPAR

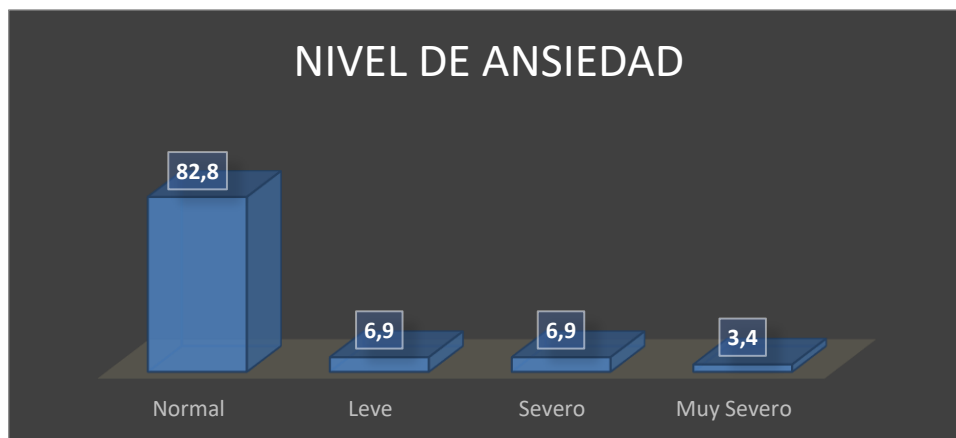


Fuente: Elaboración Propia

Referente al nivel de educación de los trabajadores de la EP-EMAPAR tenemos: el 93.1 % con formación de tercer nivel y 6.9 % de cuarto nivel, se puede ver que la formación con especialización es baja es, por ello es necesario incentivar a los trabajadores por la superación de cada uno.

En la figura 5, se presenta el nivel de ansiedad de los trabajadores encuestados de la EP-EMAPAR:

**Figura No. 5** Nivel de ansiedad de los trabajadores de EMAPAR



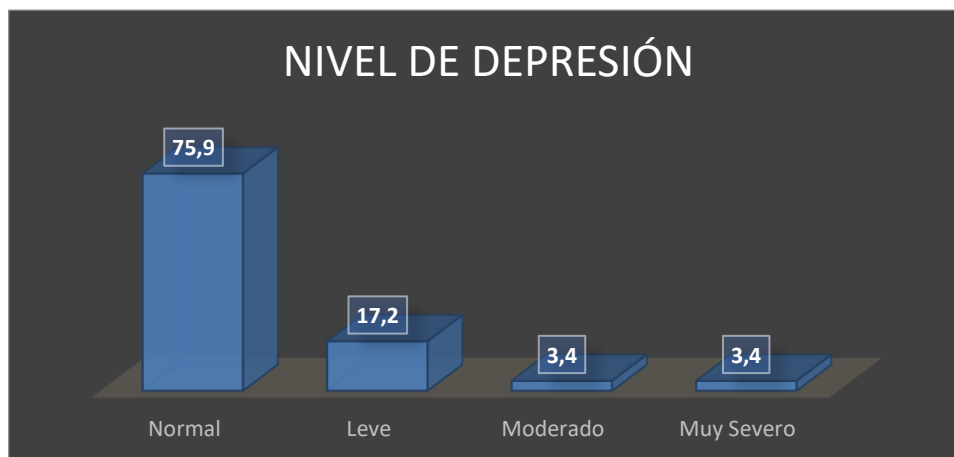
Fuente: Elaboración Propia

## Ansiedad, depresión y estrés en trabajadores: caso práctico

Al realizar el análisis de los niveles de ansiedad de los trabajadores de la EP-EMAPAR tenemos: 82.8 % es normal, 6.9 % leve, 6.9 % severo y 3.4 % muy severo, esto implica que existe un porcentaje mínimo pero significativo con niveles entre leve, severo y muy severo, que presentan síntomas físicos y mentales que afectan a la salud de los trabajadores y requieren atención inmediata por un especialista.

En la figura No. 6, se presenta el nivel de depresión de los trabajadores encuestados de la EP-EMAPAR:

**Figura No. 6** Nivel de depresión de los trabajadores de la EP-EMAPAR



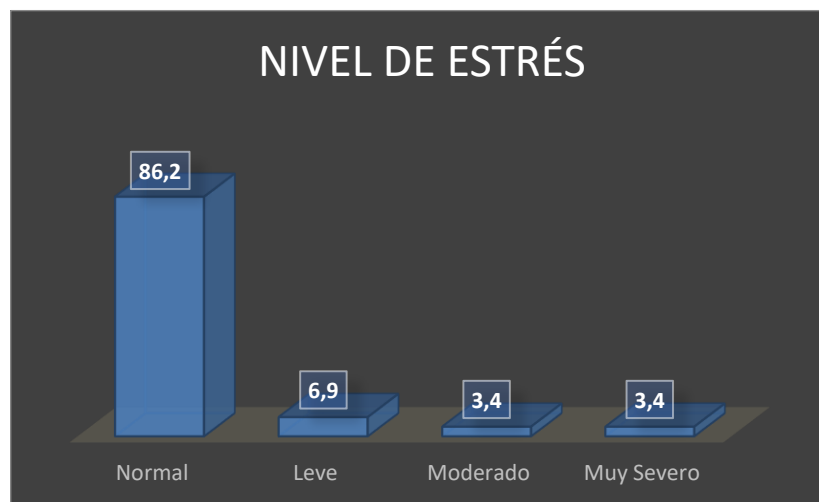
Fuente: Elaboración Propia

Referente a los niveles de depresión de los trabajadores de la EP-EMAPAR tenemos: 75.9 % normal, 17.2 % leve, 3.4 % moderado y 3.4 % muy severo, esto representa un porcentaje bajo pero significativo entre moderado y muy severo, que si los trabajadores no afrontan de manera adecuada pueden llevar a condiciones desfavorables como el: consumo de alcohol y otro tipo de sustancias que ocasionando inclusive el suicidio, por lo que se debe atender de manera especial para disminuir estos índices.

En la figura No. 7, se presenta el nivel de estrés de los trabajadores encuestados de la EP-EMAPAR:

## Ansiedad, depresión y estrés en trabajadores: caso práctico

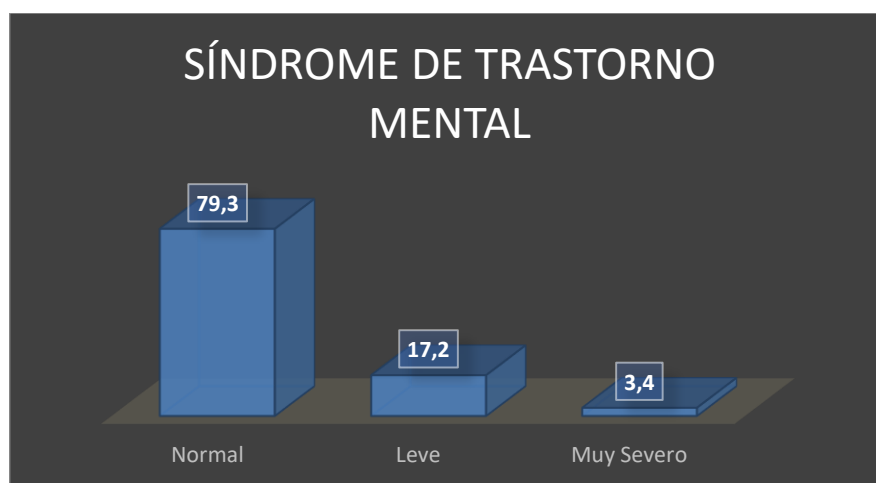
**Figura No. 7** Nivel de estrés de los trabajadores de la EP-EMAPAR



Fuente: Elaboración Propia

Referente a los niveles de estrés de los trabajadores de la EP-EMAPAR tenemos: 86.2 % es normal, 6.9 % leve, 3.4 % moderado y 3.4 % muy severo, significa que existe un porcentaje mínimo pero significativo de niveles moderado y muy severo de estrés, que requiere de atención y apoyo psicológico para que se pueda disminuir la afección tanto física como mental en los trabajadores, pensar en primeros auxilios psicológicos como es escuchar sobre el problema y apoyar al mismo. En la figura No. 8, se presenta el nivel del síndrome de trastorno mental de los trabajadores encuestados de la EP-EMAPAR:

**Figura No. 8** Nivel del síndrome de trastorno mental de los trabajadores de la EP-EMAPAR



Fuente: Elaboración Propia

### Ansiedad, depresión y estrés en trabajadores: caso práctico

Referente a los niveles del síndrome de trastorno mental de los trabajadores de la EP-EMAPAR tenemos: 79.3 % es normal, 17.2 % leve y 3.4 % muy severo, significa que existe un porcentaje mínimo pero importante de casos muy severos del síndrome, que estos trabajadores poseen ansiedad, depresión y estrés que de no tener apoyo psicológico puede generar graves consecuencias en su estado de salud física y mental, adicionalmente se debe implementar en la empresa un programa de Psicología Positiva que contribuyen a mejorar y a buscar el óptimo funcionamiento de las personas, grupos e instituciones como plantea (Gable & Haidt, 2005, p. 104).

En el cuadro No. 3, se presenta la prueba de fiabilidad del test del síndrome de trastorno mental aplicado a los trabajadores de la EP-EMAPAR

**Cuadro No. 3** Análisis de fiabilidad del test del síndrome de trastorno mental

<b>Estadísticas de fiabilidad</b>	
Alfa de Cronbach	N de elementos
0.949	21

Fuente: Elaboración propia

Al analizar la fiabilidad del test el Alpha de Cronbach del síndrome de trastorno mental es de 0.949, siendo fiable con nivel excelente para su aplicación en cualquier contexto que se desee aplicar.

En el cuadro No. 4, se presenta la prueba de confiabilidad del test del síndrome de trastorno mental aplicado en los trabajadores de la EP-EMAPAR

**Cuadro No. 4** Análisis de confiabilidad del test del síndrome de trastorno mental

<b>Prueba de KMO y Bartlett</b>			
Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo			0.909
Prueba de esfericidad de Bartlett	Aprox. Chi-cuadrado		687.399
	Gl		45
	Sig.		0.000

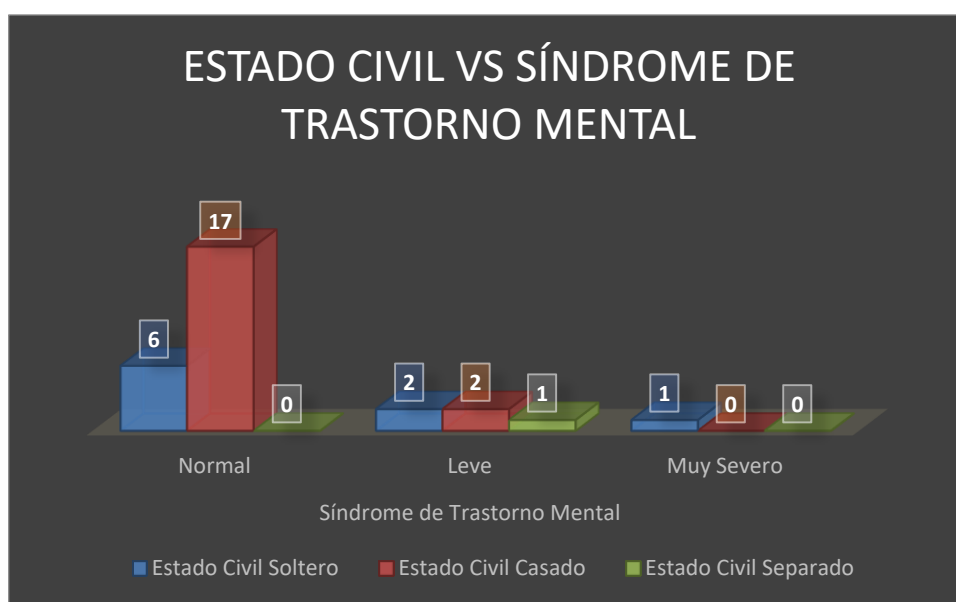
Fuente: Elaboración propia

## Ansiedad, depresión y estrés en trabajadores: caso práctico

Referente al KMO del test del síndrome de trastorno mental es de 0.909, el instrumento es confiable con un nivel muy bueno para la aplicación en ese entorno y cualquier otro entorno.

Una vez aplicado el test en el SPSS V24, se analizó la fiabilidad y confiabilidad siendo esta muy buena se puede subir el factor eliminando preguntas, las mismas que para este entorno no es necesario. En la figura No. 9, se presenta la correlación entre el estado civil y el nivel del síndrome de trastorno mental de los trabajadores encuestados de la EP-EMAPAR:

**Figura No. 9** Estado civil y nivel del síndrome de trastorno mental de los trabajadores de la EP-EMAPAR



Fuente: Elaboración propia

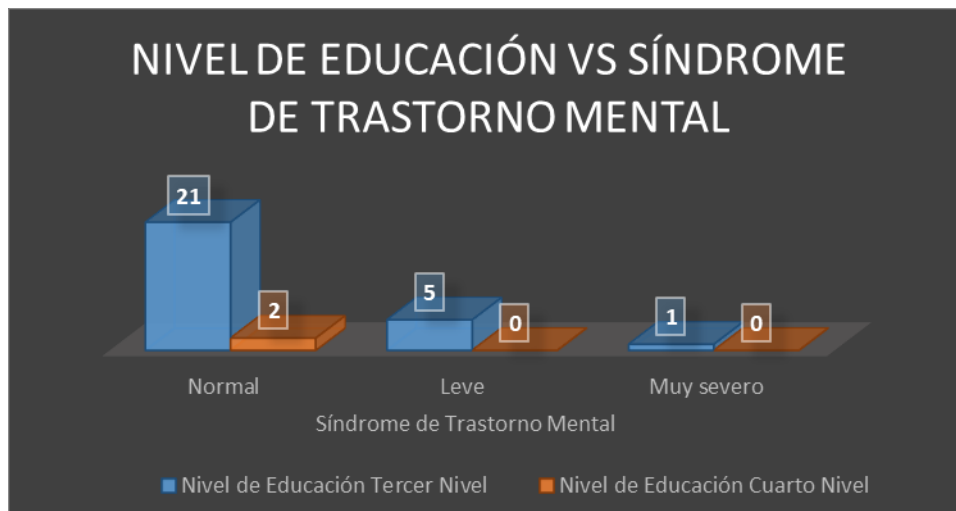
Referente a la correlación entre el estado civil y el Síndrome de trastorno mental en los trabajadores de la EP-EMAPAR tenemos: que el V de Cramer es de 0,172 esto significa que existe una relación entre variables baja, sin embargo, se puede observar que la frecuencia existe 1 caso en solteros con síndrome muy severo, así como en leve la frecuencia entre solteros y casados es de 2.

En la figura No. 10, se presenta la correlación entre nivel de educación y el síndrome de trastorno mental de los trabajadores encuestados de la EP-EMAPAR:



Ansiedad, depresión y estrés en trabajadores: caso práctico

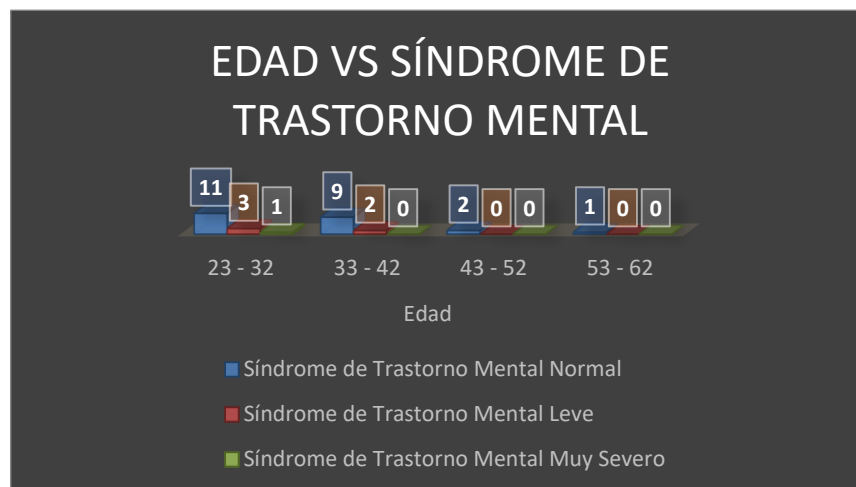
**Figura No. 10** Nivel de educación y síndrome de trastorno mental de los trabajadores de la EP-EMAPAR



Fuente: Elaboración propia

Referente a la correlación entre el nivel de educación y el Síndrome de trastorno mental en los trabajadores de la EP-EMAPAR tenemos: que el V de Cramer es de 0.139 esto significa que existe una relación entre variables baja, sin embargo, se puede observar que la frecuencia existe 1 caso de tercer nivel con síndrome muy severo, que preocupa debe ser derivado a atención con el especialista. En la figura No. 11, se presenta la correlación entre edad y el síndrome de trastorno mental de los trabajadores encuestados de EP-EMAPAR:

**Figura No. 11** Edad y síndrome de trastorno mental de los trabajadores de la EP-EMAPAR



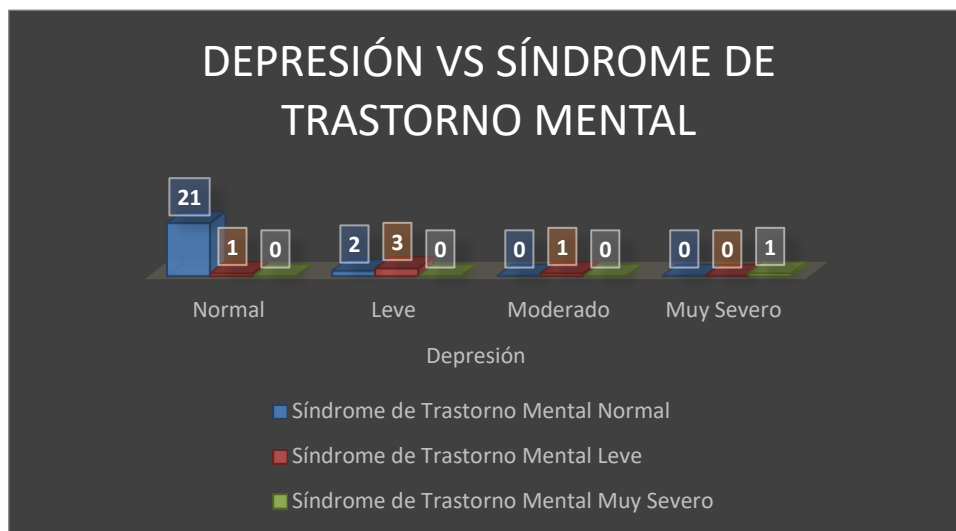
Fuente: Elaboración propia

## Ansiedad, depresión y estrés en trabajadores: caso práctico

Referente a la correlación entre la edad y el síndrome de trastorno mental en los trabajadores de la EP-EMAPAR tenemos: que el V de Cramer es de 0.174 esto significa que existe una relación entre variables baja, sin embargo, se puede observar que la frecuencia existe 1 caso en la edad de 23 a 32 años con síndrome muy severo, se puede observar que no existe un afrontamiento adecuado por parte del trabajador, por lo que requiere de apoyo.

En la figura No. 12, se presenta la correlación entre depresión y el síndrome de trastorno mental de los trabajadores encuestados de la EP-EMAPAR:

**Figura No. 12** Depresión y síndrome de trastorno mental de los trabajadores de la EP-EMAPAR



**Fuente:** Elaboración propia

Referente a la correlación entre depresión y el Síndrome de trastorno mental en los trabajadores de la EP-EMAPAR tenemos: que el V de Cramer es de 0.859 esto significa que existe una relación directa entre variables es alta, sin embargo, se puede observar que existe valores de frecuencia moderado y muy severo que deben analizarse para ayudarles a afrontarlos.

En la figura No. 13, se presenta la correlación entre la ansiedad y el Síndrome de trastorno mental de los trabajadores encuestados de la EP-EMAPAR:

Ansiedad, depresión y estrés en trabajadores: caso práctico

**Figura No. 13** Ansiedad y Síndrome de trastorno mental de los trabajadores de la EP-EMAPAR

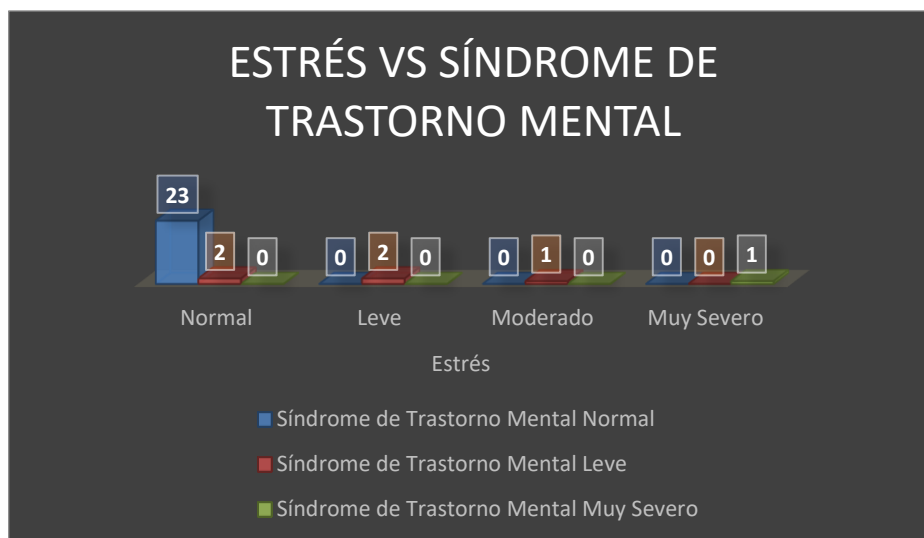


Fuente: Elaboración propia

Referente a la correlación entre ansiedad y el Síndrome de trastorno mental en los trabajadores de la EP-EMAPAR tenemos: que el V de Cramer es de 0.940 esto significa que existe una relación directa entre variables es alta, sin embargo, se puede observar que existe valores de frecuencia severo y muy severo que deben estudiarse para prevenir y apoyarles.

En la figura No. 14, se presenta la correlación entre el estrés y el Síndrome de trastorno mental de los trabajadores encuestados de la EP-EMAPAR:

**Figura No. 14** Estrés y Síndrome de trastorno mental de los trabajadores de la EP-EMAPAR



Fuente: Elaboración propia

## Ansiedad, depresión y estrés en trabajadores: caso práctico

---

Referente a la correlación entre el estrés y el Síndrome de trastorno mental en los trabajadores de la EP-EMAPAR tenemos: que el V de Cramer es de 0.881 esto significa que existe una relación directa entre variables es alta, sin embargo, se puede observar que existe valores de frecuencia moderado y muy severo que deben estudiarse para prevenir y apoyarles.

### Conclusiones

El Síndrome traumático de estrés, ansiedad y depresión detectado por medio del test DASS 21 permite comparar las variables sociodemográficas, las dimensiones del test, establecer los niveles de cada indicador con trastornos severos y muy severos, que deben ser atendidas con especialistas de la psicología o con primeros auxilios psicológicos y medidas preventivas técnicas, administrativas y de ingeniería.

Existe correlación baja entre las variables sociodemográficas y el síndrome de trastorno mental (DASS 21), es decir se concluye que no influyen o inciden en el síndrome, que depende de otros factores internos y externos que pueden ser producto de la EP-EMAPAR como clima organizacional, desempeño laboral, remuneraciones, conflictos interpersonales, entre otros a pesar de tener casos con niveles severos, por lo que se recomienda complementar con un estudio en el área de la organización del trabajo.

Las correlaciones entre las dimensiones del test DASS 21: ansiedad, depresión y estrés con respecto al síndrome de trastorno mental es alta como se evidencia con el V de Cramer estableciendo una relación directa entre ellas es decir que, si influyen, se puede concluir que a mayor valor de cualquiera de los indicadores aumenta directamente el síndrome o viceversa disminuye si cualquiera es menor en valor.

Se concluye que las hipótesis de investigación se ha demostrado ya que se cumplen y se determinan los niveles del síndrome de trastorno mental por medio del test DASS 21, permite establecer un análisis causa raíz del problema, compararlo con las variable sociodemográficas de los trabajadores y con estos valores dar solución de la problemática planteada, la presencia del COVID 19, confinamiento y otros causas provocadas por esta nueva realidad agrava las condiciones mentales y físicas que van mermando las capacidades del trabajador por el miedo que ellos tienen a contagiarse por el aparecimiento de nuevas cepas y a una no finalización de la pandemia.

## Referencias

1. Acuerdo Ministerial 135 del Ministerio del Trabajo (2017). Instructivo para el cumplimiento de las obligaciones de los empleadores públicos y privados.
2. Apaza, P., Cynthia, M., Seminario, R.S., y Santa-Cruz, J.E. (2020). Factores psicosociales durante el confinamiento por el COVID-19 – Perú. *Revista Venezolana de Gerencia*, 25(90).  
<http://www.redalyc.org/org/articulo.oa?id=29063559022>
3. APA. (2018). Ansiedad, depresión y estrés.  
<http://www.apa.org/centrodeapoyo/depresion.aspx>
4. Bedoya-Lau, F.N., Matos, L. J., y Zelaya, E.C. (2014). Niveles de estrés académico, manifestaciones
5. Psicósomáticas y estrategias de afrontamiento en alumnos de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima en el año 2012. *Rev. Neuropsiquiatría*, 77 (4), 262-270
6. Bedford J, Enria D, Giesecke J, Heymann DL, Ihekweazu C. WHO Strategic and Technical Advisory Group for Infectious Hazards. World Health Organization. COVID-19: Towards Controlling of a Pandemic. *Lancet*. 2020; 395(10229):1015–1018.
7. Browne, D. (2020, enero 11). Que saber sobre la ansiedad. Retrieved from MEDICAL NEWS TODAY: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/323454>
8. Cabezas-Heredia, E., Herrera-Chávez, R., Ricaurte-Ortiz, P., & Novillo Yahuarshungo, C. (2021). Depresión, Ansiedad, estrés en estudiantes y docentes: Análisis a partir de COVID 19. *Revista Venezolana de Gerencia*, 26(94), 603-622.  
<https://doi.org/10.52080/rvgluzv26n94.9>
9. Constitución de la República del Ecuador (2008). Registro oficial 449 del 20 de octubre del 2008. Art. 326. Numeral 5.
10. Decreto Ejecutivo 2393 (1986): Reglamento de Seguridad y Salud de los Trabajadores y Mejoramiento del Medio Ambiente de Trabajo, Ecuador, 1986.
11. F.L. Lynch, G.N. Clarke. Estimating the economic burden of depression in children and adolescents. *American Journal of Preventive Medicine*, 31 (2006), pp. 143-151
12. Gable, S.L. & Haidt, J. (2005). What (and why) is positive psychology? *Review of General Psychology*, 9, 103-110.

Ansiedad, depresión y estrés en trabajadores: caso práctico

---

13. Granados, L., Aparicio, M.P., Fernández, A., y García, J.M.(2020). Depresión, ansiedad y estrés y su relación con el burnout en profesorado no universitario. *Espacios*. Volumen (41), página 30. Recuperado de: <https://www.revistaespacios.com/a20v41n30/a20v41n30p11.pdf>
14. Gómez Restrepo C. Trastornos Afectivos: Trastornos Depresivos. In Restrepo G, Bayona H, Urreño R. *PSIQUIATRÍA CLÍNICA*. Diagnóstico y tratamiento en niños, adolescentes y adultos. Bogotá: Editorial Médica PANAMERICANA; 2008. p. 303-3016.
15. Guerra, M. (2017). Ansiedad. Retrieved from Recuperado de <https://mariangelaguerra.com.br/ansiedad/#:~:text=La%20ansiedad%20es%20la%20reac,ci%C3%B3n,la%20ansiedad%20es%20una%20enfermedad>.
16. Hawryluck L, Gold WL, Robinson S, Pogorski S, Galea S, Styra R. SARS control and psychological effects of quarantine, Toronto, Canadá. *Emerg Infect Dis*. 2004; 10(7):1206-1212.
17. Holland, K. (2020, septiembre 3). Todo lo que necesita saber sobre la ansiedad. Retrieved from Healthline: <https://www.healthline.com/health/anxiety>
18. J.K. Fox, L.F. Halpern, J.L. Ryan, K.A. Lowe. Stressful life events and the tripartite model: Relations to anxiety and depression in adolescent females, *Journal of Adolescence*, 33 (1) (2010), pp. 43-54
19. Leka, S., Griffiths, A., & Cox, T. (2004). La organización del trabajo y el estrés. Retrieved from Organización Mundial de la Salud: [https://www.who.int/occupational\\_health/publications/pwh3sp.pdf?ua=1](https://www.who.int/occupational_health/publications/pwh3sp.pdf?ua=1)
20. Lovibond P.F., Lovibond. S.H The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales ( DASS) with the Beck. Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33 (1995), pp. 335-343.
21. Montes, C. (2015). La Depresión y su Etiología: Una Patología Compleja.
22. OMS. (2016). La inversión en el tratamiento de la depresión y la ansiedad tiene un rendimiento del 400% (Comunicado de prensa conjunto: OMS | Banco Mundial). <http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2016/depression-anxiety-treatment/es/>
23. OMS. (2017). Depresión, from <http://www.who.int/topics/depression/es/>
23. Selye, H. (1952). The evolution of the stress concept. *American scientist*, 1, 962-693.
24. Sierra, J., Ortega, V., y Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar.

Ansiedad, depresión y estrés en trabajadores: caso práctico

---

25. Revista Malestar y Subjetividad, 3 (1). <https://bit.ly/3ewdFuS>
26. Torales J, O'Higgins M, Castaldelli - Maia JM, Ventriglio A. The outbreak of COVID - 19 coronavirus and its impact on global mental health. *Int J Soc Psychiatry*. 2020; 20764020915212. Doi: 10.1177/0020764020915212.
27. Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., y Ho, CS, et al, (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *Int. J, Environ Res Public Health*, 17, 17- 29.
28. World Health Organization. (2020, marzo 18). Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak. Retrieved from World Health Organization: [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331490/WHO-2019-nCoV\\_MentalHealth-2020.1-eng.pdf](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331490/WHO-2019-nCoV_MentalHealth-2020.1-eng.pdf)

©2022 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).