

<https://doi.org/10.69639/arandu.v12i2.932>

Estrés laboral y sentido de vida en empleados públicos de Salcedo

Work-related stress and sense of life among public employees of Salcedo

Yadira Alexandra Lascano Saavedra

yadira.lascano@unach.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-6747-3908>

Universidad Nacional de Chimborazo

Chimborazo - Riobamba- Ecuador

Lilian Verónica Granizo Lara

lvgranizo@unach.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0003-2398-6565>

Universidad Nacional de Chimborazo

Chimborazo - Riobamba – Ecuador

Artículo recibido: 10 marzo 2025- Aceptado para publicación: 20 abril 2025

Conflictos de intereses: Ninguno que declarar

RESUMEN

El ámbito laboral constituye un componente fundamental en la vida de las personas, independientemente de la actividad que desempeñen, proporcionando un medio económico de sustento y contribuyendo al desarrollo de un sentido de vida, a través de logro de metas, asunción de retos y responsabilidades. El objetivo de este estudio fue analizar la relación entre el estrés laboral y el sentido de vida de los empleados públicos, con una muestra de 180 trabajadores del Gobierno Autónomo Descentralizado del Cantón Salcedo, los cuales fueron evaluados con la Escala de Estrés percibido (PSS) y el Inventario de Sentido de vida (PIL). Se trata de una investigación de corte transversal, no experimental y de alcance correlacional. Entre los resultados principales se encuentra que la mayor parte de los evaluados presentan un alto nivel de estrés y una ausencia de sentido de vida, identificando la correlación entre las variables de estudio, así como el estrés percibido y sentido de vida con el cargo que ocupan dentro de la institución. La investigación proporciona datos relevantes que pueda orientar en el diseño de planes de acción y programas de prevención enfocados en la promoción del bienestar en esta población.

Palabras clave: estrés, sentido de vida, empleados públicos, bienestar

ABSTRACT

The workplace is a fundamental component of people's lives, regardless of their occupation, providing an economic means of support and contributing to the development of a sense of life through goal achievement and the assumption of challenges and responsibilities. The objective of

this study was to analyze the relationship between work-related stress and sense of life in life among public employees. This study used a sample of 180 employees from the Decentralized Autonomous Government of Salcedo Canton. These employees were assessed using the Perceived Stress Scale (PSS) and the Meaning in Life Inventory (PIL). This was a cross-sectional, non-experimental, correlational study. The main results showed that most of those assessed presented high levels of stress and a lack of sense of purpose in life. A correlation was identified between the study variables, as well as perceived stress and sense of purpose, and their positions within the institution. The research provides relevant data that can guide the design of action plans and prevention programs focused on promoting well-being in this population.

Keywords: stress, meaning in life, public employees, well-being

Todo el contenido de la Revista Científica Internacional Arandu UTIC publicado en este sitio está disponible bajo licencia Creative Commons Attribution 4.0 International. 

INTRODUCCIÓN

Actualmente, el estrés es una problemática significativa debido a las transformaciones en los estilos de vida, y al aumento de las exigencias sociales y laborales, lo que implica una exposición constante a estímulos que provocan una sobrecarga tanto cognitiva como emocional. Para lo cual se debe entender que el estrés es una respuesta natural del organismo ante la adaptación a cambios en su entorno que pueden ser percibidas como desafiantes o amenazantes, si su exposición es prolongada puede generar efectos negativos en la salud en el área física y mental. Además, desde una perspectiva psicobiológica, el estrés es categorizado en eustrés y diestrés. El Eustrés considerado como un estrés positivo que permite la activación óptima de la persona facilitando el desempeño y la adaptación, mientras que el diestrés se asocia a una sobrecarga emocional y fisiológica siendo perjudicial para el desempeño personal. (Leka & Nicholson, 2019; Pérez, 2019)

Una de las principales problemáticas en el ámbito organizacional siendo relevante conocer sobre el estrés laboral, que es el resultado de una exposición prolongada a condiciones de trabajo adversas, afectando a toda la población trabajadora sin distinción de rango ni categoría profesional. En este sentido, desde enero de 2022, la Organización Mundial de Salud (OMS) incluyó el síndrome de agotamiento o estrés laboral en la Clasificación Internacional de Enfermedades, reconociendo como una condición que reduce la productividad y afecta tanto a los empleados como a las organizaciones, lo que genera pérdidas económicas y afecta el bienestar del trabajador, su entorno familiar y la productividad del país. (Deliacir Cuzquen Yocya et al., 2022; Ruiz et al., 2023)

Por otro lado, el sentido de vida es un constructo psicológico fundamental que ha sido asociado con el bienestar, la resiliencia y la salud mental. Lo cual está vinculado con la búsqueda de autorrealización personal y la satisfacción general con la vida. Este concepto implica la implementación de proyectos y metas con un propósito definido, lo que permite el desarrollo personal y profesional. Diversos estudios han demostrado que un alto sentido de vida se encuentra asociado con mayores niveles de satisfacción y un menor porcentaje de incidencia en la presencia de trastornos emocionales, generando una adaptación positiva ante el estrés y ante diferentes adversidades. (Bermejo Fernández-Nieto, 2024; Correa Arias & Caro Beltrán, 2023)

Se puede señalar que el sentido de vida este marcado por constantes cambios sociales y por las exigencias individuales, cobrando así una especial relevancia comprendiendo sus determinantes y el impacto que genera en el bienestar, a su vez permite desarrollar estrategias de intervención efectivas para fortalecerlo y prevenir estados de crisis existenciales.(Fernández-Nieto, 2024; Thi Huong Van et al., 2020)

Cabe destacar que el estrés laboral es un fenómeno global que afecta a miles de trabajadores impactando negativamente en su salud física, emocional y en su desempeño laboral. En los países

de alto desarrollo como Estados Unidos y Europa, se relaciona al estrés laboral con largas jornadas de trabajo, alta competitividad y poca autonomía en el trabajo, aumentando el riesgo de trastornos psicosociales como el agotamiento y la depresión. (OMS, 2024)

A nivel de Latinoamérica, la inestabilidad económica, la crisis laboral, la falta de acceso a servicios de salud mental y la desigualdad social aumenta los niveles de estrés. Estudios realizados en México, Brasil y Argentina muestran que factores como la inestabilidad laboral, sobrecarga de trabajo, bajas remuneración son los desencadenantes del estrés y crisis existenciales. (Salazar et al., 2022)

En Ecuador, las dinámicas del sistema educativo, el área laboral y el sistema comunitario impacta en la percepción del sentido de vida, donde el estrés laboral y académico juegan un rol importante. Considerando que, en el ámbito laboral, la sobrecarga, salarios bajos y la inestabilidad afectan a la motivación y a la percepción del sentido vital de los trabajadores ecuatorianos. Además de analizar los factores individuales como son las estrategias de afrontamiento, las redes de apoyo y experiencias personales, siendo determinantes para entender como la persona percibe y gestiona el estrés y su sentido de vida. Sin embargo, en el país, la salud mental aun sigue siendo un tema con barreras significativas de acceso y estigmatización, lo que dificulta el desarrollo de recursos psicológicos adecuados para afrontar el estrés y fortalecer el propósito de vida en las personas. (INEC, 2022)

Además, en el cantón salcedo los empleados municipales son quienes desempeñan un papel fundamental en la gestión y prestación de servicios públicos, enfrentándose día con día a una serie de desafíos laborales que pueden afectar su bienestar psicológico y su percepción del sentido de vida. Por lo tanto, dentro de la estructura del Gobierno Municipal, cada trabajador debe cumplir con múltiples responsabilidades ya sean administrativas u operativas, y varias veces la realizan bajo condiciones de alta exigencia, con recursos limitados y una fuerte presión social y política.

En este contexto, el estudio sobre el estrés laboral y el sentido de vida en empleados públicos del Gobierno Autónomo Descentralizado Municipal de Salcedo, es relevante debido al impacto que estas variables tienen en el bienestar psicológico y en la productividad laboral. Como se ha señalado, el estrés laboral es una problemática organización que afecta la salud mental y física de los trabajadores, generando consecuencias negativas tanto a nivel individual como institucional.

En este sentido, comprender como el estrés influye en la percepción del sentido de vida permitirá identificar los factores protectores y de riesgo que inciden en el desarrollo personal y profesional. Sin embargo, la relación entre las variables no ha sido ampliamente estudiadas, lo que hace necesario generar evidencia para que se realice estrategias de intervención orientadas a la promoción de la salud mental en el ámbito laboral. Por lo cual, la presente investigación tiene como objetivo principal es relacionar el estrés laboral y el sentido de vida en empleados públicos, con la finalidad de contribuir un conocimiento científico en el área de la psicología y salud

ocupacional, además de brindar información relevante para que las autoridades puedan formular programas de bienestar dirigidos a mejorar la calidad de vida de los empleados municipales.

MATERIALES Y MÉTODOS

La presente investigación es de enfoque cuantitativo y alcance descriptivo con un diseño transversal de tipo correlacional. Se conto con una base de datos recogida entre diciembre 2024 a febrero 2025, correspondiente a trabajadores con cargos administrativos y operativos del Gobierno Autónomo Descentralizado del Cantón Salcedo, los cuales fueron evaluados por el departamento de salud ocupacional área de psicología, los resultados son de 180 trabajadores.

Para el presente estudio se utilizaron los siguientes instrumentos psicométricos:

La escala de estrés percibido (PSS), siendo diseñada para evaluar el nivel de estrés laboral consta de 14 ítems o afirmaciones, este cuestionario mide la percepción del estrés psicológico, la medida en que las situaciones de la vida cotidiana se aprecian como estresantes. Este instrumento usa una escala de valoración tipo Likert, consta con cinco opciones de respuesta: “nunca”, “casi nunca”, “de vez en cuando”, “muchas veces” y “muy a menudo” calificándose de cero a cuatro. No obstante, los ítems 4,5,6,7 ,9, 10 y 13 se califican de manera invertida o reversa. La eficacia de este instrumento es bastante alta, según una validación realizada con población hispanohablante, se obtuvo un coeficiente de Alfa de Cronbach de 0.84 lo que sugiere que la presente escala tiene una estructura consistente y adecuada que permite evaluar el estrés percibido. (Jorquera & Guerra, 2023)

El inventario de sentido de vida – PIL, desarrollado por Crumbraugh y Maholick en (1969), está formada por 20 ítems, donde el sujeto se sitúa a sí mismo en una escala de valoración tipo Likert del 1 al 7 entre dos sentimientos extremos, dividida en 4 factores que son: factor 1- percepción de sentido incluyendo la captación de razones y motivos para vivir, calificando las preguntas 4,6,9,10,11,12,16,17,20; el factor dos – experiencia de sentido que aborda el sentir de la existencia personal y la vivencia del día a día mediante las preguntas 1,2,5,9,17,19,20; el factor 3 – metas y tareas, haciendo referencia a la posesión de objetivos ligado a acciones de la vida calificando mediante las preguntas 3,7,8,13,17,19,20 y el último factor asociado a Dialéctica destino y libertar, en relación a la tensión entre la libertad y el destino en la vida del hombre y el afrontamiento de la muerte como un destino que es inevitable obteniendo un puntaje mediante las preguntas 14, 15, 18.(Martínez Ochoa, 2019) La calificación del test es mediante la suma de los valores numéricos que el sujeto selecciona. Las puntuaciones pueden oscilar entre 20 y 140 puntos. Este instrumento tiene una alta consistencia interna con una excelente fiabilidad, mostrando un alfa de Cronbach entre un 0.86 a un 0.92. (Armas Arráez et al., 2018)

Descripción de la muestra

La muestra fue seleccionada mediante diseño no probabilístico por conveniencia. En base a un acceso de los investigadores a los participantes potenciales, se invitó a 420 empleados del

Gobierno Descentralizado Municipal del cantón Salcedo en Ecuador. Los participantes tenían entre 20 a 69 años. Los participantes fueron reclutados de manera voluntaria y firmando el consentimiento informado. Sin otorgar ninguna compensación por participar en el estudio. Se Evaluó mediante la Escala de estrés percibido (PSS) y el Test de Sentido de vida (PIL).

Procedimiento

El presente estudio se realizó bajo los lineamientos de la última declaración de Helsinki para investigaciones en seres humanos, por lo cual la recolección de información se realizó con base a los principios éticos de autonomía y confidencialidad.

Para obtener los datos, se envió una solicitud a la Alcaldía del Gobierno Autónomo Descentralizado del Cantón Salcedo, solicitando que el psicólogo que se encuentra en el área de seguridad ocupacional, facilite los datos que fueron previamente evaluados.

Implicaciones éticas

La recolección de la información se realizó con base a los principios éticos de autonomía y confidencialidad

Análisis estadístico

Los resultados obtenidos de la aplicación del PSS y PIL se consolidaron en un documento Excel, la cual se codifico, filtro y depuro la información, se trasladó la matriz al programa SPSS versión 22, para realizar el análisis cuantitativo, se procedió a realizar pruebas de normalidad, análisis descriptivos y correlacionales, se estableció un valor de significancia de 0.5

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En la muestra predomina el género femenino (53,3%), en un rango de edad de 30 a 39 años (37.2%), mayormente casados (37.8%). En cuanto a la educación la mayoría tiene un título de tercer nivel (58.9%) (Tabla 1).

Tabla 1

Variables sociodemográficas

Variables		Frecuencia	Porcentaje
Genero	Femenino	96	53,3
	Masculino	84	46,7
Edad	20 a 29 años	44	24,4
	30 a 39 años	67	37,2
	40 a 49 años	50	27,8
	50 a 59 años	17	9,4
	60 a 69 años	2	1,1
Estado civil	Soltero	65	36
	Casado	68	37,8
	Divorciado/separado	14	7,8

	En una relación	18	10,0
	Unión libre	10	5,6
	Viudo	5	2,8
Nivel	Bachiller	40	22,2
académico	Tercer Nivel	106	58,9
	Cuarto nivel (Maestría)	32	17,8
	PhD	2	1,1

Los resultados muestran que la mayoría de los participantes experimentan altos niveles de estrés (46.7%), al ser recopilados en un ambiente laboral, los hallazgos sugieren que factores como sobrecarga de trabajo, presión laboral y falta de control sobre las tareas, están contribuyendo a este nivel de estrés percibido. El análisis descriptivo del estrés percibido, según los resultados muestra que de 180 participantes mostro una puntuación mínima de 1 y máxima de 4, ($X = 2.77$, $DE = 0.763$). esto indica un nivel moderado de estrés percibido en la población evaluada, con una dispersión relativamente baja, sugiriendo una homogeneidad en las respuestas (Tabla 3 y Tabla 4).

Tabla 2

Nivel de estrés percibido

Niveles de estrés	Frecuencia	Porcentaje
Bajo nivel de estrés	6	3,3
Moderado nivel de estrés	60	33,3
Alto Nivel de estrés	84	46,7
Estrés severo	30	16,7

Tabla 3

Estadística descriptiva estrés

	Min	Max	Media	Desv. estándar
Estrés	1	4	2,77	,763

En cuanto a la segunda variable sobre el sentido de vida, considera 4 variables, se evidencia que el 43,3% de los participantes reportan una ausencia de sentido de vida y en el termino de dimensiones, la media más alta ($X = 39.85$, $DE = 14.4$) se relaciona con la percepción de sentido razones y motivos para vivir (Tabla 4 y Tabla 5).

Tabla 4

Estadísticos descriptivos sentido de vida

Sentido de vida	Frecuencia	Porcentaje
Ausencia de sentido de vida	78	43,3
Zona intermedia o indefinición del sentido de vida	29	16,1
Presencia de sentido de vida	73	40,6

Tabla 5*Estadísticos descriptivos de las dimensiones de sentido de vida*

Dimensiones de sentido de vida	Min	Max	Media	Desv. estándar
Percepción de sentido	14	61	39,85	14,400
Experiencia de sentido	7	49	29,29	14,178
Metas y tareas	7	49	33,13	13,689
Dialéctica destino y libertad	3	21	13,13	5,783

En el análisis de correlación de Pearson muestra una correlación negativa significativa entre el estrés y el sentido de vida ($r = -0.687$, $p < 0.001$), indicando que a mayor nivel de estrés menor es la percepción de sentido de vida (Tabla 6).

Tabla 6*Correlación entre las variables*

Variables	Sentido de vida
Estrés	-.687**

Se muestra una distribución diferenciada de los niveles de estrés percibido según el cargo ocupacional dentro de la institución. Según se observan es más prevalente el estrés severo en el grupo operativo de (35,3%) mientras que el administrativo presenta un 9,3%. Además, el nivel moderado y alto de estrés son frecuentes en el personal administrativo con un 34,1% y 53,5% respectivamente además según la prueba de Chi-cuadrado de Pearson ($\chi^2 = 19.511$, $gl = 3$, $p < .001$) evidenciando una asociación estadística significativa entre el nivel de estrés percibido y el cargo u ocupación dentro de la institución, con una asociación lineal significativa ($p = .032$), lo que sugiere una tendencia creciente de estrés en función del tipo de ocupación. (Tabla 7)

Tabla 7*Asociación entre estrés y cargo*

Variables	Cargo				Total	%
	Administrativo	% Adm	Operativos	% oper		
Bajo nivel de estrés	4	3.1%	2	3.9%	6	3.3%
Moderado nivel de estrés	44	34.1%	16	31.4%	60	33.3%
Alto nivel de estrés	69	53.5%	15	29.4%	84	46.7%
Estrés severo	12	9.3%	18	35.5%	30	16.7%
Total	129	71.7%	51	28.3%	180	100%

Se observa una distribución del sentido de vida según su cargo ocupacional, mostrando que la ausencia de sentido de vida es más frecuente en ambos grupos, especialmente en el personal administrativo (40.3%) y operativo (51,0%). Según la prueba de Chi-cuadrado de Pearson ($\chi^2 =$

10,547, $gl = 2$, $p = .005$), indica una asociación estadísticamente significativa entre el nivel de sentido de vida y cargo ocupacional con una razón de verosimilitud significativa de ($p < .001$), reforzando esta asociación (Tabla 8)

Tabla 8

Asociación entre estrés y cargo

Variables	Cargo				Total	%Total
	Administrativo	% Adm	Operativos	%ope		
Ausencia de sentido de vida	52	28.9%	26	14.4%	78	43.3%
Zona intermedia o indefinición del sentido de vida	28	15.6%	1	0.6%	29	16.1%
Presencia de sentido de vida	49	27.2%	24	13.3%	73	40.6%
Total	129	71.7%	51	28.3%	180	100%

El estrés laboral es una preocupación creciente en el ámbito organizacional, debido a los efectos negativos que puede causar en la persona como es en su salud física, emocional y en el desempeño de los empleados. Este estudio explora la relación entre el estrés laboral y el sentido de vida en los trabajadores del Gobierno Autónomo Descentralizado municipal de Salcedo, mediante el uso de la escala de estrés percibido (PSS-14) y el inventario de Sentido de Vida (PIL), observando la presencia de altos y severos niveles de estrés en empleados de estado civil solteros, correlacionando de manera significativa con una percepción mejor en el sentido de vida, según la tabla 5 de las correlación de las variables resaltando la importancia de abordar el bienestar psicológico en los entornos laborales.

Además, la escala de estrés percibido permite evaluar el estrés en poblaciones diversas, incluyendo los ambientes laborales, contando con un alta eficacia y validez psicométrica. Considerando que el estrés percibido no solo refleja las demandas objetivas del entorno, sino como la persona las pueda interpretar, lo que lo convierte en un indicador relevante dentro del presente estudios pues permite analizar el impacto del estrés en el bienestar de los empleados públicos. (Mejia et al., 2019) Según un estudio realizado sobre la validación de la escala de estrés percibido en la población hispanohablante sugiere que esta herramienta es adecuada para evaluar el estrés en contextos laborales. (Baik et al., 2017)

Sobre la incorporación del sentido de vida, en la presente investigación resulto ser una parte fundamental, siendo un constructo que asocia el bienestar psicológico, la resiliencia y la salud mental. Según la teoría de Viktor Frankl sobre la motivación humana, explicando que el alto sentido de vida está relacionado con la capacidad de afrontar el estrés de una manera efectiva, ya que las personas con un propósito de vida con metas y claro tienen den a experimentar menos

niveles de estrés y ansiedad. En este contexto los empleados municipales de Salcedo, según el estudio se evidencia que aquellos con niveles de estrés severo o elevado reportan un menor sentido de vida, correlacionando y analizando así el objetivo general de esta investigación. Este hallazgo es consistente con investigaciones previas que sugieren que la presencia de un estrés crónico disminuye la percepción de propósito y de satisfacción en la vida. (Negrete & Martinez, 2024)

La correlación negativa que se presenta entre el estrés y el sentido de vida en este estudio se alinea con los resultados de otras investigaciones que demuestran que el estrés severo puede disminuir la percepción del control y, por ende, la capacidad de las personas para encontrar un propósito de vida significativo. Además de considerar que la sobrecarga de trabajo, las jornadas laborales que sobrepasa el horario y la presión laboral, factores observados en la muestra de este estudio, lo que contribuye en que los individuos tengan una menor manera de bienestar emocional y disminuyendo el sentido de vida, produciendo en los empleados públicos un desinterés por las actividades que desempeña en la vida diaria. (Valle & Casella, 2020)

En este contexto específico, se determina que los factores socioeconómicos y las condiciones laborales, como la inestabilidad económica, falta de plazas de trabajo, son determinantes que influyen en la percepción de estrés dentro del lugar de trabajo y el sentido de vida de los empleados. (Ramos, 2019) Los resultados de este estudio muestran que la mayor parte de empleados del Gobierno Descentralizado del Municipio de Salcedo experimentan altos niveles de estrés. Estos datos muestran que los empleados solteros tienen a tener un estrés elevado y lo que influye a un sentido de vida negativo carente de metas y objetivos personales, además de estar relacionado con factores como la falta de redes de apoyo social y emoción. Por lo cual estos hallazgos refuerzan la importancia de no solo abordar el estrés laboral, sino también fomentar un sentido de comunidad y hacer a los empleados partícipes de buscar y tener propósitos a corto, mediano y largo plazo permitiendo así una mejor autorrealización personal. (Sousa et al., 2021)

Estos resultados ponen en manifiesto la necesidad de implementar programas de apoyo emocional y psicológico dentro de la institución, fortaleciendo la cohesión entre todos los empleados, siendo importante que las instituciones públicas reconozcan la importancia de un equilibrio entre la vida laboral y personal, permitiendo que los empleados puedan disfrutar de su tiempo libre de manera adecuada lo que les permita recargar energías y mantener relaciones saludables aumentando la productividad y la satisfacción general en el trabajo.

Limitaciones

Una de las limitaciones en la investigación es el tipo de muestreo utilizado, dado que fue de tipo no probabilístico por conveniencia, lo cual restringe la generalización de los resultados a otras poblaciones fuera del Gobierno Autónomo Descentralizado Municipal de Salcedo. Además de requerir más datos específicos como: estilos de afrontamiento antecedentes de salud mental, personal con contrato o nombramiento, horas de trabajo, horas extras, intentos de suicidio, etnia, relaciones interpersonales, personalidad, resiliencia, estos aspectos pudieron aportar al estudio.

Además, se pudo presentar un sesgo en la información recogida puesto que la evaluación se realizó como parte del área de Psicología de Salud Ocupacional dispuesto por las autoridades de la institución.

Implicaciones clínicas

La presente investigación aporta en el área de salud mental y organizacional, evidenciando problemáticas presentes dentro del contexto laboral al que se enfrentan los empleados públicos, ya que, por las exigencias y la carga laboral, requiere programas de prevención y atención psicológica, ajustando a las necesidades de la institución, los cuales pueden ser guiados con los resultados obtenidos.

CONCLUSIONES

Los resultados obtenidos en la investigación es la evidencia de una relación inversamente proporcional entre el estrés laboral y el sentido de vida de los empleados municipales del Gobierno Autónomo Descentralizado de Salcedo, con una alta prevalencia de estrés severo y la significativa ausencia de sentido de vida reflejando la vulnerabilidad de esta población a factores psicosociales adversos en el entorno laboral. Con una correlación negativa significativa ($r = 0.687$, $p < 0.001$) sugiriendo que, a mayor estrés percibido en lo laboral, menor percepción de sentido de vida, lo que impacta en la estabilidad emocional y motivación de los empleados.

Así mismo, el análisis sociodemográfico destaca que ciertos grupos poblacionales, como los empleados con un estado civil de solteros y aquellos con una menor estabilidad laboral, presentan niveles de estrés elevados con poca suficiencia en su percepción de sentido de vida. Poniendo en evidencia la importancia de factores individuales y sociales en la gestión del estrés. Así mismo se debe considerar que la ausencia de sentido de vida puede incrementar el riesgo de padecer trastornos psicológicos emocionales lo que reduce la productividad laboral por lo cual es imperativo que las instituciones públicas prioricen en programas de salud mental y mecanismos de apoyo.

REFERENCIAS

- Armas Arráez, M. M., López-Castedo, A., & Sánchez Cabaco, A. (2018). Fiabilidad y validez del “Purpose in life” (PIL) en una muestra clínica. *European Journal of Health Research*, 4(1), 43. <https://doi.org/10.30552/EJHR.V4I1.89>
- Baik, S. H., Fox, R. S., Mills, S. D., Roesch, S. C., Sadler, G. R., Klonoff, E. A., & Malcarne, V. L. (2017). Reliability and validity of the Perceived Stress Scale-10 in Hispanic Americans with English or Spanish language preference. *Journal of health psychology*, 24(5), 628. <https://doi.org/10.1177/1359105316684938>
- Bermejo Fernández-Nieto, J. (2024). Sentido de la vida y propósito personal. ¿Nuevo reto para las organizaciones? *Lúmina*, 25(1), E0052. <https://doi.org/10.30554/lumina.v25.n1.4925.2024>
- Correa Arias, C., & Caro Beltrán, A. G. (2023). Construcción del sentido de vida y responsabilidad social: encuentros y desencuentros en la formación universitaria. *IJNE: International Journal of New Education*, ISSN-e 2605-1931, N°. 12, 2023, págs. 81-101, 12, 81-101. <https://doi.org/10.24310/ijne.12.2023.17887>
- Deliacir Cuzquen Yocya, S. R., Esparza Huamanchumo, R. M., Deliacir Cuzquen Yocya, S. R., & Esparza Huamanchumo, R. M. (2022). Calidad de vida en el trabajo de los colaboradores municipales de Túcume - Perú. *Revista San Gregorio*, 1(51), 78-95. <https://doi.org/10.36097/RSAN.V0I51.2091>
- Fernández-Nieto, J. B. (2024). Sentido de la vida y propósito personal. ¿Nuevo reto para las organizaciones? *Lúmina*, 25(1), E0052-E0052. <https://doi.org/10.30554/LUMINA.V25.N1.4925.2024>
- INEC. (2022). *Coordinación Técnica de Producción Estadística*.
- Jorquera, R., & Guerra, F. (2023, abril 10). *Análisis psicométrico de la Escala de Estrés Percibido (PSS-14 y PSS-10) en un grupo de docentes de Copiapó, Chile*. <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v29n1/1729-4827-liber-29-01-e683.pdf>
- Leka, S., & Nicholson, P. J. (2019). Mental health in the workplace. *Occupational Medicine*, 69(1), 5-6. <https://doi.org/10.1093/OCCMED/KQY111>
- Martínez Ochoa, Y. L. A. (2019, octubre). *Validación del Test Sentido de Vida en pacientes adultos con cáncer*. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2018000500800
- Mejia, C., Chacon, J., Enamorado, O., & Garnica, L. (2019). *Factores asociados al estrés laboral en trabajadores de seis países de Latinoamérica*. <https://scielo.isciii.es/pdf/medtra/v28n3/1132-6255-medtra-28-03-204.pdf>

- Negrete, Y. S., & Martinez, E. J. C. (2024). Sentido de Vida y su Influencia en la Salud Mental. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(2), 5691-5708. https://doi.org/10.37811/CL_RCM.V8I2.10980
- OMS. (2024, septiembre 2). *La salud mental en el trabajo*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-at-work>
- Pérez, J. P. (2019). ¿Qué es el estrés laboral y cómo medirlo? *Revista Científica Salud Uninorte*, 35(1), 156-184. <https://doi.org/10.14482/SUN.35.1.158.72>
- Ramos, V. J. F. (2019). *La relación entre el estrés laboral, las fuentes que le dan origen y las estrategias de coping en el sector público y el privado*. <https://doi.org/10.1016/j.rpto.2014.11.008>
- Ruiz, E. D., Fernando Salazar Gómez, J., De Jesús, M., Rivera, V., Cárdenas, M. H., Rafael, I., Mora, H., & Autor, *. (2023). Estrés laboral en relación con el desempeño laboral: un caso de estudio. *RAN: Revista Academia & Negocios*, ISSN-e 0719-6245, ISSN 0719-7713, Vol. 9, N°. 2, 2023, págs. 169-182, 9(2), 169-182. <https://doi.org/10.29393/RAN9-13ELEI50013>
- Salazar, J., García, R., Arenas, A., Ocampo, R., & Cecchini, S. (2022). Panorama Social de América Latina y el Caribe. La transformación de la educación como base para el desarrollo sostenible. *Publicación de las Naciones Unidas*, 1-282. <https://www.cepal.org/es/publicaciones/48518-panorama-social-america-latina-caribe-2022-la-transformacion-la-educacion-como>
- Sousa, L. R. M., Lago, E. C., Almeida, C. A. P. L., do Carmo de Carvalho e Martins, M., Moura, L. K. B., & de Mesquita, R. F. (2021). Quality of Life at Work and Public Health: Dimensional Structure of a Scale. *Enfermeria Global*, 20(2), 479-491. <https://doi.org/10.6018/eglobal.436441>
- Thi Huong Van, L., Volrathongchai, K., Vu Quoc Huy, N., Nu Minh Duc, T., Van Hung, D., & Thi Mai Lien, T. (2020). QUALITY OF WORK LIFE AMONG NURSES WORKING AT A PROVINCIAL GENERAL HOSPITAL IN VIETNAM: A CROSS-SECTIONAL STUDY. *Cent Eur J Nurs Midw*, 11(4), 188-195. <https://doi.org/10.15452/CEJNM.2020.11.0030>
- Valle, M., & Casella, M. A. (2020). *"Sentido de Vida y Estrés Laboral en Tesis Doctoral*.