

---

## RIESGOS PSICOSOCIALES DE MUJERES TRABAJADORAS

---

Belkis Rojas Marín  
belkisred@gmail.com  
Universidad de Carabobo, Venezuela

### RESUMEN

Cuando se analiza el medio ambiente laboral, se concibe un escenario de regulación de condiciones de trabajo y de bienestar. En tal sentido, el propósito general de esta reflexión fue visibilizar los riesgos psicosociales en los que laboran las mujeres, a orilla de playa, con el fin, de interpretar y comprender el impacto en la salud y bienestar de estas trabajadoras en la costa oriental de Venezuela. Se tomó una muestra intencional conformada por (30) mujeres, a partir de sus relatos, dicha investigación se basó en un estudio de campo de tipo cualitativo y de orden descriptivo. Se utilizó el método etnográfico. Los datos se recolectaron a partir de entrevistas y cuestionario. Realizadas las categorías, se evidenció el estilo propio de las trabajadoras, quienes manifestaron las siguientes reflexiones: niveles medios de riesgos psicosociales, estrés laboral y desgaste emocional. Se constató que la comunidad requiere mayor apoyo, por parte de los entes oficiales, atención y control para mejorar las condiciones de precariedad en su labor, que demanda las actividades relacionadas estrechamente con el mar. Se recomienda, implementar medidas de gestión preventiva para minimizar los riesgos psicosociales, presentes en la jornada laboral.

**Palabras clave:** riesgos psicosociales, mujeres, orilla de playa.

Recibido: 15/01/2019    Aceptado: 17/04/2019

---

## PSYCHOSOCIAL RISKS FOR WOMEN WORKERS

---

Belkis Rojas Marín  
belkisred@gmail.com  
Universidad de Carabobo, Venezuela

### SUMMARY

When the work environment is analyzed, a scenario of regulation of working conditions and well-being is conceived. In this sense, the general purpose of this reflection was to make visible the psychosocial risks in which women work on the beach, in order to interpret and understand the impact on the health and well-being of these workers, located on the eastern coast of Venezuela. An intentional sample of (30) women was taken, based on their stories, this research was based on a qualitative and descriptive field study. The ethnographic method was used. The data were collected through interviews and a questionnaire. Once the categories were defined, the style of the workers was evidenced, who expressed the following reflections: average levels of psychosocial risks, work stress and emotional exhaustion. It was found that the community requires greater support, attention and control from official entities to improve the precarious conditions in their work, which demand activities closely related to the sea. It is recommended that preventive management measures be implemented to minimize the psychosocial risks present in the workday.

**Keywords:** psychosocial risks, women, beachside.

Received: 15/01/2019    Accepted: 17/04/2019

## **Consideraciones iniciales. Aproximación a la problemática**

En relación a la dinámica que caracteriza al ambiente marino, las mujeres que trabajan en costas de playa y ambientes abiertos se encuentran expuestas a entornos laborales que ameritan considerables esfuerzos físicos y mentales, lo que trae como consecuencia desgaste emocional, fatiga, estrés, accidentabilidad, disminución de la calidad en el desempeño; por lo cual, los riesgos psicosociales deben considerarse como un factor importante para su seguridad y salud mental, reconociéndose esta última como el estado de equilibrio entre una persona y su entorno garantizando su bienestar en el trabajo, adecuadas relaciones interpersonales y calidad de vida.

Afortunadamente, estos tipos de riesgos se han venido estudiando y abordando desde diferentes áreas, en esta oportunidad la orientación está dirigida en la salud ocupacional, analizando su incidencia e impacto en la salud de estas trabajadoras; su abordaje tiene aspectos inéditos por las características propias del contexto donde se desempeñan estas mujeres trabajadoras. Hoy es un hecho relevante, la incorporación de la mujer a la población económicamente activa, queda en el pasado el tradicional enfoque, que colocaba a la mujer en la ejecución de sólo trabajos del hogar y la atención de la familia.

### **Propósito General**

Visibilizar el trabajo de las mujeres en orilla de playa, desde la mirada de los riesgos psicosociales

### **Propósitos específicos**

Interpretar el trabajo de las mujeres en orilla de playa, a partir de los relatos y experiencias de vida en el contexto laboral.

Comprender los riesgos psicosociales laborales, bajo las cuales laboran las mujeres dedicadas a la actividad pesquera.

Presentar el impacto a la salud de las trabajadoras, el tipo de actividad que desarrollan, en su jornada laboral.

## **Dimensión teórica**

### **Factores Psicosociales**

En la actualidad, las tendencias en el ámbito de la promoción de la seguridad e higiene del trabajo, tienen en cuenta no sólo los riesgos físicos, químicos y biológicos del medio ambiente; Salcedo (2011) señala que igualmente los diferentes factores psicosociales, son propios del desempeño del trabajo y que influyen de manera considerable en el bienestar tanto físico como mental del trabajador.

Es vital tener una visión amplia e integral sobre la necesidad de promover trabajadores saludables y satisfechos capaces de favorecer el desempeño laboral. Considerando la perspectiva integradora del trabajador con su entorno, el Comité Mixto de la Organización Internacional del Trabajo y la Organización Mundial de la Salud (1984) OIT/OMS, considera que los factores psicosociales laborales, son interacciones que se encuentran inmersas entre el trabajo, medio ambiente, satisfacción en el contexto laboral, condiciones propias y capacidad de la trabajadora, lo que requiere tomar en consideración lo físico, mental, social, económico y cultural, así como su condición personal fuera del trabajo; todo lo que a través de apreciaciones y experiencias pudieran afectar su salud, rendimiento y la satisfacción en el trabajo.

Los factores psicosociales son condiciones organizacionales y socioculturales del trabajo que como tales pueden ser positivos y negativos. Cuando las condiciones laborales son adecuadas, facilitan el trabajo, el desarrollo de competencias personales, satisfacción laboral, mejoramiento de la productividad artesanal y la motivación en las trabajadoras de alcanzar experiencia y buenos resultados. De manera que, las formas acertadas del respeto a la cultura artesanal, liderazgo y ambiente laboral, impacta en la salud positivamente generando desarrollo individual, bienestar personal, social y cultural.

## **Contexto histórico de los factores de riesgos psicosociales**

El estudio de todo lo concerniente a los procesos psicosociales y su vinculación con la salud laboral data de muchos años, sin embargo expresa Valencia (2010) que actualmente goza de gran amplitud, importancia y reconocimiento; como consecuencia de los cambios que han surgido actualmente y la situación que sufre nuestro país; es por tal razón; que la exposición a los riesgos psicosociales se ha hecho más frecuente e intensa, haciendo conveniente y necesario su identificación, evaluación y control con el fin de evitar sus impactos asociados para la salud y el bienestar en el trabajo.

En este orden de ideas, es oportuno destacar que el inicio más formal de la preocupación por los factores de riesgos psicosociales y su relación con la salud laboral proviene probablemente de la década de 1970, fecha a partir de la cual la referencia a ellos y la importancia otorgada fue en ascenso, igualmente se ha generado en torno a la temática amplitud, diversificación y complejidad, pero también ambigüedad e imprecisión. De acuerdo a lo que establece León, C (2010) señala que existen muchas formas prevalentes de referirse a ellos entre las que destacan: a) factores psicosociales, b) factores psicosociales de riesgo o factores psicosociales de estrés y c) riesgos psicosociales”.

Aunque parecieran ser términos próximos, sus referencias históricas y conceptuales son diferentes, no obstante en la literatura actual es frecuente hablar de unos y otros sin establecer ninguna distinción. De tal forma que, uno de los primeros documentos oficiales e internacionales en abordar el tema de los factores psicosociales, fue el publicado por la Organización Internacional del Trabajo (OIT) en 1984 titulado: “Los Factores Psicosociales en el Trabajo: Reconocimiento y Control”.

Por otra parte; se hace referencia a un segundo documento histórico que lleva por nombre “Los factores psicosociales en el trabajo y su relación con la salud”, editado por la OMS y coordinado por los investigadores Kalimo, Batawi y Cooper en el año de 1988. En dicha investigación, un elemento de gran importancia es la diferenciación que introduce Batawi al exponer el doble efecto que pueden tener los factores psicosociales: positivos o negativos. Bajo esta perspectiva, Batawi manifiesta que los factores que están

asociados a propiciar efectos positivos, se pueden entender como factores protectores psicosociales, pues cumplen una función benéfica que genera bienestar y salud para el trabajador o por el contrario, estos factores, pueden ser generadores de efectos negativos, como depresión, desgaste físico y emocional, desmotivación, insatisfacción laboral y trastorno de sueño entre otros, siendo considerados factores de riesgos psicosociales.

Es importante acotar que, en lo referente al equilibrio entre el trabajador y sus condiciones laborales, la OIT para el año de 1997 expuso que los factores psicosociales al ser positivos cumplen con una función protectora del bienestar y la salud del trabajador y esto es el resultado del encuentro permanente entre el equilibrio, condiciones laborales y el factor humano. Es así como, el equilibrio producto de las condiciones de trabajo y el factor humano, genera por sí mismo, bienestar desde su función protectora. En resumen englobado, si en la década de 1970 se alerta sobre la sensibilidad en torno a la relevancia y los efectos que pueden tener los factores de riesgos psicosociales, ya para el año de 1980 se producen las primeras investigaciones en obras colectivas y oficiales, indicando aproximaciones conceptuales al tema y vinculando los efectos que pueden traer sobre el trabajador y su salud.

### **Riesgo Psicosocial**

De acuerdo a lo que establece (2004) la Organización Internacional del Trabajo (OIT), señala que un riesgo psicosocial es un acontecimiento, situación de peligro que es consecuencia del contexto laboral y que a diferencia de los factores psicosociales, no son condiciones organizacionales sino ambientes laborales y ambientales, con características propias como es el caso del mar, orilla y extensiones de costa playera. Sin lugar a duda, este planteamiento no disminuye la importancia de los factores psicosociales, ni de los riesgos psicosociales de riesgo o estrés, sino que los enmarca en el concepto más global y básico de riesgos laborales y sus posibles efectos negativos para la salud. Por su parte, Valenzuela (2015) hace mención sobre los riesgos psicosociales emergentes a cualquier riesgo que está causado por nuevos procesos, tecnologías, lugares de trabajo, cambios sociales u organizativos; o era un factor conocido, pero se considera como un nuevo

riesgo debido a avances científicos o percepciones sociales. El autor expone que estos riesgos emergentes se pueden conocer como:

1. Nuevas formas de contratación laboral, caracterizadas por la aparición de contratos de trabajo precarios junto con la tendencia a la producción ajustada, y la subcontratación e inseguridad en el puesto de trabajo. De esta manera, la falta de estabilidad laboral y contractual puede aumentar los niveles de estrés y de ansiedad del trabajador.
2. Envejecimiento de la población laboral activa y retraso en la edad de jubilación, que la hace más vulnerable a la carga mental y emocional.
3. Intensificación del trabajo, caracterizado por la necesidad de manejar mayor carga de trabajo, bajo una intensa presión en el contexto laboral.

Este riesgo está presente sobre todo en el sector pesquero, por ser muy competitivo, las trabajadoras temen que su eficiencia y rendimiento se evalúen con mayor detenimiento y, por ello, tienden a trabajar más horas para finalizar sus tareas. Indiscutiblemente, las personas que se encuentran sometidas a estrés, presentan una serie de síntomas que pueden afectar considerablemente la salud derivado a las condiciones en las que realizan su trabajo; esto también puede genera insatisfacción en el trabajo. El estrés supone una reacción compleja a nivel biológico, psicológico y social.

La mayor parte de los cambios biológicos que se pudieran producir en el organismo cuando está sometido a una reacción de estrés, no son perceptibles para el ser humano y se deben precisar procedimientos clínicos que reflejen un diagnóstico para determinar el nivel de la reacción. Sin embargo, a nivel psicológico se pudiera decir que muchos síntomas producidos por el estrés, pueden ser fácilmente identificados por la persona que está sufriendo dichos cambios tal como insatisfacción, apatía, ansiedad, ira, irritabilidad, tristeza, depresión y otras reacciones emocionales adversas.

Aunado a ello, también se puede identificar claramente otros síntomas como son el agotamiento físico y la falta de rendimiento, esto último no solo perjudica al individuo sino que también puede producir un deterioro en el ámbito laboral, influyendo

negativamente en las relaciones familiares. Si las diferentes embarcaciones quieren lograr sus objetivos con la mayor eficiencia y productividad, deben saber canalizar los esfuerzos, sin llegar a generar tanta tensión ni propiciar situaciones de estrés laboral, a sus trabajadoras ya que representa un riesgo psicosocial y quebranta su salud.

En torno a ello, los dueños de las embarcaciones deben generar estímulos direccionados al resguardo de la estabilidad emocional en la trabajadora, de esta manera Chiavenato (*ob.cit*) establece una serie de ideas que pudieran servir de medidas preventivas en el espacio laboral, entre las cuales se pueden considerar: Diseñar horarios de trabajo de forma tal que eviten conflictos con las exigencias y responsabilidades externas al trabajo, favorecer que las trabajadoras aporten ideas a las decisiones o acciones que afecten su trabajo, comprobar que las exigencias de trabajo sean compatibles con sus capacidades y recursos, definir los roles y responsabilidades en los puestos de trabajo y crear oportunidades para la interacción social, incluido apoyo social y la ayuda directa en el trabajo con las comunidades.

.

### **10 aspectos clave en el trabajo de las mujeres a orilla de playa**

1.- Un gran número de mujeres participa en la pesca con herramientas pequeñas e igualmente se incorporan a la recolección de moluscos, algas en las playas y escolleras; las mujeres en las comunidades de pescadores artesanales son las principales responsables de la realización de tareas especializadas que se llevan a cabo en tierra y que requieren mucho tiempo, como la fabricación y reparación de redes y la elaboración y comercialización de las capturas.

2.- La mayoría de las mujeres en América Latina y el Caribe que trabajan en el sector pesquero, se les dificulta el acceso a recursos materiales o capital, el proceso de toma de decisiones, puestos de responsabilidad, capacitación y enseñanza académica.

3.- En diferentes zonas, las mujeres han asumido también un papel destacado en el rápido crecimiento de la acuicultura. A menudo llevan a cabo la mayor parte de las tareas

relacionadas con la alimentación y la captura de los peces, así como su manipulación y procesamiento.

4.- Las mujeres participan activamente en el proceso de las capturas de pescado (secado al sol, salazón, ahumado y preparación de pescado y de productos derivados, como pasta y pasteles de pescado), circunstancia que reviste gran importancia. Asimismo son ellas quienes se encargan normalmente de la venta posterior de los productos pesqueros.

5.- En algunos casos las mujeres ganan, administran y controlan su inversión económica, financian distintas micro-empresas relacionadas con la pesca y generan beneficios importantes para su familia y la comunidad. En realidad, el trabajo de la mujer en la actividad pesquera se desarrolla a lo largo de toda la cadena productiva, desde la captura pesquera, hasta el procesamiento y la comercialización.

6.- Dadas las características actuales en la participación de las mujeres en las actividades relacionadas con la pesca, es necesario enfocar la realización de capacitaciones o talleres, en resolver sus necesidades de conocimientos técnicos, y además, difundir información sobre las oportunidades existentes para ellas en esta área productiva, debido a que la actividad pesquera ofrece sin duda una oportunidad laboral, por ser una actividad que necesita paciencia, prolijidad, manualidad, virtudes que difícilmente no tenga una mujer.

7.- La mayoría de las prácticas en esta área son artesanales, por lo que en los sectores de envasado/empaque el personal es en su mayoría femenino. Por su parte, la mujer pescadora artesanal, se debe encargar de administrar su sistema económico familiar en forma diaria, gastando de acuerdo al ingreso logrado.

8.- También se presentan casos, en donde las mujeres se organizan a través de comités con la finalidad formar grupos de trabajo para diversificar las tareas a realizar cuando se van a trabajar.

9.- La comercialización puede llevarse a cabo en dos lugares: en la playa o en un mercado de la región, en el primer caso la venta se realiza al público en general, mayormente por unidades como a los intermediarios, quienes en algunos casos, optan por adquirir el total obtenido de la faena de pesca. Según Rojas (2005) señala que las tareas de pesca no tienen ni días ni horarios fijos, se trabaja sábado y domingo, en la madrugada y en la noche cuando tenga el producto, tanto para los hombres como para las mujeres, pero con la diferencia, que son las mujeres las que se levantan a cocinarle a los hombres, aun cuando ellas han estado salando y trabajando todo el día. El sector pesquero no ha dejado de considerarse un ámbito masculino.

10.- Estas actividades toman una enorme importancia, sobre todo en tiempo de crisis, cuando la mujer es clave para mantener la cohesión del trabajo y la familia. No obstante, por la forma de incorporación de las mujeres a esta actividad económica se puede presumir una subestimación estadística, debido a que ellas participan más del trabajo artesanal a orilla de playa, como ayudantes para clasificar las diferentes especies y a destajo por desembarque de lanchas.

### **Dimensión metodológica**

Como el propósito de esta investigación fue analizar los riesgos psicosociales en las que laboran las mujeres a orilla de playa; se desprende en consecuencia develar un enfoque, tomado de la realidad, basado principalmente en la actuación y participación de las trabajadoras *in situs*, es por ello que esta investigación es de tipo descriptiva, en las que participaron 30 informantes trabajadoras.

Los hallazgos encontrados durante la recolección de la información que dieron sustentación a lo señalado, abarco cuestionario y entrevista; bajo la mirada de los riesgos psicosociales: las condiciones de trabajo son precarias, la contratación laboral es inestable y con escasa protección de seguridad social, manifestado por la mayoría de las trabajadoras. Con salarios mínimos que no le permiten cubrir sus necesidades básicas de alimentación, salud y educación para los hijos. Expresaron no contar con vigilancia epidemiológica, seguro de ningún tipo, generado en consecuencia, alto nivel de estrés y

angustia ante la situación que se vive actualmente en Venezuela, acentuándose por la inflación galopante, que no permite cubrir las necesidades del presupuesto familiar.

### **Consideraciones finales**

*Los factores de riesgo psicosociales* constituyen los principales estresores en el contexto laboral, independientemente de la naturaleza de la misma, dado que se encuentran presentes tanto dentro como fuera de los diferentes procesos productivos, pueden ser tangibles o intangibles, lo que hace que su acción nociva tenga efecto sobre el cuerpo y la mente del trabajador incidiendo en la alteración de su estado de salud, estado emocional e incluso en el desempeño laboral.

*Cuando las mujeres se insertan, en actividades productivas no tradicionales,* se establece una relación de continuidad entre la actividad productiva y reproductiva, donde el impacto de los riesgos psicosociales se hacen presentes en su espacio de trabajo. Este desgaste adicional tiene su expresión en mayores exigencias físicas, intelectuales y emocionales, con detrimento en la salud física y mental. Las trabajadoras deben hacer esfuerzos adicionales para desarrollar y demostrar competencia, eficiencia para mantener el trabajo y mantenerse en sus puestos de trabajo.

*Las Ciencias Sociales desempeñan un papel protagónico en el manejo de los recursos naturales,* como se ha mencionado anteriormente la producción, explotación y comercialización en el sector pesquero, exige la participación, protección y regulación de las acciones humanas, de manera de minimizar los riesgos psicosociales, que pudieran perjudicar la salud, de las mujeres que trabajan con diferentes especies marinas.

*Toda esta problemática es compleja y pareciera no tener final,* pero hoy, más que nunca los científicos sociales aportan conocimientos necesarios para la comprensión de las diversas maneras en que las comunidades humanas se relacionan con el ambiente, información con que se empieza a conservar los recursos, áreas naturales y culturales.

Rojas (2005) considera importante introducir cambios en las estructuras organizativas, ocupacionales, culturales y del sistema de valores, que reflejan realidades tanto de lo masculino, como lo femenino.

En consecuencia es propicio, mejorar la comunicación entre los trabajadores, aumentar la participación de las trabajadoras en la toma de decisiones, favorecer la cohesión del trabajo en equipo y articular el apoyo social; es inaplazable desarrollar políticas positivas, para promover la igualdad de oportunidades en el trabajo, resaltando lograr el equilibrio y armonía en lo biopsicosocial, este principio regirá las condiciones laborales, incluyendo sueldo, horario de trabajo, vacaciones, prestaciones y otros beneficios.

*El estudio de la mujer a orilla de playa, no es tarea fácil, implica materializar y cuantificar los efectos de los riesgos psicosociales*, cuando las circunstancias están centradas en condiciones laborales precarias e inadecuadas, con doce (12) horas de trabajo interrumpido. Es urgente una relación repensada, que exige nuevas salidas, arreglos, tecnología y distintas formas para alcanzar y mejorar el bienestar y calidad de vida de éstas trabajadoras; de manera que el manejo y explotación de los recursos naturales, requiere conocimiento y procedimiento adecuado, minimizando el impacto que genera en el entorno en sus diferentes manifestaciones: económicas, sociales, políticas, culturales e históricas.

Si las diferentes embarcaciones quieren lograr sus objetivos con la mayor eficiencia y productividad, deben saber canalizar los esfuerzos, sin llegar a generar tanta tensión ni propiciar situaciones de estrés laboral, a sus trabajadoras ya que representa un alto riesgo psicosocial y quebranta su salud. En torno a ello, los dueños de las embarcaciones y peñeros, deben generar estímulos direccionados al resguardo de la estabilidad emocional de las trabajadoras.

## **Referencias bibliográficas**

Comité Mixto de la Organización Internacional de Trabajo y la Organización Mundial de la Salud. Factores psicosociales en el trabajo, naturaleza, incidencia y prevención. Serie seguridad, higiene y medicina del trabajo N° 56. Ginebra.1984.

Chiavenato (2010). Higiene y Seguridad en el trabajo. México. Mc Graw Hill.

Kalimo, Batawi y Cooper (1988). Mobbing. Cómo prevenir y superar el acoso psicológico. Ed. Paidós. Barcelona.

León (2010). Quemados (El Síndrome de Burnout) Qué es y cómo superarlo. Ed. Paidós. Barcelona.

Organización Internacional del Trabajo (2004). Organización del trabajo, factores psicosociales, estrés y salud.

Organización Internacional del Trabajo (1984) Factores Psicosociales en el trabajo OIT IAFJSR. Identificación y control de los factores psicosociales nocivos en el trabajo.

Rojas (2005). El Envejecimiento prematuro como factor de riesgo Ocupacional en mujeres trabajadoras del sector informal. Revista Venezolana de Estudios de la Mujer Vol. 10 N° 24.

Salcedo (2011). Factores psicosociales en la prevención de riesgos laborales: oportunidades y retos para la psicología del trabajo y las organizaciones. Madrid: Universidad de Valencia.

Valencia (2010). Manual de Seguridad e higiene Industrial. Editorial Limusa. México. DF.

Valenzuela (2015). Manual de Riesgos Psicosociales. Editorial Limusa. México. DF.