



UNIVERSIDAD ESPECIALIZADAS DE LAS AMÉRICAS

Facultad de Desarrollo Social y Desarrollo Humano

Escuela de Psicología

Trabajo de Grado para optar por el Título de Licenciatura en Psicología con
Énfasis en Educativa

MODALIDAD

TESIS

**Ansiedad asociada a estrés laboral del adulto mayor, del
Ministerio de Obras Públicas, Talleres David**

Por:

Iris Y. Castillo M. Cédula: 4-295-433

Asesora:

MSc: Essy Y. Candanedo

Panamá, 2021

PENSAMIENTO

“El miedo a envejecer nace del reconocimiento de que uno no está viviendo la vida que desea. Es equivalente a la sensación de estar usando mal el presente”.

Susan Sontag

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a Dios, porque sin Él no somos nada, y es Él que me ilumina cada día en mí caminar y me protege.

A mis familias que son mi mundo y mi todo, (a mis padres, Elena y Benedicto, mis hijos Rodney y Elvia, mis nietos, Yerenith, Luan, Dylan y Alana, y todos mis hermanos y hermanas que siempre me apoyaron y creyeron en mí con su voz de aliento para que mi sueño fuese posible.

A esa persona especial Diego, que confiaste en mí siempre.

A los profesores, con quienes a lo largo de la carrera, siempre fueron mi apoyo intelectual, con consejos adecuados y la voz de aliento que siempre se anhela escuchar.

A mi asesora, por sus enseñanzas y consejos.

A mis compañeros de carrera, por todos sus cálidos consejos.

A mis amistades que de algún momento de igual forma me colaboraron.

(Iris)

AGRADECIMIENTO

Ante todo le doy las gracias a Dios por que sin Él nada es posible, Él es quien me ha dado la fortaleza y la capacidad de poder continuar y terminar este arduo estudio, y que cada vez que decaía sin aliento me encomendada a mi Dios y sentía la fuerza para continuar.

A mi madre, por su infinito amor, por darme la vida y por sus buenos consejos que en mis momentos de debilidad siempre escuchaba. Gracias, mami Elena, te amo.

A mi padre, quien está en el cielo siempre fuiste para mí un padre ejemplar y sé que desde allá me has dado fuerza y siempre te recordará mi bello papá Benedicto.

A mi hijo, pues cuando tome la decisión de estudiar siempre me apoyo y recuerdo que me acompañó hacer la prueba para ingresar a la universidad, como olvidar aquellos momentos que me encubrías, para que el papá no se enojará y siempre estuvo ahí a mi lado contra viento y marea. Después de tu partida me diste fuerza para regresar a la universidad y sé que donde te encuentras desde el cielo me observa y sé que para ti es una alegría este triunfo y que si estuviera a mi lado te sentirías orgulloso hasta el cielo aun te amo por siempre mi hijo Rodney siempre te amaré.

A mi hija, quien es la persona que me acompaña en estos momentos, gracias por que al igual a su hermano, siempre me ha apoyado y me ha dado la fuerza para continuar con mis sueños y cuando siente que decaigo me da ánimo y siempre me decía mom tu eres mi orgullo y ejemplo, mi hija hermosa Elvia te amo y muchas gracias por estar conmigo.

Los amores de mi corazón que son muy importantes en mi vida, mis cuatro nietos que Dios me ha permitido ver crecer y demostrarle que nunca es tarde para estudiar ellos son también mi inspiración; mi Yerenith el tesoro que me dejó mi

hijo, y los hijos de mi hija, Luan, Dylan y Alana gracias por darme alegrías y bellos momentos.

A alguien en especial, debido que llega en el momento indicado para hacer nuevos cambios en mi vida, por ser como eres, tan tierno, consejero y con esas voz que siempre uno espera escuchar, “ten fe en Dios que lo vas a lograr gracias”, te amo Diego Castillo gracias por estar en esos momentos que se siente uno, que no lo va a lograr y dices “lo vas a lograr ten fe”.

A los profesores que siempre creyeron en mí, que siempre tuvieron su disposición de ayudarme, la tolerancia, la Profesora Myrna, Profesor Teófilo, Profesor Edgardo, Profesor Hurtado, gracias por todos sus consejos, su comprensión Dios los proteja siempre en todas sus labores del cada día muchas gracias de todo corazón.

A mi Profesora Asesora Essy, por sus correcciones, por su empeño de que hiciera un buen trabajo, por tener la paciencia de enseñar adecuadamente en la materia y por estar ahí en esos momentos que sentía que no podía continuar y usted me dio mucha fuerza para no decaer, muchas gracias y ante todo dios la proteja siempre en todas sus enseñanzas, muchas gracias.

A la Profesora Norma de igual forma, por ser tan paciente, por sus consejos y enseñanzas dios la guarde.

A las personas adultas mayores del Ministerio Obras Públicas de los Talleres de David, por permitirme el tiempo que se requería, para mi investigación, ya que sin ellos no hubiese sido posible lograr mi objetivo.

Por último, a todos mis compañeros que compartieron conmigo buenos y malos momentos gracias y no es un hasta luego ya que vienen nuevas metas y nuevos sueños gracias a Dios y a todos.

(Iris)

RESUMEN

Esta investigación trata sobre ansiedad asociada al estrés laboral del adulto mayor que labora en el Ministerio de Obras Públicas, Talleres David y tiene como objetivo principal analizar la asociación de ansiedad asociada a estrés laboral del adulto mayor. Con esta investigación se pretende analizar la ansiedad asociada al estrés laboral de los adultos mayores; con la finalidad de darle respuesta a las variables, la salud mental, es un estado de completo bienestar físico, mental, social y no solamente es la ausencia de afecciones o enfermedades cognoscitivas, somática de como desempeñarse, actuar y trabajar.

La metodología utilizada fue un diseño mixto no experimental transversal de investigación acción y el tipo de estudio fue descriptivo. La población que se seleccionó, estuvo constituida por los adultos mayores que laboran en el Ministerio de Obras Públicas Talleres David, en rangos de edades mujeres a partir de 57 años y hombres de 60 años en adelante. La recolección de datos fue a través de entrevistas y encuestas.

Los resultados permitieron analizar que los adultos mayores no reflejan ansiedad asociada al estrés laboral, debido que por el tiempo de laborar en la institución ya han adquirido la suficiente experiencia en su área laboral y es más fácil su desempeño.

Palabras claves: Ansiedad, estrés laboral, adulto mayor, salud mental, enfermedades cognoscitivas, síntoma, ausencia.

ABSTRACT

This research deals with anxiety associated with work stress in the elderly who works in the Ministry of Public Works, David Workshops and its main objective is to analyze the association of anxiety associated with work stress in the elderly. This research aims to analyze anxiety associated with work stress in older adults; In order to respond to the variables, mental health is a state of complete physical, mental, and social well-being and is not only the absence of affections or cognitive, somatic diseases of how to perform, act and work

The methodology used was a quantitative no experimental design and the type of study was descriptive. The population that was selected was made up of older adults who work in the Ministry of Public Works, David Workshops, in age ranges: women from 57 years and men from 60 years and older. Data collection was through interviews and surveys.

The results allowed analyzing that older adults do not reflect anxiety associated with work stress, because by the time they have been working in the institution they have already acquired enough experience in their work area and their performance is easier

Keywords: Anxiety, work stress, elderly, mental health, cognitive diseases, symptom, absence.

CONTENIDO GENERAL

	Páginas
INTRODUCCIÓN	
CAPÍTULO I: ASPECTOS GENERALES DE LA INVESTIGACIÓN	14
1.1.Planteamiento del problema.....	14
1.1.1. Planteamiento del problema.....	16
1.2. Justificación.....	16
1.3. Hipótesis.....	17
1.4. Objetivos	18
1.4.1. Objetivos Generales.....	18
1.4.2. Objetivos Específicos.....	18
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO	20
2.1 Salud mental	20
2.2. La ansiedad en el adulto mayor	22
2.3.1. Factores a riesgo predisponentes	25
2.3.2. Factores a riesgos desencadenantes	25
2.4. Síntomas de la ansiedad	26
2.5 Estrés laboral en el adulto mayor	26
CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO.....	29
3.1. Diseño de investigación	29
3.2. Población o universo	29
3.3. Variables	31
3.4. Instrumentos o técnicas de recolección de datos.....	33
3.5. Procedimiento	34

CAPÍTULO IV. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS	37
4.1. Datos generales de los adultos mayores.....	37
4.2 Consecuencias que se reflejan en la ansiedad de los adultos mayores del Ministerio de Obras Públicas Talleres David.....	41
4.3 Signos o síntomas existentes del estrés laboral de los adultos mayores.....	52
4.4 Niveles de ansiedad que se asocian al estrés laboral del adulto mayor del Ministerio Obras Públicas talleres David.....	58
CONCLUSIONES.....	64
RECOMENDACIONES	68
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	69
ANEXOS	
ÍNDICE GRÁFICAS	
ÍNDICE DE CUADROS	

INTRODUCCIÓN

Este trabajo está directamente diseñado en asociar la ansiedad asociada al estrés laboral del adulto mayor, el mismo se define ansiedad como una emoción emotiva a un acontecimiento experimentado en un acontecimiento; estrés laboral definido como un síntoma debido al exceso de trabajo.

En actualidad, la incidencia de eventos de personas adultas mayores laborando en diferentes instituciones del gobierno, afectando notoriamente a las, personas más jóvenes que quieren adquirir una plaza de empleo y no se les permite debido que están ocupadas, por personas adultas mayores, pudiendo estar en sus casas descansando y aprovechando su jubilación, de manera adecuada.

El actual estudio tiene como objetivo de investigar la ansiedad asociada al estrés laboral de adulto mayor de Talleres del Ministerio de Obras Públicas de David, con el propósito para la estructuración de programas psicológicos o necesidades de capacitación al personal adulto mayor en relación de darle un seguimiento adecuado a los que requieran su atención psicológica adecuada.

En este sentido, el presente estudio se estructura en capítulos expresados de la siguiente manera:

El capítulo primero, consta de los aspectos generales de la investigación, que conlleva la realización de la interrogante e identificación del planteamiento del problema, además se justificó la importancia y los aportes de este trabajo.

En el capítulo segundo, se desarrolló el marco teórico de la investigación, el que soporta para enriquecer el conocimiento sobre la temática actual.

En el capítulo tercero, se elaboró el marco metodológico, en donde se enmarca las fases del estudio. En la primera de estas, se hace la selección y describe el escenario, la población, los participantes y criterios de participación del estudio;

en la segunda fase, se describe de los instrumentos y/o técnicas de recolección de datos; y por último las fases III, Procedimiento.

En el capítulo cuarto, se presenta el análisis y discusión de los resultados, donde se evidencia las opiniones de los encuestados sobre la problemática y con ello sus respectivos análisis, dando injerencia al reconocimiento de la situación.

Para finalizar, se establecen en base a los resultados las conclusiones, recomendaciones y las referencias infografías, que fundamenta teóricamente los aspectos estudiados.

CAPÍTULO I

CAPÍTULO I: ASPECTOS GENERALES DE LA INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema:

- Antecedentes Teóricos

Este estudio tiene como propósito el conocimiento de ansiedad asociada al estrés laboral del adulto mayor, del Ministerio de obras Públicas, Talleres David. Ser un adulto mayor es un privilegio llegar a esa edad debido que hay muchas cosas que se pueden contar, aunque también llegan las enfermedades de la edad.

La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente es la ausencia de afecciones o enfermedades. La ansiedad la podemos definir como un fenómeno natural en la vida de un ser humano. Estrés laboral se define como el cansancio que refleja una persona debido al continuo sofocamiento en las áreas laborales.

Generalmente, una persona adulta mayor, es una persona de 57 años en caso de las mujeres y 60 años en adelante los hombres; en tanto un adulto mayor es aquel individuo que se encuentra en la última etapa de la vida, la que sigue tras la adultez y que antecede al fallecimiento de la persona. Es precisamente durante esta fase que el cuerpo y las facultades cognitivas de las personas se van deteriorando. Es aquí donde la persona adulta mayor donde generan estrés y estos casos produce un desbalance; la salud mental de los adultos mayores se puede fomentar de la siguiente manera:

- El soporte en las atenciones geriátricas ante las comunidades hacia el adulto mayor.
- Las colaboraciones donde el adulto mayor ocupe su tiempo en actividades que no generen estrés.
- Legislación y campañas contra la exclusión hacia los adultos mayores

- El cuidado de los derechos, y las oportunidades y la atención de las personas con trastornos mentales de los adultos mayores.
- La determinación tiene su objetivo general a promover la salud mental, prevenir la dificultad o confusión mental, hacia el adulto mayor. Se puede definir que se centra en algunos objetivos primordiales que orientan a:
 - La de fortalecer la salud hacia los adultos mayores.
 - El promover en el entorno que los rodea.
 - • Acondicionar diferentes prácticas estratégicas.

Los seres humanos están viviendo más años que nunca y el prototipo es la lista cada vez más larga de personas que tienen más de cien años en supervivencia y una persona anciana, que serlo a Panamá; aquí es mucho más difícil.

Según Maruris, Cortés, Gómez y Godínez en (2011) se refieren a considerar que el estrés como una oposición considerando la oposición o requerimiento a los diferentes estados del organismo, afectando fisiológicamente y de igual forma psicológicamente al ser humano.

- Situación actual

La ansiedad son síntomas que se manifiestan, con pérdida del sentido, taquicardia, sudoración, se puede definir como diferentes síntomas que se pueden confundir con indicios de enfermedades asociadas a la dinámica psicósomática de las personas en estos casos los adultos mayores.

Clays (2011) administraron un cuestionario a 653 hombres trabajadores sanos con el objetivo de determinar la relación entre los factores estresantes y la variabilidad en la frecuencia cardíaca. De acuerdo con la búsqueda de literatura que efectuaron, identificaron que los elementos que más frecuentemente causaban estrés eran la insatisfacción con el trabajo, las responsabilidades, el

ritmo de trabajo, las relaciones interpersonales y las quejas sobre las condiciones físicas para trabajar.

Según Clays, se refiere al suministrar los cuestionarios a los individuos se logró reflejarse los factores estresantes en sus frecuencias cardiacas, identificando los más frecuente elementos que causaban el estrés.

1.1.1. Problema investigación

Pregunta principal

- ¿De qué manera se refleja la ansiedad asociada al estrés laboral de los adultos mayores, del Ministerio de Obras Públicas, Talleres David?

Sub preguntas

- ¿Cuáles son las consecuencias que se reflejan en la ansiedad de los adultos mayores, del Ministerio de Obras Públicas, Talleres David?
- ¿Cuáles serían los signos o síntomas existentes del estrés laboral de los adultos mayores, del Ministerio de Obras Públicas, Talleres David?
- ¿Cuáles son las posibles causas y características de la ansiedad asociado al estrés laboral de los adultos mayores, del Ministerio de Obras Públicas, Talleres David?

1.2. Justificación

En este trabajo de investigación se desea resaltar la presencia de la ansiedad asociada al estrés laboral en los adultos mayores, del Ministerio de Obras Públicas, Talleres David. Es conveniente el estudio porque en Panamá existen diversos tipos de aspectos que afectan al adulto mayor, incluyendo la ansiedad asociado al estrés laboral.

Esta información ha despertado el interés de estudiar la razón por la cual siendo personas, que ya han logrado su edad de jubilación deciden quedarse laborando pudiendo irse a casa a descansar y vivir los mejores momentos de su edad en casa, pero es ahí donde deciden continuar trabajando ya que han adquirido deudas.

La investigación beneficiará significativamente a la población que presenta ansiedad asociada al estrés laboral, de los adultos mayores, que laboran en el Ministerio de Obras Públicas, Talleres David en donde se podrán tomar medidas necesarias para mejorar la atención en este ámbito, permitiendo así garantizar una mejor calidad de vida.

La ansiedad es la más común y universal de las emociones. Es sinónimo de preocupación, desasosiego ante acontecimientos futuros o situaciones de incertidumbre. Es la anticipación temerosa de peligro inminente acompañada de un sentimiento intenso y displacentero o de síntomas físicos ubicados en cualquier región de la geografía corporal. Implica el presentimiento de que algo grave le va a ocurrir al sujeto, (Dr. Reyes-Ticas, 2010)

Según el Dr. Reyes-Ticas, define la ansiedad como una emoción o desasosiego de futuros acontecimientos e incertidumbre a sentimientos intensos, llevándolo a la intuición de que algo le va a ocurrir.

1.3. Hipótesis

Hi. La ansiedad está asociada al estrés laboral del adulto mayor, del Ministerio de Obras Públicas, Talleres David.

Ho. La ansiedad no está asociada con el estrés laboral del adulto mayor, del Ministerio de Obras Públicas, Talleres David.

1.4. Objetivos

En efecto el estudio tendrá un aporte a la salud mental de los adultos mayores, tomando en cuentas las partes tan importantes que no se hablan de lo que ocurre en ansiedad asociado al estrés laboral de los adultos mayores del Ministerio de obras Públicas Talleres David, con edades en mujeres de cincuenta y siete (57) años y sesenta (60) años los hombres.

Siendo un sondeo, de manera institucional garantizará una educación de manera estratégica, para la salud mental del adulto mayor permitiendo comprender las necesidades que requieran.

Ahora bien, el estudio tiene un aporte significativo para el área de Psicología, en las categorías de experiencias que presenten los pacientes, éstos podrán ser atendidos de forma individual y eficiente, ya que no tan sólo serán visto desde una perspectiva donde el adulto es aquel a quien se le debe suministrar una atención y hora establecida, sino que éste será visto como una persona que requiera darle seguimiento; por ende, debe ser atendido psicológicamente para garantizarle una mejora en su calidad de vida.

1.4.1. Objetivos Generales

- Determinar el grado de ansiedad asociada al estrés laboral en los adultos mayores, del Ministerio de Obras Públicas, Talleres David.

1.4.2. Objetivos Específicos

- Identificar el grado de ansiedad que refleja el adulto mayor del Ministerio de Obras Públicas, Talleres David.
- Determinar las causas que provocan los síntomas del estrés laboral en los adultos mayores del Ministerio de Obras Públicas, Talleres David.
- Reconocer los niveles de ansiedad que se asocian al estrés laboral de los adultos mayores, del Ministerio de Obras Públicas, Talleres David.

CAPÍTULO II

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

A continuación, se detalla toda la temática teórica que el presente trabajo requiere.

2.1 Salud mental

La salud mental en lo emocional, psicológico y social, puede afectar de la manera que se piensa, se siente y cómo actúan cuando enfrentan algo en la vida inesperado, la salud mental es importante en todas las etapas de la vida, desde la niñez hasta la vejez, de acuerdo a su edad.

La salud mental es la tranquilidad y son esenciales para nuestra capacidad colectiva e individual de pensar, de manifestar sentimientos, el interactuar con los demás, ganar el sustento y disfrutar de la vida cada día. Sobre esta base se puede estimar que la protección y el restablecimiento de la salud mental es una intranquilidad vitales de las personas, las comunidades y las sociedades de todo el mundo en general y especial las personas adultas.

Cada individuo y población, en cada momento de su existencia, tiene necesidades y riesgos que le son característicos, sea por sus atributos individuales o por su ubicación geográfica o social, que se traducen en un perfil de problemas de salud-enfermedad que afectan su realización como proyecto personal o colectivo. (Martínez, s.f).

Los diferentes cambios son importantes debido que presenta al adulto mayor en la alteración del sueño, debido la cantidad de horas destinadas para dormir se reducen y al mismo tiempo la calidad del sueño se ve afectada, en donde el adulto mayor tardan mucho más tiempo para dormirse y tienden a despertarse con más frecuencia en las horas de la madrugada (Gómez, 2011).

Según Gómez, se refiere que al llegar a la edad adulta la persona tiene alteración del sueño debiéndose a alguna molestia que padezca y se le haga imposible poder dormir de la manera adecuada como debería ser.

La situación del adulto mayor genera como la ansiedad y el estrés, las cuales pueden provocarse por diferentes factores como la pérdida de la pareja, la jubilación, , las alteraciones dadas en esta etapa, el cambio de hogar, entre otros, ya que causan un impacto negativo en la salud, (Dechent 2012).

Según Dechent, se refiere que el adulto mayor debido a un duelo no superado por la pérdida de un empleo, o de la pareja o de familiares surge las alteraciones de ansiedad y estrés.

Existe una estructura cognitiva donde genera una tendencia en procesamiento de informaciones que se denominan distorsiones cognitivas cumpliéndose el desarrollo de la ansiedad y son activadas selectivas y asociándose a un peligro en la memoria a largo plazo, Beck y Clark (2012).

Según Beck y Clark, se refiere que debido a las distorsiones cognitivas se manifiesta la ansiedad y puede ser afectada la memoria a largo plazo afectado a la persona.

Establece que el estrés podría afectar las condiciones de salud física y mental, siendo los trastornos más suspicaz aquellos que alterarían los sistemas cardiovascular, respiratorio, gastrointestinal, inmunitario, endocrinológico y muscular, además de la salud mental (Llorens, 2010).

Según Llorens, se refiere al estrés como algo delicado, debido que puede afectarse tanto la salud física como la mental afectando las diferentes partes del organismo.

Las atribuciones del individuo, en el medio laboral o extra laboral que bajo determinadas condiciones de tiempo e intensidad de exhibición generan efectos negativos en los trabajadores, en la clasificación o en los grupos y, por último, producen estrés, el cual tiene efectos a nivel emocional y cognitivo en el comportamiento laboral y social, y a nivel fisiológico (Ministerio de Protección Social, 2010).

Según Ministerio de Protección Social, establece que a las personas se les exige mucho tiempo en su área laboral puede causarles o generarle efectos que suelen ser negativos en su área que ejerzan produciendo de esta forma estrés y afectándoles emocionalmente.

El estrés laboral es un proceso dinámico de constantes cambios, que se presenta cuando los individuos perciben que no pueden manejar efectivamente sus responsabilidades y mantener en balance su trabajo y vida personal, Chin-Tsai (2013).

Según Chin-Tsai, los procesos del estrés laboral son de constantes cambios en el individuo debido que en momentos se les hace imposible poderlos manejar de la manera adecuada como se espera afectando en su área laboral como familiar.

2.2. La ansiedad en el adulto mayor

La ansiedad es una sensación humana compleja en la vida o en el día a día, ya que en algún momento de la vida llega a afectar. Se manifiesta con sensaciones de angustia, de manera fisiológica, cognitiva; en la mayoría de las veces los afectados son los adultos mayores. Se puede mencionar que la reacción o la percepción a algo que vaya a ocurrir, y que busca a protegerse de lo falso o inseguro; es un sentimiento de tensión, preocupación y síntomas físicos que comienzan a apoderarse del individuo. La importancia de tomar en cuenta que la ansiedad es patológica, en si es posible paralizarte, o una confusión.

Es importante decir que las características son diferentes, ya que el miedo, es distinto, sin embargo, se puede mencionar que prepara, de cómo defenderse. Es bueno confirmar hay que prestar atención a estos síntomas demostrar, tanto como física, algunos de estos síntomas son:

- Desvelo
- Dificultad para concentrarse
- Estabilidad
- Sudoración
- Cefalea
- Fatiga y cansancio excesivo
- Agitación
- Tensión muscular
- Malestar estomacal

En la ansiedad, los desórdenes son síntomas que se reflejan con continuidad, siendo de esta forma recientes y comprobados mencionando que muchos o podrían ser, adormecimiento en las manos y los pies, dolor de cabeza y los desórdenes les permite padecer desasosiego afectando de manera personal las relaciones interpersonales, o de sus situaciones económicas y que tiene gran dificultad para controlar esas alteraciones. Hay pocas investigaciones en la cual son afectados emocionalmente, ya que debido a su edad adulta no es la misma medicación. Donde se puede mencionar que entre estos medicamentos encontramos Xanax y Doral. Una crisis de ansiedad es una preocupación muy seria ya que puede requerir atención médica inmediata, si quien la llega a padecer no es capaz de detener sus primeros indicios. Podría tener episodios que se caracterizan por unir una serie de síntomas psicológicos y físicos que crean una “tormenta perfecta”, que puede producirse graves problemas de salud, y uno de ellos podrían ser los problemas cardíacos.

Como señala el National Institute of Mental Health (@NIMHgov), estos ataques de pánico pueden surgir de manera fulminante, es un síntoma que no avisa, sólo ocurre en los momentos que menos lo esperas y dura varios minutos. Es un cambio en el ritmo cardiaco, ocasionando palpitaciones, sudoración excesiva en las manos, sensación de ahogo o de opresión en el pecho, temblores, presión arterial “disparada”, y pérdida del conocimiento.

Algunos de los síntomas de una crisis de ansiedad, que deben disminuir lo antes posible, evitando que cualquiera situación, si quien los sufre es una persona mayor y que además, tiene alguna cardiopatía o enfermedad respiratoria, y el riesgo es también si se eleva cuando existe hipertensión arterial.

Como indican los centros especializados de clínica de la ansiedad, los síntomas pueden hacernos creer que se enfrentan a un infarto por la presencia de taquicardias, dolor en el pecho o mareos y en ocasiones pérdida del conocimiento.

La primera medida es intentar de controlar aquellos síntomas recurriendo a técnicas de respiración voluntaria, y como las que señala la Fundación Española del Corazón (cuidar corazón), y los procedimientos de concentración mental que procuran que la persona procuren pensar de forma positiva y expulsar las ideas catastróficas. Es lamentablemente, decir que una crisis de ansiedad no siempre es posible mantener un autocontrol, ya que si los síntomas se agudizan, es fundamental recibir ayuda médica porque, debido aunque el origen del problema esté en la mente, realmente el organismo está sufriendo una fase de alto riesgo que le podría costar la vida en un momento dado.

El tomar algún medicamento específico, como podemos referir que los ansiolíticos, puede resultar indispensable y siempre será un profesional sanitario quien lo autoriza. La mayoría de los adultos mayores siguen una medicación para patologías crónicas que padecen, por lo que los fármacos efectivos ante una crisis de ansiedad han de ser los que el médico considere pertinente, teniendo en cuenta

esta condición y de esta forma, evitarás reacciones adversas o interacciones negativas entre medicamentos.

Cuando las crisis de pánico son periódicamente, además del tratamiento farmacológico, las terapias psicológicas resultan fundamentales para detectar el origen del problema y buscar una solución adecuada para el paciente.

La ansiedad se define como aquellas experiencias vividas durante la infancia pudiendo producir mucho temor a alguna situación, ya que se refleja en cada momento de la vida al hacer un examen, una entrevista de trabajo o por decir en momentos desagradables de la vida cotidiana.

Los trastornos de ansiedad son tan frecuentes y lo pueden padecer hombres como mujeres; en estudios realizados las mujeres están más propensa a angustiarse ya sea por factores genéticos y ya sea por el ambiente que las rodean o eventos que se le presente en el día cotidiano.

2.3.1. Factores a riesgo predisponentes

- Antecedentes familiares: existe un factor familiar en el desarrollo de algunos trastornos de ansiedad, lo que implica que si una persona tiene alguno de estos trastornos sus familiares poder tener más probabilidad de tenerlo también y esto no quiere decir que los hijos de una persona con un trastorno de ansiedad lo desarrollen debido que podrían desarrollarlo de igual forma.

2.3.2. Factores a riesgos desencadenantes

- Estrés. Son las reacciones fisiológicas que se dan en nuestros organismos debido al exceso de trabajo.
- Personalidad. Una características, que en ocasiones puede ayudar a desarrollar un trastorno de ansiedad y es en la "forma de ser" de una

persona. Las personas con una tendencia a la inhibición y la timidez pueden tener una mayor tendencia a desarrollar trastornos de ansiedad.

2.4. Síntomas de la ansiedad

Estos pueden variar debido que se presentan a diario debido que en ocasiones no son tomados en cuenta en ciertas cosas que le afectan emocionalmente debido a su edad adulta.

2.5 Estrés laboral en el adulto mayor

El significado original de la palabra "estrés" es "fuerza o peso causado por presión", si hablamos de las personas adultas son los más afectados .hasta cierto punto y hay ocasiones que no queremos darnos cuenta o por decir aceptar lo que está ocurriendo. La que se puede comentar es la enfermedad debido a su edad adulta; se puede observar que se origina cansancio en lo que hacen, estado de ansiedad y además su afectación de deterioro en la salud.

El Estrés es una tensión provocada por situaciones agobiantes que originan reacciones psicosomáticas o trastornos psicológicos a veces graves (Diccionario de la Real Academia Española, 2012).

Según el Diccionario de la Real Academia Española, define estrés como situaciones agobiantes que se origina con las reacciones psicosomáticas o trastornos psicológicos.

El estrés laboral es la respuesta física y emocional a un daño causado por un desequilibrio entre las exigencias percibidas y los recursos y capacidades percibidos de un individuo para hacer frente a esas exigencias, (OIT, 2016).

Según la OIT, define al estrés laboral a los diferentes daños causados por las emociones por el desequilibrio de las exigencias laborales percibidas de un individuo.

Como solución al estrés donde se va desencadenando con un síntoma del cuerpo; debido que se sienten vulnerables, cuando se es un adulto mayor se deben enfrentar en ocasiones a esperas e intranquilidad en algunas situaciones son bastantes desfavorables. Ya que algunos enfrentan estados emocionales de acuerdo con su edad y el simple hecho de no poder resolver les afectan su salud, y se sienten que no pueden ser capaces de desenvolverse adecuadamente.

Hay fases, que pueden llegar a ser diferente, sin mencionar la angustia la que es posible manejarla solo con dejar de hacer lo que se hacía antes colaborar creando momentos más llevaderos. También, es de gran ayuda y favorable ejercitarse para que el organismo se desconecte de las tensiones al interactuar con otras personas.

Se refiere a un estrés positivo a las reacciones reflejadas de un sujeto que no perjudican la salud integral; y cuando se refleja es estrés negativo, se identifica interfiriendo al sujeto y se va reflejando por medio del trastorno del sueño, taquicardia, depresión y la ansiedad.

CAPÍTULO III

CAPÍTULO III. MARCO METODOLÓGICO

3.1. Diseño de investigación

La investigación se realizó bajo un diseño no experimental tomando en cuenta las respuestas brindadas por un grupo de empleados adultos mayores del Ministerio de Obras Públicas Talleres David.

Se trabajó bajo un enfoque de tipo cuantitativo, pues se aplicó un instrumento para verificar el estrés laboral y otro sobre la ansiedad. Estos se analizaron estadísticamente para corroborar, la relación entre ambas variables y comprobar a su vez la hipótesis de investigación.

- Tipo de estudio

El tipo de estudio es descriptivo, ya que se llevará a cabo una descripción de los resultados del instrumento aplicado a los adultos mayores que trabajan en el MOP (Talleres) David Chiriquí. Con el mismo se evaluarán las variables referidas al estrés laboral y la ansiedad. También, es de carácter transversal, debido a que el estudio se llevó a cabo en el periodo comprendido entre 2020 y 2021.

3.2. Población o universo

“La población, es la totalidad del fenómeno a estudiar, en donde las unidades de la población poseen una característica común, la cual se estudia y da origen a los datos de investigación; de acuerdo a Pineda (2010)”, la población se refiere al conjunto para el cual serán válidas las conclusiones que se obtengan; sean los elementos o unidades (personas, instituciones o cosas) involucradas en la investigación.

La población es de ciento veinte nueve (129), personas entre hombres y mujeres que laboran en el Ministerio de Obras Públicas Talleres David

- Sujetos o muestras

La investigación, se llevará cabo con catorce (14), sujetos de personas adultas mayores que laboran el Ministerio de Obras Públicas de los Talleres de David, dando pertenencia a la información referida por los mismo, los cuales al ser analizados reflejaran la explicación de la problemática.

Los criterios de inclusión para la muestra fueron:

Los sujetos con mayor edad tomando en cuenta sus años de servicios y su edad de jubilación, que pudiesen presentar ansiedad y estrés laboral.

Los criterios exclusión para la muestra fueron:

Los sujetos con menor edad con menos años de servicios, que no reflejen ansiedad y estrés laboral.

- Tipo de muestras estadísticas

El muestreo intencional (también conocido como muestreo selectivo o subjetivo) es una técnica de muestreo en la que el investigador se basa en su propio juicio al elegir a los miembros de la población que participarán en el estudio. Es un método de muestreo sin probabilidad y se produce cuando los elementos seleccionados para la muestra son elegidos a juicio del investigador. Se refiere que el presente estudio es de tipo intencional, pues se estudió a aquellos que consintieron ser parte de la investigación.

El muestreo es intencional debido a que sólo participaron en la investigación, catorce (14), sujetos que admitieron el consentimiento hablado, en este sentido, la saturación de información reflejada por los mismos, permitirán la explicación y reconocimiento del estudio.

3.3. Variables

- Definición operacional de la variable ansiedad:

Se ha definido operacionalmente utilizando como dimensiones y variables, consecuencias, causas y características de los que se han extraído del cuestionario:

- Preocupación excesiva
- Mal humor con los compañeros
- Intranquilidad
- Decisión de irse a casa
- Experimenta fatiga
- Sudoración
- Concentración
- Indicaciones del trabajo

Se han definido los indicadores tales como:

- Sentirse irritable en el trabajo
- Sentirse irritable ante sus superiores
- Imposibilidad
- Miedo incontrolable
- Temor
- Temor a ser juzgado
- Vergüenza
- Humillación
- Evitar eventos sociales

Contenido en un cuestionario de encuesta de 1 a 16 y, que responde a los criterios de ponderación del 5 al 1.

- Siempre .5
- Casi siempre .4
- Algunas veces .3
- Casi nunca .2
- Nunca.1

Para responder a los dos objetivos específicos planteados al inicio de la investigación y que se refiere a describir las consecuencias que se refleja en la ansiedad y cuáles son las posibles causas de ansiedad de los adultos mayores, características y consecuencias.

Definición operacionalmente de estrés laboral se ha realizado a través del desglose de la misma utilizando la sub-variable, signos y síntomas de estrés laboral, de lo que se han extraído 16 indicadores detallado de la siguiente manera:

- Exceso de trabajo
- Ausencias
- Reconocimiento de recompensa
- Intranquilidad en el área de trabajo
- Rodearse de superiores o compañeros
- Falta de control en el resultado del trabajo
- Toma de decisiones
- Estabilidad laboral
- Prejuicio de edad, raza y origen étnico
- Exposición a violencia
- Condiciones físicas desagradables
- Disposición de mostrar el talento

- Omisión de errores
- Preocupación por trabajar
- Trabajo después de jubilado
- Pensamiento de estrés por el trabajo

Contenido en un cuestionario de encuesta de la pregunta 1 a la 16, y que responde al criterio de ponderación de una escala del 5 al 1.

- Siempre .5
- Casi siempre .4
- Algunas veces .3
- Casi nunca .2
- Nunca .1

Para responder al objetivo específico, describir los signos y síntomas del estrés laboral.

3.4. Instrumentos o técnicas de recolección de datos

Para la recolección de datos se utilizó un cuestionario de encuesta de 32 preguntas cerradas que responde a criterios de ponderación en escala (siempre.5, casi siempre.4, algunas veces .3, casi nunca .2 y nunca .1). Aplicado a la muestra de 14 participantes de adultos mayores de Ministerio de Obras Públicas, Talleres David. Por lo tanto, es importante enfatizar que debido a la Pandemia se han tenido que tener los cuidados requeridos por el MINSA 2020, según las normas de seguridad, manteniendo un metro de distancia y con las respectivas mascarillas haciendo entrevista y las encuestas de cuestionarios individuales para un mejor cuidado para la salud tanto del adulto mayor como el de mi persona.

Por ello, el cuestionarios y la observación de algunas actitudes en el momento de la aplicación de las personas de manera individual para poder lograr el objetivo

de investigación como señala, Hurtado (2012), que “la recolección de información permite dar respuesta al enunciado contenido en las pregunta de investigación, y, en consecuencia, alcanzar tanto el objetivo general como los objetivos específicos.

3.5. Procedimiento

A continuación se mencionan las fases en la investigación para desarrollar el estudio:

Fase N° 1

- Elaboración y desarrollo del problema de la investigación.
- Fundamentación del Marco Teórico, apoyado en el desarrollo bibliográfico.
- Elaboración del marco metodológico, punto donde se expone el diseño de la investigación, la población y muestra e instrumento de estudio.
- Validación del instrumento, mediante el consentimiento informado.
- Valoración de los aspectos éticos y de confiabilidad al encuestado.

Fase N° 2

- Revisión del instrumento (guía de encuesta de cuestionario) y su aplicación a los adultos mayores del Ministerio de Obras Públicas, Talleres David.
- De igual forma, la investigadora se apoyó a través del consentimiento informado, con el fin de que el encuestado consienta ser estudiado.
- Los cuestionarios de encuesta se les aplicó a los adultos mayores en dos días, debido a su edad y querían que fuesen rápida las encuestas, ya que ellos consideraban que no era necesario hacerles las respectivas encuestas y mientras otros fueron muy colaboradores y pacientes.

Considerando que la mayoría de los adultos mayores trabajan en calles en sus diferentes asignaciones.

Fase N° 3

- Tabulación de datos, presentación de resultados a través de datos numéricos con los que se plasmaron los hallazgos encontrados en el escenario escogido para esta investigación y con los que se logró extraer conclusiones y sugerir recomendaciones.

CAPÍTULO IV

CAPÍTULO IV. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

En el siguiente cuadro se presentan los resultados, tomando en consideración las categorías que se encontraron y la explicación de cada una de ellas; según los departamentos encuestados. Según Arias (2014), el objetivo del análisis y discusión de los resultados “es buscar una respuesta más amplia a las respuestas mediante su comparación con otros conocimientos disponibles: generalizaciones, leyes o teorías.

Dentro de este orden de ideas, el análisis de los resultados consiste en la interpretación determinada por el investigador, con el propósito de manifestar con sus propias palabras los resultados arrojados.

4.1. Datos generales de los adultos mayores.

Para poder consultar la población adulta, se tomó muestra de diferentes departamentos donde laboran, cada adulto mayor, para que la investigación tuviera más lógica al hacerla por medio de encuesta de cuestionario de dieciséis (16) ítems.

Cuadro N°1. Departamentos de talleres del ministerio de obras públicas de David; edades, sexo y la cantidad de encuestado.

Departamento	Edad	Sexo	Cantidad
Puente	59	F	1
Recursos humanos	62 Y 65	M Y F	2
Talleres	62	M	1
Mantenimientos	60 Y 63	M	2
Seguridad	61	F	1
S. E. C.	62	M	1
Drenaje fluvial	57 Y 65	F Y M	2
Despacho	62	M	1
Almacén	64	M	1
Mensajería	58	F	1
Bienestar social	62	M	1

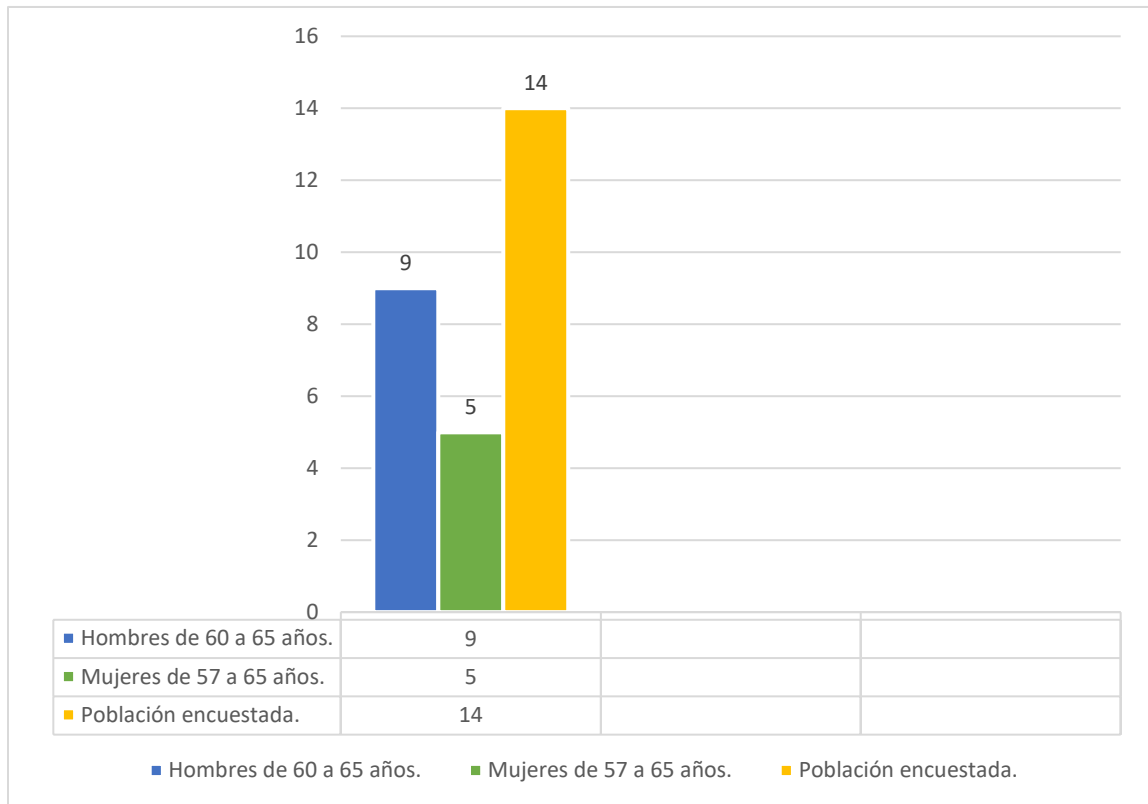
Total 14

Datos recolectados con el instrumento aplicado como: 2020

Se encuestaron cinco (5) mujeres en rango de edad de cincuenta y siete (57) a sesenta y cinco (65) años y nueve (9) hombres en rango de edad de sesenta (60) a setenta (70) años que hacen un total de catorce (14) muestras, procurando que fueran dos de cada departamento o uno si fuese posible. Donde se detallará los diferentes departamentos.

A continuación, la primera gráfica con la población adulta mayor que labora en los Talleres del Ministerio de Obras Públicas de David, la población, mujeres y hombres.

Gráfica N°1. Rango de edades de las muestras seleccionadas para el estudio de los adultos mayores que laboran en el Ministerio de Obras Públicas, Talleres David.



Datos recolectados edades con el instrumento como: 2020

La población encuestada consta de cinco (5) mujeres en un rango de edades de 57 a 65 años de edad y nueve (9) hombres en un rango de edad de 60 a 65 años de edad. Tomando las muestras de once departamentos que se definirán a continuación.

Cuadro N° 2. A continuación los diferentes departamentos encuestados:
(adulto mayor, edad, sexo, departamento y cargo)

Adulto Mayor	Edad	Sexo	Departamento	Cargo
1	64	M	Almacén	Encargado
2	62	M	Bienestar social	Ayudante general
3	62	M	Despacho	Operador de equipo Pesado
4	57	F	Drenaje fluvial	Secretaria
5	65	M	Drenaje fluvial	Ayudante general
6	60	M	Mantenimiento	Inspector de proyecto
7	63	M	Mantenimiento	
8	58	F	Mensajería	Correspondencia
9	59	F	Puente	Secretaria
10	65	F	Recursos humanos	Personal
11	62	M	Recursos humanos	Personal
12	62	M	Sección de evaluación de control	Oficinista
13	61	F	Seguridad	Secretaria
14	62	M	Talleres	Mantenimiento de Equipo

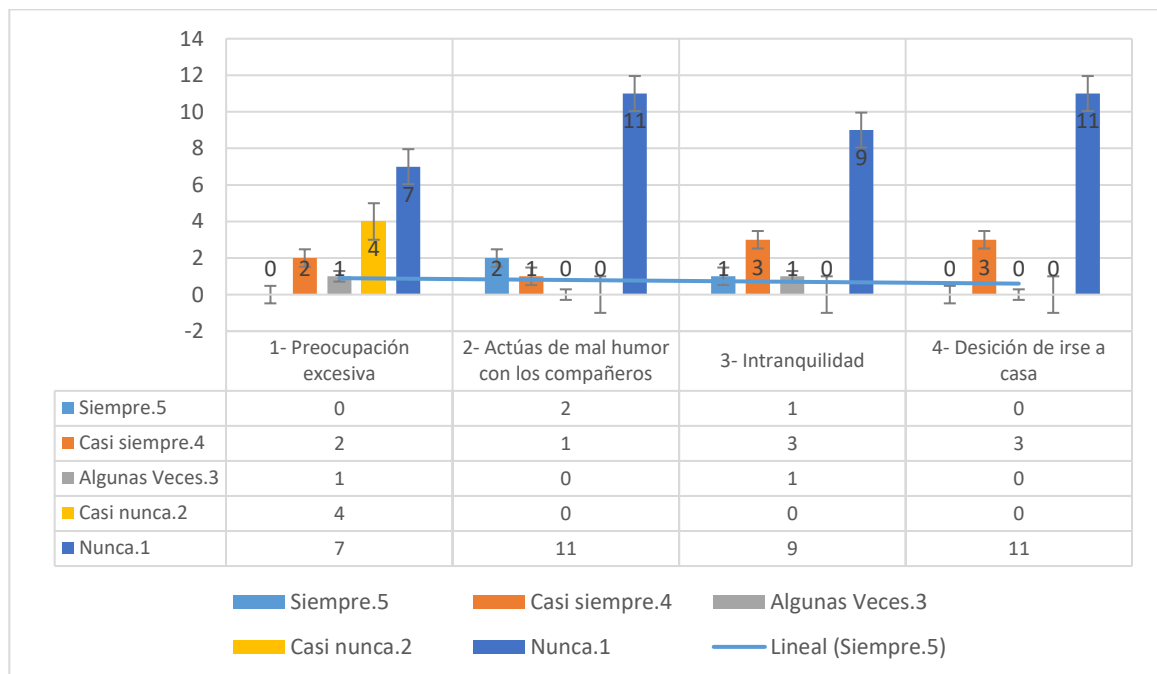
Fuente: Datos de los diferentes departamentos encuestados, : 2020

Los diferentes departamentos encuestados en la que las muestras tomadas fueron de dos y una persona debido a la contingencia muchos adultos estaban en calles laborando. Las encuestas de cuestionarios contienen dieciséis (16) ítems.

4.2 Consecuencias que se reflejan en la ansiedad de los adultos mayores del Ministerio de Obras Públicas Talleres David.

Para dar respuesta al primer objetivo específico, que se ha planteado en esta investigación y que se refiere a identificar el grado de ansiedad del adulto mayor del Ministerio de Obras Públicas Talleres David, se presentan los resultados producto del instrumento aplicado tomando en cuenta como indicadores

Gráfica N° 2. Encuesta de ansiedad en adultos mayores que laboran en el Ministerio de Obras Públicas, Talleres David de acuerdo con sentir preocupación excesiva, mal humor, intranquilidad y decisión de irse a casa.



Fuente: Datos recopilados con el instrumento aplicado, 2020

En la muestra tomada a catorce (14) personas adultas se puede apreciar los ítems, más relevante, del uno (1) al cuatro (4), se puede mencionar que:

- Once (11), opinan que nunca actúan de mal humor.
- Once (11), nunca toman la decisión de irse a casa.
- Nueve (9), adultos mayores consideran que nunca llegaron a sentirse intranquilos.
- Siete (7), nunca sintieron preocupación excesiva.

Considerando los ítems menos relevantes fueron los siguientes:

- Preocupación excesiva:

Casi nunca cuatro (4), casi siempre dos (2) y algunas veces uno (1) y casi nunca cero (0).

- Actúas de mal humor:

Siempre dos (2), casi siempre uno (1), algunas veces cero (0) y casi nunca cero (0).

- Sentirse intranquilo:

Casi siempre tres (3), siempre uno (1), algunas veces uno (1) y casi nunca cero (0).

- Decisión de irse a casa:

Casi siempre tres (3), siempre cero (0), algunas veces cero (0) y casi nunca cero (0).

Esto es indicador que el grado de ansiedad del adulto mayor que trabaja en el MOP se centra en aspectos que tienen que ver con el mal humor, la intranquilidad, la preocupación excesiva y los deseos incontrolables de irse a casa cuando le sucede algo que no puede controlar.

Cuadro Nº 3. A continuación se definirán los ítems más relevantes.

Ítems	Cantidad encuestado	Total de personas encuestados	Total del porcentaje %
Preocupación excesiva (nunca.1)	7	14	50 %
Mal humor con los compañeros (nunca.1)	11	14	78 %
Intranquilidad (nunca.1)	9	14	64 %
Decisión de irse a casa (nunca.1)	11	14	78 %

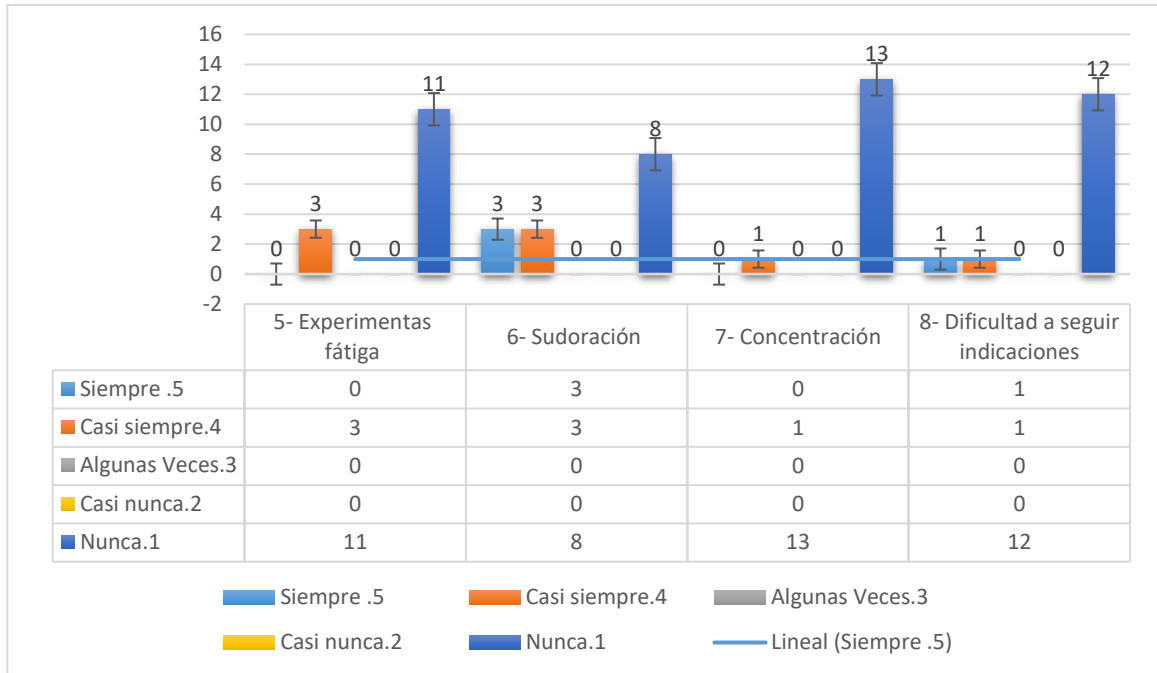
Fuente: Datos recopilados con el instrumento aplicado, 2020

En el cuadro N° 3, se observa la valoración porcentual de los ítems más relevantes:

- Actúas de mal humor (nunca.1) 78%
- Decisión de irse a casa (nunca.1) 78%
- Sentirse intranquilo (nunca.1) 64%
- Preocupación excesiva (nunca.1) 50%

En definitiva, actuar de mal humor y los deseos incontrolables de irse a casa indican el grado de ansiedad de estas personas adultas mayores, que ya trabajaron suficiente y que merecen un descanso.

Gráfica N° 3. Encuesta de ansiedad en adultos mayores que laboran en el Ministerio de Obras Públicas, Talleres David de acuerdo a experimentas fátiga, sudoración, concentración y dificultad a seguir indicaciones.



Fuente: Datos recopilados con el instrumento aplicado, 2020

En la muestra tomada a dieciséis (14) personas adultas se puede apreciar los ítems, más relevante, del cinco (5) al ocho (8), en los que se aclara que:

- Trece (13), consideran que concentrarse le causa impaciencia.
- Doce (12), que les dificulta seguir indicaciones.
- Once (11), consideran que experimentan fatiga o estado emocional.
- Ocho (8), consideran que se preocupan en el trabajo.

Con respecto a estos ítems se demuestra con los resultados que a los adultos mayores que trabajan en el MOP, la falta de concentración, en la dificultad por seguir indicaciones de un jefe, la fatiga o estado emocional y las preocupaciones

por cumplir a cabalidad su trabajo, indican ansiedad en estas personas que ya cumplieron su ciclo laboral.

Considerando los ítems menos relevantes fueron los siguientes:

- Experimentas fatiga:

Casi siempre tres (3), siempre cero (0), algunas veces cero (0) y casi nunca cero (0).

- Sudoración:

Siempre tres (3), casi siempre tres (3), algunas veces cero (0) y casi nunca cero (0).

- Concentración:

Casi siempre uno (1), siempre cero (0), algunas veces cero (0) y casi nunca cero (0).

- Dificultad a seguir indicaciones:

Siempre uno (1), casi siempre uno (1), algunas veces cero (0) y casi nunca cero (0).

Es evidente, en resumidas cuentas, que el estrés laboral causa en una persona de la tercera edad ansiedad, pese a la mucha experiencia que tenga. En este caso en particular estos trabajadores lo evidencian: al sentir fatiga debido por su estado emocional, por la falta de concentración, dificultad para seguir indicaciones y preocupación excesiva por dar lo mejor en su puesto de trabajo.

Cuadro N° 4. A continuación se definirán los ítems más relevantes.

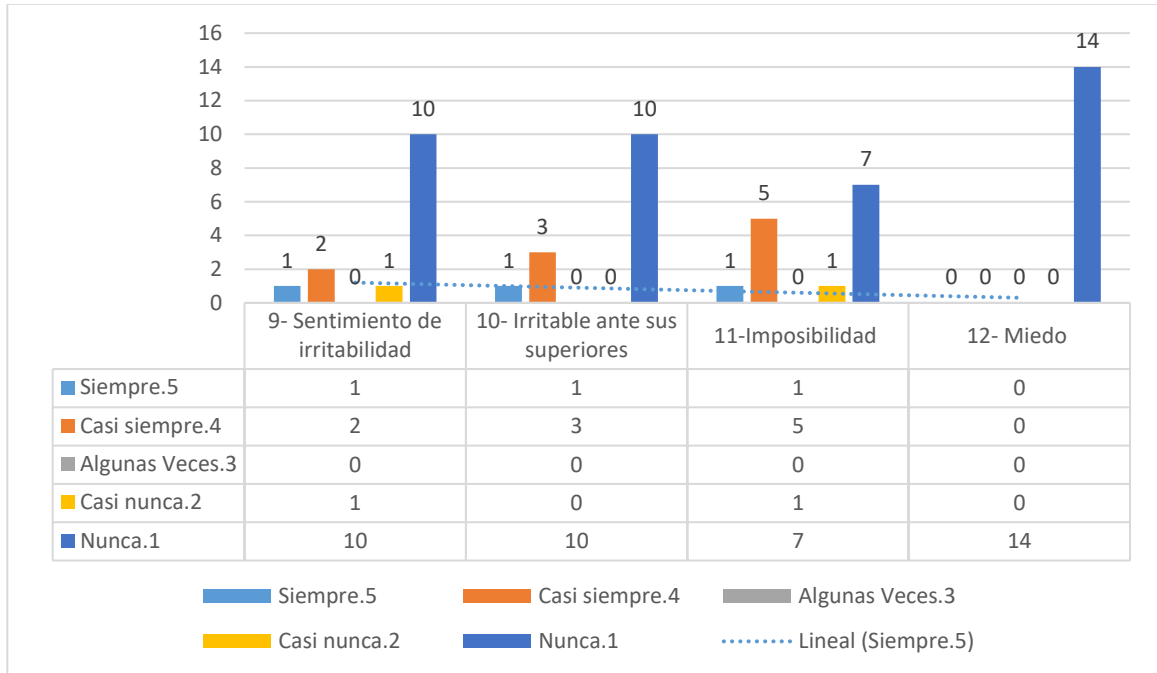
Ítems	Cantidad encuestado	Total de personas encuestados	Total del porcentaje %
Experimentas fatiga (nunca.1)	11	14	78 %
Sudoración (nunca.1)	8	14	57 %
Concentración (nunca.1)	13	14	92 %
Dificultad a seguir indicaciones (nunca.1)	12	14	85 %

Fuente: Datos recopilados con el instrumento aplicado, 2020

En este cuadro N°4 Se puede observar la valoración porcentual de los siguientes más relevantes:

- Experimentas fatiga (nunca.1), 78%.
- Sudoración (nunca.1), 57%.
- Concentración (nunca.1), 92%
- Dificultad a seguir indicaciones (nunca.1), 85%

Gráfica N° 4. Encuesta de ansiedad en adultos mayores que laboran en el Ministerio de Obras Públicas, Talleres David de acuerdo a sentimiento de irritabilidad, irritable ante sus superiores, imposibilidad y miedo.



Fuente: Datos recopilados con el instrumento aplicado, 2020

En la muestra tomada a dieciséis (14) personas adultas se puede apreciar los ítems, más relevante, del nueve (9) al doce (12), se puede mencionar que:

- Catorce (14), consideran que nunca tuvieron miedo.
- Diez (10), consideran que nunca hay sentimiento de irritable.
- Diez (10), nunca se sintieron irritable ante sus superiores.
- Siete (7) consideran que nunca tuvieron imposibilidad.

Los ítems menos relevantes fueron los siguientes:

- Sentimiento de irritable:

Casi siempre dos (2), siempre uno (1), casi nunca uno (1) y algunas veces cero (0).

- Irritable ante sus superiores:

Casi siempre tres (3), siempre uno (1), algunas veces cero (0) y casi nunca cero (0).

- Imposibilidad:

Casi siempre cinco (5), siempre uno (1), casi nunca uno (1) y algunas veces cero (0).

- Miedo:

Siempre cero (0), casi siempre cero (0), algunas veces cero (0) y casi nunca cero (0).

Cuadro N° 5. A continuación se presentan los ítems más relevantes

Ítems	Cantidad encuestado	Total de personas encuestados	Total del porcentaje %
Sentimiento de irritable (nunca.1)	10	14	71 %
Irritable ante sus superiores (nunca.1)	10	14	71 %
Imposibilidad (nunca.1)	7	14	50 %
Miedo incontrolable (nunca.1)	14	14	100 %

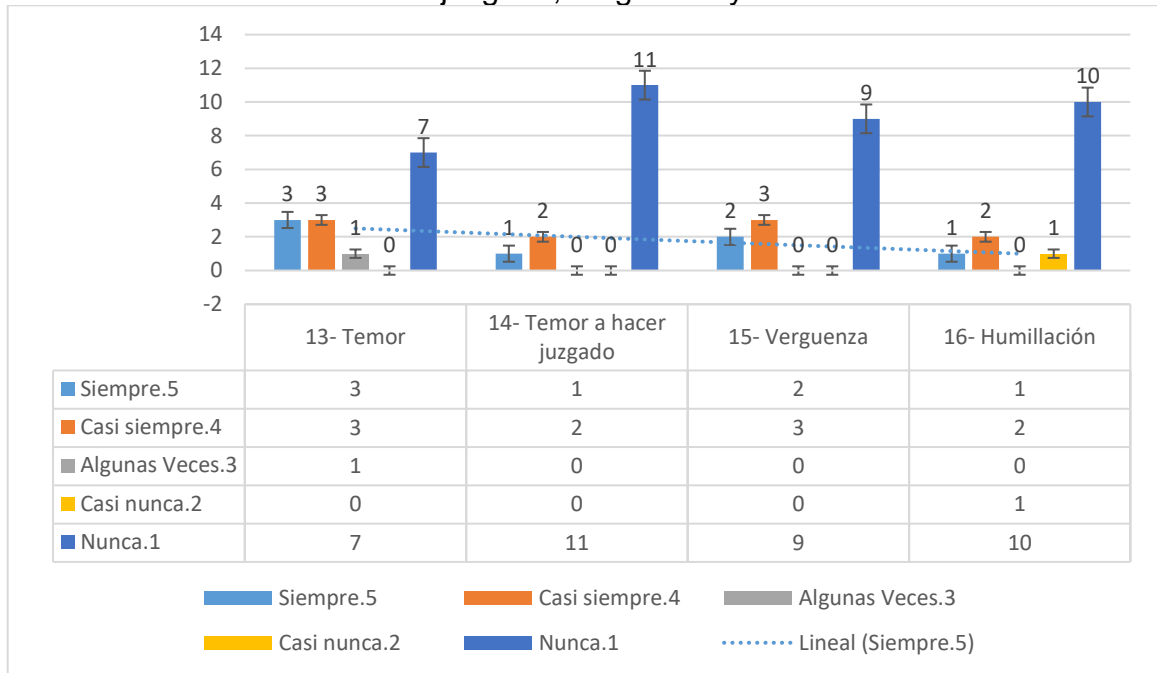
Fuente: Datos recopilados con el instrumento aplicado, 2020

En esta cuadro N° 5. En esta tabla, se observa la valoración porcentual de los aspectos más relevantes:

- Sentimiento irritable (nunca.1), 71%
- Irritable ante sus superiores (nunca.1), 71%
- Imposibilidad (nunca.1), 50%
- Miedo (nunca.1), 100%

Los encuestados en alto porcentaje consideran que nunca tuvieron miedo incontrolable, que no hay tiempo para descansar, la irritabilidad ante sus jefes nunca se da y que a veces es difícil conciliar el sueño, es evidente que estos indicadores no causan ansiedad en los encuestados dentro de su contexto laboral.

Gráfico N° 5. Encuesta de ansiedad en adultos mayores que laboran en el Ministerio de Obras Públicas, Talleres David de acuerdo a temor, temor a hacer juzgado, vergüenza y humillación.



Fuente: Castillo I, 17 de noviembre de 2020

En la muestra tomada a dieciséis (14) personas adultas se puede apreciar los ítems, más relevante, del trece (13) al dieciséis (16), se puede mencionar que:

- Once (11), consideran tener temor a hacer juzgado.
- Diez (10) consideran que nunca sintieron humillación.
- Nueve (9) consideran que nunca sienten vergüenza.
- Siete (7) consideran que nunca sienten temor.

Los ítems menos relevantes fueron los siguientes:

- Temor:

Siempre tres (3), casi siempre tres (3), algunas veces uno (1) y casi nunca cero (0).

- Temor a hacer juzgado:

Casi siempre dos (2), siempre uno (1), algunas veces cero (0) y casi nunca cero (0).

- Vergüenza:

Casi siempre tres (3), siempre dos (2), algunas veces cero (0) y casi nunca cero (0).

- Humillación:

Casi siempre dos (2), siempre uno (1), casi nunca uno (1) y algunas veces cero (0).

Cuadro N° 6. A continuación, se presentan los ítems más relevantes

Ítems	Cantidad encuestado	Total de personas encuestados	Total del porcentaje %
Temor (nunca.1)	7	14	50 %
Temor hacer juzgado (nunca.1)	11	14	78 %
Vergüenza (nunca.1)	9	14	64 %
Humillación (nunca.1)	10	14	71 %

Fuente: 24 de noviembre de 2020

En este cuadro N° 6, se puede observar la valoración porcentual de los aspectos más relevantes:

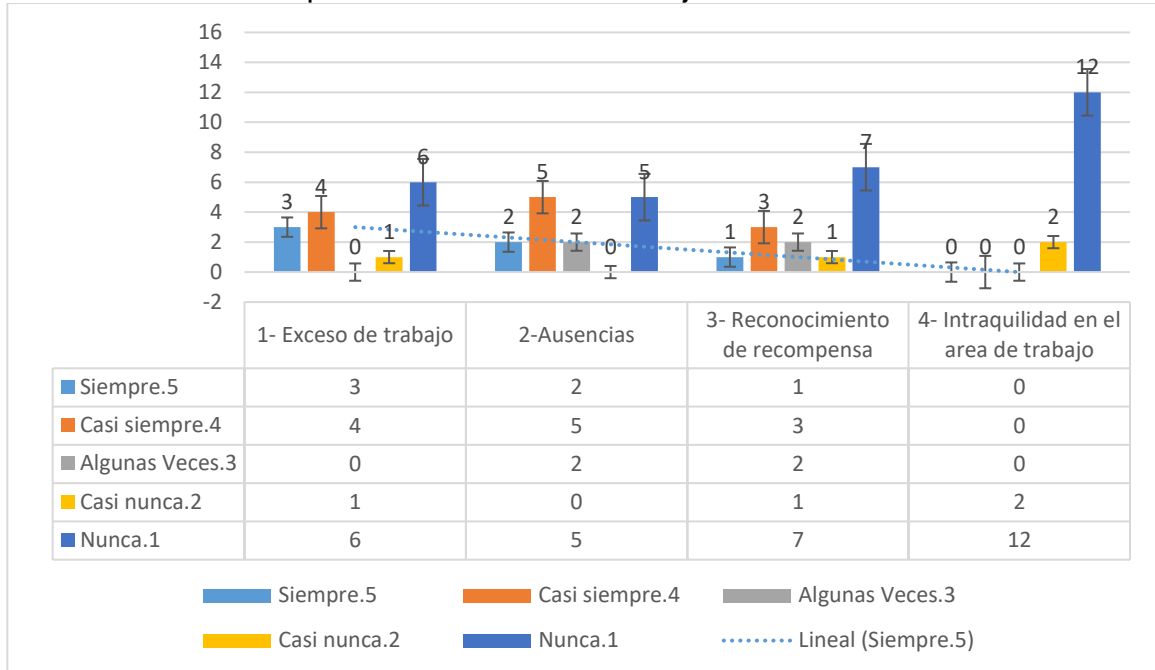
- Temor (nunca.1), 50%.
- Temor a hacer juzgado (nunca.1), 78%
- Vergüenza (nunca.1), 64%.
- Humillación (nunca.1), 71%.

Según los datos recogidos los encuestados tienden a sentir ansiedad en su trabajo cuando alguien los juzga mal, los avergüenzan o humillan por lo que evitan ir a eventos sociales organizado en la institución, pues esto les causa un poco de preocupación o temor.

4.3 Signos o síntomas existentes del estrés laboral de los adultos mayores.

Causas que provocan los signos o síntomas del estrés laboral en el adulto mayor del Ministerio de Obras Públicas Talleres David, para responder al segundo objetivo específico y que se refiere, a determinar las causas que provocan el estrés, a estos trabajadores se procede a detallar los resultado producto del cuestionario de encuesta aplicado, tomando como indicadores a continuación los resultados son los siguientes:

Gráfica N° 6. Encuesta de estrés laboral en adultos mayores que laboran en el Ministerio de Obras Públicas, Talleres David de acuerdo a exceso de trabajo, ausencias, reconocimiento de recompensa y intranquilidad en el área de trabajo.



Fuente: Datos recopilados con el instrumento aplicado, 2020

En la muestra tomada a catorce (14) personas adultas se puede apreciar los ítems, más relevante, del uno (1) al cuatro (4), se puede mencionar que:

- Doce (12), consideran que nunca sienten intranquilidad en el área de trabajo.
- Siete (7), consideran que nunca hay reconocimiento de recompensa.
- Seis (6), consideran que nunca hay exceso de trabajo.
- Cinco (5), consideran pocas veces hay ausencias.

Los ítems menos relevantes fueron los siguientes:

- Exceso de trabajo:

Casi siempre cuatro (4), siempre tres (3), casi nunca uno (1) y algunas veces cero (0).

- Ausencias:

Siempre dos (2), algunas veces dos (2) y casi nunca cero (0).

- Reconocimiento de recompensa:

Casi siempre tres (3), algunas veces dos (2), siempre (1) y casi nunca uno (1).

- Intranquilidad en el área de trabajo:

Casi nunca dos (2), siempre cero (0), casi siempre cero (0) y algunas veces cero (0).

Cuadro N° 7. A continuación, se presentan los ítems más relevantes

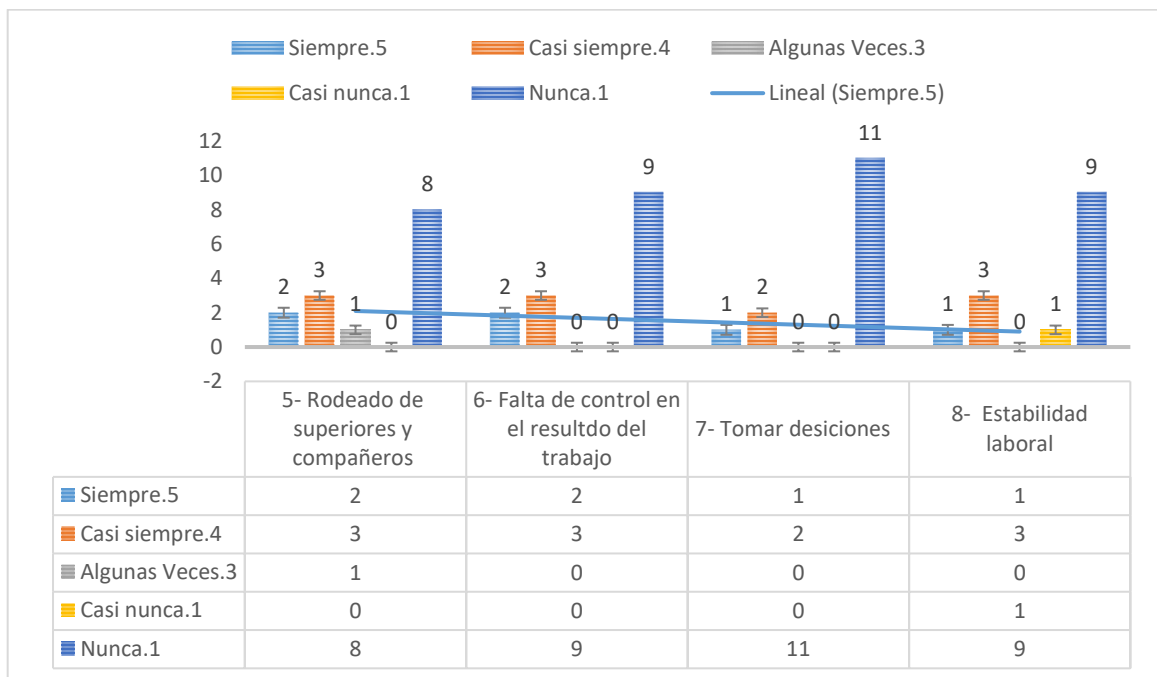
Ítems	Cantidad encuestado	Total de personas encuestados	Total del porcentaje %
Exceso de trabajo (nunca.1)	6	14	42 %
Ausencias (algunas veces y casi nunca.1)	5	14	35 %
Reconocimiento de recompensa (nunca.1)	7	14	50 %
Intranquilidad en el área de trabajo (nunca.1)	12	14	85 %

Fuente: Datos recopilados con el instrumento aplicado, 2020

En este cuadro N° 7 se observa la valoración porcentual de los aspectos más relevantes:

- Exceso de trabajo (nunca.1), 42%.
- Ausencias (pocas veces y nunca.1), 35%.
- Reconocimiento de recompensa (nunca.1), 50%.
- Intranquilidad en el área de trabajo (nunca.1), 85%.

Gráfico N° 7. Encuesta de estrés laboral en adultos mayores que laboran en el Ministerio de Obras Públicas, Talleres David de acuerdo a rodeado de superiores y compañeros, falta de control en el resultado del trabajo, tomar decisiones y estabilidad laboral.



Fuente: Datos recopilados con el instrumento aplicado, 2020

En la muestra tomada a catorce (14) personas adultas se puede apreciar los ítems, más relevante, del cinco (5) al ocho (8).

- Once (11), algunos consideran que nunca al tomar decisiones.
- Nueve (9), consideran no tener nunca falta de control el resultado del trabajo.
- Nueve (9), establecen que nunca hay poca estabilidad laboral.
- Ocho (8), consideran que nunca al estar rodeado de superiores y compañeros.

Considerando los ítems menos relevantes fueron los siguientes:

Rodearse de superiores y compañeros:

Casi siempre tres (3), siempre dos (2), algunas veces uno (1) y casi nunca cero (0).

Falta de control en el resultado del trabajo:

Casi siempre tres (3), siempre dos (2), algunas veces cero (0) y casi nunca cero (0).

Tomar decisiones:

Casi siempre dos (2), siempre uno (1), algunas veces cero (0) y casi nunca cero (0).

Estabilidad laboral:

Casi siempre tres (3), siempre uno (1), casi nunca uno (1) y algunas veces cero (0).

Cuadro N° 8. A continuación, se presentan los ítems más relevantes:

Ítems	Cantidad encuestado	Total de personas encuestados	Total del porcentaje %
Rodeado de superiores y compañeros (nunca.1)	8	14	57 %
Falta de control en el resultado del trabajo (nunca.1)	9	14	64 %
Tomar decisiones (nunca.1)	11	14	78 %
Estabilidad laboral (nunca.1)	9	14	64 %

Fuente: Datos recopilados con el instrumento aplicado, 2020

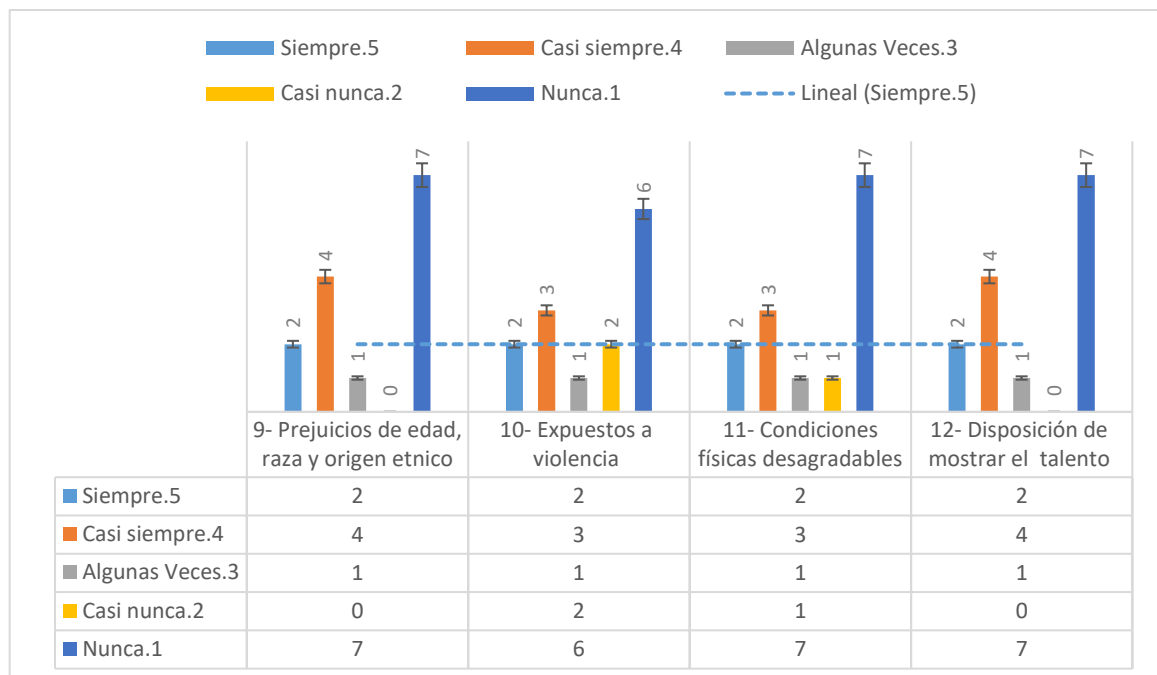
En este cuadro N° 8, se observa la valoración porcentual de los aspectos más relevantes:

- Rodearse de superiores y compañeros (nunca.1), 57%.
- Falta de control en el resultado del trabajo (nunca.1), 64%.
- Tomar decisiones (nunca.1), 78%.
- Estabilidad laboral (nunca.1), 64%

4.4 Niveles de ansiedad que se asocian al estrés laboral del adulto mayor del Ministerio Obras Públicas talleres David

Para responder al tercer objetivo específico se procede a detallar los resultados que permiten reconocer estos niveles de ansiedad, se utilizó como indicadores para reconocer estos niveles de ansiedad y se muestran los resultados a continuación:

Gráfica N° 8. Encuesta de estrés laboral en adultos mayores que laboran en el Ministerio de Obras Públicas, Talleres David de acuerdo a prejuicios de edad, raza y origen étnico, expuestos a violencia, condiciones físicas desagradables y disposición de mostrar el talento.



Fuente: Datos recopilados con el instrumento aplicado, 2020

En la muestra tomada a catorce (14) personas adultas se puede apreciar los ítems, más relevante, del nueve (9) al doce (12), se puede mencionar que:

- Siete (7), consideran que nunca estuvieron expuestos a prejuicios por la edad, raza y origen étnico.
- Siete (7), consideran que nunca estuvieron en condiciones físicas desagradables.
- Siete (7), dicen que nunca tuvieron la disposición de mostrar el talento.
- Seis (6), consideran que nunca estuvieron expuestos a violencia.

Considerando los ítems menos relevantes fueron los siguientes:

- Prejuicios de edad, raza y origen étnico:

Casi siempre cuatro (4), siempre dos (2), algunas veces uno (1) y casi nunca cero (0).

- Exposición a violencia:

Pocas veces tres (3), siempre dos (2), casi nunca dos (2) y algunas veces uno (1).

- Condiciones físicas desagradables:

Casi siempre tres (3), siempre dos (2), algunas veces uno (1) y casi nunca uno (1).

- Disposición de mostrar el talento:

Casi siempre cuatro (4), siempre dos (2), algunas veces uno (1) y casi nunca cero (0).

Cuadro N° 9. A continuación se presentan los ítems más relevantes:

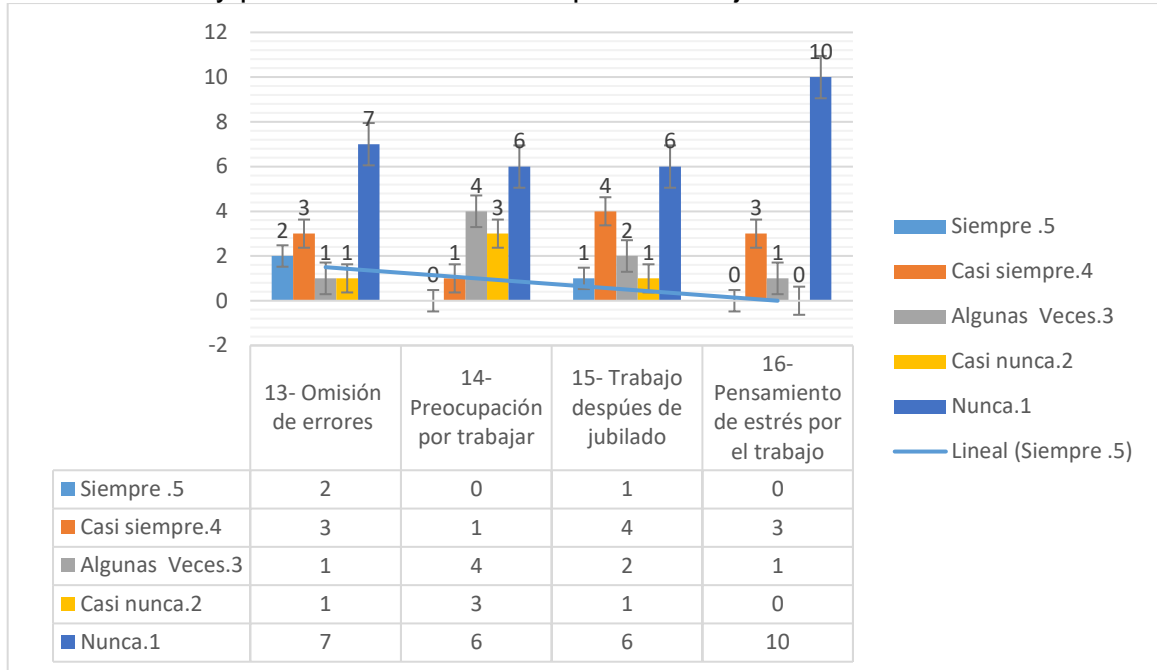
Ítems	Cantidad encuestado	Total de personas encuestados	Total del porcentaje %
Prejuicios de edad, raza y origen étnico (nunca)	7	14	50 %
Exposición a violencia (nunca)	6	14	42 %
Condiciones físicas desagradables (nunca)	7	14	50 %
Disposición de mostrar el talento (nunca)	7	14	50 %

Fuente: Datos recopilados con el instrumento aplicado, 2020

En el cuadro N° 9 se observa la valoración porcentual de los aspectos más relevantes:

- Expuesto a prejuicios por la edad, raza y origen étnico (nunca), 50%
- Exposición a violencia (nunca), 42%
- Condiciones físicas desagradables (nunca), 50%
- Disposición de mostrar el talento (nunca), 50%.

Gráfica N° 9. Encuesta de estrés laboral en adultos mayores que laboran en el Ministerio de Obras Públicas, Talleres David de acuerdo a omisión de errores, preocupación por trabajar, trabajo después de jubilado y pensamiento de estrés por el trabajo.



Fuente: Datos recopilados con el instrumento aplicado, 2020

En la muestra tomada a catorce (14) personas adultas se puede apreciar los ítems, más relevante, del trece (13) al dieciséis (16), se puede mencionar que:

- Diez (10), consideran que nunca el pensamiento le causa estrés y se deba al trabajo.
- Siete (7), consideran que nunca la omisión de errores.
- Seis (6), consideran que nunca la preocupación del trabajo.
- Seis (6), consideran que nunca es el trabajo después de jubilado.

Los ítems menos relevantes fueron los siguientes:

Omisión de errores:

Casi siempre tres (3), siempre dos (2), algunas veces uno (1) y casi nunca uno (1).

Preocupación por trabajar:

Algunas veces cuatro (4), casi nunca, tres (3), casi siempre, uno (1) y siempre cero (0).

Trabajo de después de jubilado:

Casi siempre cuatro (4), algunas veces dos (2), siempre uno (1) y casi nunca uno (1).

Pensamiento de estrés por el trabajo:

Casi siempre tres (3), algunas veces uno (1), siempre cero (0) y casi nunca cero (0).

Cuadro N° 10. A continuación se presentan los ítems más relevantes:

Ítems	Cantidad encuestado	Total de personas encuestados	Total del porcentaje %
Omisión de errores (nunca)	7	14	50 %
Preocupación por trabajar (nunca)	6	14	42 %
Trabajo después de jubilado (nunca)	6	14	42 %
Pensamiento de estrés por el trabajo (nunca)	10	14	71 %

Fuente: Datos recopilados con el instrumento aplicado, 2020

En este cuadro N° 10 se puede observar la valoración porcentual de los siguientes más relevantes:

- Omisión de errores (nunca), 50%.
- Preocupación por trabajar (nunca), 42%.
- Trabajo después de jubilado (nunca), 42%.
- Pensamiento de estrés por el trabajo (nunca) ,71%.

CONCLUSIONES

Con respecto al análisis y resultados de los datos, Palestina (2014), señala que al culminar la recolección de información, de los datos han de ser sometidos a un proceso de análisis que permitirá recontarlo; antes de introducir el análisis diferenciado a partir de los procedimientos cuantitativos y posibilitar la interpretación y el logro de conclusiones a través de los resultados obtenidos.

Al discernir los adultos mayores en su incremento en las expectativas de vida, es el continuo descenso de la población trabajadora y la fuerte presión en gastos sociales que pueden estar derivado hacia una nueva concepción de la vida laboral. Es la posibilidad de prolongación de la vida laboral, que se presenta como un nuevo enfoque a la hora de enfrentar los retos de la sociedad actual.

Tomando en cuenta el primer objetivo específico de la variable ansiedad, las consecuencias que se reflejan en la ansiedad de los adultos mayores del Ministerio de Obras Públicas Talleres David, se puede concluir en la investigación, se concluye; los ítems más relevantes y menos relevantes, se describen de la siguiente manera:

Actúas de mal humor (nunca.1) 78%, decisión de irse a casa (nunca.1) 78% y los ítems menos relevantes, sentirse intranquilo (nunca.1) 64% y preocupación excesiva (nunca.1) 50%, (Gráfica N° 2). Concentración (nunca.1) 92%, dificultad a seguir indicaciones (nunca.1) 85%, experimentas fatiga (nunca.1) 78% y el ítems menos relevante, sudoración (nunca.1) 57%, (Gráfica N°3). Miedo (nunca.1)100%, sentimiento irritable (nunca.1) 71%, irritable ante sus superiores (nunca.1) 71% y el menos relevante imposibilidad (nunca.1) 50%, (Gráfica N° 4). Temor a hacer juzgado (nunca.1) 78%, humillación (nunca.1) 71% y los menos relevantes, vergüenza (nunca.1) 64% y temor (nunca.1) 50%, (Gráfica N° 5).

Tomando en cuenta el segundo objetivo específico de la variable estrés laboral, los signos o síntomas del estrés laboral de los adultos mayores del Ministerio de

Obras Públicas Talleres David, se puede concluir en la investigación, se concluye; los ítems más relevantes y los menos disminuidos, se describen de la siguiente manera:

Intranquilidad en el área de trabajo (nunca.1) 85%; y los menos relevantes, reconocimiento de recompensa (nunca.1) 50%, exceso de trabajo (nunca.1) 42% y ausencias (pocas veces y nunca.1), 35%, (Gráfica N° 6). Tomar decisiones (nunca.1) 78%, falta de control en el resultado del trabajo (nunca.1) 64%, estabilidad laboral (nunca.1) 64% y el menos relevantes, rodearse de superiores y compañeros (nunca.1) 57%, (Gráfica N° 7).

Tomando en cuenta el tercer objetivo específico, niveles de ansiedad que se asocian al estrés laboral del adulto mayor del Ministerio Obras Públicas talleres David, se procede a detallar los resultados que permiten reconocer estos niveles de ansiedad, se puede concluir en la investigación, se concluye; los ítems más relevantes y menos disminuidos, se describen de la siguiente manera:

Pensamiento de estrés por el trabajo, nunca, un 71%, expuesto a prejuicios por la edad, raza y origen étnico, nunca, 50%, condiciones físicas desagradables, considerando que nunca, un 50%, disposición de mostrar el talento, consideran que nunca, un 50%, (Gráfica N° 8). Omisión de errores, consideran que nunca, un 50% y los menos relevantes, exposición a violencia, consideran que nunca, un 42% preocupación por trabajar, consideran que nunca, un 42% y trabajo después de jubilado, nunca, un 42%, (Gráfica N° 9).

Considerando que en la actualidad muchas empresas y sectores industriales necesitan aprovechar las habilidades y destrezas de sus trabajadores adultos mayores y en la que consideran de gran utilidad que se produzca el relevo de los mismos con flexibilidad para posibilitar el traspaso de conocimientos y habilidades a los nuevos trabajadores.

Para motivar a las personas adultas mayores, se deben contemplar incentivos o remuneraciones, para mejoras de la pensión, que favorezca a las personas adultas mayores, ya que son personas competitivas, basándose en sus labores ejecutadas cuando sean requeridas.

Son personas que al encuestarlos no reflejan una ansiedad, en su área laboral, debido que ellos ya no se les exige en su área donde se desempeñan, porque prefieren tenerlos trabajando por la experiencia y desempeño en sus puestos y de esa forma el joven que ingrese pueda tomar sus enseñanzas.

La forma activa de laborar de estas personas adultas mayores y partiendo de la experiencia laboral, con respecto a los que ofrecen sus servicios con la investigación se concluye:

Los sujetos en estudio consideran que como adultos mayores son pocos los que nunca padecen de ansiedad ni de estrés laboral.

Son personas capaces de desempeñarse en cualquier departamento que se les asignen por los años de servicios.

Algunos de ellos continúan laborando, ya que han adquirido algunas deudas de más.

Al comprender dichas experiencias, la investigación enfatizó:

Al ser sujetos de una investigación, estas personas adultas mayores, en realidad no cuestiona lo difícil es quedarse laborando, pudiendo quedarse en sus casas descansando como deberían de hacerlo.

Son personas adultas mayores, pero su edad no les impide hacer las labores que se les asigne adecuadamente.

Los adultos mayores se desempeñan en sus áreas ya sea confeccionando carreteras y algunos en los drenajes fluviales, considerando que hacen su trabajo de la manera que se les indica.

RECOMENDACIONES

Con base a las conclusiones que arrojó la investigación en cuanto a la experiencia laboral en adultos mayores de Talleres del Ministerio de Obras Públicas de David, se recomienda:

- A pesar que los adultos mayores son personas capaces en su desempeño laboral, es favorable que estén en sus casas descansando, como se lo merecen.
- Contribuir ante el incremento de las tasas de dependencia, hacia el impacto económico, laboral y social de los adultos mayores que se hará evidente en los próximos años, y la población en edad adulta mayor en vez de generar ingresos, será menor en términos relativos.
- Se recomienda que para que el adulto mayor sea competente, de manera óptima o a nivel global o en alguno de sus aspectos específicos, se ejercite en lograr la independencia funcional y la capacidad cognitiva.
- Estas personas, por su edad adulta mayor, son personas de éxito, ya que se trata de sujetos que por su sabiduría, su creatividad, o por la influencia que han ejercido en su entorno se han destacados excelentemente por lo tanto se les debería remunerar adecuadamente.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arnheiter, F. (2018). **“Derechos Humanos del Adulto Mayor con Discapacidad”**. Panamá. Recuperado de: <https://www.corteidh.or.cr/tablas/r38242.pdf>
- Buitrago, L., Espinoza, L., Cortés, R. (2017). **Niveles de ansiedad y estrés en adultos mayores en condición de abandono familiar**. Colombia. Recuperado de: <https://www.integracion-academica.org/attachments/article/203/07%20Ansiedad%20y%20Estres%20-%20LBuitrago%20LCordon%20LCortes.pdf>
- Cervera, R. (2012). **Métodos y técnicas de investigación**. Berlín. Recuperado de: <https://www.ucm.es/data/cont/docs/835-2018-03-01-Metodos%20y%20Tecnicas%20de%20Investigacion%20Internacional%20v2.pdf>
- Correa, N. (2016). **Ansiedad en la vejez**. Madrid. Recuperado de: <https://www.psicologosmadridcapital.com/blog/ansiedad-en-la-vejez/>
- Echevarría, D. (2014) .**El concepto de salud mental en algunos instrumentos de políticas públicas de la Organización Mundial de la Salud**. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5025482.pdf>
- Ferro, R. (2010). **Salud mental y poder un abordaje estratégico de las acciones en salud mental en la comunidad**. Panamá. Recuperado de: http://www.saludpublica.fcm.unc.edu.ar/sites/default/files/RSP10_2_07_art%204.pdf
- Fuente anónima. (2019). **¿Qué son las normas APA y cómo usarlas en tu tesis?**. Recuperado de: <https://orientacion.universia.edu.pe/infodetail/orientacion/consejos/que-son-las-normas-apa-y-como-usarlas-en-tu-tesis-4246.html>

- González, R. (2015). **Revista Cubana de Medicina General Integral. Las caídas en el hogar del adulto mayor: un reto para la sociedad Cubana.** Cuba. Recuperado de: <https://www.medigraphic.com/cgi-bibin/new/contenido.cgi?IDPUBLICACION=6329>
- Hernández, Z. (2010). **Estrés en Personas Mayores y Estudiantes Universitarios.** México. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/1339/133915936007.pdf>
- Huerta, E. (2014). **Trastorno de ansiedad en los adultos mayores.** Recuperado de: <https://www.aarp.org/espanol/salud/expertos/elmer-huerta/info-2014/ansiedad-ancianos-adultos-mayores.html>
- Juárez, C. (2017). **Cómo ayudar a los adultos mayores a manejar el estrés.** Recuperado de: <https://www.transformatuestres.com/como-ayudar-a-los-adultos-mayores-a-manejar-el-estres/>
- Martinis, F. (2010). **Significatividad del marco metodológico en el desarrollo de proyectos de investigación.** Venezuela. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/334595342_Significatividad_del_marco_metodologico_en_el_desarrollo_de_proyectos_de_investigacion
- Mendoza, C. (2016). **La ansiedad.** Recuperado de: <http://www.bvs.hn/Honduras/UICFCM/SaludMental/ANSIEDAD2.pdf>
- OIT. (2016). **Estrés laboral.** Ginebra. Recuperado de: http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---ro-lima/documents/genericdocument/wcms_475146.pdf
- OMS. (2018). **Salud mental: fortalecer nuestra respuesta.** Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Orozco, M. (2013). **El ABC en la revisión de una tesis de grado.** Cuba. Recuperado de

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192013001200020

Osorio, M. · (2011). **La salud de los adultos mayores**. Washington, D.C. Recuperado de: https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/51598/9789275332504_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Quintero, M. (2,011). **La salud de los adultos mayores, una visión compartida** 2ª Edición. Washington, D.C. Recuperado de: https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/51598/9789275332504_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ramírez, A. (2016). **Problemas de salud mental: asimetría entre las necesidades y los servicios brindados a la población general**. México. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/1339/133949832008.pdf>

Rodríguez, B. (2,020) **Tratamiento del estrés en el adulto mayor**. Cuba. Recuperado de: <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/1568>

Rodríguez, R. (2017). **El estrés en las personas mayores**. Recuperado de: <https://muysaludable.sanitas.es/salud/posible-los-mayores-tengan-estres-tanto-tiempo-libre/>

Rodríguez, R. (2017). **¿Cómo es posible que los mayores tengan estrés con tanto tiempo libre?** Recuperado de: <https://muysaludable.sanitas.es/salud/posible-los-mayores-tengan-estres-tanto-tiempo-libre/>

Varela, L. (2,016). **Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública. Salud y Calidad de Vida en el Adulto Mayor**. Lima, Perú. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/363/36346797001.pdf>

Verduzco, R. (2,018). **El Estrés en el Entorno Laboral**. México. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7188504.pdf>

ANEXOS

ANEXO N°1
CUESTIONARIO DE ENCUESTAS



Universidad Especializada de las Américas
Extensión Universitaria, UDELAS – Chiriquí

CUESTIONARIO DE ENCUESTA SOBRE LA ANSIEDAD EN ADULTOS MAYORES.

Nombre: _____ Edad: _____

Sexo F Sexo M Departamento: _____

Marca con un (gancho o X), la respuesta de su preferencia.

1. Usted ha experimentado preocupación excesiva en su área de trabajo.

- Siempre.5 Casi siempre.4 Algunas veces .3
 Casi nunca.2 Nunca.1

2. En los momentos que usted siente preocupación excesiva en su trabajo, actúas de mal humor con los compañeros.

- Siempre.5 Casi siempre.4 Algunas veces.3
 Casi nunca.2 Nunca.1

3. En algún momento usted se ha sentido intranquilo en su área de trabajo.

- Siempre.5 Casi siempre.4 Algunas veces.3
 Casi nunca.2 Nunca.1

4. Cuando experimentas intranquilidad en su área de trabajo, tomas la decisión de irte a su casa.

- Siempre.5 Casi siempre.4 Algunas veces.3
 Casi nunca.2 Nunca.1

5. **Usted experimenta fatiga en su jornada de trabajo y considera que está relacionada con su estado emocional.**

- Siempre.5 Casi siempre.4 Algunas veces.3
 Casi nunca.2 Nunca.1

6. **Considera usted que en el momento que sientes sudoración, es debido a algo que le preocupa en el trabajo.**

- Siempre.5 Casi siempre.4 Algunas veces.3
 Casi nunca.2 Nunca.1

7. **Debido a la edad que tienes le cuesta concentrarte en su trabajo y le causa impaciencia.**

- Siempre.5 Casi siempre.4 Algunas veces.3
 Casi nunca.2 Nunca.1

8. **Considera usted que su edad es un factor que le impide o le dificulta comprender las indicaciones del trabajo que debe realizar.**

- Siempre.5 Casi siempre.4 Algunas veces.3
 Casi nunca.2 Nunca.1

9. **En algún momento usted se ha sentido irritable en su trabajo.**

- Siempre.5 Casi siempre.4 Algunas veces.3
 Casi nunca.2 Nunca.1

10. **Si usted se encuentra irritable actúa de manera inadecuada antes sus superiores.**

- Siempre.5 Casi siempre.4 Algunas veces.3
 Casi nunca.2 Nunca.1

11. Usted en casa a la hora de dormir se le hace imposible conciliar el sueño y permaneces despierto.

Siempre .5 Casi siempre.4 Algunas veces.3
 Casi nunca.2 Nunca.1

12. Usted en algún momento ha experimentado un miedo incontrolable que le impide seguir su jornada laboral.

Siempre.5 Casi siempre.4 Algunas veces.3
 Casi nunca .2 Nunca.1

13. Se siente usted preocupado o temeroso por las situaciones sociales que se aproximan por ser un adulto mayor.

Siempre.5 Casi siempre.4 Algunas veces.3
 Casi nunca.2 Nunca.1

14. Usted en algún momento se preocupa que otros lo juzguen por ser un adulto mayor.

Siempre.5 Casi siempre .4 Algunas veces .3
 Casi nunca.2 Nunca.1

15. Siente usted temor de ser avergonzado o humillado delante de otros.

Siempre .5 Casi siempre.4 Algunas veces.3
 Casi nunca.2 Nunca.1

16. En algún momento usted evita cierto evento social debido a su edad adulta.

Siempre.5 Casi siempre.4 Algunas veces.3
 Casi nunca.2 Nunca.1



Universidad Especializada de las Américas
Extensión Universitaria, UDELAS - Chiriquí

CUESTIONARIO DE ENCUESTA SOBRE ESTRÉS LABORAL EN ADULTOS MAYORES.

Nombre: _____ Edad: _____

Sexo F Sexo M Departamento: _____

Marca con un (gancho o X), la respuesta de su preferencia.

1. Consideras usted que en algunos momentos el exceso de trabajo le da estrés.

- Siempre.5 Casi siempre.4 Algunas veces.3
 Casi nunca.2 Nunca.1

2. Piensa usted que la ausencia de una descripción clara del puesto de trabajo o de la cadena de mando te causa estrés laboral.

- Siempre .5 Casi nunca .4 Algunas veces .3
 Casi nunca.2 Nunca.1

3. Considera usted que la falta de reconocimiento o recompensa de haber tenido un buen rendimiento laboral le da estrés debido a su edad adulta.

- Siempre .5 Casi siempre.4 Algunas vece.3
 Casi nunca .2 Nunca.1

4. Cuando experimentas intranquilidad o ansiedad en tu área de trabajo tomas la decisión de irte a su casa.

Siempre .5 Casi siempre.4 Algunas veces.3
 Casi nunca .2 Nunca.1

5. Considera usted que el estar rodeado de superiores, compañeros, que no cooperan ni apoyan te causa estrés debido a tu edad adulta.

Siempre.5 Casi siempre.4 Algunas veces.3
 Casi nunca.2 Nunca.1

6. Ha sentido usted que el no tener control sobre el resultado del trabajo, o poca satisfacción con la asignación terminada es debido a su edad adulta.

Siempre.5 Casi siempre .4 Algunas veces .3
 Casi nunca.2 Nunca.1

7. Al tomar decisiones en su trabajo le genera estrés.

Siempre .5 Casi siempre .4 Algunas veces .3
 Casi nunca .2 Nunca.1

8. Cree usted que la poca estabilidad laboral o inseguridad acerca de la permanencia del puesto es causado por su edad adulta.

Siempre .5 Casi siempre.4 Algunas veces.3
 Casi nunca .2 Nunca .1

9. Ha sido usted expuesto a prejuicios por edad, sexo, raza, origen étnico o religión y le causa estrés.

Siempre.5 Casi siempre.4 Algunas veces.3
 Casi nunca.2 Nunca.1

10.El estar usted expuesto a violencia, amenazas o intimidaciones en trabajo te causa estrés.

- Siempre.5
- Casi siempre.4
- Algunas veces.3
- Casi nunca .2
- Nunca.1

11. Usted al trabajar en condiciones físicamente desagradables o peligrosas le causa estrés.

- Siempre.5
- Casi siempre.4
- Algunas veces.3
- Casi nunca.2
- Nunca.1

12.En algún momento usted, el no disponer de la oportunidad de mostrar el talento o las capacidades personales le causa estrés.

- Siempre.5
- Casi siempre.4
- Algunas veces.3
- Casi nunca .2
- Nunca .1

13.Considera que por su edad adulta, los pequeños errores o distracciones producidas pueden tener consecuencias serias o incluso desastrosas.

- Siempre.5
- Casi siempre.4
- Algunas veces.3
- Casi nunca .2
- Nunca .1

14.Considera usted que debido a su edad adulta, en vez de estar en casa descansando, decides continuar laborando porque los gastos son muy alto y eso causa estrés o preocupación.

- Siempre.5
- Casi siempre.4
- Algunas veces.3
- Casi nunca .2
- Nunca .1

15.Si usted luego de jubilarse, pero debido a las deudas debes continuar laborando por situación económica, esto le causa estrés.

- Siempre.5
- Casi siempre.4
- Algunas veces.3
- Casi nunca.2
- Nunca .1

16. En algún momento usted se ha puesto a pensar que todo el estrés se debe a su trabajo.

Siempre.5

Casi nunca.4

Algunas veces.3

Casi nunca.2

Nunca.1

ANEXO N°2
CONSENTIMIENTO HABLADO



UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS
EXTENSIÓN UNIVERSITARIA UDELAS - CHIRIQUÍ

En la vía Red Grey, a un costado del MIVIOT, Ciudad de David, Prov. de Chiriquí,
Teléfonos 728-1349 / 728-1328

David, 15 de octubre de 2020

Nota N# 056/CTG/CH/2020

Ingeniero
Arturo López
Ministerio de Obras Pública Chiriquí
Ciudad
Respetado Ingeniero:

Por medio de la presente, deseamos solicitar su autorización para que la estudiante de nuestra Universidad de la Licenciatura en Psicología, pueda desarrollar virtualmente su Tesis; del 20 de octubre al 19 de noviembre de 2020, en la institución que usted dirige.

Estudiante	Cédula	Título de Trabajo de Grado
Castillo, Iris	4-295-433	Ansiedad asociada al estrés laboral de los adultos mayores, del Ministerio de Obras Públicas, David

La docente encargada de la cátedra es la Prof. Essy Candanedo y la pueden contactar al correo institucional: essy.candanedo.9@udelas.ac.pa o al cel. 6621-5373.

La estudiante está cubierta con póliza de accidentes y daños a terceros por la Compañía Internacional de Seguros S.A; (año 2020) y del Convenio DENL-02-2015.

La comunidad educativa de la UDELAS, agradecemos la anuencia ante la solicitud expresada.

Atentamente

Mgter Sugely Serrano
Directora Académica y Administrativa
Grado

Dra. Iris de Pitti
Coordinación de Trabajo de

Excelencia Profesional con Sentido Social

ÍNDICE DE GRÁFICA

Gráfica	Descripción	Página
Gráfica N°1	Rango de edades de las muestras seleccionadas para el estudio de los adultos mayores del M.O.P., Talleres David.....	39
Gráfica N°2	Encuesta de ansiedad en adultos mayores que laboran en el M.O.P., Talleres David, de acuerdo a (sentir preocupación excesiva, mal humor, intranquilidad y decisión a irse a casa).....	41
Gráfica N°3	Encuesta de ansiedad en adultos mayores que laboran en el M.O.P., Talleres David, (experimenta fatiga, sudoración, concentración y dificultad a seguir indicaciones).....	44
Gráfica N°4	Encuesta de ansiedad en adultos mayores que laboran en el M.O.P. Talleres David, (sentimiento de irritabilidad, irritable ante sus superiores, imposibilidad y miedo).....	47
Gráfica N°5	Encuesta de ansiedad en adultos mayores que laboran en el M.O.P., Talleres David, (temor, temor a hacer juzgado, vergüenza y humillación).....	50
Gráfica N°6	Encuesta de estrés laboral en adultos mayores que laboran en el M.O.P., Talleres David, (exceso de trabajo, ausencias, reconocimiento de recompensa e intranquilidad en el área de trabajo).....	53
Gráfica N°7	Encuesta de estrés laboral en adultos mayores que laboran en el M.O.P., Talleres David, (rodeado de superiores y compañeros, falta de control en el resultado del trabajo, tomar decisiones y estabilidad laboral).....	56

Gráfica N° 8 Encuesta de estrés laboral en adultos mayores que laboran en el M.O.P., Talleres David, (prejuicios de edad, raza, y origen étnico, expuestos a violencia, condiciones físicas desagradables y disposición de mostrar el talento).....	59
Gráfica N° 9 Encuesta de estrés laboral en adultos mayores que laboran en el M.O.P., Talleres David, (omisión a errores, preocupación por trabajar, trabajo después de jubilado y pensamiento de estrés por el trabajo)	62

INDICE DE CUADROS

Cuadro	Descripción	Página
Cuadro N°1	Departamentos de Talleres del M.O.P. de David, (edades, sexo y la cantidad de encuestados).....	38
Cuadro N°2	Los diferentes departamentos encuestados, (adulto mayor, edad, sexo, departamento y cargo).....	40
Cuadro N°3	Se definen los ítems relevantes, (preocupación excesiva, mal humor con los compañeros, intranquilidad, decisión de irse a casa.....	43
Cuadro N°4	Se definen los ítems relevantes, (experimenta fatiga, sudoración, concentración y dificultad a seguir indicaciones).....	46
Cuadro N°5	Se definen los ítems relevantes, (sentimiento de irritable, irritable ante sus superiores, imposibilidad y miedo incontrolable).....	49
Cuadro N°6	Se definen los ítems relevantes, (temor, temor a hacer juzgado, vergüenza, humillación.....	52
Cuadro N°7	Se definen los ítems relevantes, (exceso de trabajo, ausencias, reconocimiento de recompensa e intranquilidad en el área de trabajo).....	55
Cuadro N°8	Se definen los ítems relevantes, (rodeado de superiores y compañeros, falta de control en el resultado del trabajo, tomar decisiones y estabilidad laboral).....	58
	Se definen los ítems relevantes, (prejuicios de edad, raza y origen étnico, exposición a violencia,	

Cuadro N°9	condiciones físicas desagradables y disposición y estabilidad laboral).....	61
Cuadro N°10	Se definen los ítems relevantes, (omisión de errores, preocupación por trabajar, trabajo después de jubilado y pensamiento de estrés por el trabajo).....	64