

Volumen 5 - Número Especial - Enero/Marzo 2018

REVISTA INCLUSIONES

REVISTA DE HUMANIDADES
Y CIENCIAS SOCIALES

ISSN 0719-4706

Salud y Bienestar Colectivo

REVISTA INCLUSIONES

EDITOR NÚMERO ESPECIAL

ALEX VÉLIZ BURGOS

UNIVERSIDAD DE LOS LAGOS, CHILE

Portada: Felipe Maximiliano Estay Guerrero / Alex Véliz Burgos

221 B

WEB SCIENCES

CUERPO DIRECTIVO

Directora

Mg. © Carolina Cabezas Cáceres
Universidad de Los Andes, Chile

Subdirector

Dr. Andrea Mutolo

Universidad Autónoma de la Ciudad de México, México

Dr. Juan Guillermo Mansilla Sepúlveda

Universidad Católica de Temuco, Chile

Editor

Drdo. Juan Guillermo Estay Sepúlveda

Universidad de Los Lagos, Chile

Editor Científico

Dr. Luiz Alberto David Araujo

Pontificia Universidad Católica de Sao Paulo, Brasil

Cuerpo Asistente

Traductora Inglés

Lic. Pauline Corthorn Escudero

221 B Web Sciences, Chile

Traductora: Portugués

Lic. Elaine Cristina Pereira Menegón

221 B Web Sciences, Chile

Portada

Sr. Felipe Maximiliano Estay Guerrero

221 B Web Sciences, Chile

COMITÉ EDITORIAL

Dra. Carolina Aroca Toloza

Universidad de Chile, Chile

Dr. Jaime Bassa Mercado

Universidad de Valparaíso, Chile

Dra. Heloísa Bellotto

Universidad de Sao Paulo, Brasil

Dra. Nidia Burgos

Universidad Nacional del Sur, Argentina

Mg. María Eugenia Campos

Universidad Nacional Autónoma de México, México

Dr. Lancelot Cowie

Universidad West Indies, Trinidad y Tobago

Lic. Juan Donayre Córdova

Universidad Alas Peruanas, Perú

Dr. Francisco José Francisco Carrera

Universidad de Valladolid, España

Mg. Keri González

Universidad Autónoma de la Ciudad de México, México

Dr. Pablo Guadarrama González

Universidad Central de Las Villas, Cuba

Mg. Amelia Herrera Lavanchy

Universidad de La Serena, Chile

Dr. Aleksandar Ivanov Katrandzhiev

Universidad Suroeste Neofit Rilski, Bulgaria

Mg. Cecilia Jofré Muñoz

Universidad San Sebastián, Chile

Mg. Mario Lagomarsino Montoya

Universidad de Valparaíso, Chile

Dr. Claudio Llanos Reyes

Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile

Dr. Werner Mackenbach

Universidad de Potsdam, Alemania

Universidad de Costa Rica, Costa Rica

Mg. Rocío del Pilar Martínez Marín

Universidad de Santander, Colombia

Ph. D. Natalia Milanesio

Universidad de Houston, Estados Unidos

Dra. Patricia Virginia Moggia Münchmeyer

Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile

Ph. D. Maritza Montero

Universidad Central de Venezuela, Venezuela

Mg. Julieta Ogaz Sotomayor

Universidad de Los Andes, Chile

Mg. Liliana Patiño

Archiveros Red Social, Argentina

Dra. Eleonora Pencheva

Universidad Suroeste Neofit Rilski, Bulgaria

Dra. Rosa María Regueiro Ferreira

Universidad de La Coruña, España

Mg. David Ruete Zúñiga

Universidad Nacional Andrés Bello, Chile

Dr. Andrés Saavedra Barahona

Universidad San Clemente de Ojrid de Sofía, Bulgaria

Dr. Efraín Sánchez Cabra

Academia Colombiana de Historia, Colombia

Dra. Mirka Seitz

Universidad del Salvador, Argentina

Dra. Leticia Celina Velasco Jáuregui

*Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores
de Occidente ITESO, México*

COMITÉ CIENTÍFICO INTERNACIONAL

Comité Científico Internacional de Honor

Dr. Adolfo A. Abadía

Universidad ICESI, Colombia

Dr. Carlos Antonio Aguirre Rojas

Universidad Nacional Autónoma de México, México

Dr. Martino Contu

Universidad de Sassari, Italia

Dr. Luiz Alberto David Araujo

Pontificia Universidad Católica de Sao Paulo, Brasil

Dra. Patricia Brogna

Universidad Nacional Autónoma de México, México

Dr. Horacio Capel Sáez

Universidad de Barcelona, España

Dra. Isabel Cruz Ovalle de Amenabar

Universidad de Los Andes, Chile

Dr. Rodolfo Cruz Vadillo

*Universidad Popular Autónoma del Estado de
Puebla, México*

Dr. Adolfo Omar Cueto

Universidad Nacional de Cuyo, Argentina

Dr. Miguel Ángel de Marco

Universidad de Buenos Aires, Argentina

Dra. Emma de Ramón Acevedo

Universidad de Chile, Chile

Dr. Gerardo Echeita Sarrionandia

Universidad Autónoma de Madrid, España

Dra. Patricia Galeana

Universidad Nacional Autónoma de México, México

Dra. Manuela Garau

Centro Studi Sea, Italia

Dr. Carlo Ginzburg Ginzburg

Scuola Normale Superiore de Pisa, Italia
Universidad de California Los Ángeles,
Estados Unidos

Dr. José Manuel González Freire

Universidad de Colima, México

Dra. Antonia Heredia Herrera

Universidad Internacional de Andalucía, España

Dr. Eduardo Gomes Onofre

Universidade Estadual da Paraíba, Brasil

Dra. Blanca Estela Zardel Jacobo

Universidad Nacional Autónoma de México, México

Dr. Miguel León-Portilla

Universidad Nacional Autónoma de México, México

Dr. Miguel Ángel Mateo Saura

Instituto de Estudios Albacetenses “don Juan
Manuel”, España

Dr. Carlos Tulio da Silva Medeiros

Diálogos en MERCOSUR, Brasil

Dr. Álvaro Márquez-Fernández

Universidad del Zulia, Venezuela

Dr. Antonio-Carlos Pereira Menaut

Universidad Santiago de Compostela, España

Dr. José Sergio Puig Espinosa

Dilemas Contemporáneos, México

Dra. Francesca Randazzo

Universidad Nacional Autónoma de Honduras,
Honduras

Dra. Yolanda Ricardo

Universidad de La Habana, Cuba

Dr. Manuel Alves da Rocha

Universidade Católica de Angola Angola

Mg. Arnaldo Rodríguez Espinoza

Universidad Estatal a Distancia, Costa Rica

Dr. Miguel Rojas Mix

Coordinador la Cumbre de Rectores Universidades
Estatales América Latina y el Caribe

Dr. Luis Alberto Romero

CONICET / Universidad de Buenos Aires, Argentina

Dra. Maura de la Caridad Salabarría Roig

Dilemas Contemporáneos, México

Dr. Adalberto Santana Hernández

Universidad Nacional Autónoma de México,
México

Dr. Juan Antonio Seda

Universidad de Buenos Aires, Argentina

Dr. Saulo Cesar Paulino e Silva

Universidad de Sao Paulo, Brasil

Dr. Miguel Ángel Verdugo Alonso

Universidad de Salamanca, España

Dr. Josep Vives Rego

Universidad de Barcelona, España

Dr. Eugenio Raúl Zaffaroni

Universidad de Buenos Aires, Argentina

Comité Científico Internacional

Mg. Paola Aceituno

Universidad Tecnológica Metropolitana, Chile

Ph. D. María José Aguilar Idañez

Universidad Castilla-La Mancha, España

Mg. Elian Araujo

Universidad de Mackenzie, Brasil

Mg. Romyana Atanasova Popova
Universidad Suroeste Neofit Rilski, Bulgaria

Dra. Ana Bénard da Costa
Instituto Universitario de Lisboa, Portugal
Centro de Estudios Africanos, Portugal

Dra. Alina Bestard Revilla
*Universidad de Ciencias de la Cultura Física y
el Deporte, Cuba*

Dra. Noemí Brenta
Universidad de Buenos Aires, Argentina

Ph. D. Juan R. Coca
Universidad de Valladolid, España

Dr. Antonio Colomer Vialdel
Universidad Politécnica de Valencia, España

Dr. Christian Daniel Cwik
Universidad de Colonia, Alemania

Dr. Eric de Léséulec
INS HEA, Francia

Dr. Andrés Di Masso Tarditti
Universidad de Barcelona, España

Ph. D. Mauricio Dimant
Universidad Hebrea de Jerusalén, Israel

Dr. Jorge Enrique Elías Caro
Universidad de Magdalena, Colombia

Dra. Claudia Lorena Fonseca
Universidad Federal de Pelotas, Brasil

Dr. Francisco Luis Giraldo Gutiérrez
*Instituto Tecnológico Metropolitano,
Colombia*

Dra. Carmen González y González de Mesa
Universidad de Oviedo, España

Mg. Luis Oporto Ordóñez
Universidad Mayor San Andrés, Bolivia

Dr. Patricio Quiroga
Universidad de Valparaíso, Chile

Dr. Gino Ríos Patio
Universidad de San Martín de Porres, Per

Dr. Carlos Manuel Rodríguez Arrechavaleta
*Universidad Iberoamericana Ciudad de
México, México*

Dra. Vivian Romeu
*Universidad Iberoamericana Ciudad de
México, México*

Dra. María Laura Salinas
Universidad Nacional del Nordeste, Argentina

Dr. Stefano Santasilia
Universidad della Calabria, Italia

Mg. Silvia Laura Vargas López
*Universidad Autónoma del Estado de
Morelos, México*

Dra. Jaqueline Vassallo
Universidad Nacional de Córdoba, Argentina

Dr. Evandro Viera Ouriques
Universidad Federal de Río de Janeiro, Brasil

Dra. María Luisa Zagalaz Sánchez
Universidad de Jaén, España

Dra. Maja Zawierzeniec
Universidad de Varsovia, Polonia

Editorial Cuadernos de Sofía
221 B Web Sciences
Santiago – Chile
Revista Inclusiones
Representante Legal
Juan Guillermo Estay Sepúlveda Editorial

REVISTA
INCLUSIONES
REVISTA DE HUMANIDADES
Y CIENCIAS SOCIALES

CUADERNOS DE SOFÍA
EDITORIAL

221 B
WEB SCIENCES

Indización y Bases de Datos Académicas

Revista Inclusiones, se encuentra indizada en:



Information Matrix for the Analysis of Journals



CATÁLOGO



DOAJ DIRECTORY OF
OPEN ACCESS
JOURNALS





WZB

Berlin Social Science Center



uOttawa

Bibliothèque
Library



REX

BIBLIOTECA ELECTRÓNICA
DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA



Ministerio de
Ciencia, Tecnología
e Innovación Productiva



Uniwersytet
Wrocławski



Stanford University
LIBRARIES



PRINCETON UNIVERSITY
LIBRARY

WESTERN
THEOLOGICAL SEMINARY



ROAD

DIRECTORY
OF OPEN ACCESS
SCHOLARLY
RESOURCES

ISSN 0719-4706 - Volumen 5 / Número Especial Enero – Marzo 2018 pp. 102-114

**BIENESTAR PSICOLÓGICO EN TRABAJADORES DE LAS EMPRESAS PORTUARIAS
EN PUERTO MONTT, REGIÓN DE LOS LAGOS, CHILE**

**PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AMONG WORKERS OF THE PORT COMPANIES
IN PUERTO MONTT, LOS LAGOS REGION, CHILE**

Mg. Rubén Celis Schneider

Universidad de Los Lagos, Chile
ruben.celis@ulagos.cl

Dr. Alex Véliz Burgos

Universidad de Los Lagos, Chile
alex.veliz@ulagos.cl

Fecha de Recepción: 28 de diciembre de 2017 – **Fecha de Aceptación:** 10 de enero de 2018

Resumen

El objetivo del estudio fue determinar nivel de bienestar psicológico de los trabajadores portuarios de Puerto Montt, Chile, la muestra estuvo compuesta por 98 trabajadores portuarios (M=42,5 y DT=5,13 años). Se evaluó el bienestar psicológico con la escala de Ryff de 39 ítems. Los resultados indican que un 38% presenta alto nivel de bienestar psicológico. Un 39% declara presentar una alta percepción de propósito en la vida. Por otra parte, un 32% de los encuestados reportan percibir bajo nivel autonomía. Se observa además que los trabajadores de mayor edad, tienden a presentar mejores niveles de bienestar psicológico. Finalmente, uno de cada cuatro personas presenta un bajo nivel de bienestar psicológico. Los resultados muestran que debe potenciar el autocuidado y fomentar acciones que mejoren la calidad de vida de los trabajadores portuarios.

Palabras Claves

Trabajadores portuarios – Bienestar psicológico – Salud mental

Abstract

The aim of this study was to determine the level of psychological welfare of the port workers in Puerto Montt, Chile. The sample was composed by 98 workers (M=42, 5 and DT= 5, 13 years). Psychological welfare was evaluated with the Ryff scale of 39 items. The results show that a 38% has a high level of psychological welfare. A 39% declares to have a high perception of life purpose. On the other side, a 32% of the interviewees tend to show better levels of psychological welfare. Finally, one out of four people shows a low level of psychological welfare. The results show that they must empower the self-care and promote actions to improve the quality of life of port workers.

Keywords

Port workers – Psychological welfare – Mental health

Introducción

De acuerdo a la revisión histórica que realiza la Asociación de la Industria del Salmón en Chile, la producción de ese espécimen como factor influyente en la economía nacional recibe un impulso importante en 1921, con la creación del Instituto de Fomento Pesquero, IFOP, y con la introducción del cultivo del Salmón del Pacífico, o Coho (*Oncorhynchus kisutch*), hecho que cimentará las bases para la producción comercial de este producto¹.

Sin embargo, en las últimas cuatro décadas ha mostrado un crecimiento exponencial, donde la explotación comercial del salmón, especialmente a partir de 1975, implicó la incorporación de distintas empresas privadas provenientes de Holanda, Japón y Chile. Ante el potencial económico de esta producción, el sector público del país comenzó a involucrarse, y de esta manera se creó en 1976 el Servicio Nacional de Pesca, (SERNAPESCA), con la finalidad de regular la industria salmonera, mientras que CORFO aportaba con el capital económico para financiar nuevas iniciativas².

Así, la industria salmonera ha significado un movimiento de US\$3.862 millones durante el año 2016, de acuerdo al balance entregado por el Banco Central de Chile³, transformándose el salmón y la trucha en un 11% de las exportaciones totales del país⁴.

Por ello, no es raro dimensionar el potencial económico de esta industria, así como el protagonismo que está alcanzando en la oferta de puestos de trabajo, en especial entre las Regiones X y XI, que son las zonas que concentran el mayor desarrollo industrial del rubro en cuestión⁵.

Más allá de la importancia económica que puede significar este sector productivo a nivel mundial y nacional, el informe resultante de la Reunión Tripartita sobre la seguridad y la salud en la industria pesquera llevada a cabo por Organización Internacional del Trabajo en 1999, reconoce que la industria pesquera se caracteriza por condiciones de seguridad y de salud que la transforman en una de las actividades productivas más peligrosas⁶.

¹ SalmonChile, SalmonChile. Asociación de la Industria del Salmón de Chile A. G. 2017. Recuperado el 03 de Julio de 2017, de www.salmonchile.cl

² D. Arce; J. Lizana y P. Tagle, *Salmonicultura chilena: análisis de la industria, propuestas de política y estabilización*. Seminario para optar al título de ingeniero comercial, mención economía. Santiago de Chile: Facultad de Economía y Negocios de la Universidad de Chile. 2016.

³ Banco Central de Chile, Balance 2016: Exportaciones de salmón y trucha de Chile rozaron los US\$4.000 millones. Recuperado el 05 de junio de 2017, de <http://www.aqua.cl/2017/01/10/balance-2016-exportaciones-salmon-trucha-chile-rozaron-los-us4-000-millones/> Obtenido el 02 de enero de 2017.

⁴ La Tercera, DIRECON. Exportaciones no cobre llegaron a 51% del total de las ventas del país en 2015. Noticia del 02 de mayo de 2016.

⁵ D. Arce; J. Lizana y P. Tagle, *Salmonicultura chilena: análisis de la industria...*

⁶ Oficina Internacional del Trabajo, *Condiciones de trabajo en el sector pesquero. Una norma general (un convenio complementado con una recomendación) sobre el trabajo en el sector pesquero*. Ginebra: Oficina Internacional del Trabajo. 2004. Obtenido de https://books.google.cl/books?id=-LTHM4xa4ZYC&pg=PA88&lpg=PA88&dq=salud+en+los+trabajadores+pesqueros+oit&source=bl&ots=cuwWJ1jRXP&sig=pDZy9_upFxpZBSp0__KBSiT8puo&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjC1NvgTK7UAhXBiJAKHVEzA54Q6AEIUTA#v=onepage&q=salud%20en%20los%20trab

En forma paralela, dentro de este proceso de expansión productiva de la industria pesquera, y como una necesidad que se deriva del incremento de la demanda del salmón (así como de otras materias primas obtenidas del territorio nacional), se va produciendo un desarrollo de las actividades portuarias, donde el resultado de la producción requiere ser distribuida de manera global gracias al funcionamiento de los puertos, convirtiéndose estos últimos en un centro en el que convergen e interactúan distintos rubros productivos. Ahora bien, la historia de la empresa pesquera comienza a tomar forma a partir de 1811, gracias a la Ley de la Libertad de Comercio, la cual declara abiertos para el comercio internacional los puertos de Coquimbo, Valparaíso, Talcahuano y Valdivia, pero es durante los últimos 40 años ha debido potenciarse esta industria, especialmente por la exportación de materias primas, como por el rápido crecimiento de la industria pesquera, especialmente en las X y XI Regiones⁷.

Por lo mismo, las labores portuarias también han sufrido una evolución como resultado de las demandas derivadas de un mundo globalizado y la incorporación de la tecnología, en donde el incremento en el movimiento de las materias primas exige una intensificación del trabajo. De esta manera, la introducción de la tecnología y la automatización de procesos deriva en una reducción de los puestos de trabajo, así como también ha permitido el funcionamiento en jornadas continuas de 24 horas y la disminución en los tiempos de atraque, todo lo cual afecta directamente en la calidad de vida de los trabajadores portuarios, y se traduce un deterioro de las condiciones laborales y el surgimiento de enfermedades tanto físicas como psicosociales⁸.

Es interesante revisar que las condiciones de seguridad a las que se aluden en el informe de la OIT se remiten principalmente a las condiciones físicas, aceptando que las funciones que demandan este tipo de actividad económica se llevan a cabo bajo condiciones precarias, donde además de estar expuestos a entornos ambientales adversos, jornadas excesivas, trabajo bajo presión, se debe incluir las pocas garantías que se desprenden acuerdos contractuales inadecuados y un bajo nivel de remuneración, según lo expuesto por Urriola en el estudio publicado por la Fundación Chile⁹.

De esta manera, a los reconocidos riesgos físicos que pueden identificarse en las tareas de los trabajadores portuarios y pesqueros, lentamente se ha ido incluyendo los riesgos psicosociales que afectan las labores de dichos operarios, aunque se reconoce que son pocos los estudios que indagan acerca del efecto de lo psicosocial en la calidad de vida en el trabajo, a pesar que la aplicación de cuestionarios como el SUSES-ISTAS 21 permiten identificar riesgos de este tipo en los trabajadores¹⁰.

En este estudio se pretende analizar el nivel de bienestar psicológico de los trabajadores portuarios de la ciudad de Puerto Montt, capital de la X Región de Los Lagos, Chile.

⁷ Federación Nacional de Trabajadores Portuarios de Chile, 2017. Recuperado el 03 de julio de 2017, de www.fenatraporchi.cl

⁸ W. Saavedra y C. Campos, Riesgos psicosociales: Nuevos escenarios de organización del trabajo y su efecto en la salud de los trabajadores de una empresa chilena del área portuaria. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional* (2016) 193-206.

⁹ R. Urriola, *Trabajadores portuarios de Chile: entre la precariedad y la esperanza*. Santiago: Fundación Chile 2016.

¹⁰ R. Urriola, *Trabajadores portuarios de Chile: entre la precariedad...*

Visión general del concepto de salud

Según Vergara¹¹, se reconoce que la concepción moderna de la salud ha ido migrando hacia una visión más integral, en pos de consideraciones sociales y de las representaciones que van formando los individuos de un determinado grupo. Aun así, se mantiene una marcada tendencia a defender la mirada biomédica, con un excesivo énfasis en la presencia de ciertos síntomas a partir de los cuales los pacientes se reconocen como “enfermos”, identificando los factores que pueden modificar el estado de enfermedad que caracteriza al individuo, y desarrollando una técnica que entrevista que está orientada a la exploración física. Por lo anterior, el médico termina alejándose de cualquier juicio de valor que pudiese dejar espacio para que aparezca la concepción que tiene el sujeto acerca de su propio estado de salud y la consideración de la sociedad acerca de lo que puede significar la sensación de bienestar.

Esta visión dicotómica entre salud y la enfermedad que ha predominado en el modelo médico, y cuyo foco de atención es el funcionamiento de un determinado órgano (u organismo), debe dejar espacio a lo subjetivo y a una mirada integral del ser humano, lo que obliga a indagar acerca de cómo se siente la persona, qué actividades es capaz de hacer, y cuán capaz es para desenvolverse apropiadamente en un contexto social. Esta segunda perspectiva no anula la visión médica. Es más, es factible para un galeno preguntarse por cómo se manifiesta la enfermedad en relación con el estado de salud general del paciente. Sin embargo, esa indagación acerca del estado de salud corporal exige además tener en cuenta la sensación de bienestar que prima en el sujeto, así como la capacidad que tiene para alcanzar de manera realista las metas personales que se ha fijado¹².

Sigerist avanza un paso más allá en romper esta dicotomía, e incluye dentro de esta recomendación a lograr una visión integral del ser humano a una necesidad imperativa de considerar a la medicina como una rama de las Ciencias Sociales y no de las Ciencias Naturales, puesto que su enfoque no puede centrarse únicamente en la curación de las dolencias, sino que en promover la mayor adaptación del individuo a su entorno y transformarlo en un elemento útil para la sociedad¹³.

De esta manera, pueden encontrarse diferencias entre la percepción que el sujeto tiene acerca de su dolencia (illness), y el estado de salud real que ha sido diagnosticado por un profesional competente (disease). Esta discrepancia es lo que llevará a que la persona que está desarrollando un cuadro médico de importancia, le asigne poca valoración a su dolencia y no se traduzca en un motivo de consulta que lo motive a visitar a algún especialista. En esta percepción se incluyen factores emocionales que generarán una fantasía acerca de lo que le ocurre y cuál debería ser la vía de acción a seguir para superar la dolencia¹⁴.

¹¹ M. Vergara, Tres concepciones históricas del proceso salud-enfermedad. Revista Hacia la promoción de la salud, 12 (2) (2007) 41-50.

¹² L. Nordenfelt, On the nature of health (Dordrecht: Kluwer Academics Publishers, 1995).

¹³ H. Sigerist, Historia y sociología de la medicina (Santiago: Editorial Universidad Bolivariana S. A., 2008).

¹⁴ J. M. Quiceno y S. Vinaccia, Percepción de enfermedad: una aproximación desde el illness perception questionnaire. 2010. Recuperado el 21 de Junio de 2017, de Psicología desde el Caribe: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-417X2010000100004

Más aún, en esta percepción del estado de salud que desarrolla el individuo pueden influir elementos socioculturales, en los que esa imagen acerca de las condiciones físicas se encontraría influenciadas por las creencias que dominan su entorno, lo que en juego con esa fantasía que se mencionaba anteriormente, determinará el tratamiento y las medidas de autocuidado que adoptarán en su caso. De la propia cosmovisión que se posea acerca de lo que significa estar sano o enfermo, se desprenderán medidas que apunten a disminuir las eventuales molestias, o bien, la visita a algún centro asistencial¹⁵.

Por lo anterior, se ha ido reconociendo la necesidad de incorporar medidas que se orienten a evaluar la percepción del estado de salud, entendiendo por ello un concepto multidimensional que trascienda la información acerca de la mortalidad y la morbilidad de una determinada población. Este concepto multidimensional ha sido denominado Evaluación de la Calidad de Vida (HQL)¹⁶.

Para este efecto se trabajó con los postulados de la psicología positiva, que en síntesis considera el bienestar como el desarrollo de las capacidades y el crecimiento de las personas¹⁷. Dentro de estos postulados aparece el concepto de bienestar psicológico, constructo que pone su acento en los indicadores de funcionamiento positivo de la persona, centrado en el desarrollo de las capacidades y crecimiento personal, siendo el modelo de Carol Ryff¹⁸ el más utilizado.

Este bienestar se puede medir a través de algunos de sus componentes tanto afectivos como cognitivos los cuales tienen que ser analizados en diferentes contextos, entre otros la familia y el espacio laboral¹⁹.

Este modelo de bienestar psicológico plantea una estructura de seis factores o dimensiones propios del bienestar, obtenidos mediante análisis factoriales exploratorios y confirmatorios, y en diversas versiones de distinta longitud de las escalas de Ryff²⁰.

Las dimensiones planteadas por Ryff en su escala son:

1.- La auto-aceptación: Se relaciona con el hecho que las personas se sientan satisfechas de sí mismas y de su historia.

¹⁵ M. Sacchi; M. Hausberger y A. Pereyra, Percepción del proceso salud-enfermedad-atención y aspectos que influyen en la baja utilización del Sistema de Salud, en familias pobres de la ciudad de Salta. *Salud Colectiva*, 3(3), 271-283. Recuperado el 20 de Junio de 2017, de http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1851-82652007000300005

¹⁶ Superintendencia de Isapres, Perfil del estado de salud de beneficiarios de Isapres: estudio preliminar (Santiago: Departamento de Estudios, Gobierno de Chile, 2005).

¹⁷ M. E. P. Seligman & M. Csikszentmihalyi, Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55 (2000) 5-14.

¹⁸ C. D. Ryff, Happiness is everything: or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 57 (1989): 1069-1081.

¹⁹ Alex Véliz Burgos, Propiedades Psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico y su Estructura Factorial en Universitarios Chilenos. *Psicoperspectivas*, 11(2) (2012) 143-163.

²⁰ J. V. Rangel y L. Alonso, El estudio del bienestar psicológico subjetivo: Una breve revisión teórica. *Educere*. 49 (2010): 265-275 y C. D. Ryff, Happiness is everything: or is it? Explorations on the meaning of...

2.- Relaciones positivas: Se relaciona con la capacidad para establecer y mantener relaciones sociales con otros.

3.- Dominio del entorno: Se relaciona con la habilidad para elegir o crear entornos favorables para sí mismos dirigiendo efectivamente la propia vida con una menor dependencia del contexto.

4.- Autonomía: Se relaciona con la capacidad de la persona de sostener su propia individualidad en diferentes contextos sociales.

5.- Propósito en la vida: Se relaciona con el hecho que las personas tengan metas claras y sean capaz de definir sus objetivos vitales de manera activa.

6.- Crecimiento personal: Se relaciona con la capacidad del individuo para generar las condiciones para desarrollar sus potencialidades y seguir creciendo como persona a través de su ciclo vital.

Método

La presente investigación se corresponde con un enfoque cuantitativo, y con un diseño no experimental, de tipo descriptivo de corte transversal. El universo de estudio quedó constituido por 98 trabajadores portuarios de género masculino ($M=42,5$ y $DT=5,13$ años). El rango etario estuvo entre los 26 a 59 años. El muestreo utilizado se utilizó por conveniencia y se accedió a los participantes por medio de personal del área de recursos humanos de las organizaciones.

Formaron parte de la investigación, quienes accedieron voluntariamente a firmar un consentimiento informado, responder a una encuesta sociodemográfica y contestar el cuestionario de bienestar psicológico de ryff (39 ítems).

La escala de bienestar psicológico ha sido utilizada en diferentes estudios internacionales y nacionales para evaluar el bienestar de las personas. Se compone de seis subescalas; I.- Autoaceptación, 6 ítems; II.- Relaciones Positivas, 6 ítems; III.- Autonomía, 8 ítems; IV.- Dominio del entorno, 6 ítems; V.- Propósito en la vida, 7 ítems; VI.- Crecimiento Personal, 6 ítems. Se ha verificado su estructura factorial, resultando esta adecuada²¹.

Este estudio se realizó considerando los aspectos éticos de la investigación en seres humanos señalados en la legislación internacional vigente y de acuerdo a los planteamientos de Emanuel. Se consideró la participación voluntaria e informada, el resguardo de los datos personales a través de la codificación de las identidades de los participantes. Cada uno de ellos fue informado que podría retirarse del estudio en el momento que así lo estimase.

Los datos fueron analizados utilizando el software SPSS 18,0 las variables por medio de estadística descriptiva y fueron presentados en tablas de frecuencias.

²¹ Alex Véliz Burgos, Propiedades Psicométricas de la Escala de Bienestar...

Resultados

A continuación se presentan los resultados descriptivos del estudio. En un primer momento se verifican los niveles de bienestar psicológico en función de la edad de los trabajadores, en un segundo momento los niveles de bienestar psicológico por subescala y en un tercer momento los niveles de cada subescala de bienestar psicológico de acuerdo a la edad de los participantes.

	Bajo nivel	Nivel medio	Alto nivel
< 30 años	28%	35%	37%
31-40 años	23%	43%	34%
41 a 50 años	27%	29%	44%
51 y más	14%	47%	39%
General	21%	41%	38%

Tabla 1
Nivel de bienestar psicológico general de trabajadores portuarios
Elaboración propia

Se observa en la tabla 1 que existe un 21% de los trabajadores que presentan un bajo nivel de bienestar psicológico, siendo los trabajadores más jóvenes quienes presentan el un mayor nivel de bienestar bajo. Se observa además que un 38% de la muestra presenta un alto nivel de bienestar, destacándose el grupo de 41 a 50 años como el que presenta mayor nivel.

Sub escalas de bienestar psicológico	Nivel Bajo	Nivel medio	Nivel alto
Auto aceptación	18%	51%	31%
Propósito en la vida	13%	48%	39%
Autonomía	32%	47%	21%
Dominio del entorno	27%	42%	31%
Relaciones positivas	23%	52%	27%
Crecimiento personal	19%	56%	25%

Tabla 2
Nivel de bienestar psicológico de los trabajadores por dimensiones
Elaboración propia

En la tabla 2, destaca que en las dimensiones Autonomía y Dominio del entorno, 3 de cada 10 trabajadores tendría un nivel bajo en ambas dimensiones, dentro de las dimensiones que presentan un nivel de bienestar psicológico alto, destaca Propósito en la vida, donde 4 de cada diez trabajadores manifiestan que han logrado reconocer un propósito vital. Destacan en la tabla los altos porcentajes de niveles medios de bienestar, estos porcentajes pueden ser analizados desde dos perspectivas, que las personas pueden mejorar sus niveles de bienestar psicológico o por el contrario pasar de niveles medios a niveles bajos de bienestar, lo que implicaría trabajar para favorecer un mejor desarrollo de los trabajadores.

Sub escalas de bienestar psicológico	Nivel	< 30 años	31-40	41-50	51 y +
Auto aceptación	Bajo	11%	19%	24%	17%
	Medio	56%	52%	37%	56%
	Alto	33%	29%	39%	27%
Propósito en la vida	Bajo	9%	16%	19%	8%
	Medio	46%	42%	50%	56%
	Alto	45%	42%	31%	36%
Autonomía	Bajo	33%	26%	34%	19%
	Medio	48%	56%	39%	58%
	Alto	19%	18%	27%	23%
Dominio del entorno	Bajo	23%	24%	36%	13%
	Medio	36%	54%	48%	23%
	Alto	41%	22%	16%	64%
Relaciones positivas	Bajo	29%	26%	21%	14%
	Medio	36%	44%	48%	62%
	Alto	35%	30%	31%	24%
Crecimiento personal	Bajo	23%	19%	16%	19%
	Medio	45%	57%	59%	53%
	Alto	32%	24%	25%	28%

Tabla 3

Dimensiones de las subescalas de bienestar psicológico por edad
Elaboración propia

En la tabla 3. se observa que al desagregar por edad los resultados en las dimensiones del bienestar, los trabajadores más jóvenes y los más adultos se diferencian en sus percepciones, en la dimensión propósito en la vida, ambos grupos presentan puntajes medios y altos de bienestar. En la dimensión autoaceptación los trabajadores de 41 a 50 años son los que presentan niveles más bajos. En la dimensión autonomía, se destaca que los trabajadores más jóvenes presentan niveles más bajos en la subescala y los trabajadores mayores de 40 años tienden a presentar los puntajes más altos. En dominio del entorno, los trabajadores con mayor edad son los que puntúan más alto. En relaciones positivas y crecimiento personal, se observa que los trabajadores más jóvenes tienden a presentar puntajes más bajos en la dimensión.

En conclusión, se puede observar que existen dimensiones predominantes en el bienestar según la edad de los trabajadores, esto probablemente se relaciona con el ciclo vital personal, el conocimiento de las tarea, adaptación/desadaptación a la cultura organizacional, el tipo de clima organizacional percibido, entre otros factores.

Discusión de resultados

En relación con los datos obtenidos, resultaría interesante realizar una indagación más profunda para determinar cuáles serían los factores que estarían incidiendo en el bajo nivel de bienestar psicológico observado en los trabajadores.

Al observar el comportamiento de las distintas subescalas, es posible mencionar que la dimensión autonomía, la cual se relaciona con la posibilidad de desarrollar y afianzar las propias convicciones para poder desenvolverse adecuadamente en distintos contextos sociales, es la que presenta una mayor frecuencia de respuestas en nivel bajo, así como la que entrega el resultado más reducido en cuando la cantidad de encuestados que señalan sentir un elevado nivel de satisfacción. De esta manera, cabe preguntarse por las razones que podrían llevar explicar el porqué de esos porcentajes, aspecto que podría una conexión directa con el nivel de remuneraciones que pueden recibir los encuestados.

Este bajo nivel de remuneraciones podría deberse, por un lado, a la oferta de mano de obra que puede estar incrementándose ante las distintas crisis que afectan a la industria productora de salmones y que estaría llevando al cierre de distintas plantas, con el consiguiente aumento en la mano de obra disponible. Asimismo, también se hace necesario indagar acerca del impacto que estaría generando el aumento en el número de inmigrantes en busca de mejores oportunidades laborales y condiciones de vida superiores al país de origen, y ello sería otra fuente más que incrementaría esta oferta de mano de obra disponible.

Por otro lado, otro factor que podría estar afectando esta baja autonomía, podría deberse a un escaso nivel de formación y especialización de los trabajadores, y ello tendría una relación estrecha con la posibilidad de optar a puestos de mayor responsabilidad, lo que generaría de por sí un incremento en las remuneraciones, así como un eventual aumento en la sensación de realización personal y de satisfacción psicológica.

Asimismo, y en relación con la historia de vida, se hace importante considerar el nivel de frustración y desesperanza aprendida que podría estar presente en los encuestados, con lo que se limitarían las opciones de generar una mejora en la calidad de vida y en la sensación de bienestar psicológico al caer en un conformismo y una resignación que promueva una resignación hacia la situación vital actual y a considerar que los factores externos serían los determinantes de actual condición, desarrollando lo que Rotter denomina un locus de control externo²².

Debido a lo anterior, es conveniente hacer una caracterización de los sujetos encuestados, de manera de poder identificar las variables que podrían estar causando que la baja autonomía sea la dimensión con mayor frecuencia, para así establecer una correlación entre esa subescala y las variables que eventualmente la estén afectando. Lo anterior contribuiría así a generar medidas de intervención que favorezcan el incremento en la efectividad en el cumplimiento en las medidas de autocuidado, en la sensación de bienestar psicológico, y en los indicadores de salud objetivos en la población objeto de esta investigación.

²² C. Visdómine-Lozano y C. Luciano, Locus de control y autorregulación conductual. Revisiones conceptual y experimental. *International Journal of Clinical and Health Psychology*. 6(3) (2006), 729-751. Obtenido de [International Journal of Clinical and Health Psychology Locus+de+control+y+autorregulaci3n+conductual_+revisiones+conceptual+y+experimental.pdf](#)

Conclusiones

En este sentido resulta importante evaluar las estrategias de autocuidado que resulten más adecuadas para este grupo de trabajadores. Esto debido a que cuando se estudia el desgaste profesional en el ambiente de trabajo, este se ve influido por muchos factores relacionados no sólo con la organización (cultura y clima organizacional), sino también el estilo de vida de los trabajadores, características individuales, historia vital, lo que hace su análisis e interpretación compleja.

Ahora bien, esa sensación de bienestar psicológico reducida, independientemente de si la causa puede encontrarse en el lugar de trabajo o en factores individuales y personales ajenos a la jornada laboral, puede interpretarse como una insatisfacción generalizada y una desmotivación que podría constituirse en un malestar psicológico y un sufrimiento desde el punto de vista afectivo. Dicho sufrimiento puede conducir al trabajador a refugiarse en ciertas prácticas poco adecuadas y que se transformarían en una suerte de autocuidado que busca aumentar la sensación de bienestar, aunque finalmente puedan llevar a afectar de manera importante la salud de la persona. Un ejemplo de estas prácticas son los consumos problemáticos de alcohol, tabaco y otras sustancias que puedan ser consideradas adictivas²³.

Asimismo, se ha visto que el consumo de grasas, azúcares y carbohidratos refinados, tienen un efecto adictivo tan importante como el alcohol y el tabaco, puesto que la ingesta de estos alimentos libera dopamina en el cerebro del consumidor, incrementando rápidamente la sensación de satisfacción y de bienestar en el sujeto.²⁴

En otras palabras, es posible hacer una analogía entre el consumidor de sustancias como el alcohol, nicotina, cafeína, marihuana, éxtasis y otras drogas, y aquel trabajador que ingiere grandes cantidades de grasas, azúcares y carbohidratos complejos que derivan en los elevados índices de obesidad: ambos están buscando aumentar la sensación de bienestar psicológico y reducir el sufrimiento producto de las situaciones de vida a las que se enfrentan, incluyendo dentro de esas situaciones, al desgaste profesional.

De esta manera, es posible pensar que las dificultades en la práctica del autocuidado y en la baja adherencia a los tratamientos contra la obesidad en los trabajadores podría no sólo encontrarse en la necesidad de aumentar el nivel de satisfacción psicológica en las personas, sino también en la poca consideración de efecto nocivo que puede derivarse del consumo elevado de estos alimentos que tienen efecto adictivo. Por lo mismo, es recomendable que pueda indagarse además en la percepción que tiene el sujeto evaluado acerca de su estado de salud y establecer un estudio correlacional que integre los indicadores objetivos del estado de salud de los evaluados a través de un Examen de Medicina Preventiva del Adulto, junto con Cuestionario de Bienestar Psicológico de Ryff, y una escala de percepción de Salud general, de forma tal de poder facilitar en la muestra participante de esta investigación una noción más

²³ A. Tatarsky, Psicoterapia de reducción de daños. Un nuevo tratamiento para problemas de drogas y alcohol (Maryland: Rowman & Littlefield Publishers, Inc., 2002).

²⁴ A. Obregón; F. Fuentes y P. Pettinelli, Asociación entre adicción a la comida y estado nutricional en universitarios chilenos. 2015. Revista Médica de Chile 143 (5) (2015) 589-597. Recuperado el 09 de Enero de 2018, de http://www.scielo.cl: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872015000500006

acabada del estado de salud real, así como la identificación de conductas generadoras de daño, para así potenciar el autocuidado y fomentar que los trabajadores de la salud desarrollen habilidades personales y sociales para enfrentar el estrés y potenciar su bienestar²⁵.

Finalmente es importante profundizar en la relación entre bienestar psicológico, calidad de vida y salud para establecer estos perfiles en trabajadores portuarios²⁶.

Bibliografía

Arce, D.; Lizana, J. y Tagle, P. Salmonicultura chilena: análisis de la industria, propuestas de política y estabilización. Seminario para optar al título de ingeniero comercial, mención economía. Santiago de Chile: Facultad de Economía y Negocios de la Universidad de Chile. 2016.

Banco Central de Chile. Balance 2016: Exportaciones de salmón y trucha de Chile rozaron los US\$4.000 millones. Recuperado el 05 de junio de 2017, de www.aqua.cl/2017/01/10/balance-2016-exportaciones-salmon-trucha-chile-rozaron-los-us4-000-millones/ Obtenido el 02 de enero de 2017.

La Tercera. DIRECON. Exportaciones no cobre llegaron a 51% del total de las ventas del país en 2015. Noticia del 02 de mayo de 2016.

Nordenfelt, L. On the nature of health. Dordrecht: Kluwer Academics Publishers. 1995.

Obregón, A.; Fuentes, F. y Pettinelli, P. Asociación entre adicción a la comida y estado nutricional en universitarios chilenos. 2015. *Revista Medica de Chile* 143 (5) (2015) 589-597. Recuperado el 09 de Enero de 2018, de http://www.scielo.cl/http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872015000500006

Oficina Internacional del Trabajo. Condiciones de trabajo en el sector pesquero. Una norma general (un convenio complementado con una recomendación) sobre el trabajo en el sector pesquero. Ginebra: Oficina Internacional del Trabajo. 2004. Obtenido de https://books.google.cl/books?id=LTHM4xa4ZYC&pg=PA88&lpg=PA88&dq=salud+en+los+trabajadores+pesqueros+oit&source=bl&ots=cuwWJ1jRXP&sig=pDZy9_upFxFzBSp0__KBSiT8puo&hl=es&sa=X&ved=0aHUKewjC1NvgtK7UAhXBiJAKHVEzA54Q6AEIUTAI#v=onepage&q=salud%20en%20los%20trab

Quiceno, J. M. y Vinaccia, S. *Percepción de enfermedad: una aproximación desde el illness perception questionnaire*. 2010. Recuperado el 21 de Junio de 2017, de *Psicología desde el Caribe*: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-417X2010000100004

²⁵ A. Véliz; A. Soto y A. Dörner, Reflexión respecto a las emociones en el trabajo del profesional de la salud especialmente en población infantil. *Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*. 4(3) (2017):1-12.

²⁶ Véliz Burgos, Alex y Cabezas Cáceres, Carolina. Análisis bibliométrico respecto a estudios sobre bienestar psicológico y salud de pescadores y trabajadores portuarios. *Rev. Salud y Bien. Colec. Num. 1*. Julio-Diciembre (2017), 29-37 y Alex Véliz Burgos; Anita Dörner Paris y Miguel Ripoll Novales, Bienestar psicológico y nivel de sedentarismo de pescadores artesanales de la Región de Los Lagos, Chile. *Rev Hum Med*, Ago vol.17, no.2, (2017) 323-337.

Rangel, J. V. y Alonso, L. El estudio del bienestar psicológico subjetivo: Una breve revisión teórica. *Educere*. 49 (2010): 265-275.

Ryff, C. D. Happiness is everything: or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 57 (1989): 1069-1081.

Saavedra, W. y Campos, C. Riesgos psicosociales: Nuevos escenarios de organización del trabajo y su efecto en la salud de los trabajadores de una empresa chilena del área portuaria. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional* (2016) 193-206.

Sacchi, M.; Hausberger, M. y Pereyra, A. Percepción del proceso salud-enfermedad-atención y aspectos que influyen en la baja utilización del Sistema de Salud, en familias pobres de la ciudad de Salta. *Salud Colectiva*, 3(3), 271-283. Recuperado el 20 de Junio de 2017, de http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1851-82652007000300005

SalmonChile, SalmonChile. Asociación de la Industrial del Salmón de Chile A. G. 2017. Recuperado el 03 de Julio de 2017, de www.salmonchile.cl

Seligman, M. E. P. y Csikszentmihalyi, M. Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55 (2000) 5-14.

Sigerist, H. Historia y sociología de la medicina. Santiago: Editorial Universidad Bolivariana S. A. 2008.

Superintendencia de Isapres. Perfil del estado de salud de beneficiarios de Isapres: estudio preliminar. Santiago: Departamento de Estudios, Gobierno de Chile. 2005.

Urriola, R. Trabajadores portuarios de Chile: entre la precariedad y la esperanza. Santiago: Fundación Chile21. 2016.

Vergara, M. Tres concepciones históricas del proceso salud-enfermedad. *Revista Hacia la promoción de la salud*. 12 (2) (2007) 41-50.

Tatarsky, A. Psicoterapia de reducción de daños. Un nuevo tratamiento para problemas de drogas y alcohol. Maryland, Estados Unidos: Rowman & Littlefield Publishers, Inc. 2002.

Véliz Burgos, Alex. Propiedades Psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico y su Estructura Factorial en Universitarios Chilenos. *Psicoperspectivas*, 11(2) (2012) 143-163.

Véliz, A.; Soto, A. y Dörner, A. Reflexión respecto a las emociones en el trabajo del profesional de la salud especialmente en población infantil. *Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*. 4(3) (2017):1-12.

Véliz Burgos, Alex y Cabezas Cáceres, Carolina. Análisis bibliométrico respecto a estudios sobre bienestar psicológico y salud de pescadores y trabajadores portuarios. *Rev. Salud y Bien. Colec. Num. 1*. Julio-Diciembre (2017) 29-37.

Bienestar psicológico en trabajadores de las empresas portuarias en Puerto Montt, Región de Los Lagos, Chile pág. 114

Véliz Burgos, Alex; Dörner Paris, Anita y Ripoll Novales, Miguel, Bienestar psicológico y nivel de sedentarismo de pescadores artesanales de la Región de Los Lagos, Chile. Rev Hum Med, Ago vol.17, no.2, (2017) 323-337.

Visdómine-Lozano, C. y Luciano, C. Locus de control y autorregulación conductual. Revisiones conceptual y experimental. International Journal of Clinical and Health Psychology. 6(3) (2006), 729-751. Obtenido de International Journal of Clinical and Health Psychology

Locus+de+control+y+autorregulaciýn+conductual_+revisiones+conceptual+y+experimenta l.pdf

Para Citar este Artículo:

Celis Schneider, Rubén y Véliz Burgos, Alex. Bienestar psicológico en trabajadores de las empresas portuarias en Puerto Montt, Región de Los Lagos, Chile. Rev. Incl. Vol. 5. Num. Especial, Enero-Marzo (2018), ISSN 0719-4706, pp. 102-114.

221 B
WEB SCIENCES

CUADERNOS DE SOFÍA
EDITORIAL

Las opiniones, análisis y conclusiones del autor son de su responsabilidad y no necesariamente reflejan el pensamiento de la **Revista Inclusiones**.

La reproducción parcial y/o total de este artículo debe hacerse con permiso de **Revista Inclusiones**.