

**Niveles de estrés y ansiedad en un grupo de jóvenes técnicos y profesionales
desempleados en el municipio de Chigorodó, Antioquia.**

Annia Samira Pérez Padilla

Trabajo de grado para optar al título de Psicóloga

Asesor

Javier Ignacio Salazar Velásquez

Psicólogo

Universidad de Antioquia

Facultad de Ciencias Sociales y Humanas

Departamento de Psicología

Seccional Urabá

Apartadó

2020

Tabla de contenido

Resumen	4
Introducción.....	6
1. Planteamiento del problema	7
2. Antecedentes.....	12
3. Justificación	17
4. Objetivos.....	19
4.1. Objetivo General.....	19
4.2. Objetivos Específicos	19
5. Marco teórico	20
5.1. El desempleo como fenómeno social	20
5.2. ¿Qué es ansiedad?	22
5.3. Enfoque cognitivo de la ansiedad.....	23
5.4. Factores implicados en el origen y mantenimiento de la ansiedad.....	24
5.5. Consecuencias de la ansiedad.....	26
5.6. ¿Qué es estrés?	29
5.7. Evaluación cognitiva del estrés	30
5.8. Tipos de estrés	31
5.9. Causas del estrés.....	31
5.10. Consecuencias del estrés	32
6. Metodología	33
6.1. Enfoque	33
6.2. Tipo de estudio	33
6.3. Población y muestra	34
6.4. Instrumentos.....	35
6.5. Procedimientos a seguir	36
6.6. Análisis de la información	37
7. Resultados.....	38
8. Discusión	45
9. Conclusiones	48

10. Criterios éticos.....	50
Referencias bibliográficas	52
Anexos	57

Tabla de gráficos

Gráfico 1.....	38
Gráfico 2.....	38
Gráfico 3.....	39
Gráfico 4.....	39
Gráfico 5.....	40
Gráfico 6.....	40
Gráfico 7.....	40
Gráfico 8.....	41
Gráfico 9.....	41
Gráfico 10.....	42
Gráfico 11.....	43
Gráfico 12.....	43

Tabla de tablas

Tabla 1 (Hernández Sampieri, 2014)	35
--	----

Resumen

El desempleo es un fenómeno que afecta a gran parte de la población en edad de trabajar tanto en Colombia, como en América Latina y el mundo, debido a lo cual, diferentes investigaciones se han enfocado tanto en descifrar las causas de este fenómeno, así como sus consecuencias, para poder contrarrestar dicha problemática. Sin embargo, la mayoría de las investigaciones tratan el desempleo en los adultos a nivel general y dejan a un lado las consecuencias que éste puede traer a los jóvenes que recién comienzan su vida laboral o que quieren ingresar al mundo del mercado, sin tener una respuesta positiva y que, además, han culminado sus estudios con el fin de obtener una experiencia laboral para generar ingresos y ser útiles en la sociedad en que se desarrollan.

Es por esto que este trabajo se centra en conocer y describir los niveles de estrés y ansiedad en la población más joven que ha terminado sus estudios de educación superior, ya sea técnica, tecnológica o profesional, y no ha podido empezar a trabajar en lo que estudiaron, debido a que por varias razones no pueden acceder a un empleo formal.

Palabras Clave: Desempleo, jóvenes, estrés, ansiedad.

Abstract

Unemployment is a phenomenon that affects a large part of the population of working age in both Colombia, Latin America and the world, due to this, different investigations have focused both on deciphering the causes of this phenomenon, as well as its consequences, to be able to counteract this problem. However, most research deals with unemployment in adults at a general level and leaves aside the consequences that this can bring to young people who are just beginning their working life or who want to be able to enter the world of the market, without having a positive response and that also culminate their studies in order to obtain a work experience to generate income and be useful in the society in which they develop.

This is why this work focuses on knowing and describing the levels of stress and anxiety in the younger population, who finish their studies of higher education, be it technical, technology or professional, and cannot start working on what they studied, because for several reasons they cannot access formal employment.

Keywords: Unemployment, youth, stress, anxiety.

Introducción

Desde que comenzamos a desarrollar niveles de conciencia que nos permiten pensar en nuestra propia existencia, y evaluar la forma en la que actuamos y contemplar las metas que queremos alcanzar, vislumbramos una forma cíclica de alcanzar los sueños, y ante eso, tejemos una serie de expectativas que a medida que se van alcanzando generan o bienestar emocional o malestar cuando no se alcanzan.

Hoy por hoy, en un país como Colombia el desempleo es un fenómeno que está atentando contra los sueños de muchos de sus habitantes, un fenómeno multicausal, que está afectando a la población joven, quienes recién salen de sus estudios superiores cargados de expectativas que, al verse obstruidas pueden desencadenar una serie de malestares a nivel social, personal y a nivel de la salud mental.

Por ello, se desarrolla este proyecto de investigación que se elaboró con el propósito de recolectar información que permitiera describir los niveles de estrés y ansiedad que presenta un grupo de jóvenes que han cursado y aprobado algún nivel educación superior, pero que están en condición de desocupación y que residen en el municipio de Chigorodó. Asimismo, definir si hay relación entre las variables de género, niveles de estrés y niveles de ansiedad.

La estructura de este proyecto obedece en primer lugar al planteamiento del problema, un apartado con los antecedentes investigativos respecto del tema en cuestión, una justificación en la que se intenta describir el por qué y el para qué de este proyecto, los objetivos, el marco teórico, la metodología, un aparte en el que se consignan los resultados, seguidos de la discusión de los hallazgos con lo propuesto en los antecedentes y en parte del marco teórico, y en la parte final las conclusiones de los elementos más importantes posterior al desarrollo del proyecto, los criterios éticos, las referencias bibliográficas y los anexos en los que se encuentra el modelo de consentimiento informado y se relacionan los instrumentos utilizados en la evaluación de los participantes en la investigación.

1. Planteamiento del problema

En la última década, Colombia ha mostrado tasas de desempleo menores en comparación con los años anteriores, según datos presentados por el Departamento Nacional de Estadísticas (DANE). De acuerdo con esto, en el año 2008 el país contaba con 33'597.000 personas en edad de trabajar, lo cual correspondía al 77,98% de la población total. De esta manera, el DANE considera que la Población en Edad de Trabajar (PET), son personas mayores de 12 años en zonas urbanas y mayores de 10 años en las zonas rurales. Al año siguiente, la tasa de desempleo en Colombia tuvo un incremento del 0,7% alcanzando una cifra del 12%, la cual ha sido la más alta en los últimos diez años; por lo anterior, es evidente que el año 2009 ha sido el más crítico para la población desocupada en Colombia. Además, cabe aclarar que en el país se considera desempleado a una persona en edad de trabajar que no tiene empleo, no se encuentra impedido por alguna limitación física o mental y ha buscado trabajo por un periodo de tiempo mayor a los 6 meses según lo indica el Banco de La Republica de Colombia (2009).

Así mismo, para los años posteriores la tasa de desempleo en Colombia empezó a descender hasta el año 2015 donde se muestran unas cifras de desempleo del 8,9% frente a 37'342.000 PET, representando la cifra más baja de desempleo en el país alcanzada en los últimos 10 años.

Cabe destacar que en el año 2018 la cifra de desempleo, para los meses de enero a junio es del 10,1%, según datos publicados por el DANE, lo que significa que hay 2'393.000 personas desocupadas actualmente en Colombia.

En el caso de Antioquia, la desempleabilidad para el año 2017 alcanzó una cifra de 348.048 personas, lo cual representa una tasa de 10,2%, según informes de la Fuente de Información Laboral de Colombia (FILCO, 2018)

Por otro lado, en cuanto a la juventud, se debe tener en cuenta que en Colombia los jóvenes son personas en edades comprendidas entre 14 y 28 años, según la ley 1622 de 2013. Esta población es la que se ve más afectada a la hora de su inserción en la vida laboral puesto que Colombia cuenta actualmente con 3'400.000 jóvenes

que no tienen un empleo, según reportes del DANE. Y para Antioquia, en el año 2017 había 163.889 jóvenes desocupados, lo que representa una tasa de desempleo del 17,3%, según reportes de FILCO (2018). Además, se encontró que a esta población se les hace difícil conseguir un trabajo cuando recién se gradúan de algún estudio de educación media o superior ya sea técnico, tecnólogo o universitario. Según el DANE, la falta de experiencia en los jóvenes sigue siendo un obstáculo para conseguir trabajo, además de otras causas reales tales como la gran desigualdad respecto a los trabajos que obtienen los adultos, y aunque se han creado leyes para favorecer a los jóvenes, el porcentaje de ellos que no tiene prestaciones sociales es alto, reconoce Núñez (2014). Otra causa de desempleo juvenil se refiere a que los requisitos del trabajo al que aspiran los jóvenes son mayores que la educación recibida, por lo tanto, no llenan el perfil que la empresa requiere; de este modo, también se considera causa del desempleo juvenil la falta de ofertas laborales para esta población.

Debido a la situación descrita anteriormente, el Gobierno Nacional y otras entidades han creado programas y políticas que han favorecido la ocupación juvenil en el país, como es el caso del programa “40 mil nuevos empleos” en 2015, que consistía en que durante los primeros seis meses de trabajo del joven beneficiario el gobierno se hacía cargo de su remuneración mientras iba adquiriendo la experiencia, y luego ya se hacía cargo la empresa en la que el joven trabajaba, otorgándole prestaciones sociales.

Otra solución creada por el gobierno para esta problemática social fue la implementación de la Ley 1780 de 2016 que promueve el empleo y el emprendimiento juvenil, y señala que el Estado a través de empresas industriales debe garantizar que 10% de los cargos disponibles sean para los jóvenes sin requisito de experiencia (Colprensa, 2018). Sin embargo, estas políticas no han sido suficientes para acabar de raíz con la problemática del desempleo juvenil ya que esta ha ido creciendo cada vez más a medida que estos se gradúan de la educación media o superior.

Por otra parte, el trabajo se ha convertido en el medio principal de ingresos económicos para satisfacer necesidades primarias y básicas, y también para la obtención de bienes y servicios. El trabajo también es considerado por las personas una fuente de bienestar subjetivo para integrar roles, estatus y establecer identidades sociales, además de un punto de encuentro entre la vida pública y privada de una persona, según lo menciona Blanch (2001).

Por otro lado, como lo menciona Paul & Moser (2009) “las personas que no tienen empleo corren más riesgo de sufrir problemas psicológicos como depresión, ansiedad, bajo bienestar psicológico y pobre autoestima”. Esto puede estar desencadenado, entre otras cosas, porque de la falta de empleo se derivan problemas económicos y obstáculos para suplir necesidades básicas, sabiendo que la principal fuente económica de una persona y su familia es el trabajo.

Podría pensarse que el desempleo o la condición contraria a este, es un elemento fundamental en el desarrollo psicosocial de cualquier persona, ya que poder ejercer con decoro la profesión para la que se formaron, resulta apenas satisfactorio, pero la realidad que enfrenta un gran grupo de jóvenes en Colombia, y más concretamente en el municipio de Chigorodó, pone al descubierto la cruda realidad sobre el empleo y deja sin argumentos los sueños de quienes han puesto en escena sus aspiraciones e ilusiones de poder tener un empleo acorde con la capacidad profesional para la que fueron formados.

Es por ello, que mueve a muchos profesionales de las áreas de la psicología y sociología el poder dar respuesta a los interrogantes que se presentan en los jóvenes de hoy, cuando ven truncados sus anhelos de poder llegar a tener acceso al mundo del trabajo y sobre todo de poder materializar las expectativas que por años se mantuvieron escondidas a la espera de llegar a ser realizadas, porque las condiciones sociales existentes en nuestro tiempo, dejan muy limitadas las opciones de ingreso al mundo laboral. Estas situaciones, comunes en nuestro medio social, vienen generando en nuestros jóvenes un cúmulo de acontecimientos que poco aportan a la expectativa de vida de estos, más si se trata de aquellos que ya han cursado una carrera y que no logran materializar el esfuerzo hecho con la

compensación de una labor en la que puedan dar rienda suelta a esa expectativa y con la que de a poco logren mitigar las necesidades y seguir avanzando en el mundo del progreso y de la formación que los ayude a ser más profesionales y mejores personas.

Dentro de las posibles consecuencias generadas por la falta de oportunidades de empleo en los jóvenes profesionales del municipio de Chigorodó, se contarían el estrés que en algunos casos podría llegar a producir dicha situación, o también, algún tipo de frustración por acciones sin resultado satisfactorio en la búsqueda de empleo por parte de estos jóvenes. Cabe anotar, que pueden ser algunas opciones que pueden o no presentarse en los jóvenes para manifestar su descontento al encontrarse con una realidad que en muchos de los casos no esperaban.

Esta investigación se enfoca principalmente en conocer los niveles de estrés y ansiedad que hay en algunos jóvenes técnicos y profesionales del municipio de Chigorodó en condición de desocupación, ya que se ha visto, que el desempleo genera en las personas trastornos psicológicos asociados al factor social y emocional de los individuos, y se pueden desencadenar otras consecuencias como lo son las malas relaciones familiares, personales y sociales. Aunque no todos los casos de desempleo pueden llevarse al extremo de que la persona adquiera un trastorno o padezca disfuncionalidad en su vida diaria, estar en la posición de desocupado sigue siendo una preocupación constante en la vida de aquellos que lo padecen (Lang, 2012)

Aparte de las repercusiones en la salud mental y en el ámbito social de las personas desempleadas, también se pueden hallar consecuencias físicas, ya que pueden padecer hipertensión y diabetes por la pérdida o la falta de trabajo (Leahy, 2012)

Se podría suponer que, en los jóvenes, el desempleo impactaría con mayor fuerza, ya que a este se le suman las altas expectativas y el futuro deseado que ellos imaginaban cuando se preparaban para el mundo laboral, al que ahora no tienen acceso. En caso tal de que llegaran a padecer estos o muchos otros factores a causa del desempleo en los jóvenes de nuestra sociedad, no solo cambiaría la

conducta de estos sino su manera de pensar y ver la realidad, llegando a producir desde conductas de dependencia hasta en el peor de los casos la vinculación con actividades inesperadas, que podrían llegar al extremo de rallar en la delincuencia y en renglones que desdican de estos en su calidad de profesionales. Se dice que los jóvenes actualmente encuentran mayores oportunidades de delinquir que hace 50 años, puesto que al alcance de la mano (por ejemplo, en internet) encuentran formas sutiles de estafa las cuales se van incrementando a medida que se dan cuenta que pueden conseguir dinero fácil y rápido, ya que, al verse presionados por las economías, el mercado y la falta de oportunidades, buscan suplir sus necesidades por medio de la delincuencia, así lo afirma Duque (2009).

Para finalizar, se considera importante describir los factores asociados al desempleo en los jóvenes como lo son el estrés y la ansiedad. Cabe aclarar, que este proyecto se enfoca en investigar sobre algunos de los factores psicológicos y sociales que a menudo se ven relacionados con el desempleo en los jóvenes, específicamente el estrés en jóvenes que luego de haber cursado un estudio de educación media o superior no logran insertarse a la vida laboral por alguna razón y la ansiedad causada por las escasas oportunidades de empleo que encuentran en el medio o la sensación de no ser útil en la sociedad ni económicamente en su hogar ya que no cuentan con un empleo formal y de calidad.

A partir de lo anterior, nace el siguiente interrogante: ¿En qué nivel se presentan el estrés y la ansiedad en un grupo de jóvenes técnicos y profesionales desempleados en el municipio de Chigorodó, Antioquia?

2. Antecedentes

En la búsqueda que se realizó sobre investigaciones acerca de los temas de interés, en este caso el desempleo juvenil y las consecuencias psicológicas y sociales del desempleo, se hallaron diferentes perspectivas que encierran todas las posibles miradas que se le pueden dar al tema, de esta manera, se crearon categorías que abarcan el tema general de esta investigación.

La primera categoría se denominó **“Causas y consecuencias del desempleo”**. En esta se encierran algunos de los factores que determinan que una persona, ya sea adulta o joven, no pueda acceder al ámbito laboral. Uno de los factores más importantes es el abandono escolar temprano, que se refiere a la falta de la culminación de los estudios en las personas, debido a que abandonar el sistema educativo antes de culminarlo, puede traer consecuencias negativas a la hora de ingresar a la vida laboral, además de negarle a la persona la posibilidad de acceder a educación superior. Este es un factor fundamental para la contratación de las personas ya que una educación escolar básica actualmente es un requisito fundamental para acceder a cualquier tipo de empleo, porque supone que una persona que no posea educación básica carece de los conocimientos fundamentales para desarrollar algún trabajo.

Además del abandono o la falta de educación básica y superior, otra causa frecuente del desempleo (sobre todo juvenil) es la falta de experiencia, factor este que pone a la población juvenil en desventaja en comparación con los adultos. (García, 2011, Schmillen y Umkehrer, 2017; Tomás, Gutierrez, y Fernandez, 2017; Guzmán, Munevar, y Acosta, 2015)

Una tercera causa es el desajuste entre la oferta que tienen las empresas y las capacidades, habilidades y conocimientos que poseen los jóvenes, es decir, que la formación de las personas resulta no ser suficiente de acuerdo a las demandas del perfil profesional, y esto genera el trabajo informal o la dificultad para producir ingresos en los jóvenes. (García, J. 2011; De La Hoz, F., Quejada, R. y Yáñez, M. 2012; Núñez J. , 2015)

Desde otra perspectiva, se ha encontrado que otra de las causas que genera desempleo en un territorio es la migración, es decir, la llegada de muchas personas a un mismo lugar, lo cual requiere demasiadas ofertas laborales extras que no se encontrarán fácilmente y por esto quedan muchas personas sin trabajo. (Robbins, D. y Salinas, D. 2006; Espinosa y Vaca, 2014; Sánchez, 2017).

Una última causa del desempleo, en particular del desempleo juvenil, es que los jóvenes no buscan trabajo o no tienen empleo por los riesgos que implican los trabajos poco decentes que les ofrecen, riesgos tales como, graves repercusiones en el bienestar físico y mental, altas posibilidades de caer en la pobreza debido a los pocos ingresos que tienen y también un deterioro en su capital humano y social. Por estas razones, algunos jóvenes optan por comportamientos poco aceptables a nivel social como lo son: la falta de empleo y el desinterés por buscar algún trabajo. (Kolev, A., Saget, C. 2005).

Por otra parte, en el caso de las consecuencias generadas por la falta de empleo se encuentran consecuencias tales como que el desempleo deja secuelas que intervienen en los procesos y desarrollos de empleos posteriores, es decir, marca la vida de un individuo de tal forma que aumenta las probabilidades de desempleo futuro en la vida del joven que ha padecido desempleo temprano.

En esta misma línea, se deben tener en cuenta las repercusiones que trae a la salud mental de una persona el estar desempleado. Entre los resultados de las investigaciones se muestran que los factores psicológicos más frecuentes en el desempleo son:

1. el aumento de la sintomatología depresiva, la cual se empieza a manifestar mediante sentimientos de inutilidad, fracaso, inferioridad y baja autoestima, por que la persona empieza a sentir que no está aportando nada en su ambiente familiar y social en un aspecto tan importante como el económico.
2. la presencia de ansiedad que se manifiesta con preocupaciones excesivas, insomnio, falta de concentración que puede llevar a las personas a una desestabilización emocional y a la desesperación.

3. Sentimientos de inseguridad y fracaso, mal humor, deterioro de las relaciones sociales y, en personas mayores, se originan pensamientos negativos en cuanto a la posibilidad de conseguir un empleo, cosa que no ocurre con los más jóvenes.

En general, en las personas desempleadas hay mayor deterioro psicológico en comparación con las personas que están trabajando. (Acosta, Rivera, y Pulido, 2011; Parejo, Sánchez, y Valero, 2015; Monte y Louzan, 2013; Moreno, 2015; Gascón, Olmedo, Bermudez, García, & Cicotelli, 2003; Carlotto & Gobi, 2001; Carvajal, 2014).

Por otro lado, la segunda categoría se nombró **“Características del desempleo juvenil”**, debido a que las investigaciones que aquí se reúnen hacen referencia a una de las principales características de éste, como lo es que el desempleo juvenil se presenta en cifras mucho mayores en comparación con el desempleo en adultos, mostrando así lo contrario a lo que indican otras fuentes sociales de que los jóvenes tienen mayores oportunidades y ofertas de empleo que otras personas de edad más avanzada. (De La Rosa, I. 2011; Izquierdo, T., Alonso, H. 2010; Pichardo, Nuñez, y Romero, 2016).

Por otra parte, en otra investigación encontrada se considera el desempleo juvenil como un proceso de transición de la escuela al trabajo, es decir, un proceso normal que todo joven recién graduado debe atravesar hasta encontrar un trabajo que le garantice una estabilidad económica y calidad de vida familiar y social; esta transición, según los investigadores, se lleva a cabo mediante las siguientes etapas: búsqueda de empleo, empleo no remunerado, empleo de bajo salario y estudios. Es decir, que la persona va obteniendo trabajos, pero cuando estos no llenan sus expectativas renuncia a ellos, aceptan trabajos mal pagos, con tal de no quedarse parados y en últimas optan por seguir estudiando para garantizar que están invirtiendo su tiempo en algo productivo. (Fawcett, 2002; Weller, 2006)

Una tercera categoría se denomina **“El desempleo juvenil y la educación”**. En esta se desarrolla el tema de la educación y se habla de que no siempre una educación superior determina que un joven consiga empleo, además de que en muchos casos los conocimientos en los que fueron formados los jóvenes no son

suficientes para aspirar a un perfil profesional. Por otra parte, se habla de que a pesar de que la educación no es suficiente para que los jóvenes se desarrollen en el ámbito laboral, existen jóvenes que con una educación de técnica o bachiller no pueden acceder a niveles de formación más avanzada para nutrirse de conocimientos para trabajar. (Naranjo, 2009)

En otra investigación de esta categoría se hace referencia a que los jóvenes con una educación superior tienen menores probabilidades de estar sin empleo en España, y que los jóvenes en situación de riesgo son los que tienen niveles educativos bajos ya que aumentan sus probabilidades de no conseguir empleo. Más aún, se dice que los jóvenes que llenan las casillas de desempleados pertenecen a la población de los “ninis”, que se refiere a los jóvenes que ni estudian, ni trabajan. (Orós, C. 2010; Guzmán, Munevar, y Acosta, 2015).

En la siguiente categoría, la cual se designó **“Actitud hacia el desempleo”**, se habla de la posición que ha tomado el gobierno en cuanto al desempleo, ya que ha creado algunas políticas públicas para contrarrestar ese fenómeno social, sin embargo, éstas no han sido del todo eficaces puesto que no han logrado bajar la tasa de desempleo según lo esperado. Por esta razón, se hacen críticas sobre el proyecto de ley que busca promover el emprendimiento y el empleo juvenil, puesto que por algunos errores esto ha llevado al desempleo en lugar de dar soluciones efectivas (Jaramillo, I. 2016; Bonilla, 201; Sarmiento, 2012).

Simultáneamente, en otra investigación encontrada se habla sobre el desinterés que causa el desempleo juvenil y que los intereses de los jóvenes cuando están desempleados cambian, por lo que se dedican al ocio y la recreación, acciones que ya no son bien vistas cuando se está en la edad adulta, y que además son criticadas por sus pares. También se habla, en las investigaciones encontradas, del apoyo psicosocial que requieren los jóvenes en situación de desocupación, es decir, que un joven que se encuentra buscando trabajo y no obtiene resultados satisfactorios o no encuentra ofertas que lo motiven o favorezcan, necesita sentirse apoyado y no juzgado, comprendido y tolerado por su familia y saber que cuenta con una red de apoyo que lo va a ayudar a sobrellevar el peso psicológico, económico y social de no

tener un trabajo estable. (Zilveti, M. 2010; Stamm, 2006; Guarino & Sojo, 2010; Padilla, Fajardo, Gutierrez, & Palma, 2007).

Dentro de esta misma categoría otro tema es el interés o desinterés por buscar empleo que presentan hombres y mujeres, y plantea que las mujeres presentan un desinterés notable para buscar empleo al comprometerse en una relación, es decir, en cuanto ingresa una pareja a la vida de estas genera una disminución del interés por buscar empleo, además, de que en las mujeres se incrementa mucho más la duración de desempleo si tienen niños que están en los primeros años de vida. (Arango, L., Ríos, A. 2015; Giraldo, 2013)

De esta forma, se ha de notar que estas categorías engloban temas en común entre una investigación y otra, además de que cada investigación aporta un poco al tema de interés para el proyecto a desarrollar, ya que da a conocer datos, antecedentes, historia, cifras, determinantes, causas y consecuencias del desempleo juvenil.

3. Justificación

El presente proyecto de investigación busca establecer los niveles de estrés y ansiedad en un grupo de jóvenes técnicos y profesionales desempleados del municipio de Chigorodó, Antioquia. Sabiendo ya que esta problemática social causa efectos adversos a nivel psicológico y social, es por esto que se considera importante para la psicología saber en qué nivel afecta el estrés a los jóvenes desempleados y cuánta ansiedad les causa a ellos el no contar con un empleo formal, lo que puede ser útil para saber cómo disminuir los efectos negativos de estos factores psicológicos.

Por otra parte, los resultados que arroje esta investigación pueden resultar fructíferos a nivel nacional, puesto que va a permitir que el país conozca una de las tantas problemáticas sociales como lo es el desempleo y su relación con el estrés y la ansiedad, para que así se puedan empezar a crear políticas públicas o estrategias económicas que logren acabar de raíz el problema del desempleo, tanto en jóvenes como en las demás personas que lo padecen y así poder disminuir sus efectos negativos, siendo éste ya un tema de gran preocupación a nivel nacional.

Este trabajo, a nivel educativo, sirve para que los jóvenes que se están formando aprendan a indagar sobre problemáticas sociales de gran interés y que además generan efectos negativos en la sociedad, es por esto que a las Universidades, y más a la Universidad de Antioquia, le sirve para darse cuenta las repercusiones psicológicas y sociales que puede tener un tema o un fenómeno que muchos lo considerarían del ámbito de la economía o de la política, como es el desempleo, por eso se hace necesario presentar y demostrar con datos exactos y comprobables la relación directa del desempleo con factores psicológicos y psicosociales, como lo son el estrés y la ansiedad.

También, el desarrollo de este proyecto y sus resultados, le deben interesar al municipio de Chigorodó, lugar donde se llevará a cabo la investigación, puesto que conociendo su problemática, sabiendo cuántas personas la padecen y además las consecuencias psicológicas de ésta, se pueden empezar a reducir los casos de desempleo mediante estrategias de gobierno que favorezcan a los jóvenes

desocupados en el municipio y acciones que traerían consigo beneficios a nivel de seguridad, ya que así se bajarían un poco los índices de delincuencia común, camino que algunos jóvenes toman al no encontrar oportunidades que les permitan satisfacer sus necesidades o tener un ingreso económico estable.

Por otro lado, se encuentra el beneficio que causa en los jóvenes participantes en el estudio, ya que esto trae para ellos, además de la oportunidad de ser tenidos en cuenta, también el conocimiento de signos o señales que a veces ellos pueden ignorar y que pueden estar causándole malestar tanto a nivel individual como social.

Para finalizar, el interés por indagar sobre algunos de los efectos psicológicos del desempleo, surge porque se ha notado que estos son factores que comúnmente se asocian, pero no se sabe a ciencia cierta qué tan verídico es esto en los jóvenes del municipio de Chigorodó. Por esta y otras razones anteriormente expuestas, en esta investigación se pretende describir los niveles de estrés y ansiedad, y sus resultados podrían servir para crear métodos que ayuden a atenuar los efectos negativos del estrés y la ansiedad que puede provocar el desempleo en las personas.

4. Objetivos

4.1. Objetivo General

Describir los niveles de estrés y ansiedad que presenta un grupo de jóvenes técnicos, tecnólogos y profesionales desempleados del municipio de Chigorodó, Antioquia.

4.2. Objetivos Específicos

- Identificar los niveles de estrés en un grupo de jóvenes técnicos, tecnólogos y profesionales desempleados.
- Establecer los niveles de ansiedad en un grupo de jóvenes técnicos, tecnólogos y profesionales desempleados.
- Comparar los niveles de estrés en hombres y mujeres desempleados.
- Comparar los niveles de ansiedad en hombres y mujeres desempleados.

5. Marco teórico

En este apartado se describen las teorías que fundamentan y sirven de base para el desarrollo de este proyecto y las cuales se mantendrán presentes para todos los procedimientos del estudio.

5.1. El desempleo como fenómeno social

Según la OIT, el desempleo abierto es el conjunto de individuos en edad de trabajar que presentan las siguientes características: a) están sin trabajo, es decir, que no cuentan con un empleo ni tampoco realizan ninguna actividad por cuenta propia; b) están disponibles para trabajar, esto es, que tienen disponibilidad para tomar un empleo remunerado y; c) se encuentran en búsqueda de trabajo, o sea que, han realizado alguna acción en el período de referencia con la intención de obtener un empleo (OIT, 2013).

De otro lado, la OIT, a través de las Conferencias Internacionales de Estadígrafos del Trabajo (CIET), asegura que para hablar del desempleo abierto, es importante conocer el concepto de Población Económicamente Activa (PEA), o también llamada fuerza laboral, la cual se trata de “la parte de la población que está en edad de trabajar, sin importar que cuenten o no con una ocupación durante el período de referencia...Al grupo que realiza cierta actividad se le denomina ocupado y al que no tiene ocupación se le denomina abiertamente desempleado” (OIT, 2013).

Por otra parte, existen diferentes tipos de empleo que son: desempleo friccional, estructural y cíclico. El desempleo friccional trata del que es generado por información incongruente en las empresas, por lo que se generan variaciones en su demanda de trabajo y demoras en el emparejamiento de empleadores con desempleados.

En esta misma línea, el desempleo estructural, se refiere a aquel donde se presenta un desequilibrio en cuanto a las habilidades que demandan los empleadores y las ofertadas por los trabajadores; y, por último, se encuentra el desempleo cíclico, que hace referencia a la relación del desempleo con la actividad económica de un país, es decir, si hay un expansión económica el desempleo

disminuye, mientras que, si hay una recesión, el desempleo aumenta. (Corona & Madrid, 2005).

Vale aclarar que, en este trabajo, se tendrán en cuenta los dos primeros tipos de desempleo, ya que son los más conocidos y los que se pueden estudiar fácilmente, en cambio, el último es estudiado por modelos macroeconómicos, por lo que está fuera del alcance que pueda tener esta investigación.

De este modo, se deben tener en cuenta, cuáles son los factores que inciden en la duración del desempleo, tales como el tiempo, el lugar de residencia, la edad, la educación, el género, el estado civil, la experiencia laboral y el sector económico en el cual se trabaja. Las características del lugar donde se reside pueden tener efectos en el desempleo de las personas, ya que si donde usted reside es difícil conseguir trabajo o si las personas de su comunidad tienen fama de mal trabajadores se le hará más complicado conseguir un trabajo.

Por otra parte, el tiempo que la persona lleve desempleado también es carta de presentación frente a conseguir un empleo, puesto que entre mayor sea su periodo de desempleo, el empleador va a pensar que la persona no posee capacidades suficientes y que es por eso que no tiene empleo. Además, que a mayor edad que posea un desempleado, más difícil se le hará conseguir empleo, porque se ponen en duda sus habilidades cognitivas y motrices en comparación con las de alguien más joven.

Así mismo, la educación tiene estrecha relación con el desempleo, ya que a mayor formación posea el individuo, menor va a ser el tiempo que permanezca desempleado. Habría que decir también que un factor determinante en la sociedad actual es el género, debido a que las mujeres tienen mayores posibilidades de estar desempleadas frente a los hombres por el tema de que puede que posean menores habilidades que los hombres y por el riesgo que corre un empleador a que una mujer abandone más fácilmente su puesto de trabajo por casarse o tener hijos.

Más aún incide en el desempleo la experiencia laboral, ya que una persona con muchos años de experiencia tiene menores probabilidades de estar

desempleado, puesto que generalmente lo que las empresas buscan es alguien formado en práctica y que sepa hacer el trabajo ya que eso reduce costos en comparación a una contratación de alguien sin experiencia; es en el factor de la experiencia donde se hará especial énfasis ya que puede ser un gran determinante del desempleo en los jóvenes y así se convierte en un tema relevante para el presente estudio, también porque las empresas no suelen contratar fácilmente trabajadores jóvenes debido a que aun con estudios de educación media o superior, les hace falta “saber como se hacen las cosas” o sea, la práctica. (Corona & Madrid, 2005).

5.2. ¿Qué es ansiedad?

En el marco de este proyecto se define la ansiedad como:

Un sistema complejo de respuesta conductual, fisiológica, afectiva y cognitiva que se activa al anticipar sucesos o circunstancias que se juzgan como muy aversivas porque se perciben como acontecimientos imprevisibles, incontrolables, que potencialmente podrían amenazar los intereses vitales de un individuo (Beck & Clark, 2012, p.150).

Estose refiere a que la ansiedad es la respuesta anticipada a una situación que está susceptible a suceder y que además genera una amenaza vital para el sujeto. (Beck y Clark, 2012).

Además de ser una respuesta anticipada ante una amenaza, la ansiedad es también un estado duradero de “aprensión ansiosa” que incluye factores cognitivos tales como: el miedo, la aversión, la incontrolabilidad, la incertidumbre, la vulnerabilidad y la incapacidad para obtener resultados esperados. (Beck y Clark, 2012).

De este modo, de los factores cognitivos antes mencionados y que están incluidos en la ansiedad, el componente considerado nuclear en cualquier trastorno de ansiedad es el miedo, el cual Beck y Clark (2012) definen como: “Un estado neurofisiológico automático primitivo de alarma que conlleva a la valoración cognitiva

de una amenaza o peligro inminente para la seguridad física o psíquica de un individuo”.

5.3. Enfoque cognitivo de la ansiedad

A continuación se expondrán cinco criterios en los cuales se basan (Beck y Clark, 2012) para distinguir la ansiedad normal de la anormal:

- **Cognición disfuncional:** Este es uno de los principios centrales de la teoría cognitiva de la ansiedad y se centra en determinar, que el miedo y la ansiedad se derivan de la valoración errónea de peligro en una situación que no se confirma mediante la observación directa, según Beck y Clark (2012). Además, también afirman que la activación de estas creencias disfuncionales o esquemas sobre la amenaza en el procesamiento cognitivo provoca un miedo notable y excesivo que es incoherente con la realidad objetiva de la situación. (Beck y Clark, 2012).
- **Deterioro del funcionamiento:** En este principio se determina que la ansiedad interfiere directamente con el manejo efectivo y adaptativo ante la amenaza percibida y mas generalmente, en la vida cotidiana y en el funcionamiento laboral de la persona, por ejemplo, hay momentos en que se presenta el miedo que genera el sentimiento de quedarse helado y paralizado ante el peligro y en otros casos, el miedo o la ansiedad pueden producir una respuesta contraproducente ante la amenaza. (Beck y Clark, 2012)
- **Persistencia:** este principio hace referencia a que a pesar de la ansiedad elicitte una perspectiva orientada hacia el futuro que conlleve a la anticipación de una amenaza o peligro, por otro lado, en casos clínicos se ve una sensación de aprensión subjetiva aumentada con solo pensar en la amenaza potencial, independientemente de que se vaya a materializar o no. (Beck y Clark, 2012)
- **Falsas alarmas:** este principio se define como una crisis de angustia espontanea, que se genera sin un estímulo que la provoque. la presencia de crisis de ansiedad sin un estímulo concreto o peligro de amenaza que la provoque es considerado un estado clínico. (Beck y Clark, 2012)

Hipersensibilidad a los estímulos: Este factor determina que en los estados clínicos el miedo es provocado por una amplia gama de estímulos o situaciones en las que la intensidad de la amenaza es relativamente leve y que serían percibidas como inofensivas por un individuo sin trastorno. (Beck y Clark, 2012).

5.4. Factores implicados en el origen y mantenimiento de la ansiedad

➤ **Factores biológicos y/o genéticos**

La ansiedad también puede ser resultado de una herencia familiar y es que no se necesita una situación concreta para que alguien experimente síntomas ansiosos o desarrolle algún trastorno de este tipo que le lleve a sufrir constantemente ansiedad, además, es más común de lo que parece que algunas personas de la misma familia compartan el padecimiento de síntomas muy similares; es por eso que en la página de internet del Hospital San Juan de Capestrano(2011) se afirma que: “Al analizar la prevalencia de estos padecimientos entre las personas con genes similares, los investigadores han determinado que la ansiedad tiene una influencia genética, al igual que ocurre con otras enfermedades mentales”.

➤ **Factores ambientales**

Los síntomas de la ansiedad también pueden ser causados por situaciones del ambiente y más aún si la persona no cuenta con las herramientas necesarias para afrontar alguna situación que le resulte nueva o compleja, por ejemplo, para los pequeños, su primer día de clase en un colegio nuevo; para los adultos puede ser trabajar bajo condiciones de mucha presión y no saberlo manejar puede acarrear en ellos, lo que pueden ser síntomas ansiosos o hasta el desarrollo de un trastorno de ansiedad. (Capestrano, 2011).

➤ **Factores de personalidad**

El tipo de personalidad puede influir en que una persona presente síntomas ansiosos o un trastorno de ansiedad, esto no quiere decir que por tener un tipo de personalidad vaya a tener ansiedad, sino más bien que personas que tienden a ser calladas, retraídas, preocupadas, tímidas y que les cuesta exponerse y utilizar sus mecanismos sociales y comunicativos, pueden ser más propensas a desarrollar algún tipo de ansiedad o hasta depresión porque van a ser personas sensibles y que no van a poder afrontar situaciones demandantes de esfuerzo y vigor para sobrellevarlas. (Baeza Villaroel, 2011)

➤ **Factores activadores o desencadenantes**

Pueden haber muchos desencadenantes de ansiedad para las personas, además de que muchas de las situaciones varían de acuerdo a la interpretación que les da el individuo, pero a modo general, algunas causas de la ansiedad pueden ser: situaciones o acontecimientos que son vividos como desbordantes de nuestros recursos, aquí la persona experimenta que la situación a la que se expone sobrepasa cualquier herramienta o facultad que posea para afrontarla y se queda sin poder hacer algo para salir de ella o no volver a estar en una situación similar. Por otra parte, otro factor que puede desencadenar síntomas ansiosos en una persona es la ocurrencia de acontecimientos vitales con consecuencias graves o que exigen importantes esfuerzos adaptativos, es decir, la pérdida de un ser querido que era muy importante en la vida de la persona, la pérdida de un miembro o extremidad o la participación en un accidente traumático que dejó importantes y considerables pérdidas o consecuencias irreversibles, entre otros. (Baeza Villaroel, 2011)

Otro desencadenante de la ansiedad son los obstáculos para conseguir logros o situaciones que limitan la capacidad para alcanzarlos ya que esos acontecimientos son considerados aversivos para el individuo ya que

amenazan sus intereses por llevar a cabo algo. Y por último cabe mencionar que el consumo de estimulantes u otras drogas es un factor activador porque una persona que consume no puede dejar de hacerlo ya que eso le acarrea síntomas ansiosos en gran medida y en muchos casos la primer vez que consumieron drogas estaban en una situación similar de ansiedad. (Baeza Villaroel, 2011)

➤ **Factores de mantenimiento**

Estos están ligados a la propia ansiedad, ya que se presentan como causas del tan conocido miedo al miedo, la ansiedad se mantiene solo por no querer revivir la situación, pero el solo hecho de pensar que puede volver a estar en una situación de peligro eminente le genera miedo sentir los síntomas que sintió en aquella situación. Por otra parte, la persona se siente incapaz de afrontar otra situación ansiosa si llegara a presentársele ya que la última vez que sufrió una se sintió sin facultades para afrontarla y este hecho le hace mantener la ansiedad (Baeza Villaroel, 2011)

5.5. Consecuencias de la ansiedad

La ansiedad, al ser una emoción básica, es muy frecuente y puede ser nociva para nuestra salud física y mental, ya que al sufrir ansiedad tanto en el cuerpo como en la mente de las personas se experimentan cambios y alteraciones momentaneas, que ante una ansiedad prolongada pueden volverse duraderas en el tiempo o padecimientos crónicos.

A nivel fisiológico se encuentran las siguientes consecuencias que dejaría la ansiedad prolongada lo que puede suceder durante una situación ansiosa:

- ✓ **Debilitamiento del sistema inmunológico**, como sabemos, la ansiedad pone al cuerpo en posición de ataque o huida (imaginemos un león enfrente de nosotros) y ante la posibilidad de que haya heridas en la lucha y se puedan infectar, el bazo libera un mayor número de glóbulos blancos. El problema es que, si la ansiedad se mantiene en el tiempo, a la larga esto

puede debilitar nuestro sistema inmunitario haciéndonos perder la capacidad que tiene el cuerpo para recuperarse y defenderse de heridas infecciosas o enfermedades, de esta forma se vuelven más lentas las recuperaciones y nos vuelven más susceptibles de contraer infecciones. (Burque, 2017)

- ✓ **Problemas digestivos:** cuando el cerebro detecta un peligro, este emplea toda su capacidad en el estímulo que la causa, y para eso necesita que otros sistemas funcionales se apaguen, por ejemplo, en el caso del león, ¿para qué queremos dedicar energía a comer si nos está atacando un león?; por esta razón, se apaga la salivación (boca seca), se cierra el estómago (nudo en el estómago), incluso el cuerpo trata de expulsar lo que ha comido para no perder energía en esa tarea (arcadas o vómitos), se apagan los jugos gástricos (acidez y úlceras) y se enlentece la digestión. Así hasta llegar a la parte final del sistema digestivo en donde el cuerpo usará dos maneras de gestionar su funcionamiento ante un peligro; o expulsa todos los desechos cuanto antes (diarrea), o lo guarda hasta que pase el peligro (estreñimiento). Todos estos síntomas, si se mantienen en el tiempo, pueden provocar problemas mayores a nivel digestivo que van desde las úlceras a la colitis pasando por estreñimiento crónico. (Burque, 2017)
- ✓ **Aumento del nivel de azúcar en la sangre:** Si tenemos un peligro delante, el cerebro va a acelerar al máximo su funcionamiento y de todos los músculos del cuerpo y para ello necesita el combustible perfecto para esta situación: el azúcar. Para conseguir rápidamente esta gasolina tiene dos maneras. Por un lado, estimulará de manera drástica nuestras ganas de tomar dulces e hidratos con el fin de hacer acopio de toda la energía rápida posible, lo que puede llevarnos a desórdenes alimenticios como, por ejemplo, los atracones de comida poco sana. Además, el sistema gastrointestinal disminuye su rendimiento y produce menos enzimas digestivas lo que reduce la absorción de nutrientes. Finalmente, el desorden en los sistemas reguladores del azúcar puede provocar a su vez problemas en el metabolismo, debido a la liberación constante de cortisol en el flujo sanguíneo que hace reducir la sensibilidad a la insulina. (Burque, 2017)

- ✓ **Envejecimiento celular prematuro:** cuando se presenta una reacción ansiosa mantenida en el tiempo llega incluso a afectar a las propias células, que de tanto desgaste se empiezan a agotar, lo que se traduce en una mayor oxidación celular y por tanto se vuelven sensibles y propensas a padecer problemas derivados de exponer el cuerpo a un estado ansioso permanente, como aumento del colesterol, incidencias en el cáncer o envejecimiento prematuro. (Burque, 2017)
- ✓ **Insomnio y agotamiento:** en condiciones normales el organismo genera unos mayores niveles de cortisol por la mañana para ayudarnos a despertar y activarnos, y menores niveles por la noche, cuando lo que necesitamos es descansar para recuperar energía y que nuestros órganos se regeneren. La ansiedad y el estrés prolongados alteran la producción de cortisol, dificultando que podamos conciliar el sueño y dar a nuestro cuerpo su dosis de descanso necesaria. (Burque, 2017)
- ✓ **Contracturas y problemas osteomusculares:** Ante una amenaza todos los músculos del cuerpo, desde el más pequeño hasta el más potente se tensarán en lo que se llama una posición de ataque o huida (o ataco al león o me escapo corriendo). Una activación muscular que puede durar un rato, incluso un día o dos, pero si se mantiene constante en el tiempo (debido a una ansiedad crónica) los músculos se cargarán de energía activándose y tensándose para un esfuerzo que no llega. Esta tensión no liberada puede terminar causándonos contracturas, lesiones y desgaste muscular. Es frecuente que aparezcan dolores de espalda, bruxismo y otras molestias. Pero también, la tensión nos provocará dolores de cabeza, rigidez en los hombros, dolor de cuello, incluso se corre el riesgo de trastornos osteomusculares crónicos (Burque, 2017).
- ✓ **Problemas de piel:** cuando el cuerpo se expone a una situación de ansiedad necesita toda la capacidad posible de nuestro sistema y lo que no le sirva en ese caso, lo desactivará por completo. En este caso la piel también cede su parte de sangre y energía en favor de otros órganos clave en la reacción defensiva y claro, al dejar de recibir su dosis necesaria de hidratación pueden

aparecer problemas dermatológicos como eccemas, soriasis, alopecias, rosáceas o aumento de las arrugas, entre otros.(Burque, 2017)

- ✓ **Hipertensión:** cuando el cuerpo requiere una respuesta de lucha o huida el corazón necesita bombear más sangre y aumentar la presión arterial y la constricción de las arterias. Todo esto, de modo constante en el tiempo, tiene como consecuencia un aumento de la tensión arterial y un empeoramiento del sistema cardiovascular. Por esto, de tanto forzar la máquina esta se puede incluso romper con ataques al corazón u otros problemas derivados (Burque, 2017).
- ✓ **Disfunciones sexuales:** si el cerebro determina que hay un peligro, bloquea todas las funciones fisiológicas que considera inútiles, y en el caso del león acechando, el sexo se vuelve totalmente secundario. Así que se disminuye el deseo sexual, no aparecen las erecciones, aumenta la eyaculación precoz, etc. (Burque, 2017).
- ✓ **Infertilidad:** la ansiedad incide negativamente en la fertilidad porque, si el cerebro siente que hay un peligro muy alto y constante en el tiempo pospone la necesidad de reproducción incluso su mayor objetivo, reproducirse (ante una situación de peligro excepcional la reproducción no es ninguna prioridad). De ahí problemas asociados a la ansiedad como la infertilidad, desaparición de la regla en las mujeres o abortos. (Burque, 2017)

5.6. ¿Qué es estrés?

El estrés, desde un enfoque interaccional, se puede considerar como “una relación particular entre la persona y el entorno, valorada por la persona como una situación que le sobrepasa o pone en peligro su bienestar” (Lazarus y Follman, 1986, p.19).

De este modo, la idea central de este autor se centra en la evaluación cognitiva que la persona hace de la situación, lo que significa que es un proceso universal mediante el cual, las personas valoran constantemente la significación de lo que está ocurriendo, relacionado con su bienestar personal (Lazarus y Follman, 1986).

5.7. Evaluación cognitiva del estrés

La teoría cognitiva sobre el estrés, clasifica tres tipos de evaluación que son: primaria, secundaria y reevaluación. La evaluación primaria del estrés es considerada por Lazarus y Follman(1986) como el primer mediador psicológico ante el estrés y que puede dar lugar a cuatro modalidades de evaluación que son: **a) Amenaza:** la anticipación a un daño que aunque no ha ocurrido, su aparición parece inminente; **b) Daño-pérdida:** un daño psicológico que ya se ha producido; **c) Desafío:** valoración de una situación que parece tener tanto ganancias positivas como amenazas; **d) Beneficio:** esta valoración no induciría reacción de estrés. (Lazarus & Follman, 1986).

Respecto de la evaluación secundaria, se refiere a la valoración de los recursos propios para afrontar la situación, la forma en la que el sujeto evalúa sus recursos de afrontamiento determina en gran proporción si se siente asustado, desafiado u optimista (Lazarus & Follman, 1986).

Y finalmente la reevaluación cognitiva, permite que se realicen correcciones sobre valoraciones previas, por ejemplo, después de ser valorados los recursos de afrontamiento, pueden reevaluarse con mucho menor grado de amenaza (Lazarus & Follman, 1986).

De acuerdo a la evaluación cognitiva que la persona haga de la situación, necesitará enfrentar tanto la situación como los síntomas del estrés, en caso de que se presenten, para esto la persona hará uso de lo que Lazarus y Follman, (1986) denominaron afrontamiento del estrés que, según ellos, se trata de unos “esfuerzos cognitivos y conductuales cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (p.164).

5.8. Tipos de estrés

- **Eustrés:** Se entiende por el tipo de estrés que se produce en la persona ante la demanda externa que se hace en armonía, es decir, cuando las respuestas son adecuadas al estímulo o si están adaptadas a las normas fisiológicas del sujeto. Además, este tipo de estrés positivo es indispensable para el desarrollo, el funcionamiento del organismo y la adaptación al medio (Selye, 1956)

El eustrés, representa aquel estrés donde el individuo interacciona con su estresor, pero siente placer, alegría, bienestar y equilibrio. En resumen, el eustrés es un estado en el cual se potencia el mejoramiento del nivel de conocimiento, de las ejecuciones cognitivas que provee la motivación. (Selye, 1956)

- **Distrés:** Se refiere al estrés negativo, que hace referencia a que las demandas del medio son excesivas, intensas y/o prolongadas, las cuales superan la capacidad de resistencia y de adaptación del organismo. (Selye, 1956).

5.9. Causas del estrés

Las causas por las que una persona puede desarrollar estrés son diversas; aunque ciertos sucesos vitales que afectan a la familia o el entorno social en que uno vive puede ser causa del estrés, sin duda el factor más habitual es la presión en el ámbito laboral. Esta situación generalmente está provocada por unas condiciones de trabajo y formas de organización que responden más a procesos tecnológicos y criterios productivos que a las capacidades, necesidades y expectativas del individuo. (Diaz, 2011)

Aun así, es bastante habitual que un mismo entorno laboral genere distintas respuestas en los individuos. Esto indica claramente que los factores externos son tan sólo un elemento (en ocasiones determinante, en otras secundario) en el desarrollo del estrés en una persona. Más bien, su desarrollo está condicionado por la capacidad de cada uno para hacer frente a situaciones estresantes, en las que

tienen especial importancia sus características particulares, como la personalidad, las estrategias que adopta y el apoyo social con el que cuenta. (Diaz, 2011)

5.10. Consecuencias del estrés

De la misma manera que no hay una única respuesta ante situaciones estresantes, tampoco las consecuencias son siempre las mismas, aunque hay una serie de enfermedades y trastornos físicos y psicológicos que suelen afectar a las personas que padecen el estrés (Diaz, 2011).

En el ámbito fisiológico, el estrés puede provocar trastornos cardiovasculares como hipertensión arterial, taquicardias o enfermedad coronaria; enfermedades respiratorias como asma bronquial o hiperventilación; padecimientos gastrointestinales que pueden ser: úlcera péptica, colitis ulcerosa y estreñimiento. De otra forma, afecciones dermatológicas como sudoración excesiva y dermatitis; también alteraciones musculares: tics, temblores, contracturas. Por último, trastornos sexuales como: impotencia, eyaculación precoz, coito doloroso y alteraciones del deseo, entre otros. (Diaz, 2011)

En el ámbito psicológico, se pueden observar alteraciones como miedos o ansiedad, fobias, depresión, trastornos de la personalidad, conductas obsesivas y compulsivas, y alteraciones del sueño. Todas estas alteraciones pueden estar acompañadas por trastornos cognitivos, como incapacidad para la toma de decisiones, dificultad para concentrarse, olvidos frecuentes e irritabilidad. (Diaz, 2011)

6. Metodología

Este proyecto se desarrollará utilizando un enfoque cuantitativo mediante el cual se describirá la relación existente entre los niveles de estrés y el desempleo, teniendo en cuenta que el estrés será evaluado con unos instrumentos que describiremos más adelante. Esta investigación será aplicada en jóvenes que hayan cursado y aprobado una educación media o superior, y que se encuentren en una situación de desempleo.

6.1. Enfoque

Este estudio tiene un enfoque cuantitativo ya que nos permite “utilizar la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico con el fin de establecer pautas de comportamiento y probar teorías” según Hernández Sampieri (2014) (p.4).

De esta forma, con este enfoque podemos identificar los niveles en los que se presenta el estrés y la ansiedad en algunos jóvenes desempleados del municipio de Chigorodó así como se refiere Hernández Sampieri (2014) cuando dice que con el enfoque cuantitativo se pueden “medir y estimar magnitudes de los fenómenos o problemas de investigación: ¿cada cuánto ocurren y con qué magnitud?”.

Por esto se decidió que el enfoque cuantitativo era el más apropiado para la presente investigación y la aplicación de los instrumentos para la debida recolección de los datos.

6.2. Tipo de estudio

Este estudio es de tipo no Experimental ya que no se van a manipular variables en la muestra poblacional a evaluar, en cambio, lo que se busca es “observar fenómenos tal como se dan en su contexto natural, para analizarlos” (Hernández Sampieri, 2014) (p.152).

Para el caso en particular de este estudio , se puede decir que el fenómeno a observar o características de la población serán los síntomas o cualidades referentes al estrés y la ansiedad en los jóvenes desempleados del municipio de Chigorodó.

El diseño de esta investigación se denomina transversal, ya que este consiste en que se “recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único” (Hernández Sampieri, 2014) (p.154).

Este proyecto se ha direccionado con este diseño por cuestiones de tiempo, costos y además porque lo que se quiere evaluar se hará mediante la aplicación única de unos instrumentos enfocados en medir los índices o niveles de estrés y ansiedad en un grupo de jóvenes desempleados del municipio de Chigorodó.

Por otro lado, se empleará en este proyecto un tipo de estudio descriptivo, el cual se refiere a “describir fenómenos, situaciones, contextos y sucesos; esto es, detallar cómo son y se manifiestan” (Hernández Sampieri, 2014) (p.92). Se utiliza este tipo de estudio ya que permite enfocar la investigación en medir solo los fenómenos o características de interés en el tipo o grupo poblacional que se haya escogido específicamente para la muestra, por esto se recogerán los datos más precisos y enfocados en la problemática que se pretende indagar.

En el caso de esta investigación se quiere medir de qué manera se presentan las variables de estrés y ansiedad en la población específica de jóvenes desempleados del municipio de Chigorodó.

6.3. Población y muestra

Se trabajará con la población de jóvenes desempleados que hayan culminado sus estudios de educación técnica, tecnológica o superior del municipio de Chigorodó, en edades comprendidas entre los 18 a 28 años. La recolección de los datos se hará de acuerdo al muestreo por conveniencia ya que permite seleccionar aquellos casos accesibles que acepten ser incluidos en el estudio, es decir, los participantes se escogen porque están disponibles, no porque hayan sido seleccionados mediante un criterio estadístico, así como el número total de la muestra también es de acuerdo al

número de personas encontradas disponibles en un rango de tiempo definido por el investigador (Otzen & Manterola, 2017).

Cabe aclarar que, este método de muestreo se utiliza en casos donde es muy difícil encontrar la población con las características requeridas para el estudio y se considera una de las últimas opciones.

CRITERIOS DE INCLUSIÓN	CRITERIOS DE EXCLUSIÓN
<ul style="list-style-type: none"> • Que sean jóvenes mayores de 18 años • Que sean jóvenes menores de 28 años • Que estén desempleados actualmente • Que hayan culminado algún estudio técnico, tecnólogo o profesional. 	<ul style="list-style-type: none"> • Que sean menores de 18 años • Que sean mayores de 28 años • Que actualmente estén trabajando • Que no tengan un estudio de técnico, tecnólogo o profesional

Tabla 1 (Hernández Sampieri, 2014)

6.4. Instrumentos

- **BAI, inventario de Ansiedad de Beck**

Es un cuestionario auto aplicable, compuesto por 21 ítems que describen diversos síntomas de ansiedad. Los pacientes responden a cada una de las cuestiones en una escala que va de “nada en absoluto” a “gravemente, casi no podía soportarlo”, de acuerdo a como se hayan sentido en la última semana, incluyendo el día de la aplicación del test. En este cuestionario se asignan valores de 0 a 3 a cada uno de los ítems. Los valores de cada elemento se suman obteniéndose una puntuación total que puede ir de 0 a 63 puntos. Una puntuación total entre 0 y 7 se interpreta como un nivel mínimo de ansiedad, de 8 a 15 como leve, de 16 a 25 como moderado y de 26 a 63 como grave. El BAI discrimina

adecuadamente entre grupos de pacientes con y sin trastorno de ansiedad en diferentes poblaciones clínicas. (Beck, 2011) (Ver Anexo 1).

- **Escala de estrés percibido (EEP-10)**

Este cuestionario auto aplicado es la adaptación colombiana que se realizó en una Universidad privada de Bucaramanga con 366 estudiantes de medicina que participaron voluntariamente. Esta escala consta de 10 ítems y mide la percepción de estrés psicológico, es decir, la medida en que las situaciones de la vida cotidiana se aprecian como estresantes. La escala incluye una serie de consultas directas que exploran el nivel de estrés experimentado durante el último mes. Las preguntas se entienden con facilidad. La escala brinda cinco opciones de respuesta: “nunca”, “casi nunca” “de vez en cuando”, “muchas veces” y “siempre”, las cuales se clasifican de 0 a 4. Por otra parte, los ítems 4,5, 7 y 8 se califican de forma invertida. (Campo-Arias, Oviedo, & Herazo, 2014).

Por esto, la EEP-10 presenta suficientes garantías psicométricas para su utilización tanto en población general como aplicada a muestras clínicas, permitiendo estimar una variable crucial en el estudio de aspectos relacionados con el estrés, como la disfunción prefrontal y las estrategias que se utilizan ante dificultades de la vida. (Campo-Arias, Oviedo, & Herazo, 2014) (Ver anexo 2)

6.5. Procedimientos a seguir

Para el desarrollo de este estudio se iniciará con la búsqueda de la población, para lo cual se empezará con la visita a los diferentes establecimientos educativos que brinden educación técnica, tecnológica y profesional en la región de Urabá o, más precisamente, en los municipios de Chigorodó y Apartadó, ya que en este último es donde se encuentra la mayor concentración de estos establecimientos educativos. Se pedirá la debida autorización de manera escrita y formal a la entidad para que permitan acceder a la base de datos de la población egresada, para así poder contactar a las personas y seleccionar a los que quieran participar voluntariamente y que cumplan con las características que el presente estudio requiere. Luego de

seleccionada la muestra a la que se le aplicarán los instrumentos, se procederá a la aplicación de los mismos para obtener las respuestas de cada joven desempleado y así analizar la información, para describirla.

6.6. Análisis de la información

Los datos cuantitativos obtenidos mediante la aplicación de los cuestionarios se tabularán en el programa SPSS luego de lo cual se hará el análisis de los datos y se llegará a las debidas conclusiones.

7. Resultados

Perfil sociodemográfico:

El total de participantes en el presente trabajo corresponde a hombres y mujeres catalogados como jóvenes (18-28 años), los cuales cumplen con los criterios de inclusión de la muestra para este estudio (Ver 6.3. Población y muestra). Asimismo, todos los participantes son residentes del municipio de Chigorodó, Antioquia, ubicados en el casco urbano, de estrato socioeconómico 1 y 2.

Edad:

La edad de los participantes oscila entre los 18 y 28 años, tal como se estipuló en los criterios de inclusión y exclusión de la muestra. La edad menos frecuente fue la de 18 años, la cual corresponde a solo dos de los participantes, lo que equivale al 2.5% del total de la muestra. Sin embargo, la edad más frecuente entre los participantes es 23 años, que corresponde al 14.8% del total de la muestra, lo que representa a 12 jóvenes.

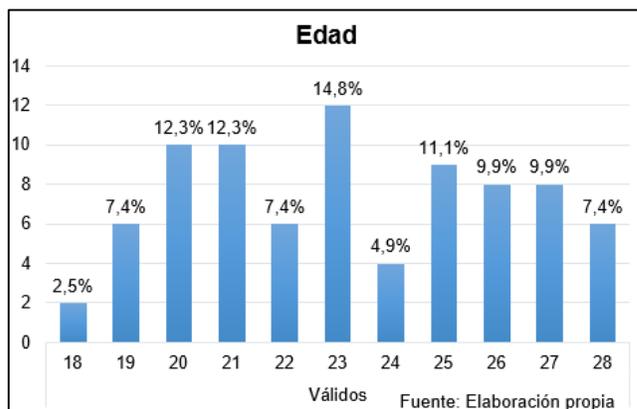


Gráfico 2

		Edad
N	Válidos	81
	Perdidos	0
Media		23,22
Mediana		23,00
Moda		23
Desv. típ.		2,890
Varianza		8,350
Curtosis		-1,173
Error típ. de curtosis		,529

Fuente: Elaboración propia

Gráfico 1

Por otro lado, un total de seis jóvenes tienen 19 años, lo que representa el 7.4% del total de la muestra, al igual que los de 22 años, que son 6 y se representan con igual porcentaje. En contraste, un pico más representativo lo ocupan los jóvenes entre 20 y 21 años de edad, los que, según la

gráfica, son representados en el 24.6% del total de la muestra, diez de cada grupo etario, es decir, diez jóvenes de 20 y diez jóvenes de 21 años.

De esta manera, el total de jóvenes desempleados entre 18 y 23 años de edad que constituye esta muestra, equivale al 56.7%, lo que representa a 46 encuestados.

El total de jóvenes desempleados entre 24 y 28 años que arrojó esta muestra es de 35, que equivalen al 43.2% del total de la muestra, desglosados así: el 4.9% (4) tienen 24 años, el 11.1% (9) tienen 25 años, el 9.9% (8) tienen 26 años, lo mismo para los que tienen 27 años, y el 7.4% (6) tienen 28 años.

Género:

La muestra está comprendida por 81 personas, de los cuales el 57%, que equivale a 46 participantes, son de género femenino, y el 43% restante, es decir, 35 personas, son de género masculino.

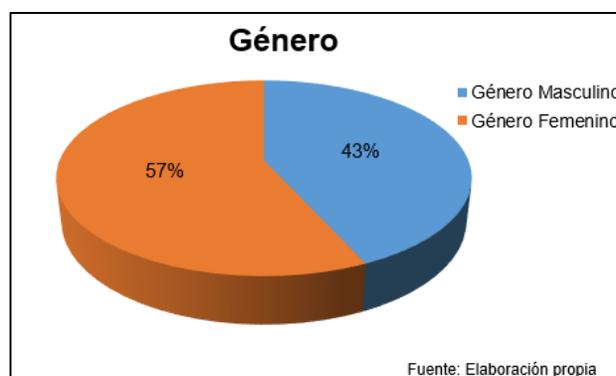


Gráfico 3

		Formación
N	Válidos	81
	Perdidos	0
Media		1,96
Mediana		2,00
Moda		2
Desv. típ.		,766
Varianza		,586
Curtosis		-1,275
Error típ. de curtosis		,529

Fuente: Elaboración propia

Gráfico 4

Formación:

Respecto del nivel académico de los estudiantes, se encontró que la mayoría de los encuestados han cursado y aprobado educación superior tecnológica, es decir, 42% del total de la muestra, lo que representa a 34 de los participantes.

En segundo lugar, de acuerdo con la información recogida, se deja ver de manera representativa los que cursaron y aprobaron estudios técnicos, que son 25, equivalentes el 30.9% del total del muestreo.

Sin embargo, aunque los que lograron cursar y aprobar la educación profesional son menos en comparación con el resto de los encuestados, es una cifra bastante representativa, ya que el total de profesionales desempleados de esta muestra es de

22, equivalente al 27.2% de la muestra total. Estos 22 profesionales representan, a falta de pocas décimas, a un cuarto de la muestra encuestada.

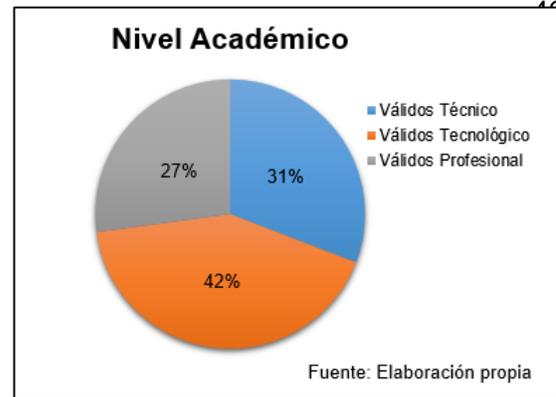


Gráfico 5

Inactividad:

El 64,2% del total de la muestra, de acuerdo con lo hallado, lleva un periodo total de inactividad inferior a un año. El restante, es decir, el 35,8% del total de la muestra ha superado un periodo de desocupación superior a un año.

		Meses desempleado
N	Válidos	81
	Perdidos	0
	Media	12,35
	Mediana	11,00
	Moda	10
	Desv. típ.	5,413
	Varianza	29,304
	Curtosis	,048
	Error típ. de curtosis	,529

Fuente: Elaboración propia

Gráfico 6

La cantidad de meses de inactividad que registra la mayor frecuencia entre los participantes es la de los 10 meses, ya que es el dato que se repite once veces y que equivale al 13,6% de la muestra total.

El segundo periodo de inactividad que presenta un pico significativo es el periodo de los 6 meses en tanto el dato se repite diez veces, representando al 12,3% del total de la muestra.

Otro dato repetitivo, pero en menor frecuencia que los dos anteriores es el de los 12 meses, que representa al 11,1% del total de la muestra y que representa la repetición por nueve veces del dato, indicando que nueve de los participantes llevan un periodo de desocupación de un año. Los datos con menor frecuencia son los que se

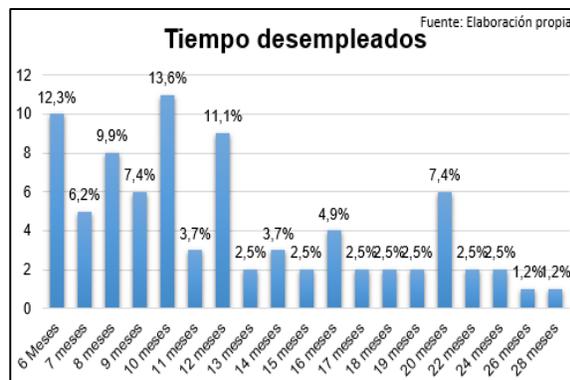


Gráfico 7

hallaron en relación a quienes tienen 26 y 28 meses de desocupación, ya que son datos que se dieron una vez y se representan con 1,2% del total de la muestra cada uno, indicando que solo dos (2,5%) de los evaluados, reporta un periodo de desempleo que supera los dos años.

Nivel de estrés:

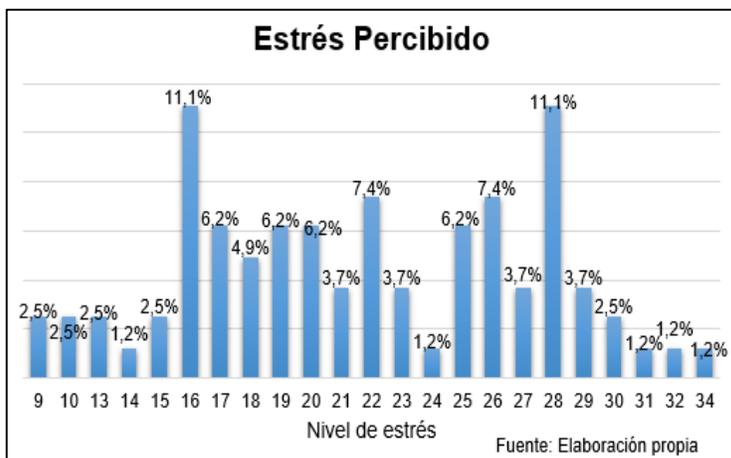


Gráfico 8

De acuerdo con la gráfica de resultados para este ítem, se puede decir que el 100% de los individuos a quienes se les aplicó la escala tienen algún nivel de estrés, considerando que el puntaje mínimo de la presente aplicación fue de 9, que por cierto fue un dato de los que menos se repitió, ya

que fue marcado por dos de los evaluados, que se representa en un 2,5% del total de la muestra.

Es importante tener en cuenta que el 45,8% del total de la muestra, denota un nivel de estrés entre 9 y 20, mientras que la mayoría de los individuos evaluados, es decir, el 54,2% de estos, registra un nivel de estrés entre 21 y 34, siendo 34 el nivel de estrés más alto que se halló posterior a la calificación de los cuestionarios, indicado por solo uno de los participantes que representa al 1,2% del total de la muestra.

Los puntajes más frecuentes corresponden a 16 y 28, que fueron puntuados cada uno por nueve de los

		Estrés percibido
N	Válidos	81
	Perdidos	0
	Media	21,60
	Mediana	22,00
	Moda	16 ^a
	Desv. típ.	5,772
	Varianza	33,317
	Curtosis	-,695
	Error típ. de curtosis	,529

Fuente: Elaboración propia

Gráfico 9

individuos, lo que se representa en el 11,1% para cada uno de estos puntajes. El tercer puntaje más frecuente fue el de 26, el cual fue registrado por el 7.4% de la población total, lo que equivale a que 6 de los individuos obtuvieron esa calificación. Lo mismo sucede con el puntaje de 22, que también fue registrado por seis de los evaluados.

Seguidamente, los puntajes 17, 19, 20 y 25 son los que ocupan el siguiente lugar como puntajes más frecuentes, en tanto cada uno de estos fue registrado por cinco de los evaluados, que se representa en el 6,2% del total de la muestra para cada uno de estos registros.

Es importante tener en cuenta en este apartado que los niveles más bajos de estrés (puntuaciones entre 9 y 15), fueron registrados por el 11,2% de la población, lo que equivale a 9 del total de individuos seleccionados en el muestreo. Del mismo modo, los picos más altos de nivel de estrés fueron registrados por 8 de los participantes, que marcaron un puntaje entre 29 y 34, los cuales equivalen al 9.8% de la población.

Llama la atención entonces que la mayoría de los datos se concentran en las puntuaciones que oscilan entre 16 y 28, rango en el que se encuentra el 79%, es decir, 64 de los 81 individuos participantes en la muestra. Por ello, se puede indicar que el 79% de la población manifiesta, de acuerdo a lo hallado en la aplicación del

		Nivel de ansiedad
N	Válidos	81
	Perdidos	0
	Media	23,54
	Mediana	25,00
	Moda	32
	Desv. típ.	9,751
	Varianza	95,076
	Curtosis	-,128
	Error típ. de curtosis	,529

Fuente: Elaboración propia

Gráfico 10

cuestionario, un nivel de estrés entre 16 y 28, que, por cierto, como se relacionó arriba, fueron los dos picos más frecuentes.

Nivel de ansiedad:

Posterior a la calificación del cuestionario para medir los niveles de ansiedad de los participantes en este estudio, se relacionan los hallazgos de la siguiente manera:

En primer lugar, se encontró que el 7,4% (6 evaluados) del total de la muestra presenta niveles mínimos de ansiedad, ya que de acuerdo con la calificación del instrumento utilizado se establece que, si el evaluado puntúa entre 0 y 7 los niveles de ansiedad son mínimos, de 8 a 15 son leves, de 16 a 25 moderados y de 26 a 63 los niveles de ansiedad son graves.

En segundo lugar, se observa que el 12,3% del total de la muestra, que corresponde a diez de los evaluados, presentan un nivel de ansiedad leve. Del mismo modo, los datos indican que el 32,1% del total del muestreo, es decir, 26 de los participantes, presentan un nivel moderado de ansiedad.

Por último, es preciso mencionar que el 47,9% del total de la muestra, es decir, 39 de los participantes, presentan una puntuación que oscila entre los 26 y los 41 puntos, lo que indica entonces que tienen niveles graves de ansiedad, esto es, casi la mitad de la muestra en la que se registran estas manifestaciones ansiosas.

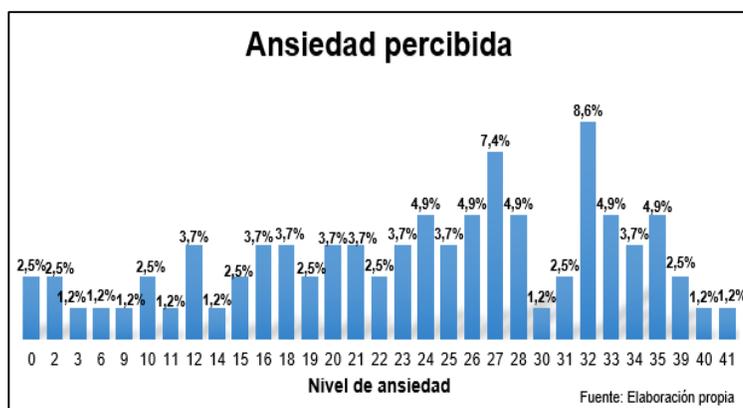


Gráfico 11

Correlaciones

En este caso, se puede observar que la correlación obtenida entre la primera variable que corresponde a género con estrés percibido es de 0,088 valor que está muy

		Género	Estrés percibido	Nivel de ansiedad
Género	Correlación de Pearson	1	,088	,031
	Sig. (bilateral)		,437	,784
	N	81	81	81
Estrés percibido	Correlación de Pearson	,088	1	,433**
	Sig. (bilateral)	,437		,000
	N	81	81	81
Nivel de ansiedad	Correlación de Pearson	,031	,433**	1
	Sig. (bilateral)	,784	,000	
	N	81	81	81

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).
Fuente: Elaboración propia

Gráfico 12

cercano al 0, lo que nos indica una correlación casi nula, es decir, que las variables comparadas en este caso son independientes y la variación de una de ellas no depende de la otra variable. En el caso de la correlación entre la variable de género con Nivel de ansiedad, también presenta un número que está cercano al 0, por lo que, en este caso, el género tampoco va ligado al nivel de ansiedad presentado por las personas de esta muestra.

Sin embargo, la correlación que presenta el estrés percibido con el nivel de ansiedad es positiva, ya que está muy cerca al 0,5, el cual es positivo y está cercano al 1, esto nos indica que, a mayor nivel de estrés percibido, se tiende a presentar mayor nivel de ansiedad.

8. Discusión

De acuerdo a los hallazgos de esta investigación, se procede en este apartado a proponer una discusión entre dichos resultados y algunos de los apartes de los antecedentes y del marco teórico.

Según García (2011), y otros autores como Tomás, Gutiérrez y Fernández (2017), uno de los factores importantes en el desempleo es el abandono escolar temprano, un elemento que no se puede constatar en el presente estudio debido a que la totalidad de los participantes aprobaron algún nivel de formación en educación superior y es evidente entonces que esa no es una causa de desempleo que defina la situación de los 81 jóvenes que hicieron parte de la muestra.

En sintonía con estos autores y otros como Guzmán, Munevar y Acosta (2015), y Schmillen y Umkehrer (2017), quienes afirman que la falta de experiencia es un factor causal determinante también para la inserción al mundo laboral, podemos plantear que tal apreciación coincide de manera particular con lo que se encuentra en la muestra, pues son jóvenes que a pesar de sus estudios académicos, por la ausencia de experiencia en los cargos para los que fueron formados no han accedido a un empleo formal.

Otra causa que se consideró en los antecedentes de este estudio, citando a García (2011), y a Núñez (2015), es que las ofertas laborales sobrepasan en algunos casos las capacidades en las que fueron formados los que demandan de un empleo formal, es decir, que los programas académicos en que se gradúan los jóvenes son de poca o casi nula influencia en el mundo laboral. De ese modo, respecto de los participantes de la muestra de este estudio, se encuentra que cursaron y aprobaron técnicas y tecnologías que no cumplen el perfil de algunas de las ofertas laborales de la región.

Ya en lo que corresponde a las consecuencias del desempleo, se hace especial énfasis en las consecuencias a nivel psíquico que de acuerdo con Acosta, Rivera y Pulido (2011), Parejo, Sánchez y Valero (2015), y otros más, aseguran en sus estudios que en las personas desempleadas se presenta un mayor deterioro

psicológico en relación con personas que tienen un empleo. Si bien, en este estudio no se tuvo en consideración un grupo control que permitiera establecer diferencias entre empleados y desempleados, sí llama la atención los elevados niveles de ansiedad y de estrés que manejan los participantes de este estudio, pues como se mencionó en los resultados, el 47,9% del total de la muestra, es decir, 39 de los participantes presentan una puntuación que oscila entre los 26 y los 41 puntos, lo que indica entonces que tienen niveles graves de ansiedad, esto es, casi la mitad de la muestra en la que se registran estas manifestaciones ansiosas. En consecuencia, se puede afirmar que, en este caso, esas manifestaciones sintomáticas ansiosas responden a la situación de desempleo que presentan (no quiere decir que sea la única situación que les genere ansiedad).

Del mismo modo, de acuerdo con Baeza Villaroel (2011), presentan algunos eventos que actúan como desencadenantes para el desarrollo de la sintomatología ansiosa en los que cita, entre varios lo que tiene que ver con los obstáculos para conseguir logros que se convierten en situaciones que se consideran aversivas para el individuo amenazando la consecución de algunos de sus objetivos. Esto puede relacionarse también, con los altos niveles de ansiedad que presenta aproximadamente la mitad de la muestra evaluada, quienes al ver una obstrucción en los proyectos planteados les puede seguir una sintomatología propia de las manifestaciones ansiosas.

Este daño psicológico al que hacen referencia los autores, se evidencia en este estudio también en lo que tiene que ver con el estrés, ya que el 54,2% del total de la muestra refirieron, posterior a la calificación del instrumento aplicado, un nivel de estrés que oscila entre los 21 y los 34 puntos, mientras que el 45,8% restante presentó niveles de estrés menores, por lo que no se encontró que esta sintomatología estuviera ausente en alguno de los participantes del estudio, lo que a su vez nos permite inferir que la situación de desempleo que afrontan los individuos que componen el muestreo manifiestan un nivel de estrés importante, que al igual que con la ansiedad no se puede dar por sentado que obedezca únicamente a la situación de desocupación.

Por otra parte, autores como De La Rosa (2011), Izquierdo y Alonso (2010) y Pichardo, Núñez y Romero(2016), afirman en sus estudios sobre el fenómeno del desempleo que la desocupación juvenil se presenta en cifras mayores en comparación con el desempleo en adultos, lo que tiene una similitud con lo encontrado en la presente investigación, en tanto se encontró que más de la mitad de la muestra (56,7%), corresponde a jóvenes con edades entre 18 y 23 años, mientras que el restante de los participantes (43,2%), equivale a jóvenes más adultos, cuyas edades oscilan entre los 24 y los 28 años. Si bien es cierto que las intenciones de este estudio no eran comparar este aspecto, es un hallazgo que vale la pena considerar ya que coincide con lo encontrado en estudios similares.

Finalmente, consideramos a Orós (2010), quien hace referencia en su estudio a que en España existe menos probabilidad de que los jóvenes que cursan y aprueban una formación profesional estén expuestos al desempleo, encontramos en el comportamiento de esta muestra una similitud con esos hallazgos del autor, pues el 42% del muestreo de este estudio cursó y aprobó educación tecnológica, el 30.9% hizo lo propio con la educación técnica, y el 27,2% restante logró cursar y aprobar la educación profesional. No obstante, es una inferencia que para cuestiones del contexto de la realidad de la región de Urabá en Antioquia no debe asumirse tal cual, teniendo en cuenta que el acceso a la educación superior en esta región es limitado en comparación con regiones como España, y que, hasta el momento, la oferta académica en su mayoría en esta región se limita a la educación técnica y tecnológica.

9. Conclusiones

En consecuencia, con los resultados obtenidos y teniendo en cuenta la tabla de correlaciones, se pueden plantear las siguientes conclusiones:

En primer lugar, se concluye que el género de los participantes en el estudio no tiene nada que ver con los niveles de estrés percibido. Por lo tanto, género y estrés percibido, se constituyen como variables independientes, lo que implica que el cambio en una de ellas, no afecta ni modifica a la otra.

Igualmente, se concluye que la variable género con el nivel de ansiedad también se constituyen como variables independientes, en tanto el movimiento de una no afecta la otra y según lo hallado en este estudio el género de los participantes es indiferente con los niveles de ansiedad que estos presentan.

Contrariamente, se estima que existe una correlación positiva entre las variables estrés percibido y nivel de ansiedad, lo que significa que, a mayor nivel de estrés percibido, se observa un nivel mayor de ansiedad. Tal conclusión se asemeja a lo que proponen las teorías psicológicas, en las que se plantea que es común que los síntomas de estrés y ansiedad se presentan acompañados en los mismos individuos, y que es escaso que se presenten estos cuadros sintomáticos ausentes los unos de los otros. Por ello, se concluye, para efectos de los resultados de esta muestra, que el estrés y la ansiedad se presentan como una respuesta al ambiente adverso, laboralmente hablando, al que están expuestos los individuos participantes.

Del mismo modo, se concluye también que estar expuestos a condiciones adversas como el desempleo durante periodos que superan los seis meses de desocupación se relaciona con la aparición de cuadros clínicamente significativos de estrés y ansiedad como ocurre con lo hallado en esta investigación.

Por otro lado, se infiere también que la situación del desempleo es multicausal y que no puede atribuirse únicamente a la falta de formación académica en los individuos que se encuentran en la búsqueda de un empleo formal, o a la falta de ajuste al perfil que solicitan las empresas que postulan las vacantes, por lo que

deben considerarse todas las variables posibles que tienen lugar en un municipio como Chigorodó y la subregión a la que pertenece.

Finalmente, es importante considerar que las políticas del gobierno para acabar con el fenómeno de la desocupación han sido insuficientes o, a la postre, para no ser tan reduccionistas, no han sido bien aplicadas/desarrolladas si tenemos en cuenta el tamaño de la muestra, el nivel de formación en relación con un municipio como Chigorodó, en el cual por las variables mencionadas deberían significar buenas oportunidades para este tipo de población ya que no se trata de un grupo de ciudadanos que no posean las cualidades y competencias académicas e interpersonales para sumarse a la fuerza laboral del municipio.

10. Criterios éticos

Para la aplicación de los instrumentos en la muestra participante se les pedirá como primer paso que firmen un consentimiento informado (Ver anexo 3). Éste se elabora de conformidad como claramente lo establece la Ley 1090 de 2006 (Por lo cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones, en su *artículo 2 Disposiciones Generales*, numeral 2 (Competencia), numeral 5 (Confidencialidad), numeral 8 (Evaluación de técnicas) y numeral 9 (Investigación con participantes humanos).

El psicólogo está obligado a actuar estrictamente dentro del campo de su competencia profesional. Por consiguiente, el Artículo 36 (deberes del psicólogo con las personas objeto de su ejercicio profesional), numeral A, establece que el profesional debe “hacer uso apropiado del material psicotécnico en el caso que se necesite, con fines diagnósticos, guardando el rigor ético y metodológico prescrito para su debido manejo”.

Para el adecuado uso del material psicotécnico, el psicólogo se debe fundamentar en el Artículo 45, donde “el material psicotécnico es de uso exclusivo de los profesionales en psicología”.

Los estudiantes podrán aprender su manejo con el debido acompañamiento de docentes y la supervisión y vigilancia de la respectiva facultad o escuela de psicología”, el Artículo 46, donde “el psicólogo construye o estandariza test psicológicos, inventarios, listados de chequeos, u otros instrumentos técnicos, debe utilizar los procedimientos científicos debidamente comprobados. Dichos test deben cumplir con las normas propias para la construcción de instrumentos, estandarización, validez y confiabilidad”, el Artículo 47, donde “el psicólogo tendrá el cuidado necesario en la presentación de resultados diagnósticos y demás inferencias basadas en la aplicación de pruebas, hasta tanto estén debidamente validadas y estandarizadas.

Así mismo, este documento se fundamenta en CAPÍTULO VII de la investigación científica, la propiedad intelectual y las publicaciones, en el Artículo 50, donde “los

profesionales de la psicología al planear o llevar a cabo investigaciones científicas, deberán basarse en principios éticos de respeto y dignidad, lo mismo que salvaguardar el bienestar y los derechos de los participantes”.

Y por último, los estudios de investigación como este sólo producen conocimiento que pueden ser aplicados como lo expresa la Ley 1090 de 2006, en su Artículo 29, donde “la exposición oral, impresa, audiovisual y otra, de casos clínicos o ilustrativos con fines didácticos o de comunicación o divulgación científica, debe hacerse de modo que no sea posible la identificación de la persona, grupo o institución de que se trata, o en el caso de que el medio utilizado conlleve la posibilidad de identificación del sujeto, será necesario su consentimiento previo y explícito”.

Referencias bibliográficas

- Acosta, F., Rivera, M., & Pulido, M. A. (2011). Depression and anxiety in a sample of unemployed Mexican individuals. *Journal of Behavior, health & social issues* , 50-73.
- Baeza Villaroel, C. (3 de noviembre de 2011). *Clinica de la ansiedad*. Obtenido de Clínica de la ansiedad: <https://clinicadeansiedad.com/soluciones-y-recursos/preguntas-mas-frecuentes/que-es-la-ansiedad-y-por-que-se-produce/>
- Banco de La Republica de Colombia. (10 de enero de 2009). *La Enciclopedia de Banrepcultural*. Obtenido de La Enciclopedia de Banrepcultural: <http://enciclopedia.banrepcultural.org/index.php?title=Portada>
- Beck, A. (1 de Noviembre de 2011). *Pearson*. Obtenido de Pearson Clinical: <http://www.pearsonclinical.es/producto/51/bai-inventario-de-ansiedad-de-beck#>
- Beck, A., & Clark, D. (2012). *Terapia Cognitiva para Trastornos de Ansiedad*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Blanch. (2001). *Empleo y desempleo: viejos conceptos en nuevos conceptos*. Madrid: Pirámide.
- Bonilla, S. (15 de Marzo de 2011). *Univalle*. Obtenido de Poligramas.univalle: http://poligramas.univalle.edu.co/index.php/sociedad_y_economia/article/view/4061/6269
- Burque, J. (7 de Noviembre de 2017). *Hodgson y Burque Psicólogos en Coruña*. Obtenido de Hodgson y Burque Psicólogos en Coruña: <https://jaimeburque.com/blog/10-consecuencias-muy-negativas-de-la-ansiedad-en-nuestra-salud-fisica/>
- Caicedo, M. (2014). Desempleo y salud mental en la población de origen hispano en Estados Unidos. *Ciencia y salud Colectiva* , 955-966.
- Campo-Arias, A., Oviedo, H., & Herazo, E. (27 de Julio de 2014). *Escala de estrés percibido -10*. Obtenido de Universidad Nacional de Colombia: <https://www.crossref.org/iPage?doi=10.15446%2Frevfacmed.v62n3.43735>
- Capestrano, H. S. (2010 de diciembre de 4). *Hospital San Juan Capestrano*. Obtenido de Hospital San Juan Capestrano: <https://www.sanjuancapestrano.com/trastornos/ansiedad/sintomas-efectos/>
- Carlotto, M., & Gobi, M. (2001). Desempleo y síndrome de Burnout. *Revista de psicología* , 131-139.
- Carvajal, A. (2014). Las consecuencias del desempleo: Análisis en el contexto Andaluz. En J. García, E. González, I. Lago, & R. Rubio, *Tiempos oscuros, décadas sin nombres* (págs. 407- 424). Toledo: ACMS.

- Cockerham, W. (2001). *Handbook of medical sociology*. New York: Prentice-Hall.
- Colprensa. (1 de Mayo de 2018). *Elpaís.com*. Obtenido de El País:
<https://www.elpais.com.co/colombia/los-jovenes-son-los-que-mas-sufren-desempleo-en-colombia.html>
- Congreso de La República. (18 de Junio de 2013). *Secretaría Senado*. Obtenido de Secretaría Senado:
http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1636_2013.html
- Corona, M., & Madrid, F. (2005). *Análisis de las determinantes del desempleo y su duración 1989-2001*. México: Universidad de las Américas.
- Corte constitucional. (2016). *Constitución política de Colombia*. Bogotá: Centro de Documentación Judicial - CENDOJ.
- Departamento nacional de Planeación. (9 de Abril de 2015). *DNP*. Obtenido de dnp:
<https://www.dnp.gov.co/politicas-de-estado/ley-formalizacion-y-generacion%20de-empleo/Paginas/ley-de-formalizacion-y-generacion-de-empleo.aspx>
- Díaz, H. (11 de Marzo de 2011). *Salud en familia*. Obtenido de Salud en familia:
<http://www.saludenfamilia.es/general.asp?seccion=514>
- Duque, A. (1 de Diciembre de 2009). *Caracol Radio*. Obtenido de Caracol Radio:
http://caracol.com.co/radio/2009/12/01/judicial/1259668920_918111.html
- Espinosa, O., & Vaca, P. (2014). Causas del desempleo en Colombia en el siglo XXI. *Revista de Economía del Caribe* , 30-45.
- Fawcett, C. (2002). *Los jóvenes latinoamericanos en transición: Un análisis sobre el desempleo juvenil en América Latina y el Caribe*. Washington D.C: American University School of International Service.
- FILCO. (14 de enero de 2018). *Fuente de Información laboral de Colombia (FILCO)*. Obtenido de min trabajo: <http://filco.mintrabajo.gov.co/FILCO/faces/estadisticas.jsf>
- García, J. R. (26 de Septiembre de 2011). *BBVA Research*. Obtenido de BBVA Research:
https://www.bbvaresearch.com/wp-content/uploads/migrados/WP_1130_tcm346-270043.pdf
- Gascón, S., Olmedo, M., Bermudez, J., García, J., & Cicotelli, H. (2003). Estrés por desempleo y salud. *Medicina psicosomática y psiquiatría* , 9-18.
- Giraldo, M. (2013). Resiliencia y bienestar psicológico según la duración del desempleo en una muestra de profesionales colombianos. *Revista interamericana de psicología ocupacional* , 22-38.
- Guarino, L., & Sojo, V. (2010). Apoyo social como moderador del estrés en la salud de los desempleados. *Revistas científicas de América Latina y el Caribe* , 17-27.

- Guzmán, A., Munevar, L., & Acosta, J. (2015). *Determinantes del desempleo juvenil en Colombia: Un análisis econométrico para el periodo 2002-2011*. Bogotá: Universidad de la Salle.
- Hernández Sampieri, R. (2014). *Metodología de la investigación*. México D.F.: Interamericana de editores.
- Lang, D. (18 de Junio de 2012). *CNN en Español*. Obtenido de CNNE: <https://cnnespanol.cnn.com/2012/06/18/el-desempleo-genera-problemas-psicologicos-y-afecta-la-confianza/>
- Lazarus, R., & Follman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Ediciones Martinez Roca.
- Leahy, R. (18 de Junio de 2012). *CNN en Español*. Obtenido de CNNE: <https://cnnespanol.cnn.com/2012/06/18/el-desempleo-genera-problemas-psicologicos-y-afecta-la-confianza/>
- López, A. M. (2007). Masculinidad y emociones. El caso concreto del desempleo masculino. *Asociación latinoamericana de psicología* , 03-16.
- Ministerio de protección social. (09 de septiembre de 2011). *ILO.org*. Obtenido de ilo.org: <https://www.ilo.org/dyn/travail/docs/1539/CodigoSustantivodelTrabajoColombia.pdf>
- Monte, C., & Louzan, R. (2013). Repercusiones psicológicas del desempleo: Efectos colaterales de la crisis en el sector de la construcción. *Psychological Writings* , 6-13.
- Moreno, G. (4 de Junio de 2015). *academia unavarra*. Obtenido de Impacto del desempleo en la salud mental de España: <https://academica-e.unavarra.es/bitstream/handle/2454/18695/Garazi%20Moreno%20Guardia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Naranjo, L. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de este ámbito en el educativo. *Revista Educación* , 171-190.
- Núñez, J. (12 de Septiembre de 2015). *digibug*. Obtenido de desempleo: estudio longitudinal de sus efectos en el trabajador y su familia: <http://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/42156/25636406.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Núñez, L. (30 de Abril de 2014). *El empleo*. Obtenido de El empleo: <http://www.empleo.com/co/noticias/consejos-profesionales/situacion-laboral-de-los-jovenes-en-colombia-4475>
- Oficina Internacional del Trabajo (OIT). (2-11 de Octubre de 2013). *OIT*. Obtenido de ILO: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---stat/documents/meetingdocument/wcms_234481.pdf

- Padilla, M., Fajardo, C., Gutierrez, A., & Palma, D. (2007). Estrategia de afrontamiento de crisis causadas por desempleo en familias con hijos adolescentes en Bogotá. *Acta Colombiana de Psicología* , 127-141.
- Parejo, A., Sánchez, R., & Valero, I. (2015). Efectos del desempleo en las relaciones de pareja, en el ambiente familiar. *ReiDoCrea* , 106-111.
- Pchado, M., Nuñez, J., & Romero, M. (2016). El desempleo: influencia en las relaciones familiares y los problemas sociales y académicos de los hijos. *Repositorio Institucional de la Universidad de Alicante* , 210-2118.
- Pearlin, L. (1989). The sociological study of stress. *Journal of Health and Social Behavior* , 241-256.
- Rivera, A. (10 de Noviembre de 2013). *El desempleo en Colombia*. (A. rivera, Editor) Obtenido de El desempleo en Colombia: <https://sites.google.com/site/eldesempleoencolombi/system/app/pages/recentChanges>
- Sánchez, J. (30 de Junio de 2017). *Riuma*. Obtenido de desempleo juvenil. Efectos psicosociales y sobre la salud: <https://riuma.uma.es/xmlui/handle/10630/16263>
- Santed, M., Sandín, B., Chorot, P., & Olmedo, M. (2001). Predicción de la sintomatología somática a partir del estrés diario y de los síntomas previos: Un estudio prospectivo. *Ansiedad y estrés* , 317-329.
- Sarmiento, A. (13 de Noviembre de 2012). *Corciencia*. Obtenido de Normatividad laboral en Colombia ¿instrumento o freno contra el desempleo?: <http://201.221.128.62:3000/Pagina/images/stories/investigacion/Normatividad%20laboral%20en%20Colombia.pdf>
- Schmillen, A., & Umkehrer, M. (2017). Cicatrices de juventud. efectos del desempleo temprano en el desempleo posterior. *Revista internacional del trabajo* , 483-512.
- Secretaría jurídica distrital. (22 de Octubre de 2009). *Alcaldía de bogota*. Obtenido de Alcaldía de bogota: <http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=37651>
- Selye, H. (1956). *The stress of life*. New York: McGraw Hill.
- Sierra, J. C., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista mal-estar e subjetividade* , 10-59.
- Stamm, M. (2006). Desempleo juvenil. Perfiles de una reflexión psicosocial. *Revista Europea de formación profesional* , 113-123.
- Tomás, J., Gutierrez, M., & Fernandez, I. (2017). Consecuencias del desempleo en la salud mental de una. *Escritos de psicología* , 58-68.

Weller, J. (2006). *Problemas de la inserción laboral de la población juvenil en América Latina*. Santiago: Comisión económica para América y el Caribe.

Anexos

Anexo 1

INVENTARIO DE ANSIEDAD DE BECK (BAI)				
	En absoluto	Levemente	Moderadamente	Severamente
1) Torpe o entumecido	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) Acalorado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) Con temblor en las piernas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) Incapaz de relajarse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5) Con temor a que ocurra lo peor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) Mareado o que se le va la cabeza	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7) Con latidos del corazón fuertes y acelerados	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8) Inestable	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9) Atemorizado o asustado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10) Nervioso	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11) Con sensación de bloqueo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12) Con temblores en las manos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13) Inquieto, inseguro	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14) Con miedo a perder el control	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15) Con sensaciones de ahogo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16) Con temor a morir	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17) Con miedo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18) Con problemas digestivos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19) Con desvanecimientos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20) Con rubor facial	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21) Con sudores fríos o calientes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Anexo 2

ESCALA DE ESTRÉS PERCIBIDO (EEP-10)					
Durante el último mes	Nunca	Casi nunca	De vez en cuando	A menudo	Muy a menudo
1) ¿Con qué frecuencia ha estado afectado por algo que ha ocurrido inesperadamente?	0	1	2	3	4
2) ¿Con qué frecuencia se ha sentido incapaz de controlar las cosas importantes en su vida?	0	1	2	3	4
3) ¿Con qué frecuencia se ha sentido nervioso o estresado?	0	1	2	3	4
4) ¿Con qué frecuencia ha estado seguro sobre su capacidad para manejar sus problemas personales?	0	1	2	3	4
5) ¿Con qué frecuencia ha sentido que las cosas le van bien?	0	1	2	3	4
6) ¿Con qué frecuencia ha sentido que no podía afrontar todas las cosas que tenía que hacer?	0	1	2	3	4
7) ¿Con qué frecuencia ha podido controlar las dificultades de su vida?	0	1	2	3	4
8) ¿Con qué frecuencia se ha sentido que tenía todo bajo control?	0	1	2	3	4
9) ¿Con qué frecuencia ha estado enfadado porque las cosas que le han ocurrido estaban fuera de su control?	0	1	2	3	4
10) ¿Con qué frecuencia ha sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas?	0	1	2	3	4

Anexo 3

Estimado(a) señor(a):

Le estoy invitando a participar en la investigación **“Niveles de Estrés y ansiedad en un grupo de jóvenes técnicos o profesionales desempleados del municipio de Chigorodó, Antioquia”**, a cargo de Annia Samira Pérez Padilla, Estudiante de psicología de la Universidad de Antioquia, Seccional Urabá. Usted podrá hacer preguntas en cualquier momento acerca de mi experiencia y conocimientos, y acerca del proceso de evaluación.

El objetivo de esta evaluación es conocer los niveles de estrés y ansiedad a través de test cuantitativos con los que se evaluarán estos factores. La evaluación implicará el completar unos test breves sobre ansiedad y estrés. Este proceso tomará entre media hora a una hora como máximo (contados a partir de este momento).

La información relevante de la entrevista y los resultados de las pruebas se ingresarán a la base de datos pertinente a la investigación. Los resultados serán para fines única y exclusivamente académicos.

El ejercicio de evaluación y los resultados no se proporcionarán a ninguna otra fuente a menos que usted firme una solicitud formal. Usted no recibirá beneficio económico alguno del estudio actual, ni tampoco hará o recibirá un proceso de terapia psicológica.

La mayoría de las personas consideran que el proceso de evaluación psicológica es benéfico. Sin embargo, usted no está obligado a responder las pruebas; puede retirar el consentimiento e interrumpir el proceso en cualquier momento. Si así lo solicita, analizaremos las opciones de canalización para usted.

Firma participante