

**STRESS IN THE FACE OF WORK RESTRICTIONS BY THE COVID-19  
PANDEMIC IN RETAIL MERCHANTS**  
**ESTRÉS ANTE LAS RESTRICCIONES LABORALES POR LA PANDEMIA**  
**COVID-19 EN COMERCIANTES MINORISTAS**

**Autores:**

Diego Joel Pilay Cevallos<sup>1</sup>  
Universidad Técnica de Manabí  
[dpilay8014@gmail.com](mailto:dpilay8014@gmail.com)  
<https://orcid.org/0000-0003-0003-4596>

Dr. Gustavo Rafael Escobar Delgado, Magister<sup>2</sup>  
Universidad Técnica de Manabí  
[escobar\\_2006@hotmail.es](mailto:escobar_2006@hotmail.es)  
<https://orcid.org/0000-0002-0732-7757>

Fechas de:  
Recepción: 3-jun-2021 Aceptación: 24-jun-2021 Publicación: 15-sep-2021  
<http://www.mqrinvestigar.com/>  
Artículo: [http://www.mqrinvestigar.com/V5\\_3\\_ART\\_2.pdf](http://www.mqrinvestigar.com/V5_3_ART_2.pdf)

**RESUMEN**

Vivir en sociedad implica la adaptación racional a una serie de factores psicosociales que presionan y alteran el bienestar físico-emocional de las personas. Agentes patógenos externos intervienen en dicho proceso, causando una ruptura biológica indisociablemente vinculada con la salud mental. En este escenario se aloja el estrés como una de las problemáticas más visibles y con mayor auge en los momentos actuales debido a la pandemia por coronavirus y las restricciones laborales que se han tenido que implementar para evitar las aglomeraciones

---

<sup>1</sup> Egresado de la Carrera de Psicología Clínica de la Universidad Técnica de Manabí

<sup>2</sup> Magister en investigación y Gestión de Proyectos

Docente de la Facultad de Ciencias Humanísticas y Sociales de la Universidad Técnica de Manabí

y el contagio. Sin embargo, lo que a veces se desconoce son las consecuencias que estas medidas provocan en los trabajadores que viven del sustento económico diario. Familias completas pueden experimentar el estrés como sentimiento de profunda tensión y preocupación. El objetivo de este estudio fue determinar el estrés a consecuencia de las restricciones laborales derivadas de la pandemia por Covid 19 en la actividad de comerciantes minoristas del Mercado N° 1 del cantón Portoviejo. Para esto se aplicó un estudio de tipo cuantitativo, basado en los métodos descriptivo, analítico, sintético, utilizando como técnica principal la encuesta y el cuestionario de problemas psicosomáticos Cpp y la escala de Warr Cook y Wall. Los resultados demostraron que el estrés por las restricciones laborales está afectando a los comerciantes quienes experimentan desplazamiento y alteraciones psicosomáticas concluyéndose que las repercusiones se expanden al ámbito familiar y socioeconómico, generando cuadros depresivos y angustiosos.

**Palabras claves:** Estrés, restricción laboral, salud mental, trabajadores.

## ABSTRACT

Stress is one of the most visible and growing problems at the present time due to the pandemic and the labor restrictions that have had to be implemented to avoid crowds and contagion, however, what is sometimes unknown are the consequences that this can cause in a worker and more for those who live from the daily. This is why entire families can suffer from this feeling of tension and worry. For this study, an objective was set to determine the stress as a result of the restrictions imposed by the pandemic - Covid 19 in the labor activity of retail merchants of Market No. 1 of the Portoviejo canton. For this, a quantitative study was applied, based on descriptive, analytical and synthetic methods, using the survey and questionnaire on psychosomatic problems Cpp and the Warr Cook and Wall scale as the main technique. The results showed that stress due to work restrictions is affecting workers, causing them symptoms that range from the physical to the mental, which is why it is concluded that the emergency situation increasingly generates greater repercussions not only on the state of health but also also socioeconomic.

**KEY WORDS:** Stress, work restriction, mental health, workers

## INTRODUCCIÓN

El estrés es una afectación física mental que al no enfrentarlo racionalmente- incide en las actividades no sólo laborales, sino también familiares y relaciones en general. Se presenta ante situaciones que son percibidas como amenazantes y, dada la fragilidad psico-emocional, merma el desempeño físico, cognitivo y afectivo.

Ahora bien, en la ciudad de Portoviejo y en todo el territorio ecuatoriano, como consecuencia de la pandemia mundial por coronavirus, se han implementado una serie de restricciones que van desde el distanciamiento social hasta la prohibición de salir a las calles, especialmente los fines de semana. Amén de los quebrantos emocionales, generados por el miedo, la población en general sigue experimentando estrés y por tanto se incrementan los cuadros depresivos, la inseguridad y la debilidad orgánica-funcional.

Así, a lo largo de todo el año 2020 se adoptó el teletrabajo como modelo laboral, con la consiguiente definición de un marco legal para regularlo y las necesarias medidas de bioseguridad; esto, si bien es cierto frenó el alarmante contagio, perjudicó a quienes, como los pequeños comerciantes, deben de laborar diariamente, sopena de no procurar el sustento alimentario para las familias.

### **Aproximación conceptual sobre el estrés**

El estrés constituye la respuesta del organismo a los desafíos o necesidades del mundo circundante. En eventos pequeños, el estrés puede ser positivo, pues ayuda a evitar el peligro y asumir estrategias comportamentales óptimas. Sin embargo, si el estrés dura mucho tiempo, puede dañar su salud. “Esta situación constituye un problema de salud pública importante ya que afecta significativamente a un gran número de personas en el mundo actual” (González y Escobar, 2002, p.3). De hecho, como lo menciona Berrío y Mazo (2011) el estrés “constituye uno de los problemas de salud más generalizado actualmente. Es un fenómeno multivariable resultante de la relación entre la persona y los eventos de su medio” (p.163).

Es importante destacar que el estrés siempre ha sido un tema que ha estado presente con más fuerza en el área laboral; autores como Pérez y otros 2017 mencionan que “el estudio del

estrés laboral es de gran interés a nivel mundial y nacional por los efectos negativos que genera en la salud de las personas y las organizaciones” (p.1). El estrés laboral es considerado como una de las causas relevantes de las enfermedades que constituyen la principal causa de muerte en el mundo industrializado.

En este sentido, es importante mencionar lo que señala González (2020):

Como herramientas para abordar el estrés laboral existen paquetes de software de encuestas y sondeos, para conocer el estrés o riesgo psicosocial. Esta opción permite a las empresas y sus directivos medir el impacto que tienen sus acciones, fomentar una cultura de opinión y de mejora continua, generar un clima conversacional, con base en la escucha atenta, la información y la evaluación de manera digital y focalizada (p.9)

Por otra parte, Ramos y otros (2019) menciona que:

El grado de estrés percibido por los colaboradores y las fuentes de estrés, dependen del género del mismo, a pesar de que los mecanismos de afrontamiento no poseen relación con el sexo del trabajador. El estado civil, la edad y el número de hijos tampoco influyen en la vivencia del estrés de los trabajadores ni en los mecanismos que se aplican para afrontar al mismo (p.15).

Las fuentes típicas de estrés, según las menciona Martínez Selva (2004) son:

- Las condiciones físicas del trabajo, como la temperatura, la pureza del aire, el espacio físico, la luminosidad, el ruido, el mobiliario, las máquinas e instrumentos de trabajo. Éstos son unos de los aspectos más evidentes a la hora de evaluar las fuentes de estrés.
- La distribución temporal del trabajo, como la duración, es decir la exigencia de cumplir tareas en un tiempo limitado o escaso es un importante factor de estrés.
- La demanda o carga de trabajo y, obviamente, la sobrecarga es una de las fuentes más frecuentes del estrés. Puede tratarse de una demanda excesiva, hablando en términos de cantidad de trabajo o de una demanda relacionada con la calidad del mismo, cuando éste es muy difícil o de gran responsabilidad.
- Otra fuente de estrés deriva de lo que se denomina nivel ocupacional y de las tareas que desempeña el trabajador.

- El conflicto del rol surge cuando hay diferencias entre la descripción del trabajo y de cómo lo perciben los demás o cuando no se corresponde con las expectativas del candidato con la realidad del empleo.
- Las relaciones sociales en el trabajo son otro factor y dentro de ellas se destacan los conflictos personales. Pero el apoyo social y las relaciones sociales proporcionan recursos para adaptarse a las situaciones estresantes, generando lazos emocionales y generando las habilidades para afrontar el estrés

En relación a lo que señala Roque & Gonzales, 2020 existen los siguientes factores generadores de estrés:

### **Factores de riesgo del estrés**

#### Factores físicos estresantes

- Ruido.
- Sobreesfuerzo.
- Temperaturas extremas.
- Hacinamiento.
- Hambre.
- Falta de sueño.

#### **Factores emocionales y mentales**

- Problemas de pareja o familiares
- Muerte o enfermedad grave de un ser querido.
- Retos académicos
- Competitividad.
- Falta de tiempo para realizar tareas y para dedicar al ocio.

Cada uno de estos factores mencionados por el autor pueden ser motivo para que un trabajador o grupo de trabajadores tengan inicios de presentar estrés ya que si bien todas las personas han pasado por esta condición en todos los ámbitos de su vida.

### **Tipos de estrés**

Para empezar, el *distres* como el estrés desagradable. Es un estrés que ocasiona un exceso de esfuerzo en relación a la carga. “Va acompañado siempre de un desorden fisiológico, las catecolaminas producen una aceleración de las funciones y éstas actúan alejadas del punto de equilibrio, hiperactividad, acortamiento muscular, somatizaciones, en suma:

envejecimiento prematuro, son los efectos secundarios del estrés negativo” (Hidalgo y otros, 2017, p.12).

El **eustrés** es considerado como el estrés positivo, “en donde el cuerpo es capaz de enfrentarse a las situaciones e incluso obtiene sensaciones placenteras con ello, el eustrés permite experimentar el mundo como un lugar en que cada milímetro es delicioso” (Bonilla y otros 2015, p.10).

Evidentemente se viven diferentes tipos de estrés y el problema de los comerciantes minoristas no escapa a ellos; por lo que las limitaciones propias de la actividad, como es el contacto físico diario se inscribe en un complejo hábitat emocional que amenaza con disparar conductas atentatorias para la seguridad física y emocional de la persona y de la sociedad.

Referente al estrés laboral, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2004) manifiesta que: “el estrés laboral es la reacción que puede tener el individuo ante las exigencias y presiones laborales que no se ajustan a sus conocimientos y capacidades, y que ponen a prueba su capacidad para afrontar la situación”, sin duda alguna, el estrés genera consecuencias en la salud física y mental del trabajador y más en aquellos que están en contacto permanente con el público, exponiéndose al virus y convertirse en portador exponencial.

El estrés laboral afecta a todos, sin distinción alguna de profesión; por ejemplo, investigaciones realizadas a nivel de Latinoamérica, revelan que la enfermedad mental más recurrente en la comunidad docente, es el estrés laboral (Oliveira, 2018, p.10). Para Vidal (2019, p.475), la depresión es definida como un desequilibrio percibido entre las demandas profesionales y la capacidad de la persona para llevarlas a cabo. Esta definición lleva a suponer que un factor latente, desencadenante del estrés laboral, está asociado funcionalmente con la esfera cognitiva-afectiva; pues, podría ocurrir una deficiente auto-percepción que conllevaría a un sentimiento de ineptitud, en el docente, para el desempeño efectivo.

El comerciante minorista no escapa a esta realidad; está expuesto a descalabros afectivos que probablemente perturbarán su raciocinio y exhibirían comportamientos carentes de seguridad, confianza y amor propio.

Uno de los antecedentes investigativos relacionados con el estrés laboral en situaciones de pandemia del Covid-19 la presenta Párraga y Escobar (2020) quienes realizaron una

investigación que tenía como objetivo medir el estrés laboral en docentes de educación primaria, considerando que, como se ha descrito, este segmento social se encuentra actualmente en permanente presión laboral, motivada por la transición de modalidad presencial a virtual, dada la emergencia sanitaria por coronavirus (p.14).

Por otra parte, Vasquez (2020) realizó un estudio cuyo objetivo fue identificar la incidencia y la relación entre la ansiedad, depresión y estrés laboral en los trabajadores del Hospital Cayetano Heredia durante la pandemia de COVID 19 en el año 2020; concluyéndose que la incidencia de ansiedad, depresión y estrés laboral es de 68.9%, 53.5%, 44.4%. Y además no se encontró asociación estadísticamente significativa entre las variables ansiedad, depresión y estrés laboral, ni tampoco entre las variables ansiedad con las dimensiones de depresión y estrés laboral, ni tampoco entre la depresión y las dimensiones de ansiedad y estrés laboral, pero sí entre el estrés laboral y la dimensión somática de la ansiedad, ello se expresa debido al siguiente resultado,  $r = -0.323$  ( $p < 0.05$ ) (p.12).

Con base a lo mencionado se plantea como objetivo de la investigación determinar el estrés a consecuencia de las restricciones impuestas por la pandemia Covid 19 en la actividad laboral de comerciantes minoristas del Mercado N° 1 del cantón Portoviejo.

### **Las restricciones de trabajo por Covid-19**

Las restricciones laborales hacen que los comerciantes se llenen de estrés y preocupación por el hecho de no poder laborar con normalidad como se hacía antes, esto ocasiona bajo volumen de ventas e ingentes pérdidas económicas. Esto, sumado al temor al contagio, representan factores claves que pueden estar relacionados con el estrés que muchos trabajadores puedan sentir. Al respecto, Arcia, Leiva y Prado (2016) mencionan que, en tiempos de pandemia, las restricciones laborales se asociaron con mayor falta de participación en la actividad laboral, disminución de la búsqueda de trabajo y menos trabajo a tiempo parcial y a tiempo completo. Todo esto se convierte en una razón de preocupación, desesperación para quienes laboran diariamente para sustentar los gastos en su hogar (p.1).

Vale reiterar que, la Organización Mundial de la Salud (2019) menciona que “el COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente. Tanto este nuevo virus como la enfermedad que provoca eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019” (p.1). Actualmente

el COVID-19 es una pandemia que afecta a muchos países de todo el mundo dejando grandes estragos que les afectan directamente en su bienestar físico y emocional.

A nivel mundial todos están pasando por momentos de crisis, en algunos casos a nivel personal, en la parte sanitaria, otros en lo social y la mayoría en la parte económica; estos estragos que va dejando este virus COVID 19, afecta en el estado actual de la población. Ecuador no está exento de esta realidad, incluso investigaciones revisadas, recogen que los efectos psicológicos negativos que se están presenciando en las personas son los síntomas de estrés postraumático, ansiedad, depresión, confusión y frustración, esto debido al temor y perdidas económicas y humanas.

### **Estrés en los trabajadores por motivos de la pandemia**

La pandemia y el estrés se han convertido en dos problemáticas que cada vez afectan más a las personas en todos los ámbitos donde se desenvuelvan, incluso en lo laboral ya que al estar aún latente y al agudizarse aún más por la situación de emergencia que se vive, toda una población se siente tensa y con temor a lo que se puede venir. Al respecto, Usma (2020) menciona que:

Es importante tener presente la situación mundial sanitaria que se está viviendo frente a la pandemia causada por el Covid-19, esto ha traído una serie de cambios incluso radicales en la manera de vivir de las personas, logrando también modificar ciertos procesos llevados durante años en muchas empresas, trayendo como consecuencias el aumento de estrés y la dificultad de adaptación a nuevos cambios en las personas de manera relevante (p.79)

El primer impacto de una epidemia es la crisis misma. De hecho, como lo menciona Ojeda y Gerardo (2020):

La población en general y las personas suelen presentar temor, ansiedad, angustia y depresión. En el año 2003, al inicio del brote de SARS, se informaron problemas de salud mental, que incluyeron depresión persistente, ansiedad, ataques de pánico, excitación psicomotora, síntomas psicóticos, delirium e incluso tendencias suicidas (p.1).

El COVID-19 ha tenido un impacto negativo en la salud mental de los trabajadores en todo el mundo. La pandemia está poniendo a prueba las capacidades físicas y psíquicas de la población. Cuando el estrés ya no es controlado por la misma persona y se convierte en algo

patológico necesitará una intervención psicológica especializada para que no tenga repercusiones futuras (Martínez, 2020,p3).

Por otra parte, es necesario destacar que entre las **consideraciones de salud mental durante el brote del COVID-19 de la OMS según lo propuesto por Lozano (2020)** están:

- Proteger al personal del estrés crónico para que pueda cumplir con sus responsabilidades
- Planificar que los trabajadores alternen funciones de alto estrés con otras de menor estrés.
- Fomentar el compañerismo para brindar apoyo, gestionar el estrés y reforzar procedimientos seguros
- Aceptar que “el estrés y los sentimientos asociados no reflejan en absoluto que no sea capaz de hacer su trabajo o que sea débil”.
- Manejar el estrés y el bienestar psicosocial durante este tiempo es tan importante como cuidar la salud física.

Por otra parte, los sentimientos de pérdida por el compañero, o cierta indignación o malestar porque puede haber rediseños de la estructura, o incluso una mayor carga de trabajo pueden provocar en un trabajador estrés. De hecho, entre los efectos psicológicos negativos, incluidos confusión, enojo, agotamiento, desapego, ansiedad, deterioro del desempeño y resistencia a trabajar, pudiendo llegar incluso a trastorno de estrés postraumático y depresión (Ojeda & Gerardo de Cosio, 2020).

En función de lo argumentado, se planteó como objetivo de la investigación determinar el estrés a consecuencia de las restricciones laborales derivadas de la pandemia por Covid 19 en la actividad de comerciantes minoristas del Mercado N° 1 del cantón Portoviejo.

## MATERIAL Y MÉTODOS

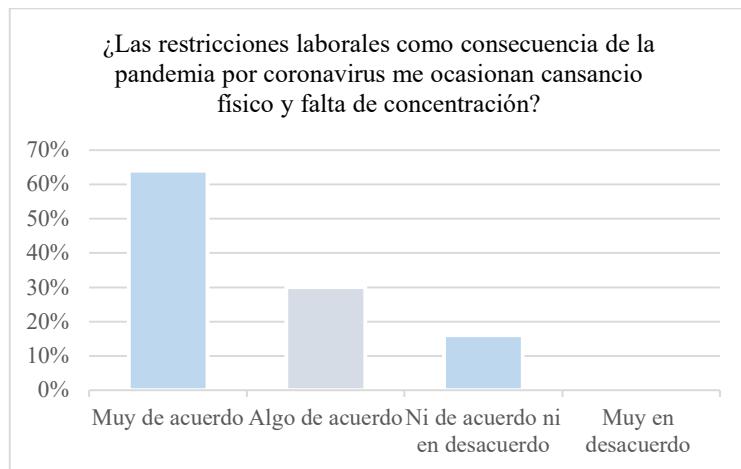
La investigación es cuantitativa, no experimental, no exploratoria; para el efecto se utilizaron los métodos descriptivo, analítico y sintético. Se aplicó el cuestionario de problema psicosomáticos Cpp y a escala de Warr' Cook y Wall y se empleó una encuesta dirigida a los comerciantes minoristas de mariscos del Mercado central N°1 del cantón Portoviejo.

La población objeto de estudio fueron los comerciantes minoristas de mariscos del Mercado central N1 Del Cantón Portoviejo

## RESULTADOS

De acuerdo a la encuesta realizada a los 25 comerciantes del Mercado Central N°1 del cantón Portoviejo, se obtienen los siguientes resultados:

**Gráfico#1**



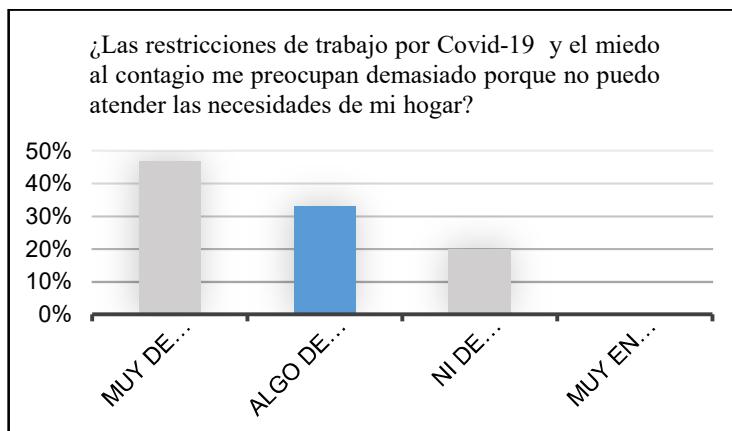
Fuente: Comerciantes minoristas

Año: 2021

### Análisis e interpretación

El 64% de los encuestados manifestó estar muy de acuerdo en que las restricciones laborales como consecuencia de la pandemia por coronavirus les ocasiona cansancio físico y falta de concentración; mientras que, el 30% destaca estar en algo de acuerdo; no obstante, el 16% señala no estar ni de acuerdo ni en desacuerdo. En este sentido, es importante mencionar que las restricciones laborales generan preocupación debido a que los comerciantes minoristas no pueden laborar como antes y esto les ocasiona agotamiento mental y la consecuente falta de concentración, lo que incide directamente en el bienestar psicológico individual y familiar.

## Gráfico#2



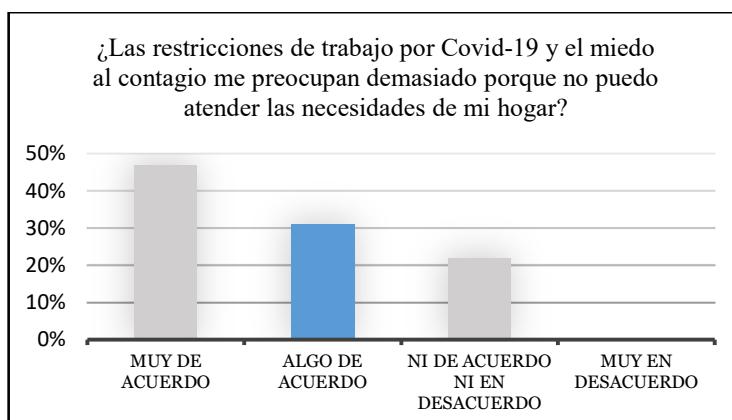
Fuente: Comerciantes minoristas

Año: 2021

## Análisis e interpretación

El 47% de los comerciantes señaló que están muy de acuerdo en que el miedo al contagio les preocupa demasiado lo que les dificulta atender las necesidades del hogar, mientras que el 33% está algo de acuerdo con esto; sin embargo, el 20% no está ni de acuerdo ni en desacuerdo. Como se logra apreciar, la gran mayoría de los comerciantes minoristas considera que la preocupación que les genera la situación sanitaria asociada a la prohibición de laborar diariamente, menoscaba la atención a los requerimientos esenciales de la familia.

## Gráfico#3



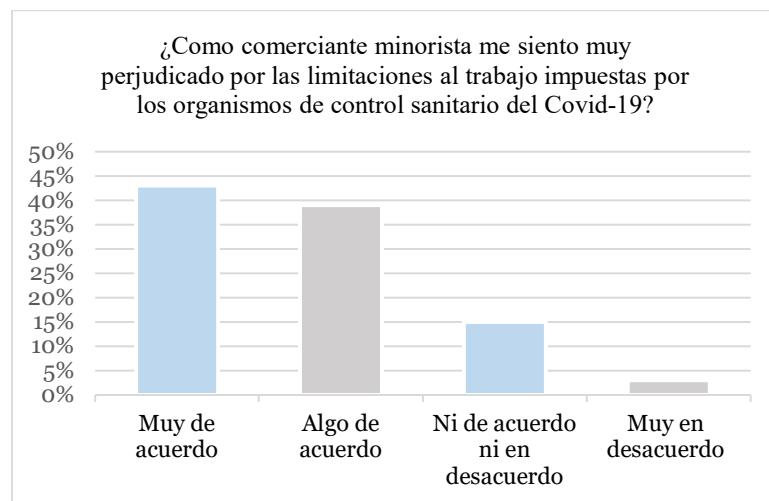
Fuente: Comerciantes minoristas

Año: 2021

## Análisis e interpretación

De acuerdo a los resultados obtenidos, el 47% menciona que está muy de acuerdo con que las restricciones de trabajo por Covid- 19 y el miedo al contagio les preocupan demasiados porque no pueden atender a las necesidades de su hogar, mientras que el 31% destacan que algo de acuerdo, no obstante, el 22% no está ni de acuerdo ni en desacuerdo. Muchas personas a partir de la pandemia han tenido que enfrentar situaciones que les limita satisfacer las necesidades de su hogar, ocasionando esto una serie de eventos que pueden repercutir en la calidad de vida de la familia.

### Gráfico#4



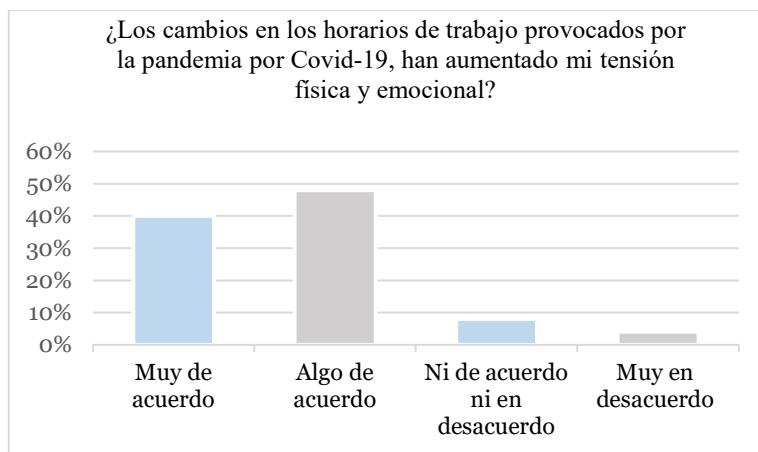
Fuente: Comerciantes minoristas

Año: 2021

## Análisis e interpretación

El 43% de los comerciantes minoristas encuestados, destacó que están muy de acuerdo con el hecho de sentirse perjudicados por las limitaciones laborales impuestas por el organismo de control sanitario; también, el 39 % respondió algo de acuerdo, mientras que el 15% dijo que no está ni de acuerdo ni en desacuerdo. De hecho, el 3% señaló que están en desacuerdo ya que no se sienten perjudicados. Al parecer, las limitaciones laborales determinadas por el COE han perjudicado en gran medida al comercio ya que impiden realizar actividades mercantiles con normalidad, lo que no sólo desencadena afectaciones en las ventas, sino también en la estructura psico-física de los involucrados directa e indirectamente.

### Gráfico#5



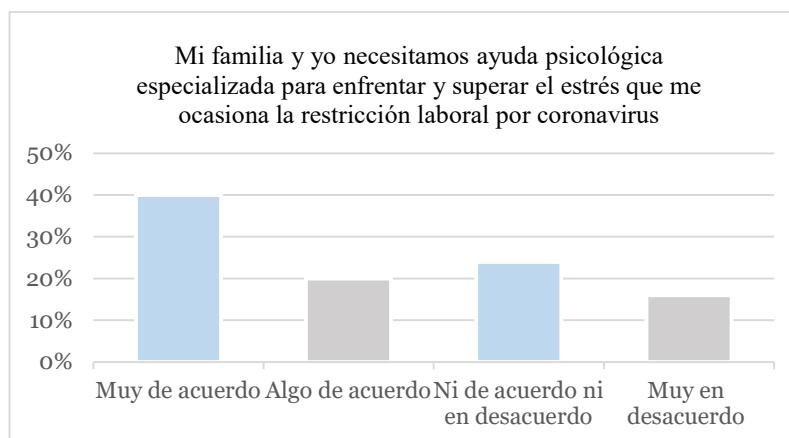
Fuente: Comerciantes minoristas

Año: 2021

### Análisis e interpretación

El 48% de los comerciantes consideró estar algo de acuerdo en que los cambios en el horario de trabajo derivados de la pandemia por coronavirus se relacionen con el aumento de la tensión física y emocional; sobre el tema, el 40% expresó estar muy de acuerdo; por otra parte, el 8% no está ni de acuerdo ni en desacuerdo y el 4% muy en desacuerdo. Si bien, cada persona reacciona distinto frente a ciertos eventos o amenazas externas, los comerciantes minoristas coinciden en que han experimentado alteraciones físicas y emocionales.

### Gráfico#6



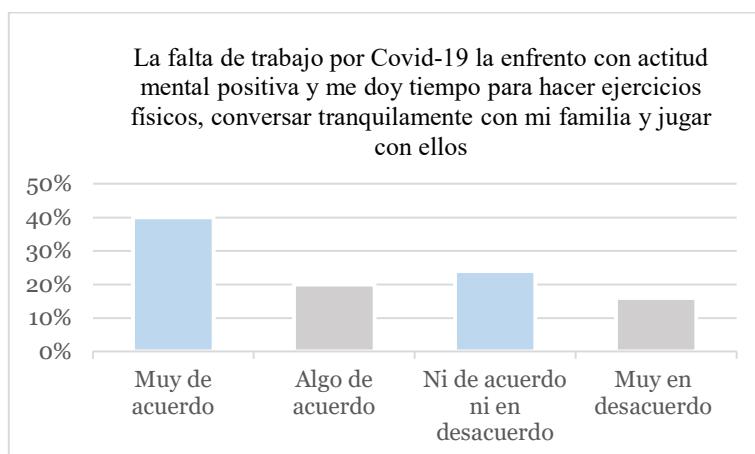
Fuente: Comerciantes minoristas

Año: 2021

## Análisis e interpretación

El 40% de los comerciantes reveló que ellos y sus familias necesitan ayuda psicológica especializada para enfrentar y superar el estrés que ocasiona la restricción laboral por coronavirus; también, el 24 % aseguró ni de acuerdo ni en desacuerdo; mientras que, el 20% puntualizó algo de acuerdo; y, el 16% dijo muy en desacuerdo. Las singularidades individuales y colectivas se expresan de diferentes maneras; en cualquier caso, se puede apreciar que el concurso psicológico es muy importante para solventar las preocupaciones que silenciosamente van minando la seguridad emocional, atencional y relacional de las personas, especialmente en tiempos de crisis sanitaria.

**Gráfico#7**

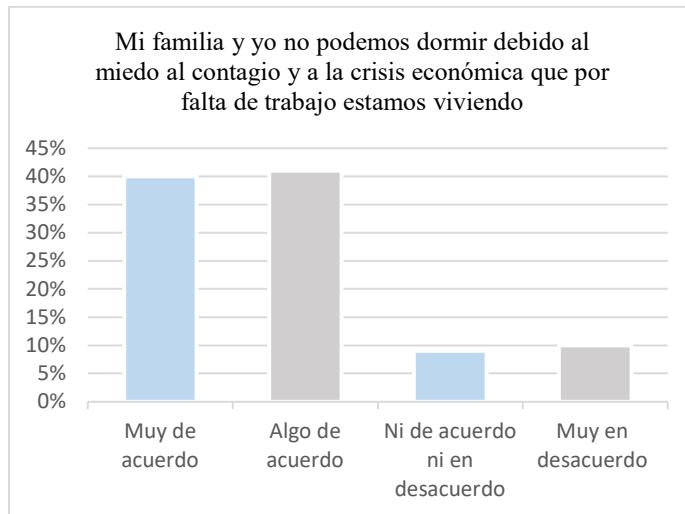


Fuente: Comerciantes minoristas

Año: 2021

## Análisis e interpretación

El 40% de los comerciantes minoristas reveló estar muy de acuerdo con el hecho de enfrentar con actitud mental positiva las restricciones laborales derivadas de la pandemia sanitaria, inclusive, se dan tiempo para ejercitarse físicamente, dialogar y jugar con la familia; referente al mismo tema, el 24% señaló que no está ni de acuerdo ni en desacuerdo, no obstante, el 20% respondió algo de acuerdo; el 16% dijo muy en desacuerdo. La dinámica emocional está sujeta a factores internos y externos; en este caso, hay un porcentaje significativo de personas que aseguran tener actitud mental positiva para enfrentar las medidas laborales y de todo tipo implementadas por el COE en salvaguarda de la salud y vida de la población. Asimismo, los comerciantes hallan tiempo y espacio para los ejercicios físicos y la conversación y juegos integradores con la familia.

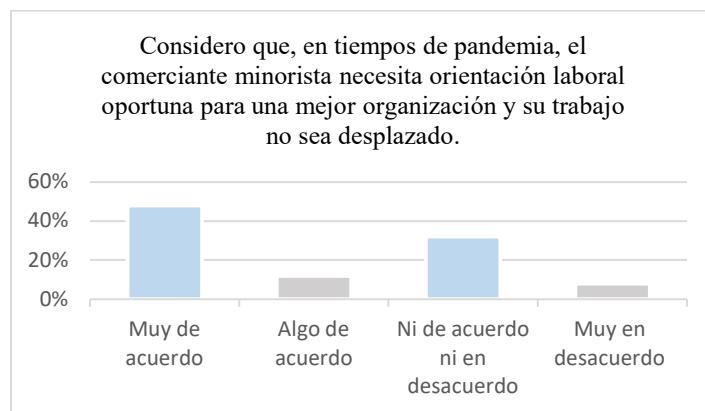
**Gráfico#8**

Fuente: Comerciantes minoristas

Año: 2021

### Análisis e interpretación

Los resultados demuestran que el 41% de los comerciantes está algo de acuerdo en que ellos y sus familias se han visto afectados, pues no pueden dormir por el miedo al contagio y la crisis económica que están pasando; mientras que, el 40% está muy de acuerdo, esto es, se han sentido seriamente afectados; no obstante, el 10% está muy en desacuerdo; y, un 9% no está ni de acuerdo ni en desacuerdo. Como se evidencia, un gran número de comerciantes, conjuntamente con sus familiares, padecen por la propagación del virus y por las caídas de venta que han influido directamente en la economía y salud mental del hogar.

**Gráfico#9**

Fuente: Comerciantes minoristas

### Análisis e interpretación

De conformidad con los resultados obtenidos, el 48% de los comerciantes minoristas necesitan la orientación laboral oportuna para una mejor organización y así evitar un eventual desplazamiento; sobre el mismo tema, el 32% expresa ni de acuerdo ni en desacuerdo; el 12% considera algo de acuerdo; y, el 8% señala muy en desacuerdo. La asistencia laboral, empresarial, es muy necesaria, a efectos de una mejor estructuración y dinamización del esquema laboral de una sociedad. El trabajador siempre requerirá orientación laboral especializada, que le brinde estrategias, alternativas, conocimiento, para enfrentar todo tipo de crisis, priorizando los estándares de calidad de vida.

**De acuerdo al test aplicado a los 25 comerciantes del Mercado Central N°1 del cantón Portoviejo se obtienen los siguientes resultados:**

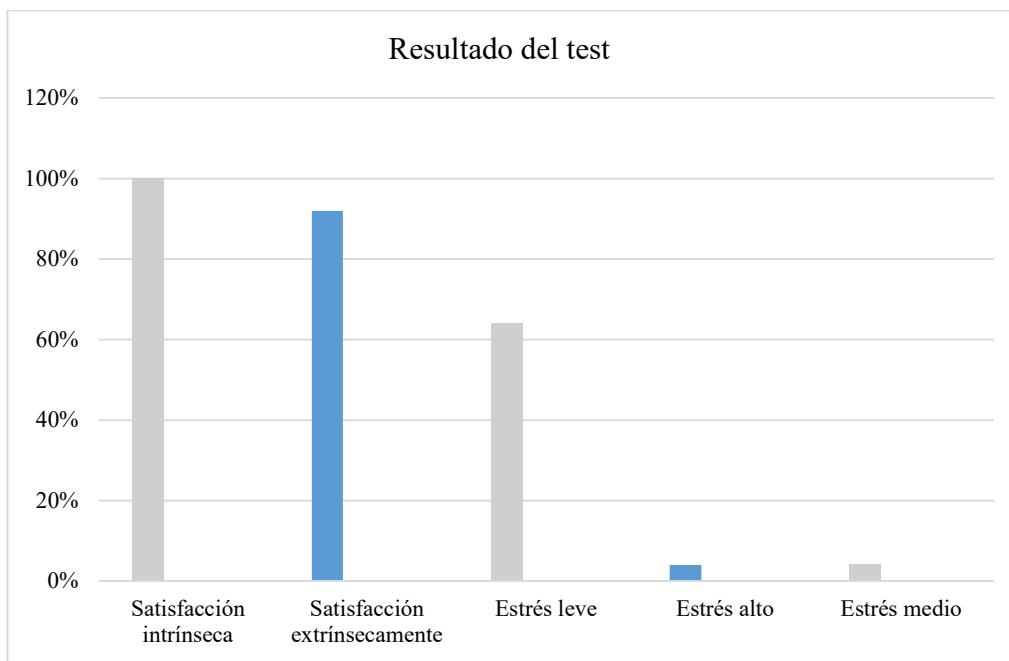
Tabla 1.- Tabla de resultados obtenidos

Participantes				Puntaje instintivo	Puntaje extintivo	Diagnóstico
	Edad	Estado civil	Número de hijos			
1	42	Unión libre	3	41 Satisfecho	41 Satisfecho	20 Estrés leve
2	42	Unión libre	3	38 Satisfecho	40 Satisfecho	13 Sin estrés
3	56	Unión libre	3	38 Satisfecho	46 Satisfecho	29 Estrés leve
4	50	Unión libre	3	38 Satisfecho	26 Insatisfecho	22 Estrés leve
5	54	Comprometido	6	42	46	39

				Satisfecho	Insatisfecho	Estrés medio
6	54	Unión libre	3	39	44	39
				Satisfecho	Satisfecho	Estrés medio
7	44	Comprometido	4	42	46	32
				Satisfecho	Satisfecho	Estrés leve
8	31	Comprometido	2	40	50	34
				Satisfecho	Satisfecho	Estrés leve
9	55	Comprometido	0	29	23	35
				Satisfecho	Satisfecho	Estrés leve
11	44	Comprometido	2	40	50	27
				Satisfecho	Satisfecho	Estrés leve
12	42	Unión libre	4	41	54	50
				Satisfecho	Satisfecho	Estrés alto
13	31	Unión libre	4	39	44	27
				Satisfecho	Satisfecho	Estrés leve
14	42	Unión libre	4	38	40	13
				Satisfecho	Satisfecho	Sin estrés
15	40	Unión libre	0	36	46	18
				Satisfecho	Satisfecho 2	Sin estrés
16	28	Unión libre	0	39	40	25
				Satisfecho	Satisfecho	Estrés leve
17	33	Unión libre	1	36	53	19
				Satisfecho	Satisfecho	Sin estrés

18	28	Unión libre	0	39 Satisfechos	40 Satisfecho	25 Estrés leve
19	40	casado	2	35 Satisfecho	54 Satisfecho	29 Estrés leve
20	45	Unión libre	0	40 Satisfecho	40 Satisfecho	30 Estrés leve
21	35	Unión libre	4	39 Satisfecho	40 Satisfecho	25 Estrés leve
22	39	Unión libre	0	39 Satisfecho	40 Satisfecho	31 Estrés leve
23	28	Unión libre	0	39 Satisfecho	40 Satisfecho	32 Estrés leve
24	28	Casado	2	39 Satisfecho	40 Satisfecho	32 Estrés leve
25	28	Unión libre	0	36 Satisfecho	56 Satisfecho	14 Sin estrés

Fuente. - Los autores



**Fuente.** - Los autores

### Análisis de resultados

De acuerdo a los resultados obtenidos se puede evidenciar que el 100 % de los comerciantes se siente satisfechos intrínsecamente, mientras que el 92% se encuentra satisfecho extrínsecamente. En cuanto al tipo de estrés, el 64% presenta estrés leve; el 4% se encuentra con estrés alto y otro 4% con estrés medio; asimismo, el 4% no presenta estrés. Como se logra apreciar, la mayoría de comerciantes minoristas presenta estrés leve, lo que representa una gran desventaja dentro del contexto laboral y personal porque puede repercutir de manera significativa en su rendimiento, nivel de motivación y capacidad para tomar decisiones.

### DISCUSIÓN

Siendo el estrés una reacción psico-física ante una situación específica (estresor), la cual supone un reto o una amenaza, el estudio realizado arroja datos concretos que están erosionando la estructura anímica y somática de personas vulnerables como los comerciantes minoristas que, frente a un irregular esquema laboral, padecen las consecuencias de tal precariedad. Los estresores externos son una real amenaza y, en el caso de las restricciones laborales y confinamiento debido a la pandemia por coronavirus, han limitado

alarmantemente las actividades laborales; se vivencia una clara preocupación ante la situación imperante, que sin dudas representa una fuente de estrés para el trabajador. “El estudio del estrés laboral es de gran interés a nivel mundial y nacional por los efectos negativos que genera en la salud de las personas y las organizaciones” (Osorio & Cárdenas, 2017) e incluso como lo mencionado Ahumada; Henríquez; Maureira & Ruiz (2017), cuando el estrés se vuelve perjudicial afecta al sistema nervioso generando enojo, desconcentración, orgullo, frustración, fatiga, desánimo, intolerancia, agobio, influyendo todo esto en el nivel de motivación, rendimiento y cumplimiento de sus responsabilidades.

Es normal que un trabajador pueda llegar a sentir estrés, ansiedad, angustia y preocupación durante la pandemia del COVID-19. De hecho, es importante destacar que la preocupación, el sentimiento de temor, los pensamientos negativos sobre competencia y la inseguridad, es decir, manifestaciones cognitivas de estrés pueden ser factores que afecten de manera significativa en la actividad laboral del comerciante (Blasco, 2017). Los trabajadores objetos de estudio se encuentran en su mayoría en un rango de estrés leve debido a la situación que se está viviendo tanto personal como laboralmente que repercute en el ámbito personal y laboral.

De hecho, es importante mencionar que los resultados de la investigación demuestran que un gran índice de trabajadores se siente satisfecho más intrínsecamente que extrínsecamente, esto se debe a los logros personales que hayan alcanzado gracias a su trabajo diario. Al respecto, como lo menciona Cruz y otros (2019) tanto la motivación intrínseca como la extrínseca pueden ayudar a la transmisión de conocimiento teniendo en cuenta que, en este tipo de organizaciones, la motivación es un factor determinante para retener a los empleados valiosos.

Frente a los problemas de estrés es necesario que el trabajador e incluso la familia reciba las intervenciones psicológicas necesarias, orientadas en la prevención y tratamiento para bajar el impacto psicológico que pueda crear esta pandemia, como por ejemplo en el caso del nivel de tensión o preocupación que termina influyendo en la concentración, toma de decisiones y desempeño laboral del comerciante (Ozamiz et al., 2020). “El bienestar psicológico de los trabajadores, es un recurso que se puede fomentar desde las empresas, ya que se sustenta en

factores, uno de ellos es la posibilidad que tienen las personas de conciliar el trabajo con la esfera familiar” (Astudillo, 2017,p.5)

La desmotivación laboral es una de las sensaciones que muchos comerciantes suelen sentir debido a las limitaciones que se han impuesto para evitar la propagación del virus. Por otra parte, como lo menciona Sarmiento y Schmid (2013), el clima laboral también juega un papel esencial ya que forma parte de los factores del contexto de trabajo relacionado a la satisfacción laboral y que, en determinadas circunstancias, puede ser una fuente tanto de insatisfacción laboral como de estrés. La actitud mental también tiene mucha importancia dentro de este contexto, de hecho, un trabajador social con una mentalidad positiva brinda algunos alcances para desarrollar el liderazgo optimista en la actividad empresarial (Díaz, 2013).

## CONCLUSIONES

Es evidente la presencia del estrés como problemática fisiológica que afecta el desempeño laboral normal de los comerciantes minoristas del mercado N° 1 del cantón Portoviejo; perturbación que se agudiza por las restricciones temporales implementadas, especialmente los fines de semana y que amenaza la armonía familiar, afectando las habilidades relacionales.

Las restricciones laborales influyen en gran medida en el estado físico-mental de los comerciantes. Los resultados demuestran que la mayoría sufre los síntomas del estrés por lo que viven episodios de irritabilidad, desconcentración y aislamiento, deteriorando el bienestar colectivo y la calidad de vida.

Un gran número de trabajadores tienen un nivel de estrés leve, la mayoría se debe a que por motivos de la pandemia han bajado las ventas y el nivel de ingresos en el hogar se ha reducido, generando perturbaciones en la estructura afectiva de la familia. Sin embargo, a pesar de la situación y los síntomas del estrés este no ha repercutido en el nivel de satisfacción intrínseco y extrínseco.

Las sociedades en general, cualquiera sea el esquema laboral que adopten, requieren de orientaciones psicológicas como estrategias humanas oportunas y valiosas para que las personas enfrenten con solvencia los diferentes tipos de estresores que repercuten en la vida personal, laboral, social y familiar de un trabajador. Es necesario estudiar y reconocer su situación social, económica y psicológica; más aún cuando por la crisis sanitaria del orbe existen grandes preocupaciones, ansiedad, desesperación, emanadas desde los organismos de control. Los comerciantes minoristas no pueden trabajar con normalidad ni satisfacer las necesidades básicas del hogar, de allí que sea imperativa la intervención de un profesional competente que les ayude a estabilizar el estado físico-mental.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ahumada, B.; Henríquez, C.; Maureira, F. & Ruiz, V. (2017). *Test de estres laboral 1*. [Tesis de maestría de la Universidad del Bío-Bío de Chillán]. Repositorio institucional. <http://www.ubiobio.cl/miweb/webfile/media/357/Articulos/Art%C3%ADculo-20Estr%C3%A9s%20Estudiantil.pdf>
- Astudillo, P. (2017). *Guía para la intervención en conciliación Trabajo- Familia*. Revista de Investigación Educativa. 3287, 3-49. [https://www.researchgate.net/publication/329946807\\_GUIA\\_PARA\\_LA\\_INTERVEN\\_CION\\_EN\\_CONCILIACION\\_TRABAJO-FAMILIA](https://www.researchgate.net/publication/329946807_GUIA_PARA_LA_INTERVEN_CION_EN_CONCILIACION_TRABAJO-FAMILIA)
- Blasco, J. (2017). ¿Qué es el estrés? *Universidad de Valencia*. Universitat de Valencia
- Berrío García, N., & Mazo Zea, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*. <https://es.scribd.com/doc/201765261/ESTRES-ACADEMICO-Revista-de-Psicologia-Universidad-de-Antioquia-Vol-3-No-2-2011>
- Cruz, N., Martín Pérez, V., & Trevilla Cantero, C. (2009). Influencia de la motivación intrínseca y extrínseca sobre la transmisión de conocimiento: el caso de una organización sin fines de lucro. *CIRIEC-España, Revista de Economía Pública, Social y Cooperativa*, 66, 187–211. [file:///C:/Users/Usuario/Downloads/17413043009%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Usuario/Downloads/17413043009%20(1).pdf)
- Díaz, R. (2013). *Actitud mental positiva*. Editora Macro EIRL. [https://ebooks.arnoia.com/media/eb\\_0104/samples/9786123041090cap1-05.pdf](https://ebooks.arnoia.com/media/eb_0104/samples/9786123041090cap1-05.pdf)
- González, B., & Escobar, A. (2002). Neuroanatomía del estrés. *Rev Mex Neuroci*, 3(5), 273–

282. <https://revistas.usantotomas.edu.co/index.php/diversitas/article/view/3494/3383>
- Martínez. (2020). Intervención y Psicoterapia en crisis. *Centro De Estudios En Psicología Clinica Y Psicotetapeuta.* [http://midap.org/wp-content/uploads/2020/04/INTERVENCIÓN-Y-PSICOTERAPIA-EN-CRISIS\\_Claudio-Martínez\\_abrio2020.pdf](http://midap.org/wp-content/uploads/2020/04/INTERVENCIÓN-Y-PSICOTERAPIA-EN-CRISIS_Claudio-Martínez_abrio2020.pdf)
- Objeda-Casares, H., & Gerardo de Cosio, F. (2020). *COVID-19 y salud mental: mensajes clave.* [https://www.paho.org/venezuela/index.php?option=com\\_docman&view=download&slug=covid19-y-salud-mental-mensajes-clave&Itemid=466](https://www.paho.org/venezuela/index.php?option=com_docman&view=download&slug=covid19-y-salud-mental-mensajes-clave&Itemid=466)
- Osorio, J. E., & Cárdenas Niño, L. (2017). Estrés laboral: estudio de revisión. *Diversitas*, 13(1), 81. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2017.0001.06>
- Ozamiz-Etxebarria, N., Dosil-Santamaría, M., Picaza-Gorrochategui, M., & Idoiaga-Mondragon, N. (2020). Stress, anxiety, and depression levels in the initial stage of the COVID-19 outbreak in a population sample in the northern Spain. *Revista Scielo*, 36(4), 1–10. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00054020>
- Pérez Prada, M. P., Martínez Baquero, L. C., Vianchá Pinzón, M. A., & Avendaño Prieto, B. L. (2017). Intento e ideación suicida y su asociación con el abuso sexual en adolescentes escolarizados de Boyacá – Colombia. *Diversitas*, 13(1), 91. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2017.0001.07>
- Ramos, V., Pantoja, O., Tejera, E., & Salvador, M. (2019). Estudio del estrés laboral y los mecanismos de afrontamiento en instituciones públicas ecuatorianas. *Revista Espacios*, 40(7), 8–21. <http://www.revistaespacios.com/a19v40n07/a19v40n07p08.pdf>
- Sanchez Vera, K. M., Loli Ponce, R. A., & Sandoval Vegas, M. H. (2016). Prevalencia de estrés laboral en el personal asistencial prehospitalario del programa de sistema de atención móvil de urgencias -Instituto de Gestión de Servicios de Salud (SAMU - IGSS). *Revista Enfermeria Herediana*, 8(2), 115. <https://doi.org/10.20453/renh.v8i2.2691>
- Sarmiento, S. L., & Schmid, R. A. (2013). *Enfermedades Laborales : Cómo Afectan El Entorno*. 1–95. [Tesis de maestría de la Universidad Nacional del Cuyo]. Repositorio institucional.



Vol. 5 Núm. 3 (2021): Revista Científica *MQRinvestigar* ISSN 2588 – 0659

[https://bdigital.uncu.edu.ar/objetos\\_digitales/5215/codutitesisenfermedadeslaborales.pdf](https://bdigital.uncu.edu.ar/objetos_digitales/5215/codutitesisenfermedadeslaborales.pdf)