

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

**Factores psicosociales en los trabajadores de la construcción de obras civiles en Colombia:
Una revisión documental.**

PRESENTADO POR

Yasmin Paola Cardona Orrego

Yulieth Rivas Mosquera

Karen Lorena Arteaga Carrasco

DIRIGIDO POR

Pedro Jesus Roza Cifuentes

Magister en Salud Ocupacional y Ambiental

COASESORA.

Derly Zamora Romero

Magister en prevención de riesgos laborales

**POLITÉCNICO GRANCOLOMBIANO INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA
FACULTAD SOCIEDAD, CULTURA Y CREATIVIDAD
ESCUELA DE ESTUDIOS EN PSICOLOGÍA, TALENTO HUMANO Y SOCIEDAD
PROGRAMA PROFESIONAL EN GESTIÓN DE LA SEGURIDAD Y LA SALUD
LABORAL**

BOGOTÁ, 28 Mayo, 2025.

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

Agradecimientos, Karen Arteaga

Quiero agradecer primeramente a Dios por que sin su dirección y voluntad nada es posible y a todas las personas que estuvieron acompañándonos en este proceso. Le agradezco especialmente a los docentes Pedro Cifuentes y Derly Zamora por su orientación y apoyo durante el desarrollo de nuestro proyecto, y a todos los demás docentes que hicieron parte de mi formación educativa en esta carrera profesional. También agradezco a mis compañeras por su paciencia, responsabilidad y compromiso que tuvieron a la hora de realizar cada entrega correspondiente.

Por último, le agradezco a mis padres por no dejarme sola, ser mi apoyo incondicional y darme ánimo para seguir luchando por mis sueños.

Agradecimientos, Yasmin Paola Cardona Orrego.

Quiero agradecer principalmente a mis padres ya que sin el apoyo emocional de ellos no hubiese podido lograr cumplir mi más anhelado sueño; es increíble como una palabra de aliento te da la fuerza para continuar cuando el camino se pone difícil; te recarga y te impulsa a lograrlo, también es importante resaltar mi más sincero agradecimiento a la coasesora Derly Zamora y al tutor Pedro Jesús Rozo ya que jugaron un papel fundamental para llevar a cabo el presente trabajo investigativo, muchas gracias por la paciencia y el don de servir me impulsaron de la mejor manera a salir adelante y pensar que por más difícil que se torne la situación siempre hay una luz al final del túnel.

Agradecimientos, Yulieth Rivas Mosquera.

Agradezco a Dios por nunca soltar mi mano, guiarme, darme sabiduría y fuerzas para realizar este proyecto. De igual manera agradezco al politécnico Gran Colombiano en especial a los encargados del programa huella gran colombiana, por su apoyo, otorgándome media beca, dándome la oportunidad de culminar mi carrera profesional, también agradezco a los tutores Pedro Jesús Rozo Cifuentes, Derly Zamora Romero por su guía, paciencia y apoyo en este proceso; agradezco también a mis familiares y amigos que siempre estuvieron presentes brindándome apoyo incondicional.

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

Finalizo agradeciéndoles a mis compañeras por su gran dedicación, esfuerzo y compromiso, que contribuyó para realizar esta investigación.

Resumen

El presente trabajo de grado trata sobre los factores de riesgo psicosocial relacionados con el estrés laboral en trabajadores del sector de la construcción de obras civiles en Colombia, estos factores, tienden a afectar directamente la salud mental y física de los trabajadores. El estudio se justifica en la importancia de poder identificar y entender estos factores para fomentar ambientes de trabajo más seguros y saludables, previniendo afectaciones por riesgos psicosociales. El objetivo general de esta investigación es analizar los factores psicosociales relacionados con el estrés que están presentes en los trabajadores del sector de la construcción de obras civiles, a través una revisión de literatura durante los años 2014 al 2024.

La metodología empleada incorpora la revisión sistemática de estudios científicos, tesis y documentos relevantes publicados entre 2014 y 2024, utilizando la metodología PRISMA 2020, esto para garantizar transparencia en su elección, análisis y síntesis de la información, se abordaron criterios de inclusión y exclusión rigurosos para asegurar la relevancia y calidad de las fuentes consultadas.

Los resultados obtenidos por medio de esta investigación se pueden evidenciar que los factores psicosociales que más aportan al estrés laboral en el sector de construcción son la inseguridad en el empleo, la carga laboral, el acoso laboral y falta de comunicación efectiva. Finalmente se concluye que es de vital importancia desarrollar políticas y estrategias correctivas y preventivas enfocadas a la mejora de la seguridad laboral y salud mental, priorizando una cultura organizacional que respete y promueve el bienestar integral de los trabajadores.

Palabras clave: factores psicosociales, estrés laboral, Salud mental, construcción, ambiente de trabajo.

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

Abstract

This thesis addresses the psychosocial risk factors related to occupational stress in workers in the civil construction sector in Colombia. These factors, which tend to directly affect the mental and physical health of workers, represent a significant problem due to the inherent conditions of this sector, which negatively impact productivity and workplace well-being. The study is justified by the urgent need to identify and understand these factors in order to promote safer and healthier work environments, preventing psychosocial harm.

The general objective of this research is to examine, through a systematic literature review, the psychosocial factors related to stress in this population, using a qualitative and documentary approach.

The methodology employed incorporates a systematic review of scientific studies, theses, and relevant documents published between 2014 and 2024, following the PRISMA 2020 methodology to ensure transparency in the selection, analysis, and synthesis of information. Strict inclusion and exclusion criteria were applied to guarantee the relevance and quality of the sources consulted.

The results obtained through this research show that the psychosocial factors most contributing to occupational stress in the construction sector are job insecurity, workload, workplace harassment, and lack of effective communication. Finally, it is concluded that it is vital to develop corrective and preventive policies and strategies focused on improving occupational safety and mental health, prioritizing an organizational culture that respects and promotes the overall well-being of workers.

Keywords: Psychosocial factors, occupational stress, mental health, construction, work environment.

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

Tabla de contenido

INTRODUCCIÓN	7
1. Planteamiento del Problema	8
1.1 Pregunta de Investigación	10
2. Objetivos	15
2.1 Objetivo General	15
2.2 Objetivos específicos	15
3. Justificación	15
4. Marco Teórico	17
5. Marco Legal	21
6. Diseño Metodológico	22
6.1 Población	24
6.2 Instrumentos	25
6.3. Fases de Investigación	26
6.4 Aspectos éticos	27
7. Resultado	28

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

8. Conclusiones	40
9. Referencias bibliográficas	43

Listado de tablas

Tabla 1 Normatividad Aplicable Factores psicosociales	21
Tabla 2 Matriz de revisión documental	25
Tabla 3 Factores psicosociales más relevantes	29
Tabla 4 Síntomas Relevantes	33
Tabla 5 Guías y protocolos en la prevención y mitigación del estrés laboral en los trabajadores del sector de la construcción de obras civiles en Colombia.	37

Listado de figuras

Figura 1 Factores psicosociales mas relevantes	31
Figura 2 Sintomas relevantes.	25
Figura 3 Guías y protocolos	29

Introducción.

El presente estudio plantea como objetivo analizar los factores psicosociales relacionados con el estrés que están presentes en los trabajadores del sector de la construcción de obras civiles en Colombia, a través de una revisión de literatura durante los años 2014 al 2024.

Autores como González et al., (2024) establecen que los factores de riesgo psicosociales relacionados con el estrés afectan la salud laboral y el ambiente de trabajo en la población trabajadora, sobre todo en aquellos que tienen mayor nivel de responsabilidad, por lo que se hace necesario implementar programas preventivos y de intervención para el mejoramiento de las

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

condiciones laborales. De igual manera, se hace necesario identificar como expresa Ozuna et al., (2024) los factores que están relacionados de manera puntual con la actividad y las condiciones laborales. Aspectos relacionados con la organización del trabajo, el contenido de la tarea y las relaciones humanas que se evidencian dentro las empresas de este sector en general, ya que, el mejoramiento de este tipo de factores permitirá garantizar ambientes saludables de trabajo (Zamora, 2022)

Por otro lado, la idea de este trabajo es aportar conocimientos valiosos desde la experiencia de investigaciones previas, lo que facilitará identificar las acciones de manera concreta, que estén dirigidas a garantizar la salud integral de los trabajadores del sector construcción y su bienestar en los contextos laborales. De igual manera este proyecto se enfoca en el análisis de los factores psicosociales conectados con el estrés que se encuentran en los empleados del sector de la construcción de obras civiles en Colombia.

De igual manera este documento se estructura de manera lógica y secuencial en donde se inicia con la exposición de la introducción, se realiza una contextualización del tema y de paso el planteamiento del problema, donde se hace la definición de la situación a indagar y se formula la pregunta de investigación, continuando con la presentación de los objetivos tanto el general como los específicos y la justificación que explica la necesidad y relevancia del estudio. Luego, se desarrolla la descripción del marco teórico y legal que proporciona un sustento normativo y conceptual del proceso de estudio, seguidamente en el diseño metodológico se detallan los aspectos relacionados con la población, el instrumento de recolección de datos utilizados, las fases de la investigación y los aspectos éticos a tener en cuenta para el desarrollo de la actividad indagada. Posteriormente, se expone los resultados, seguido de las conclusiones y recomendaciones que se derivan del proceso de inspección. Finalmente, el documento se cierra

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

con todas las referencias bibliográficas que respalda la información que se ha consultado en diferentes bases de datos.

1. Planteamiento del Problema

El sector de la construcción de obras civiles es uno de los sectores que más reporta accidentes laborales en Colombia, esto teniendo en cuenta lo publicado por el Consejo Colombiano de Seguridad (CCS) en el año 2024, el sector de la construcción de obras civiles fue el segundo sector con mayor número de accidentes de trabajo, reportando más de 16 mil accidentes, es decir un 11,3% del total de los accidentes reportados para el 2024 durante el primer cuatrimestre. Adicionalmente, el sector de la construcción fue el segundo sector con mayor número de muertes, al registrar 16 muertes en el primer cuatrimestre del 2024, con un 16,7% con relación al total de muertes reportadas por el desarrollo de la actividad laboral (CCS, 2024).

Ahora bien, con relación a los patrones de riesgos psicosociales y conforme a la última cifra reportada en Colombia, en el sector de la construcción para el 2021 se registraron más de 1.240 enfermedades relacionadas con la afectación en la salud mental, dentro de las cuales se identificaron factores de riesgos relacionados con la carga mental y el nivel de responsabilidad que tienen los trabajadores en el desarrollo de la actividad laboral, así como la falta de autonomía para realizar su tarea y la mala definición de su rol o actividad. De igual manera, se identificó como factor de riesgos psicosocial la falta de equilibrio entre la vida personal y laboral, las relaciones negativas dentro del contexto laboral, así como las largas jornadas de trabajo y la rotación constante en los diferentes puestos, sin olvidar que los trabajadores manifiestan en su

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

gran mayoría que las exigencias del cargo superan las capacidades del trabajador (Fasecolda, 2022).

Así mismo, de acuerdo con Azaria (2024) se logra identificar que los factores psicosociales que afectan de manera directa a los trabajadores en Colombia están relacionados con aspectos de índole intralaboral, extralaboral o externos a la empresa y las condiciones propias del trabajador que giran en torno a sus experiencias y relaciones consigo mismo y con los demás, sobre todo en factores relacionados con la dinámica familiar.

Por su parte, Cataño y Cataño (2022) también indica que en los últimos años se ha registrado un aumento de por lo menos el 50% de aspectos psicosociales que terminan influyendo en el desarrollo de accidentes o produciendo en el trabajador alteraciones en su salud relacionadas con afectaciones musculo esquelética, condiciones mentales y cardíacas, situación que afecta la productividad del trabajador en su entorno laboral y que genera en este desarrollo de afectación mental en torno a factores personales como la motivación y el manejo de problemas a nivel laboral.

Finalmente, González et al., (2024) manifiestan que los factores de riesgos psicosocial más visibilizados en los entornos laborales, están relacionados con la falta de motivación, el tipo de liderazgo, el nivel de compromiso de los trabajadores y el sentido de pertenencia, situación que incrementa en un 40% los niveles de ausentismo en las empresas.

1.1 Pregunta de Investigación

¿Cuáles son los principales factores psicosociales relacionados con el estrés que están presentes en los trabajadores del sector de la construcción de obras civiles en Colombia, a través de una revisión de literatura durante los años 2014 al 2024?

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

1.2 Antecedentes

Dentro de las diferentes investigaciones que se han realizado frente a los factores psicosociales en el sector de la construcción se relacionan las siguientes:

En la investigación de González et al., (2024) se identifica y analiza los diferentes factores de riesgo psicosocial relacionados con el estrés laboral en los trabajadores del sector de la construcción en la ciudad de Bogotá, desde el desarrollo de un estudio descriptivo no experimental de corte transversal, aplicado a 31 trabajadores de diferentes sectores, en donde como instrumento recolección de datos se aplicó la batería de instrumentos para la evaluación de los factores de riesgo psicosocial, planteada por el Ministerio de Salud y Protección Social en el año 2011. Se evidenció que los operarios tienen un nivel de riesgo más alto frente a los auxiliares en cuanto al desarrollo de estrés laboral, debido a factores psicosociales intra y extralaborales. Por lo que es necesario desarrollar procesos preventivos y de intervención que permite mejorar las condiciones laborales de los trabajadores y reducir así los riesgos psicosociales.

De igual manera, Ozuna et al., (2024) desarrollaron una investigación en la cual se planteó el diseño de un plan de prevención frente al estrés laboral en una empresa de construcción, a través de una metodología cuantitativa aplicando encuestas a la población trabajadora. Indica que más del 50% de los trabajadores manifiestan sentir estrés en el momento en el que realizan sus actividades laborales; sin embargo, la empresa no ha implementado herramientas para la mejora y el control de esta situación en el personal que se encuentre expuesto. Se deben diseñar un plan de actividades que eviten el estrés desde la empresa para que mejoren las condiciones de trabajo en la población trabajadora.

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

Así mismo, Zamora (2022) identifica los factores de riesgo que desde el entorno psicosocial se presentan en una empresa de construcción de la ciudad de Barrancabermeja en el 2022. La investigación se desarrolla desde un estudio de campo con enfoque descriptivo y explicativo, donde participan 20 trabajadores de una empresa constructora y se aplica como instrumento de recolección de datos una encuesta de clasificación de riesgos psicosocial con 46 factores y 4 áreas que relacionan el contenido de la tarea, la organización del tiempo de trabajo, las relaciones humanas y la gestión del personal. La empresa debe implementar estrategias que permitan generar factores protectores en los trabajadores relacionadas con la organización del trabajo, el contenido de la tarea y la organización del tiempo de trabajo y debe potencializar en los trabajadores las relaciones humanas y la gestión del personal para garantizar la calidad de vida y evitar los factores de riesgo psicosocial.

Adicionalmente, Gaitán et al., (2023) diseñó un programa de promoción y prevención frente a los factores que generan estrés en un grupo de trabajadores de una constructora en la ciudad de Bogotá durante el año 2023. El estudio fue de corte transversal, aplicado a trece (13) trabajadores desde una investigación cuantitativa, se aplicó el cuestionario de estrés laboral de la OIT y la OMS de 1984. De acuerdo con los niveles de autoridad en la empresa se registran el nivel de estrés en los trabajadores, es decir que hombres y mujeres que son de nivel directivo, tienen más nivel de estrés en el entorno laboral. Se hace necesario aplicar el programa de prevención y promoción del estrés en los trabajadores, inicialmente en la población directiva.

Además, Durango et al., (2022) determina la relación que existe entre los factores de riesgos psicosocial y la satisfacción de los trabajadores operarios del sector de la construcción en una empresa de Montería durante el año 2022. A través de la investigación cuantitativa no experimental y transversal desarrollado durante seis meses, se analizó en una muestra de 47

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

trabajadores las variables relacionadas con el estudio. Aplicando un cuestionario de datos demográficos y sociales, así como un cuestionario de condiciones ambientales, participación, manejo de cambio, relaciones sociales y esfuerzo físico y finalmente la Batería de factores de riesgos psicosocial, planteada por el Ministerio de Trabajo de Colombia en el año 2011. En los resultados se logró establecer que existe una relación directa entre la variable del estudio con el desarrollo de los niveles de satisfacción laboral por parte de los trabajadores. Los aspectos relacionados con el ambiente, el nivel de estudio del trabajador y el esfuerzo físico que se realiza en el desarrollo de actividad laboral, tiene un efecto directo sobre la percepción que tiene trabajador frente a la satisfacción laboral.

También, Castaño y Castaño (2022) identifican los riesgos psicosociales que se asocian al estrés en los empleados de una constructora de Bucaramanga, donde participaron 101 trabajadores desde un estudio descriptivo de corte transversal, utilizando la Batería de instrumentos para la evaluación de factores de riesgo psicosocial intralaboral validada para Colombia. Los factores de riesgo intralaboral generan un estrés muy alto por lo menos en el 40% los trabajadores y las recompensas con relación al trabajo que desarrolla el operario en la organización contribuyen al desarrollo del estrés, siendo también las demandas del ambiente y las exigencias con relación al cargo, factores que generan estrés en los trabajadores. Las dinámicas entre el personal operario de factor laboral generan estrés alto en la población trabajadora, ya que se logra evidenciar que presentan síntomas que afectan tanto la salud mental como la salud física de los colaboradores.

De manera similar, Cardona et al., (2022) plantearon el diseño de un protocolo para la intervención frente a los riesgos psicosociales que se asocian al estrés en los empleados de una constructora. La investigación se desarrolló desde un enfoque cualitativo descriptivo, aplicado a

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

una cuadrilla de obreros civiles, en donde se realizaron entrevistas a los trabajadores para recolectar información. Los niveles de estrés de los trabajadores están relacionados con la calidad de vida y el entorno familiar de los trabajadores. No se evidencian estrategias de promoción y prevención para el manejo de las demandas laborales y el control de los factores estresantes, dejando a la población vulnerable frente al desarrollo de enfermedades físicas o mentales que desestabilicen su bienestar laboral.

Igualmente, Álvarez (2022) establecen la importancia de los programas de prevención frente a los riesgos psicosociales en el desarrollo de proyectos de obra civil. La investigación se desarrolló desde un análisis bibliográfico frente a los factores de riesgo psicosocial y sus causas en proyectos de obras civiles. Los factores psicosociales más evidentes en este sector están relacionados con la demanda del trabajo, la demanda con relación a la carga mental que genera el trabajo, las demandas emocionales y las exigencias frente a la responsabilidad propia del cargo que se desarrolla, así mismo se identifican demandas relacionadas con el ambiente y el esfuerzo físico del trabajador y demandas relacionadas con la jornada de trabajo. El ambiente laboral y los factores extra e intralaborales determinan el nivel de estrés y afectación psicosocial en los trabajadores.

De la misma manera, Giraldo (2021) realizó un diagnóstico frente al impacto que tiene el estrés laboral en los proyectos de construcción. La investigación se desarrolla en 140 proyectos de la zona industrial de Marmoral en Bolívar, aplicando un cuestionario de acuerdo con las directrices de organizaciones internacionales. Donde más del 92% de los encuestados tiene episodios de estrés durante el desarrollo de su actividad laboral, así mismo por lo menos el 48% de los encuestados tiene niveles de estrés crónico, severo o alto, por lo que es considerado una

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

señal de alerta. La población que presenta altos niveles de estrés generalmente tiene afectaciones relacionadas con dolores de cabeza y ataques de ansiedad.

Finalmente, López et al., (2021) determina los factores de riesgo psicosocial que se puedan presentar en los trabajadores de una empresa de construcción, a fin de general medidas de intervención. La investigación se desarrolló desde un enfoque descriptivo cuantitativo, aplicado 38 trabajadores utilizando una encuesta. Los factores psicosociales que generan mayor estrés en los trabajadores están relacionados con la comunicación y las relaciones interpersonales, así mismo, se relaciona una afectación frente a nivel de escolaridad y la tarea que desarrolla el trabajador, ya que no se cuentan con la habilidad y las competencias necesarias o puntuales para desarrollar las funciones de acuerdo con el cargo. Se puede concluir, que los factores psicosociales de la población encuestada están relacionados con la sobrecarga laboral por fatiga mental.

2. Objetivos

2.1 Objetivo General

Analizar los factores psicosociales relacionados con el estrés que están presentes en los trabajadores del sector de la construcción de obras civiles en Colombia, a través una revisión de literatura durante los años 2014 al 2024.

2.2 Objetivos específicos

Identificar los principales factores psicosociales relacionados con el estrés que afectan a los trabajadores del sector de la construcción en obras civiles en Colombia.

Establecer los principales síntomas relacionados con el estrés laboral en el sector de la construcción en Colombia de acuerdo a la revisión de literatura



Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

Describir los componentes fundamentales de las guías y protocolos en la prevención y mitigación del estrés laboral en los trabajadores

3. Justificación

El desarrollo de la presente investigación permitirá reconocer las principales características o factores asociados al estrés laboral; ya que, conocer esta información va a contribuir a mejorar el bienestar de los trabajadores, permitiendo el diseño y la implementación de estrategias que desde la empresa mitigue los efectos negativos que se han identificado, mejorando la calidad de vida de los trabajadores y el contexto laboral de estos dentro de la empresa. De igual manera, la investigación favorece de manera directa al sector de la construcción de obras civiles, ya que los resultados obtenidos servirán como insumo para el desarrollo de estrategias puntuales para este sector; sin olvidar, que estas estrategias impactan de manera positiva en los procesos de la empresa, siendo la empresa más eficiente, eficaces y rentable.

Por otro lado, este estudio permitirá beneficiar a todas las empresas constructoras que tengan situaciones relacionadas con accidentes por afectación en los trabajadores debido a los factores psicosociales, ya que facilitará contar con información actual y contextualizada de los factores psicosociales en el sector de la construcción. Es decir que, este estudio se convertirá en un insumo teórico importante para el fortalecimiento de programas, y actividades dentro de las organizaciones, que refuercen las políticas en Seguridad y salud en el trabajo.

Así mismo, al ser una investigación detallada permitirá desde la literatura llenar vacíos relacionados con factores psicosociales en el sector de la construcción, de manera puntual en el sector colombiano, dado a al ser a una revisión de los últimos diez (10) años permitirá conocer

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

una realidad más precisa de las condiciones laborales actuales y los desafíos que desde los factores psicosociales afectan a los trabajadores del sector.

Finalmente, para el grupo investigador realizar esta investigación permite profundizar conocimientos frente a los factores psicosociales en un sector de alto riesgo como el de la construcción, contribuye a actualizar conocimientos al tener una visión más moderna y actualizada de las propuestas de intervención o las prácticas utilizadas por las empresas y a futuro permite fortalecer la práctica profesional al tener conocimientos que podrán ser implementados en futuras empresas.

4. Marco Teórico

De acuerdo con la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo, los riesgos psicosociales dentro del entorno laboral se relacionan con organización, el contenido y desarrollo de las tareas, estos riesgos pueden llegar a provocar alteraciones en la salud del trabajador relacionadas con afectaciones cardiovasculares, presencia de ansiedad, depresión o estrés (EU-OSHA, 2024). En ese sentido, los riesgos psicosociales se refieren a cualquier condición que dentro del entorno laboral impacte de manera negativa en la salud física y mental del trabajador.

Dentro de los riesgos psicosociales más frecuentes se destaca el estrés laboral, el cual aparece cuando se presenta un desequilibrio entre las exigencias del trabajo y la capacidad del trabajador para responder a dichas exigencias, de manera puntual en el sector de la construcción en Colombia durante el año 2024, el 24% de los trabajadores reportaron experimentar estrés de manera constante o casi constante, mientras que el 36% de la población indicó sentirlo de manera ocasional (Salanova et al., 2022)

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

Frente a esto Monsonís (2021), señala que la fatiga es otro riesgo psicosocial importante y la describe como un agotamiento mental o físico que se asocia con las jornadas laborales extensas y una falta de tiempo adecuado para la recuperación por parte del trabajador, sobre todo en la industria de la construcción donde más del 40% de los trabajadores manifiestan sentir cansancio al finalizar la jornada laboral. De igual manera, Durango et al., (2022) identifica que la violencia laboral también es un riesgo relevante, pues se entiende como cualquier agresión física o psicológica relacionada con la humillación o la intimidación que sufre el trabajador por parte de superiores o compañeros y que generan un alto nivel de estrés y ansiedad.

Con relación a la anterior, Valencia y Revelo (2022) destacan que todas estas situaciones pueden conducir al trabajador a desarrollar el síndrome de desgaste profesional o Burnout, el cual se caracteriza por el agotamiento emocional, disminución en su sentido de realización personal y despersonalización, sobre todo en el sector de la construcción en donde por lo menos el 33% de los trabajadores realizan tareas bajo presión, cumpliendo plazos estrictos y con ritmo de trabajo acelerado.

De manera específica, los riesgos psicosociales en el sector de la construcción están relacionados con las condiciones laborales exigentes, por lo que los trabajadores o las empresas tienen plazos ajustados y la presión por cumplirlos genera estrés en los trabajadores, lo que a su vez termina generando en estos una sobrecarga de trabajo. Así mismo, se relaciona por múltiples factores de la cultura o la estructura organizacional compleja que desarrollan las empresas de construcción, al presentarse subcontratistas o al no tener una comunicación adecuada entre los equipos, sin olvidar que en el sector se presenta una rotación laboral elevada por la característica propia del trabajo, la demanda laboral, el esfuerzo físico, lo que generan los trabajadores inseguridad frente al empleo y genera estrés. Diversos estudios académicos, y científicos han

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

logrado establecer que, dentro de todos los mandos del sector de la construcción, los mandos intermedios que se relacionan con operarios, auxiliares, maestros de construcción y cargos netamente operarios, son los que se afectan más por el riesgo psicosocial, debido a que son ellos los que tienen la necesidad imperiosa de cumplir con los plazos establecidos y cuentan a veces con disponibilidad limitada de recursos para el desarrollo de sus tareas (Miranda & Ramírez, 2023).

Así mismo, desde la teoría Robert Karasek (1990) los factores psicosociales que se relacionan con el estrés, se desarrolla la teoría del modelo de demanda y control junto con Tores Theorell. En este se plantea que el estrés laboral se incrementa de manera significativa cuando los trabajadores están enfrentados a altas demandas psicológicas con relación a su trabajo y al mismo tiempo no tienen el control suficiente para desarrollar las tareas laborales (Karasek, & Theorell, 1990). En el caso de los trabajadores del sector de la construcción, este modelo se aplica debido a que este sector tiene altas exigencias físicas y mentales, tiene poco nivel de autonomía frente a las tomas de decisiones, presenta una presión constante para el cumplimiento de plazos y las condiciones ambientales o de seguridad influyen de manera directa en el desarrollo de situaciones de estrés (Patlán, 2022).

Adicional a lo anterior, explica como las características que giran en torno al trabajo generan estrés laboral y afectan la salud mental y física de los trabajadores, por lo que también se disminuye el bienestar general de este. Este está compuesto por dos componentes principales, las demandas del trabajo y el control sobre el trabajo. En la relación a la primera (demandas del trabajo) Galarza y Beltrán, (2016), explican que ésta se constituye como requisitos psicológicos, emocionales o físicos que el trabajo le impone al trabajador y se relacionan con la presión por el tiempo, la carga de trabajo, la complejidad de las tareas y el ritmo de trabajo. Con relación al

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

control sobre el trabajo, el autor explica que estos hacen referencia a la capacidad del trabajador para la toma de decisiones sobre su trabajo y el usar sus habilidades en torno al desarrollo de la actividad laboral, las cuales están relacionados con procesos de autonomía en la toma de decisiones y la capacidad, habilidad o competencia que tiene el trabajador para desarrollar su trabajo.

De igual manera, en este se establece un comparativo frente al nivel de riesgo de acuerdo con la combinación que existe entre la demanda y el control, estableciendo que, si hay mayor nivel de demanda y bajo nivel de control se presenta alto nivel de estrés, en donde por ejemplo los obreros del sector de la construcción trabajan bajo presión y no tienen decisión propia para el desarrollo de la actividad laboral. Así mismo, se evidencia que en donde hay alto nivel de demanda, pero a su vez existe alto nivel de control, el nivel de estrés es activo desafiante, por lo que cargos como ingenieros tienen mayores niveles de autonomía dentro del sector de la construcción. También explica que, si se evidencia bajo nivel de demanda y bajo nivel de control el estrés es pasivo, por lo en el sector de la construcción se pueden identificar trabajadores poco exigentes o monótonos. Finalmente, establece que, si se evidencia bajo nivel de demanda y alto nivel de control, el nivel de estrés es muy bajo y se pueden evidenciar trabajadores que tienen autonomía y no tienen presión en su entorno laboral (García et al., 2015).

Adicionalmente, en el sector de la construcción de obras civiles, se experimenta de manera constante alta demanda física y mental, por lo que el trabajador está expuesto a factores del clima, riesgo de seguridad o acciones como levantar peso que pueden afectar física y mentalmente su salud. Así mismo, se evidencia que en el sector de la construcción los trabajadores suelen tener bajo control, ya que deben seguir indicaciones estrictas en las que no

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

existe posibilidad de plantear cambios o demostrar niveles de autonomía, sin olvidar el bajo apoyo social que tienen los trabajadores en el sector (Karasek et al., 1998).

5. Marco Legal

En Colombia, la prevención frente a los riesgos psicosociales se regula a través de normativas que buscan evaluar, prevenir e intervenir los factores que, desde el entorno laboral, afectan la Salud mental y física de los trabajadores, las cuales se describen a continuación.

Tabla 1
Normatividad Aplicable Factores psicosociales

Norma	Análisis
Resolución 2764 de 2022	Fortalece la protección, la salud y seguridad de los trabajadores y contratistas, desde la promoción de una cultura preventiva en el trabajo independiente
Ley 1616 del 2013	Reconoce la salud mental como parte integral frente al derecho a la salud, promueve la prevención, atención y tratamiento de los trastornos mentales en la población trabajadora.
Ley 1010 del 2006	Protege al trabajador desde su dignidad e integridad psicológica, estableciendo mecanismos que desde la Ley permiten denunciar situaciones de acoso.
Ley 1562 de 2012	Amplía y mejora la cobertura y la gestión de los riesgos laborales, incorporando los riesgos psicosociales dentro de los diferentes factores de riesgo.
Decreto 1072 de 2015	Unifica y reorganiza la normatividad relacionada con el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, para facilitar la



Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

	aplicación y el cumplimiento por parte de trabajadores y empleadores.
Resolución 0312 de 2019	Establece los requisitos obligatorios frente a la implementación del Sistema de Gestión y Seguridad y Salud en el Trabajo, de acuerdo con el tamaño y el nivel de riesgo de cada empresa, promoviendo y garantizando los ambientes laborales seguros.

Nota: Elaboración propia a partir de las normas consultada.

6. Diseño Metodológico

Enfoque de investigación:

La presente investigación tiene un enfoque cualitativo, de acuerdo con Hernandez-Sampieri (2024) permite comprender de manera más profunda los fenómenos sociales dentro de los contextos en los que estos se generan, haciendo prioridad en el significado que le asignan las personas que participan de acuerdo con su experiencia, no busca medir o generalizar, sino que pretende interpretar la realidad desde la perspectiva de sus participantes, por medio de la aplicación de técnicas como entrevistas abiertas, análisis de contenido y observación directa, ya que, al ser un proceso flexible, holístico e inductivo, permite que la investigación evolucione de acuerdo con lo planteado.

Tipo de investigación:

La investigación documental o bibliográfica, de acuerdo con Hernandez -Sampieri (2024) permite el análisis, la interpretación y la reflexión crítica de la información que ya existe conforme al tema a tratar, a través de la consulta de fuente documentales o artículos científicos,

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

así como leyes, tesis y demás bases de datos de carácter científico. De acuerdo con el autor, esta investigación no hace uso de fuentes secundarias ya que consultan fuentes existentes para obtener información de importancia y relevante para el estudio a desarrollar, además tiene como propósito el comprender, interpretar y reinterpretar un tema a partir de los aportes ya sean teóricos o empíricos que hagan los investigadores, después de sintetizar los conocimientos que ya se encuentran disponibles.

De igual forma, este tipo de investigación implica que se haga una revisión crítica y ordenada de las diferentes fuentes a través del uso de fichas, matrices o esquemas, que permitan clasificar de manera clara la información, para así constatarla y construir argumentos con base a los hallazgos evidenciados, finalmente permite fundamentar desde los marcos teóricos los vacíos que en el conocimiento existen y apoyar el proceso de investigación.

Diseño de la investigación:

De acuerdo con Hernández -Sampieri (2024) la revisión sistemática de la literatura es un proceso de investigación que permite sintetizar rigurosa y objetivamente los hallazgos que se han evidenciado en estudios previos con relación al tema específico a investigar, para de esta manera tener una visión más clara y actualizada del estado del conocimiento, desde la identificación de patrones, inconsistencias o vacíos frente a la evidencia existente.

Por lo que, dentro del presente proceso investigativo se realizará la revisión sistemática de la literatura a través de la metodología Prisma (Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses) creada en el año 2020 por un grupo de expertos en metodología y epidemiología, la cual es una herramienta que permite mejorar los procesos de calidad y transparencia en la investigación, al hacer procesos de revisión sistemática y metaanálisis. Esta

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

metodología se desarrolla a través de la verificación de 27 ítems que permiten abarcar desde la pregunta investigación hasta los procesos de los resultados y conclusiones.

La metodología Prisma 2020 se desarrolla a través de siete procesos específicos, los cuales son: planificación, búsqueda sistemática, selección de documentos o estudios, extracción de datos, evaluación de la calidad, síntesis de la evidencia y presentación de los resultados, esto hace que la revisión sistemática sea útil, reproducible y confiable y permita la toma de decisiones informadas desde el aspecto laboral académico y profesional.

6.1 Población

Como población se determinan todos aquellos estudios como: artículos científicos, tesis investigaciones, que giren entorno a los factores psicosociales relacionados con el estrés cuya población se centre en los trabajadores del sector de la construcción de obras civiles de manera específica en Colombia desarrollados durante los años 2014 al 2024.

Como criterios de inclusión se delimita que sean estudios académicos tales como trabajos de investigación, tesis de grados o artículo científicos que estén publicados en bases de datos confiables. Asimismo, que tengan la temática relacionada con factores psicosociales y aborden el estrés laboral de manera específica donde la población de estudio debe estar relacionada con trabajadores del sector de la construcción de obras civiles y su ubicación geográfica sea específicamente en Colombia, cuyo rango de creación esté en investigaciones publicadas o realizadas entre los años 2014 al 2024, que se encuentren publicadas en idioma inglés o español que cuenten con diseño metodológico y resultados.

Como criterio de exclusión, se determina que no se tendrán en cuenta ensayos editoriales o artículos de opinión, cuya temática no esté relacionada de manera directa con los factores

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

psicosociales y el estrés en población diferente a la destinada en este trabajo actual, tampoco investigaciones que se encuentre por fuera del periodo evaluado o no tengan un acceso al texto completo con información suficiente.

6.2 Instrumentos

Teniendo en cuenta que la metodología Prisma 2020 permite recolectar, organizar y sistematizar la información, frente a los factores de riesgo psicosocial y el estrés en el trabajador del sector de construcción de obras civiles; se plantea el siguiente modelo para revisar, filtrar y evaluar de manera crítica los documentos que hacen parte de la muestra.

Tabla 2
Matriz de revisión documental

Ítem	Descripción
ID	Número que identifica al documento
Fuente	Enlace que redireccione la búsqueda del documento.
Título	Descripción del título.
Año	Año en el que fue publicado el documento
Autor	Autor o autores responsables de la investigación.
Institución	Nombre de la institución en donde se realizó la publicación del documento
Tipo de documento	Si es tesis de pregrado o maestría, artículo científico o informe técnico.
Contexto de investigación	Descripción del entorno en donde se llevó a cabo la investigación.



Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

Metodología utilizada	Descripción del tipo y enfoque de investigación, además del instrumento de recolección de datos utilizado.
Descripción de la población	Características sociodemográficas de la población participe del estudio.
Aporte a la investigación actual	Descripción de la relevancia del estudio para la investigación actual.
Síntomas relevantes	Descripción de los síntomas relevantes identificados en la investigación conforme al estrés laboral.
Factores psicosociales	Descripción de los factores de riesgo psicosocial identificados en la investigación.
Guías y protocolos	Descripción de las guías y protocolos identificadas en el estudio
Referencia bibliográfica	Descripción de la referencia bibliográfica en formato Apa 7 Edición.

Fuente: Elaboración propia.

6.3. Fases de Investigación

Para desarrollar la investigación documental desde el enfoque cualitativo se plantearon las siguientes fases de investigación:

1. Identificación y selección del tema: En esta fase se hizo la formulación de la pregunta de investigación y se identificó el tema de estudio.
2. Identificación de las fuentes de datos: En esta fase se determinó cuáles eran las fuentes de datos y el tipo de documentos que harían parte de la población y muestra para dar resultado a la pregunta de investigación.



Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

3. Delimitación de los objetivos: En esta fase se planteó el objetivo general y los específicos que dan cuerpo a la investigación.
4. Descripción teórica y legal de la investigación: En esta fase se realiza la consulta de los referentes teóricos que dan sustento a la investigación, así como las leyes o las normativas legales vigentes relacionadas con el tema de investigación de manera específica en Colombia.
5. Diseño metodológico: En esta fase se determinó el tipo de investigación, el enfoque y el diseño que se desarrolló, criterios de inclusión y exclusión de los artículos.
6. Resultados y conclusiones: En esta fase se reportan los resultados de acuerdo con las investigaciones analizadas y se generan las conclusiones conforme a los objetivos planteados inicialmente.

6.4 Aspectos éticos

Para el desarrollo de la investigación documental se tuvo en cuenta los aspectos éticos que guardan relación con el respeto al derecho de autor y la normatividad legal para Colombia donde desde el ámbito legal está fundamentado de manera principal en la Ley 23 de 1982, la cual fue complementada y modificada por la Ley 44 de 1993, la Ley 1915 de 2018 y demás disposiciones relevantes, como la Ley 1834 de 2017 y la Ley 1835 de 2017, estas promueven el desarrollo de procesos audiovisuales respetando el derecho de autor. En este sentido la normatividad se refuerza con la Decisión Andina 351 de 1993 y tratados internacionales como el convenio de Berna, el tratado de la OMPI sobre derecho autor y el acuerdo sobre la ADPIC, así como el artículo 67 del Decreto Nacional 3942 del año 2010 y el Decreto 1066 de 2015, en donde se establecen las diferentes condiciones para el funcionamiento de las sociedades de gestión. De igual manera, el Código Penal el cual es la Ley 599 del año 2000, donde se sanciona

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

las conductas que vulneran el derecho a autor frente a la protección jurídica de creaciones intelectuales.

7. Resultados:

Frente a la identificación de factores psicosociales relacionados con el estrés que afectan a los trabajadores del sector de la construcción en obras civiles en Colombia, se evidencia que los siguientes autores: (Goez y Hernández, 2020); (Grisales, Sánchez y Pedraza, 2019); (Bravo, González, Hernández y Segura, 2024); (Álzate, García, Rojas, Quintero y González, 2021); (Cataño y Cataño, 2017); (Lafaurie y Vargas, 2017); (López, Gonzáles, Pérez 2021); (Ozuna, Daza y Sanguino, 2024); (Gaitán y Escobar, 2023); (Durango, Plaza y Hernandez, 2022); (Alvares, 2022); (Patlán, 2022); (Galarza y Beltrán, 2016); (Ospina y Giraldo, 2018); (Valencia y Revelo, 2022); (Azaria, 2024); (Cataño y Cataño, 2022), demuestran que los factores que generan el estrés Laboral en las personas puede ser, la carga de trabajo, exceso de carga física y mental, o la falta de control sobre el trabajo, estos son los más notorios en las personas, ya que genera estrés.

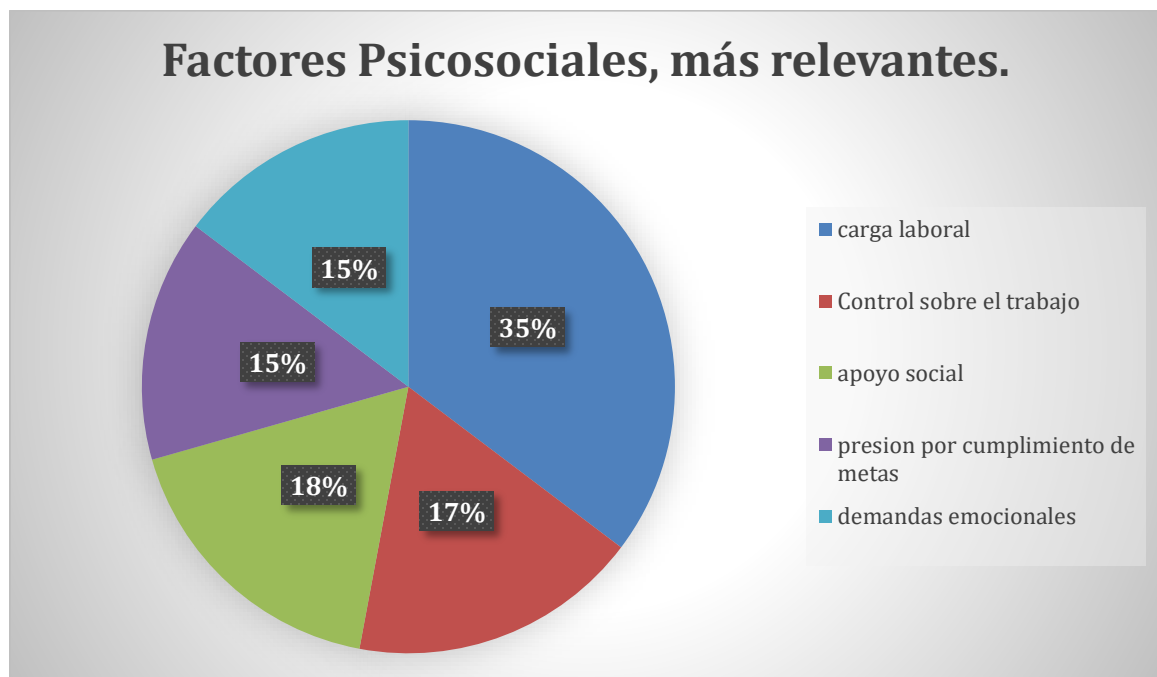
Autores como: (Giraldo y Villa, 2021); (Álzate et al., 2021); (Cardona, Carrillo y Morales, 2022); resaltaron que la alta presión por cumplimiento de metas es un factor muy desafiante para los trabajadores, por que exige un nivel de responsabilidad muy alto para lograr que todo salga bien, lo que permite que los empleados puedan percibir que se están enfrentando a batallas que quizás no puedan lograr, hasta el límite de ocasionar una frustración laboral, estrés y desanimo por no lograr los objetivos planeados. Todos estos factores conllevan a una afectación del ser humano, las demandas emocionales según (Cataño y Cataño, 2017); (Azaria, 2024); (Patlan, 2022); (Galarza y Beltrán, 2016) pueden conllevar a un agotamiento emocional,

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

los factores psicosociales asociados al estrés interfieren de manera negativa en el bienestar de los trabajadores de las empresas. En el sector de la construcción, los riesgos de mayor atención están enfocados a cuidar la salud física. Finalmente, todos estos factores psicosociales se deben evitar con ayuda de la alta gerencia de las empresas a través de la creación de programas de bienestar y de esta manera crear un ambiente sano y seguro entre compañeros; para lograr una mejor productividad y eficiencia en las organizaciones.

Tabla 1

Factores psicosociales más relevantes.



los principales síntomas relacionados con el estrés laboral en el sector de la construcción en Colombia de acuerdo a la revisión de literatura, y con base a autores como (Goez y Hernández, 2020), Grisales, Sánchez y Pedraza, 2019), (Bravo, González, Hernández y Segura,2024), (Cataño S1 y Cataño s2, 2022), (Lafaurie y Vargas 2017), Martínez ,2018), Ozuna, Daza y Sanguino,2024), (Joven y Escobar,2023), (Durango, Plaza y Hernández,2022),

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

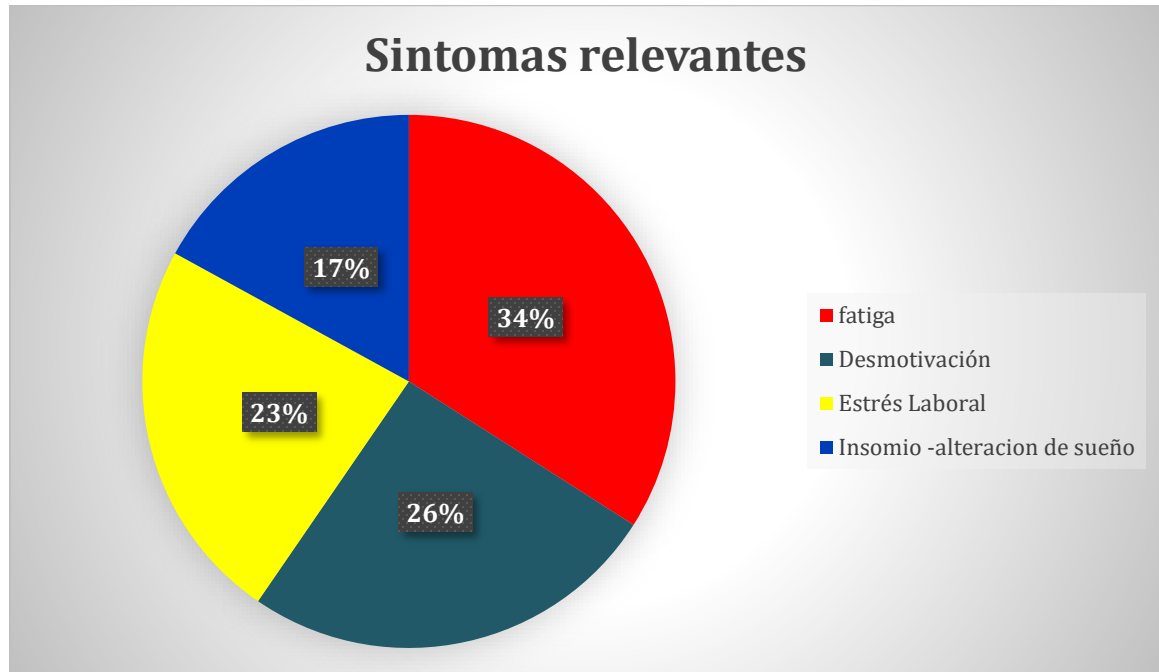
Cataño y Cataño,2022), (Alvarez,2022), (Valencia y Revelo,2022), (Miranda y Ramirez,2023), (Patlán,2022), (Galarza y Beltrán,2016), (Joven y Escobar,2023). Indican que algunos de los síntomas relevantes en el sector de la construcción de obras civiles y que están relacionados con el estrés son la desmotivación, insatisfacción laboral y de las condiciones de trabajo como la sensación de sobrecarga y el agotamiento mental; por otro lado se evidencia algunos autores como (Ospina y Giraldo, 2018), Bravo, (González, Hernández y Segura,2024), Cataño y Cataño, 2022), Martínez ,2018), (Ozuna, Daza y Sanguino,2024), (Azaria,2024), (Durango, Plaza y Hernández,2022), (Cataño y Cataño,2022), (Alvarez,2022), (Miranda y Ramirez,2023) los cuales indican que los síntomas del estrés, están relacionados con alteraciones del sueño, irritabilidad, falta de compromiso, disminución del rendimiento laboral, se puede señalar que algunos autores como lo son (Giraldo y villa, 2021), (Álzate, García, López, Quintero y González, 2021), (Cataño S1 y Cataño s2, 2022), (Lafaurie y Vargas 2017), (López, González, Pérez, 2021), (Ozuna, Daza y Sanguino,2024), (López y Otalora,2022), (Azaria,2024), (Durango, Plaza y Hernández,2022), (Cataño y Cataño,2022), (Cardona, Carrillo y Morales,2022), (Miranda y Ramirez,2023), (Patlán,2022), (Galarza y Beltrán,2016), hablaron de varios síntomas diferentes como: la distracción, conflictos interpersonales, problemas digestivos, miedo al entorno laboral, inestabilidad emocional, pérdida de motivación, cansancio emocional, aislamiento social, falta de compromiso con las tareas, desvinculación emocional, baja satisfacción laboral, problemas de salud psicosomática, apatía hacia las labores, disminución del sentido de pertenencia, somatización, despersonalización, sensación de ineficacia. Por último, se señala que los síntomas menos relevantes en cuanto a factores psicosociales relacionados con el estrés son percepción de falta de apoyo organizacional, mencionados por (Álzate, García, López, Quintero y González,

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

2021), (Giraldo y villa, 2021), (Grisales, Sánchez y Pedraza, 2019) ya que se contempla menos impactante o peligroso, en este caso no se relaciona con mucha precisión.

Figura 2

Síntomas relacionados con el estrés laboral en el sector de la construcción en Colombia.



En cuanto a “guías y protocolos en la prevención y mitigación del estrés laboral en los trabajadores del sector de la construcción de obras civiles en Colombia”, tenemos que en su gran mayoría las investigaciones consultadas no informan o no abordan el diseño de guías y protocolos enfocados en los factores de riesgo psicosocial de acuerdo con autores como: (Ospina y Giraldo, 2018); (Gonzales, Bravo, Hernández y Segura, 2024); (Álzate, García, Rojas, Quintero y González 2021); (Cataño y Cataño 2022); (Lafaurie y Vargas 2017); (López, González y Pérez 2021); (Martínez y Nieto 2018); (Ozuna, Daza y Sanguino, 2024); (López y

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

Otalora, 2022); (Azaria, 2024); (Gaitán y Escobar, 2023); (Durango, Plaza y Hernández, 2022); (castaño y Castaño, 2022); (Cardona, Carrillo y Morales, 2022), más sin embargo estos autores se enfocaron en realizar la identificación de los peligros y la evaluación de los riesgos psicosociales a través de la guía GTC-45, batería de riesgo psicosocial y la utilización de instrumentos para evaluar el clima organizacional.

Por otro lado, autores como (Durango y Hernández, 2020); (Grisales, Sánchez y Pedraza, 2019) incluyeron dentro de sus investigaciones, los protocolos de evaluación de factores de riesgo psicosocial, mientras que (Valencia y Revelo, 2022); (Miranda y Ramírez, 2023) que enfocaron en la evaluación de los riesgos psicosociales a través de cuestionarios y lineamientos como los establecidos por el instituto nacional de seguridad y salud en el trabajo de España.

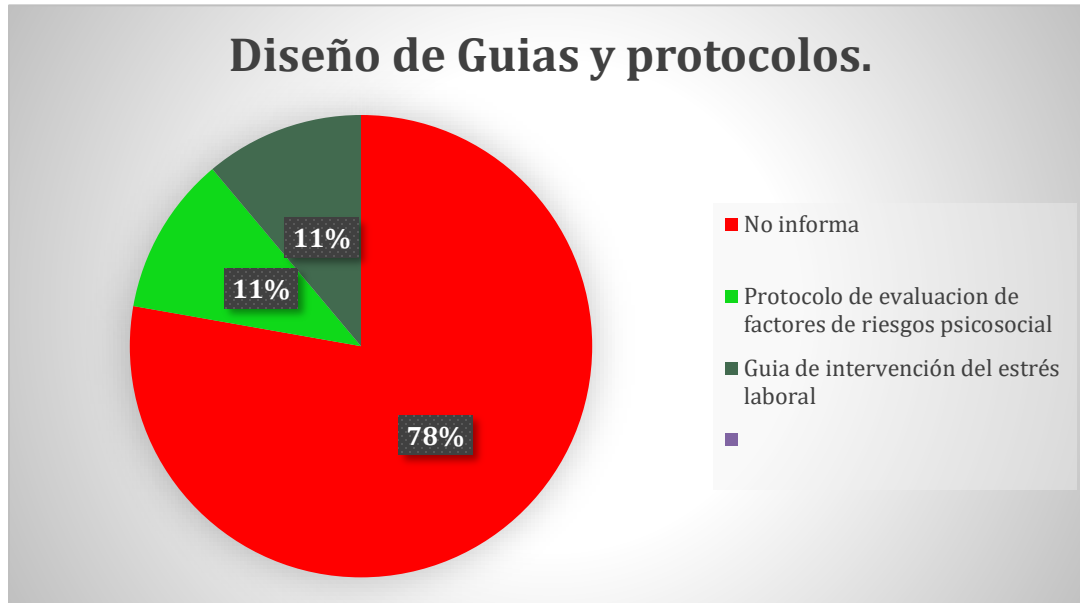
Adicional a lo anterior, es importante traer a colación autores como (Patlan, 2022); (Galarza y Beltrán, 2016) que, aunque no se enfocaron en guías y protocolos utilizaron el modelo demanda y control también llamado modelo kerasek, la cual es una teoría muy importante en la psicología y la seguridad y la salud en el trabajo, este modelo busca principalmente explicar cómo las condiciones laborales afectan la salud mental de los trabajadores con base al estrés laboral. Según lo establecido por (Miranda y Ramírez, 2023); (Giraldo y Villa, 2021) y (Alvares, 2022); estos autores enfocaron su investigación mediante la utilización de cuestionarios estandarizados, protocolos psicométricos y guías de gestión de riesgo psicosociales.

Figura 3



Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

Guías y protocolos en la prevención y mitigación del estrés laboral en los trabajadores del sector de la construcción de obras civiles en Colombia



8. Conclusión:

Con esta investigación detallamos que los factores psicosociales, afectan de una manera negativa a las personas generándoles cansancio, estrés, mal humor, agotamiento, entre otras.

Los factores de riesgo psicosociales más destacados son los siguientes: la sobrecarga laboral física y mental y la elevada exigencia por alcanzar objetivos, estos son los que más impactan a los empleados, dado que generan presión para cumplir con estas obligaciones, con un nivel de exigencia demasiado elevado.

Por lo tanto, es necesario erradicar cualquier circunstancia que cause perjuicios en la salud de los trabajadores. Es recomendable que compañías de este tipo, busquen la forma de luchar contra este problema, promoviendo acciones de cuidado, generando tácticas preventivas.

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

dando prioridad a la salud de los empleados y generando momentos de interacción placentera entre ellos.

También se relaciona el clima organizacional, ambientes de trabajo hostil, ausencia de pausas activas, exigencias emocionales y ritmo de trabajo elevado como variables que afectan la salud mental de los colaboradores y por ende también se convierten en factores negativo.

Es de suma importancia establecer estrategias de prevención centradas en los aspectos psicosociales que faciliten la mejora de las condiciones de seguridad y salud mental de los empleados de tales compañías.

Ahora bien, referente a los síntomas más relevantes o relacionados con el estrés laboral en el sector de la construcción de obras civiles en Colombia, se pueden establecer e identificar ya sean físicos, psicológicos y emocionales; entre ellos podemos mencionar el estrés, la desmotivación, insatisfacción laboral y de las condiciones de trabajo, sensación de sobrecarga, agotamiento mental, alteraciones del sueño, irritabilidad, falta de compromiso, disminución del rendimiento laboral, los cuales tienen una gran importancia y se deben tomar medidas para el uso del estrés y mitigar los riesgos o consecuencias que puedan ocasionar. De igual manera se identifican los síntomas menos relevantes los cuales son, miedo al entorno laboral, distracción y percepción de falta de apoyo organizacional.

Al realizar una revisión minuciosa en cuanto a guías y protocolos, de cada una de las investigaciones encontradas se evidencia el poco uso de estas; en la actualidad, Colombia dispone de guías y regulaciones que ayudan en la identificación y control de los riesgos psicosociales, entre las que sobresalen algunas; entre ellas está la resolución 2646 del 2008, la cual está relacionada con el riesgo psicosocial, de igual manera la norma también contempla la

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

batería de instrumentos para la evaluación de factores de riesgos psicosociales. Esta es una de las más utilizadas en las empresas al momento de identificar este tipo de riesgos.

Se recomienda que las empresas hagan uso de estas herramientas que ofrecen mejorar el bienestar laboral ya que al identificar los factores de riesgo estas pueden implementar una serie de medidas de prevención para reducir el estrés y con esto lograr mejorar el clima laboral; también se logra una importante reducción en los niveles de ausentismos ya que un ambiente saludable reduce la posibilidad de que los colaboradores se enfermen debido al estrés y mejora el rendimiento y la productividad.

Es crucial que las empresas hagan uso de estos mecánicos a través del psicólogo especialista ya que este es el profesional idóneo para aplicar la batería de riesgo psicosocial; es fundamental que las empresas no vean esto como un gasto sino más bien como una inversión positiva que traerá beneficios tanto a la empresa en relación con productividad y calidad como a los colaboradores en bienestar y salud mental.

Para finalizar es muy importante desarrollar e implementar estrategias integrales de prevención y gestión de riesgos psicosociales para mejorar la salud mental y la calidad de vida de los trabajadores en el sector de la construcción, esto amerita que se fortalezca la cultura organizacional enfocada al bienestar laboral, asegurando ambientes de trabajo seguros y respetuosos, y así mismo garantizando que se le dé el debido cumplimiento a la normatividad vigente en materia de salud y seguridad en el trabajo. La investigación realizada resalta la exigencia de efectuar un acuerdo conjunto entre empleadores, trabajadores y entidades reguladoras para minimizar el estrés laboral y promover un entorno laboral más saludable, seguro y productivo, en donde resalte el respeto y el bienestar laboral.

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

9. Referencias bibliográficas

Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el Trabajo (EU-OSHA). (2024). Salud mental en el sector de la construcción: prevención y gestión de los riesgos psicosociales en el lugar de trabajo. <https://prodd10.osha.europa.eu/es/publications/mental-health-construction-sector-preventing-and-managing-psychosocial-risks-workplaceprodd10.osha.europa.eu>

Alvares, (2022) Importancia de la prevención de las causas generadoras de factores de riesgo psicosocial en proyectos de obra civiles desarrollados por MIPYMES y grandes empresas. Repositorio Institucional. Universidad Santo Tomás, Bucaramanga División de ingenierías y

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

Arquitectura Especialización en Seguridad y Salud en el Trabajo
<https://repository.usta.edu.co/server/api/core/bitstreams/7160737f-b767-4c5d-91c8-f95e8eadc506/content>

Álvarez-Gayou Jurgenson, T., Hernández Sampieri, R., & Fernández Collado, C. (2024). Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta (7ª ed.). McGraw-Hill.

Alzate González, S. M., García Pérez, Y., Rojas López, Y., Quintero Zuluaga, D. A., & González Agudelo, J. Z. (2021). El impacto del estrés laboral en el desempeño profesional del área comercial en la cooperativa Coomeva de la ciudad de Medellín, durante el período abril – junio de 2021 [Trabajo de grado, Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD)]. Repositorio UNAD. <https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/43533/smalzateg.pdf>

Azaria, W (2024) *Programa De Gestión Para La Prevención Del Riesgo Psicosocial Pve-Cuidadosa-Mente*. Tesis de Pregrado. Universidad del Rosario. <https://urosario.edu.co/sites/default/files/2024-10/programa-de-gestion-del-riesgopsicosocial.pdf>

Cardona, Y, Carrillo, M y Morales, M (2022) Propuesta protocolo de intervención ante los riesgos psicosociales asociados al estrés en los empleados de la constructora DISEÑAR. Programa de Psicología Universidad Cooperativa de Colombia Campus Villavicencio. <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/758ac8d9-43bd-4d64-9a7e73cb047067a6/content>

Cardona Pinzon, Y, Carrillo Murcia, M y Morales Montaña, M. (2022). Propuesta protocolo de intervención ante los riesgos psicosociales asociados al estrés en los empleados de la constructora Diseñar. Universidad Cooperativa de Colombia, Facultad de Ciencias Sociales, Psicología, Villavicencio. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12494/43588>

Cataño-Saldarriaga, L y Cataño-Saldarriaga, E. (2022). Factores de riesgo psicosocial intralaborales y estrés en empleados de una compañía constructora de Colombia. Salud de los

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

Trabajadores, 30(1), 33–44. <file:///E:/DESCARGAS%20INTERNET/Dialnet-FactoresDeRiesgoPsicosocialIntralaboralesYEstresEn-8961738.pdf>

Durango Goez, S y Hernández Garcés, J. (2020). Factores de riesgo psicosocial y su relación con la satisfacción laboral de los trabajadores del sector de construcción en la Ciudad de Montería. Universidad de Córdoba. <https://repositorio.unicordoba.edu.co/handle/ucordoba/3486>

Durango-Goez, S, Plaza-Gómez, M. T y Hernández-Riaño, H. E. (2022). Satisfacción laboral y riesgos psicosociales en el sector de la construcción en Montería (Colombia). Revista Escuela de Administración de Negocios, (93). <https://journal.universidadean.edu.co/index.php/Revista/article/view/3632>

Durango-Góez, S., Plaza-Gómez, M. T., & Hernández-Riaño, H. E. (2022). Satisfacción laboral y riesgos psicosociales en el sector de la construcción en Montería (Colombia). Revista Escuela de Administración de Negocios, (93). <https://doi.org/10.21158/01208160.n93.2022.3632ean.metarevistas.org>

Gaitán, L, Joven, A y Escobar, A (2023) *Programa de promoción y prevención de estrés laboral Construal ingeniería S.A.S.* Tesis de Pregrado. Repositorio Institucional. Universidad ECCI. <https://repositorio.ecci.edu.co/handle/001/3321?show=full>

Galarza Penagos, C. P., & Beltrán Ruíz, M. (2016). Asociación entre la demanda-control y síndrome de agotamiento laboral en los trabajadores de un hospital universitario, Popayán, Cauca, 2016 [Trabajo de grado, Universidad del Rosario]. Repositorio Institucional Universidad del Rosario. <https://repository.urosario.edu.co/items/214c9e37-14a7-48e6-adf9-1f668a1b9889>

Giraldo, Yuliana & Villa, Jose Luis. (2021). Diagnóstico sobre el impacto del estrés laboral en los equipos de proyectos de construcción. Universidad Tecnológica de Bolívar. <https://repositorio.utb.edu.co/entities/publication/e39e1eca-4e38-49bc-8ce4-06ba432326fe>

Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

González Pineda, D, Bravo Salazar, D, Hernández Mejía, M y Segura Vargas, A. (2024). Factores psicosociales y estrés laboral en trabajadores del sector construcción de la ciudad de Bogotá D.C. Repositorio Institucional. Universidad San Buenaventura. <https://bibliotecadigital.usb.edu.co/entities/publication/d3430f28-40da-477c-8667-998c88186bc5>

Grisales García, P, Sánchez Beltrán, Y y Pedraza Moreno, Y. (2019). Correlación entre riesgo psicosocial y clima laboral en obras de construcción. Universidad ECCI. Disponible en: <https://repositorio.ecci.edu.co/handle/001/2846>

Juárez García, A., Vera Calzaretta, A. R., Merino Soto, C., Gómez Ortíz, V., Feldman, L., & Hernández Mendoza, E. (2015). Demanda/Control y la Salud Mental en Profesionales de la Salud: Un Estudio en Seis Países Latinoamericanos. *INFORMACIO PSICOLOGICA*, (108), 2–18. <https://doi.org/10.14635/IPSIC.2014.108.1>

Karasek, R. A., & Theorell, T. (1990). Healthy work: Stress, productivity, and the reconstruction of working life. Basic Books. <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=1955102>

Karasek, R., Brisson, C., Kawakami, N., Houtman, I., Bongers, P., & Amick, B. (1998). The Job Content Questionnaire (JCQ): An instrument for internationally comparative assessments of psychosocial job characteristics. *Journal of Occupational Health Psychology*, 3(4), 322–355. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9805280/>

Karen L, Ozuna, Andrea V, Daza & José L, Sanguino (2024) Estrés laboral causas y consecuencias en el sector de la construcción. Repositorio Institucional. Universidad Remington <https://repositorio.uniremington.edu.co/bitstreams/a99899c7-b369-4520-a311-89a37e100fd5/download>



Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

Lafaurie, E., & Vargas, W. (2017). Factores de riesgos psicosociales y su relación con la accidentalidad en los trabajadores operativos de la constructora ABC S.A.S. de Barranquilla. Universidad Libre. Recuperado de <https://hdl.handle.net/10901/10651> Revistas EAN

López Bustamante, E., González Valencia, N., & Pérez Cabarca, S. M. (2021). Factores de riesgos psicosociales en la empresa Construcciones y Servicios LAF S.A.S. Universidad Iberoamericana. Recuperado de <https://repositorio.ibero.edu.co/handle/001/2973> Repositorio Ibero

López Herazo, J y Otalora Navarro, H. (2023). Identificación de factores de riesgo psicosocial en la empresa de construcción R&R S.A.S. Universidad Cooperativa de Colombia, Facultad de Ingenierías, Ingeniería Industrial, Barrancabermeja. <https://hdl.handle.net/20.500.12494/48421>

López, E; González, N y Pérez, N (2021) Factores De Riesgos Psicosociales En La Empresa Construcciones Y Servicios Laf S.A.S. Corporación Universitaria Iberoamericana Facultad De Ciencias Empresariales Programa De Gerencia En Seguridad Y Salud En El Trabajo. <https://repositorio.ibero.edu.co/items/e9b5480a-c7f4-4953-90d5-c4d41a1eee52>

Martínez Castiblanco, K. N., & Nieto González, E. (2018). Nivel de estrés asociado a los factores de riesgo psicosocial en trabajadores del área administrativa de la empresa Magna Construcciones Ltda. Universidad Externado de Colombia. Recuperado de <https://centrodeconocimiento.ccb.org.co/buscador/Record/ir-001-667> Centro de Conocimiento

Miranda Apolinario, E., & Ramírez Quiñones, B. K. (2023). Riesgos psicosociales y estrés laboral en trabajadores de una empresa constructora de Lima, 2022. Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/123577>



Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

Monsonís Romero, J. (2021). Guía para la elaboración de un plan de prevención de riesgos psicosociales en el sector de la construcción en España. Universidad Politécnica de València. <https://riUNET.upv.es/handle/10251/164183RiUNET>

Ospina García, C y Giraldo Echeverri, M. (2018). Factores de riesgo psicosocial presentes en algunas constructoras de la ciudad de Pereira. Universidad Católica de Pereira. Disponible en: <http://hdl.handle.net/10785/4770>

Patlán J (2022). Construcción y validación de una Escala Demanda-Control-Apoyo para medir el estrés laboral. Rev Méd Hered [Internet]. 31 de marzo de 2022 ;33(1):24-3. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1018-130X2022000100024&script=sci_abstract

Poliverso, (2024) Industrias con más accidentes laborales en Colombia. <https://www.poli.edu.co/blog/poliverso/industrias-con-mas-accidentes-laborales-en-colombia>

Salanova Soria, M., Gracia, E., & Lorente Prieto, L. (2022). Riesgos psicosociales en trabajadores de la construcción. Gestión práctica de riesgos laborales: Integración y desarrollo de la gestión de la prevención, 44, 12-19. <https://producciocientifica.uv.es/documentos/5eb09e3e2999527641136f7eproducciocientifica.uv.es>

Valencia-González, E., & Revelo-Oña, R. (2022). Diagnóstico de factores de riesgos psicosociales en una empresa de construcción. 593 digital Publisher CEIT, 7(6-2), 202-220. <https://doi.org/10.33386/593dp.2022.6-2.1535ResearchGate>



Factores psicosociales: sector construcción civil en Colombia.

