

Reporte de Lectura

Tema:	Estrés laboral y salud mental en trabajadores esenciales durante la pandemia
-------	--

Ficha de la fuente de información.	
No. 10	<i>Fuente original (hipertexto o base de datos). Google académico</i>
Palabras claves. estrés laboral, salud mental, pandemia, trabajadores esenciales, riesgos psicosociales.	
Referencia APA. Spoorthy, Pratapa & Mahant (2020)	
RESUMEN (si la información es tomada de un artículo)	
Este artículo analiza el aumento del estrés laboral en trabajadores esenciales durante la pandemia de COVID-19. Los autores señalan que los empleados de sectores críticos enfrentaron cargas laborales intensificadas, turnos prolongados, miedo al contagio y escasez de recursos, lo cual elevó significativamente los niveles de ansiedad, agotamiento emocional y síntomas depresivos. El estudio destaca que el estrés laboral no solo afectó la salud individual, sino también la calidad del desempeño, la toma de decisiones y la estabilidad emocional de los trabajadores. Se concluye que la crisis sanitaria evidenció la necesidad de implementar estrategias organizacionales preventivas para el manejo del estrés en contextos de alta presión.	

Texto (literal con número de página)
“La pandemia generó un aumento significativo en el nivel de estrés entre los trabajadores esenciales debido a la exigencia constante y la exposición al riesgo.” (p. 3)
Prontuario
<i>Parafraseo del texto seleccionado.</i>
durante la pandemia los trabajadores esenciales enfrentaron condiciones laborales extremas que incrementaron su estrés y afectaron significativamente su salud mental. La combinación de largas jornadas, la presión constante, el miedo al contagio y la falta de descanso provocó altos niveles de ansiedad y agotamiento. Los autores señalan que esta situación evidenció la necesidad de que las organizaciones desarrollen estrategias de apoyo emocional y mecanismos de protección para reducir el impacto psicológico en este tipo de trabajadores.

Reporte de Lectura

Tema:	Impacto del burnout en el rendimiento de trabajadores industriales
-------	---

Ficha de la fuente de información.	
No. 11	<i>Fuente original (hipertexto o base de datos). Google académico</i>
Palabras claves. burnout, rendimiento laboral, industria, agotamiento emocional.	
Referencia APA. Tirado, Aguirre & Martínez (2020)	
RESUMEN (si la información es tomada de un artículo)	
El artículo explora cómo el burnout afecta el rendimiento laboral de empleados en la industria manufacturera. Los autores encuentran que el agotamiento emocional y la despersonalización disminuyen la productividad, aumentan los errores en las tareas y generan desmotivación. Además, se identifica que los ambientes ruidosos, las demandas físicas intensas y la presión por cumplir metas contribuyen a desarrollar burnout. El estudio concluye que los entornos industriales carecen de programas preventivos, lo que agrava la salud mental y la eficiencia laboral.	

Texto (literal con número de página)
“El agotamiento emocional influye negativamente en la capacidad operativa y la motivación del trabajador.” (p. 47)
Prontuario
<i>Parafraseo del texto seleccionado.</i>

El estudio muestra que el burnout influye directamente en la capacidad de los trabajadores industriales para desempeñarse eficientemente. Cuando los empleados experimentan agotamiento emocional, su energía disminuye y la motivación se ve afectada, lo que lleva a errores más frecuentes y a una reducción del rendimiento. Los autores destacan que las exigencias del entorno industrial, junto con la presión por cumplir metas, contribuyen al desgaste y a una disminución notable en la productividad.

Reporte de Lectura

Tema:	Factores psicosociales y percepción de estrés en empleados del sector energético
-------	---

Ficha de la fuente de información.	
No. 12	<i>Fuente original (hipertexto o base de datos). Google académico</i>
Palabras claves. estrés laboral, presión operativa, sector energético, riesgos psicosociales.	
Referencia APA. Olivares & Rentería (2020)	
RESUMEN (si la información es tomada de un artículo)	
Este estudio describe cómo las condiciones de trabajo en el sector energético altas exigencias, turnos irregulares y presión por seguridad operacional incrementan la percepción de estrés entre los trabajadores. Los autores afirman que los riesgos psicosociales se vuelven más intensos en industrias donde se requiere concentración constante y exactitud técnica, como en empresas petroleras y de servicios energéticos. Se destaca también que un clima organizacional deficiente intensifica el estrés laboral y afecta el bienestar emocional de los trabajadores.	

Texto (literal con número de página)
“El sector energético presenta características laborales que elevan la percepción de estrés entre los trabajadores.” (p. 5)
Prontuario
<i>Parafraseo del texto seleccionado.</i>

El artículo analiza cómo las condiciones laborales en el sector energético, caracterizado por demandas elevadas y alta responsabilidad operativa, generan una percepción constante de estrés entre los trabajadores. La presión por mantener la seguridad, la atención continua a los procesos y los horarios irregulares aumentan los riesgos psicosociales. Los autores concluyen que la combinación de exigencias físicas, cognitivas y emocionales hace que el estrés sea especialmente alto en esta industria.

Reporte de Lectura

Tema:	Relación entre liderazgo tóxico y estrés laboral
-------	--

Ficha de la fuente de información.	
No. 13	<i>Fuente original (hipertexto o base de datos). Google académico</i>
Palabras claves. liderazgo tóxico, clima laboral, estrés, rotación de personal.	
Referencia APA. Mehta & Maheshwari (2020)	
RESUMEN (si la información es tomada de un artículo)	
El artículo analiza cómo los estilos de liderazgo autoritarios, agresivos o manipuladores aumentan el nivel de estrés en los empleados. La falta de apoyo, la comunicación negativa y la presión excesiva generan desgaste emocional. Los autores señalan que el liderazgo tóxico no solo afecta el estado emocional de los trabajadores, sino que incrementa la rotación, el ausentismo y la intención de abandonar la organización. El clima laboral en entornos tóxicos se deteriora rápidamente, provocando desmotivación y bajo rendimiento.	

Texto (literal con número de página)
“Los comportamientos tóxicos de los líderes están directamente asociados con un aumento en el estrés y la rotación del personal.” (p. 2)
Prontuario
<i>Parafraseo del texto seleccionado.</i>

El estudio describe cómo los líderes con conductas autoritarias, agresivas o manipuladoras incrementan el nivel de estrés que experimentan los empleados. La falta de apoyo, la comunicación negativa y las exigencias poco realistas generan tensión emocional y deterioran el ambiente laboral. Según los autores, el liderazgo tóxico no solo afecta la salud psicológica del trabajador, sino que también eleva la rotación y disminuye el compromiso con la organización.