

CONCLUSIONES

En base a los resultados obtenidos en la investigación, se llegaron a las siguientes conclusiones:

En relación al primer objetivo de la investigación, denominado **examinar los síntomas de la fatiga laboral en materia de salud y seguridad laboral en Venezuela.**, se concluyó que son diversos los síntomas que sirven de indicadores claros para determinar la presencia de la fatiga laboral en un trabajador o trabajadora, y los cuales pueden ser fenómenos que pueden percibirse a simple vista, materializados a nivel corporal, físico, así como psicosomático y sensitivo.

Las sensaciones de falta de energía, palpitaciones, astenia, hipoprosexia, falta de atención, insomnio, inapetencia somnolencia, son los síntomas comunes que se presentan en la masa tabajadora, y sobre los cuales se deben tener especial atención, los cuales son indicativos de una enfermedad ocupacional, como lo es la fatiga laboral.

Esta enfermedad tiende a confundirse con el estrés laboral, debido a su relación, pero son dos términos diferentes, los cuales se diferencian claramente. La fatiga laboral representa un simple síntoma del estrés, donde éste último abarca un aspecto mas amplio, en donde no solo las reacciones orgánicas y psicológicas entran en juego, sino también el comportamiento y la adaptación del individuo con su medio, por ende, la fatiga representa la inadaptación del individuo con algunas condiciones laborales de sobrecarga, mientras que el estrés consiste en la percepción de un riesgo que

desencadena una serie de situaciones sobre el trabajador, por ende ambas caben dentro de las enfermedades de tipo ocupacional.

Esto aún más, cuando legalmente, el organismo competente en cuanto a salud laboral a nivel nacional, considera dentro de sus normas y estatutos a la fatiga laboral como una enfermedad laboral, la cual debe ser tratada como tal y aplicar los procedimientos correspondientes por parte de las organizaciones para su prevención tratamiento y control, bajo el marco de la Ley Orgánica de Prevención Condiciones y Medio Ambiente en el Trabajo (LOPCYMAT, 2005), la cual representa la norma principal en cuanto a salud y seguridad laboral en el país.

En cuanto al segundo objetivo, denominado **Identificar los factores que originan la fatiga laboral en el entorno laboral en Venezuela**, se concluye que las mismas pueden ser de tres tipos: causas por factores físicos, dentro de los cuales se presenta la iluminación y el ruido, por factores químicos y biológicos, los cuales pueden presentarse de manera individual o converger unos con otros para crear un ambiente propicio para la aparición de la fatiga laboral en la masa trabajadora.

En relación a los factores físicos, representan los más comunes, y quizás los más influyentes, por lo que ellos forman parte del ambiente físico donde se desarrollan las actividades laborales. Estos se encuentra en frecuente contacto con los trabajadores, y siendo parte del ambiente laboral, estos elementos son: la iluminación, el ruido y ambiente de trabajo. Cada uno de ellos, pueden influir a nivel del organismo afectando sensitivamente al empleado, propiciando la aparición de la fatiga.

El ruido es uno de los más perjudiciales, ocasionando lesiones directas sobre el sentido de la audición en el trabajador, así como a nivel psicológico y social, que a pesar de llegar a un punto de adaptación a causa de la reacción del estrés, la exposición prolongada, conlleva a la fatiga laboral.

De igual forma, se concluye que la iluminación es un factor clave, puesto que el ser humano recibe mas de tres cuartas partes de la información que percibe por el sentido de la vista. Y este elemento representa una fuente de fatiga, cuando las actividades laborales requieren de gran precisión y poco margen de error, y en ese contexto la sobrecarga y la presión del trabajador se acrecenta.

Asimismo, los factores de origen químicos, se encuentran presentes cuando se manipulan en los procesos productivos elementos químicos que entran en contacto directo con los empleados, y que en la mayoría de los casos consisten en materiales tóxicos que conllevan a la aparición de enfermedades o lesiones a nivel orgánico.

En cuanto a los factores biológicos, se concluye que son comunes encontrarlos en un ambiente donde se desenvuelven un grupo considerable de personas. Las enfermedades dentro de un ambiente de constante interacción, donde se realiza trabajo en equipo y se da un contacto interpersonal directa, las enfermedades, virus y bacterias son fácilmente transmisibles y contagiantes, por lo que el originar una enfermedad por esta causa es muy común y sencilla.

Con relación al tercer objetivo **Identificar los factores que originan la fatiga laboral en el entorno laboral en Venezuela**, se concluye que las

consecuencias pueden ser mayor ausentismo en trabajadores fatigados, mayor probabilidad de accidentes laborales en personas fatigadas, disminución del estado de alerta aun durante turnos diurnos, incremento del riesgo de enfermedades cardiovasculares y de otras índoles.

Por ello, la fatiga laboral, es una enfermedad que genera una serie de fenómenos a nivel orgánico, en donde los sistemas vitales se encuentran afectados, por medio de una reacción en cadena, debido a que todos trabajan como un todo organizado. Si el sistema cardiovascular se encuentra afectado, este puede influir en el funcionamiento del respiratorio, el digestivo y así sucesivamente, haciendo la aparición de una serie de síntomas y enfermedades a raíz de la fatiga.

En este contexto, se concluye que la salud laboral es el principal aspecto que se encuentra afectado por la fatiga laboral, representada como una enfermedad laboral, que a su vez, es la raíz que desencadena una serie de efectos negativos tangibles, de carácter operativo y material dentro del ciclo productivo de la empresa donde se desenvuelve un empleado que padece dicha enfermedad.

Representa entonces la fatiga laboral una disminución con respecto a la eficiencia en la realización de diferentes actividades y no solo laborales ya que como se ha expuesto, el trabajo tiene consecuencias diversas en la vida del hombre, ocasionando con ello una relación que converge entre esfuerzo y resultado, postergando la satisfacción del trabajador y extendiendo sus funciones laborales, en donde la persona, se convierte en un medio de producción que viabiliza la consecución de los diversos objetivos.

Aumenta de esa manera la degeneración del rendimiento y el incremento de la probabilidad de cometer errores. Del mismo modo, cada vez se llama más la atención sobre cómo los efectos de la exposición a situaciones de sobrecarga mental pueden comportarse de manera acumulativa sobre el individuo, dando lugar a un estado de fatiga que puede a su vez degradar el rendimiento de las tareas. Esta obra ofrece una visión estructurada de los distintos modelos explicativos de la carga mental, desde los puramente cognitivos hasta los modelos más integradores, con el fin de establecer un marco teórico comprehensivo del fenómeno.

Finalmente para el último objetivo, denominado **Analizar las motivaciones para la prevención de la fatiga laboral como enfermedad ocupacional en Venezuela**, se concluye que en el mundo laboral, los problemas de fatiga mental se deben abordar desde el estudio de todas las condiciones que se presentan en el ambiente laboral del trabajo, de los requerimientos del mismo que recaen en el trabajador y de los recursos que tiene el individuo para poder cubrir con esas demandas. La prevención de la fatiga debe empezar desde el diseño de las condiciones de trabajo y la definición de los puestos de trabajo.

En este contexto, se concluye que en el marco legal venezolano que fomenta las buenas condiciones del ambiente laboral, representada por la actual Ley Orgánica de Prevención Condiciones y Medio Ambiente de Trabajo, no logra impulsar del todo la prevención para impedir que el riesgo de la ocurrencia de una enfermedad ocupacional como la fatiga laboral se

presente, por lo que la norma establece las formas para diagnosticar, determinar las causas y certificar las consecuencias de la fatiga laboral, pero no ahonda sobre como prevenirla.

Las acciones presentes en la normativa legal para la prevención de la ocurrencia de una enfermedad ocupacional, resulta poco operativas, al ser medidas muy generales a aplicar, estas se reducen a evaluar y rectificar fallas y malas condiciones en el espacio laboral, evaluación de los factores de riesgo de accidentes y la planificación de la recreación así como tiempo de descanso. Pero ello, resulta ser muy poco específico al momento de aplicarla directamente hacia la prevención de la fatiga laboral, que si bien es cierto ayuda, se necesita un grado mas de especificidad para que la prevención sea efectiva.

Por ello, son inexactos los mecanismos de prevención de la fatiga laboral dentro del contexto legal nacional, a pesar de que la Ley Orgánica de Prevención, Condiciones y Medio Ambiente de Trabajo (2005) establece a los empleadores y empleadoras la responsabilidad de mantener buenas condiciones de trabajo para evitar la aparición de esta enfermedad psicosocial, pero no establece pasos o procedimientos exactos para garantizar la cultura preventiva o las acciones a tomar para asegurar la salud y seguridad laboral de sus empleados frente a la fatiga laboral.

En este sentido, las acciones encaminadas a la prevención de la fatiga desde el enfoque organizacional, se focalizan en el mejoramiento de las condiciones de trabajo y en la reformulación del contenido del puesto de

trabajo. El mejoramiento de las condiciones de trabajo se apoyan en el estudio de las condiciones ambientales, de los elementos que forman parte del equipamiento o herramientas propias del puesto de trabajo, del tratamiento de la información y la distribución de los tiempos de trabajo, es decir las jornadas y horarios.

RECOMENDACIONES

Luego de llegar a las conclusiones de la investigación, surgen convenientemente algunas recomendaciones relacionadas con el estudio:

Evaluar las actividades que conllevan gran riesgo en el momento de sus operaciones, por parte de los miembros del Comité de Seguridad y Salud Laboral, en especial los delegados de prevención debidamente capacitados, todo ello en pro de la mejora de la acción preventiva y de promoción de la salud y seguridad en el trabajo, haciendo la conveniente revisión de los equipos con los cuales se realiza, y hacer especial atención en el factor ergonómico.

De este estudio pueden surgir intervenciones como: la eliminación de ruidos, la adquisición del mobiliario adecuado y su correcta ubicación, la mejora de los útiles de trabajo como ayudas en el tratamiento de la información, la eliminación de jornadas de trabajo muy cargadas de sobreesfuerzo, la flexibilización de los horarios de trabajo, la posibilidad de poder realizar pausas de un tiempo prudencial, y disponer de un lugar adecuado para ello. El fin último debería ser la adaptación de las condiciones de trabajo a las características de las personas que lo desarrollan.

Las empresas de cualquier naturaleza, tanto públicas como privadas, deben hacer revisión de las condiciones físicas de sus instalaciones, en cuanto a iluminación, equipos ruidosos, presencia de elementos químicos tóxicos y elementos biológicos nocivos para la salud de los trabajadores que se desempeñan en ellas, reduciendo los factores de medio ambiente que incrementan el riesgo de rotación de turnos

Se debe realizar una evaluación médica de manera regular a los trabajadores de las empresas, tanto públicas como privadas, por parte de un médico ocupacional acreditado, para descartar cualquier tipo de síntomas relacionados con la fatiga laboral para su oportuno tratamiento y control, y de esa manera reducir el impacto sobre las operaciones de la empresa y la salud del empleado.

A nivel legal, el organismo público encargado de la prevención y promoción de las buenas condiciones del medio ambiente del trabajo, como lo es Inpsasel, debe crear estatutos donde se brinde especial atención al tratamiento, promoción, prevención y sanción en cuanto a las enfermedades producidas por factores psicosociales, como la fatiga laboral, y de esa manera garantizar la salud en el trabajo de la masa trabajadora.

Asimismo, se recomienda realizar una reforma a la Ley de Prevención, Condiciones y Medio Ambiente de Trabajo, en donde se incluyan estatutos específicos sobre la prevención de las enfermedades ocupacionales, en especial de las de tipo psicosociales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alberdi, Taboada, Castro y Vázquez (2006). Depresión. Servicio de Psiquiatría. Complejo Hospitalario Juan Canalejo. SERGAS. A Coruña, España.
- Alcover, Martínez, Rodríguez y Domínguez (2004). Introducción a la Psicología del Trabajo. Esitorial McGraw Hill. Madrid, España.
- Alfonso (1999). Metodología de la Investigación. Editorial Eudema. Madrid, España.
- Aguilar (2003). El Proyecto de Investigación. Editorial, Alfaomega. México.
- Amador, J.A.; Forns, M. (1995) Autoestima. Cómo mejorar la propia imagen. Colimbo. Barcelona.
- Anaya, Beatriz (1983). Fatiga en el trabajo. Anuario Científico. Vol. 1 (1). Barranquilla: Fundación Universidad del Norte.
- Ansberg, E. (2000). Dimensions of fatigue in different working populations. Diario Escandinavo de Psicología. Estocolmo, Suecia.
- Arias, F. (2006) Introducción a la Metodología Científica. Editorial Episteme, 5ta edición. Caracas, Venezuela.
- Arias, F. (1999) El Proyecto de Investigación. Guía para su elaboración. Tercera Edición. Caracas, Venezuela.
- Arriaga, J. M. (2000). La fatiga en el trabajo y su influencia en la productividad. Revista Salud y Trabajo, No. 26, Madrid.
- Azcúenaga, L. (2006). Manual Práctico para la Investigación de Accidentes e Incidentes Laborales. Segunda Edición. Fundación Confemetal. Madrid, España.
- Balch, P. (2004). Resetas Nutritivas que Curan. Segunda Edición. Editorial Masson. Barcelona, España.
- Barón y Ordoñez (2004). La Astenia Tumoral. Editorial Panamericana. Buenos Aires, Argentina.
- Barrios (1998) Introducción a la Investigación. Editorial Desalma. Buenos Aires, Argentina

- Balestrini, M. (2006) Como se elabora el Proyecto de Investigación. Editorial Consultores y Asociados. Caracas Venezuela.
- Betta, J. (1977). Manual de Psiquiatría. Séptima Edición. Editorial Albastros. Buenos Aires, Argentina.
- Bavaresco. A (2006) Proceso Metodológico en la Investigación (Como hacer un diseño de investigación). Maracaibo: editorial de la Universidad del Zulia.
- Boggiono y Mujica (19722). El estrés. Nuevas técnicas para su control. Editorial Temas de hoy. Quito Ecuador.
- Bunge, D (1999). Metodología y didáctica de la Investigación. México. Editorial Mc Graw Hill.
- Cabanellas, G. (2001) Diccionario Enciclopédico de Derecho Usual. Editorial Desalma. Buenos Aires, Argentina.
- Carranza y Vallejo (2004). Fatiga Laboral. Revista Ergonomía Ocupacional S.L. Número 13. Monterrey, México.
- Castillo, E. (2003) Medidas de Bioseguridad que practica el personal de Enfermería frente al riesgo de contraer Hepatitis B.92 Trabajo de grado para optar al titulo de Licenciado en Enfermería. Escuela Experimental de Enfermería Facultad de Medicina. UCV, Caracas.
- Cerón-Mireles S, Sánchez-Carrillo IC, Harlow S, Núñez-Urquiza. Condiciones de trabajo materno y bajo peso al nacer en la Ciudad de México.
- Chávez, N. (2002). Introducción a la Investigación educativa. Maracaibo: Editorial la Columna.
- Checa, M. (2010). Manual Práctico de Psiquiatría Forense. Editorial Elsevier Masson. Bcelona, España.
- Chermis, C. Staff burnout (1980). Job stress in the Human Service. Sage. Beverly Hills and London.
- Chiavenato, I. (2000). Administración. México. Editorial. Internacional. Venezuela.

- Chinchilla, R. (2005) Salud y Seguridad en el Trabajo. Ediciones Díaz de Santos. Madrid, España.
- Cortés J. (2002) Seguridad e Higiene del Trabajo, Técnicas de Prevención de Riesgos Laborales. Bogotá Colombia. Editorial Alfaomega. Tercera Edición.
- Cortés, J. (2007). Técnicas de Prevención de Riesgos Laborales. Seguridad e higiene en el trabajo. Novena Edición. Editorial Tíbar, S.L. Madrid, España.
- COVENIN, (2002) Sistema de Gestión de Seguridad e Higiene Ocupacional.
- De Castro, S. (2004). Manual de Patología General. Sexta Edición. Editorial Masson. Baeelona, España.
- De la Fuente y Martínez (2009). Comprender el insomnio. Editorial Amat. Buenos Aires, Argentina.
- Desoille, H. et al. (1986) Medicina del Trabajo. Edición en español. Barcelona: Masson.
- Díaz, M. (2008). Manual de psicología laboral. Primera edición. Editorial Delta. Publicaciones universitarias. Madrid, España
- Díaz y otros (2005). Introducción a la enfermería legal y forense. Editorial Club Universitario. Alicante, España.
- Diccionario Terminológico de las Ciencias Farmacéuticas. Editorial Ariel.
- Domínguez, Alcaráz y Martínez (2007) A Terminological Dictionary of the Pharmaceutical Sciences. Real Academia Nacional de Farmacia. Editorial Ariel.
- Edwards, J.R. 1988. The determinants and consequences of coping with stress. En L.C. Cooper y R. Payne (Eds.). Causes, coping and consequences of stress at work. John Wiley and Soons. New York.
- Enriquez-Blanco, Schneider y Rodriguez (2010). Síndrome de Intestino Irritable y otros Trastornos Relacionados. Editorial Panamericana. México.
- Fernández, R. (2008). Manual de prevención de riesgos laborales para no iniciados. Segunda edición. Editorial Club Universitario. Alicante, España.

- Fernández Abascal, E.; Jiménez, M.P. (2002). Control del Estrés. Ediciones UNED.
- Fernández Montalvo, J.; Garrido, F. Psicopatología Laboral. Servicio de Publicaciones de la Universidad Pública de Navarra. Pamplona. 1999.
- Finol y Nava (2004), Procesos y productos de la investigación documental. 2da edición. Maracaibo, Venezuela: Editorial de la Universidad del Zulia (Ediluz)
- Friedman, H (2004). Manual Diagnóstico Médico. Editorial Panamericana. Buenos Aires, Argentina.
- Galtunez, J (2001) Métodos de Investigación. Tercera Edición. Editorial illustrated. Mexico.
- García Saleh, M. (2009) Estudios Teóricos y Prácticos sobre INPSASEL y la LOPCYMAT. Editorial Hermanos Vadell. Caracas, Venezuela.
- Garden, A.M. Burnout (1989) The effect of psychological type on research finding. Journal Occupational Psychology..
- Gestal. O. (2003); Ingeniería Industrial: métodos, tiempos y movimientos.M Tercera edición. Editorial Alfaomega
- Gil-Monte, P.; Peiró, J.M. (1997). Desgaste psíquico en el trabajo: El síndrome de quemarse. Síntesis. Madrid.
- Gil, I. (2005). Tratado de Medicina del Trabajo. Editorial Masson. Barcelona, España.
- Goldman y Braunwald (2006). Cardiología en Atención Primaria. Editorial Elseier Masson. Barcelon, España.
- González de Rivera, J.L. (2002). El maltrato psicológico. Cómo defenderse del mobbing y otras formas de acoso. Espasa. Madrid.
- González y Col. (2006). Manual para el técnico en prevención de riesgos laborales. Fundación Confemctal. Madrid, España.
- Grimaldi, J; Simonds, R. (2002) La Seguridad Industrial. México. Editorial Alfaomega, Grupo Editoriales. Segunda Edición en Español.
- Haehl-Hering (2009). Medicina Popular Homeopatica. Jain Publishers PVT. Ltd. Salamanca, España.

- Harol, K. (2003). SINOPSIS DE PSIQUIATRÍA. Ciencias de la conducta. Psiquiatría clínica. Ed. Médica Panamericana 8va edición. Buenos Aires, Argentina.
- Henao, F. (2007) Introducción a la Salud Ocupacional. Ecoe Ediciones. Bogotá, Colombia.
- Hernández, F. (2007). Seguridad e Higiene Industrial. Editorial Limusa. Ciudad de México, México.
- Hernández, Fernández y Baptista (2006) Metodología de la Investigación. McGraw-Hill Interamericana. México
- Hirigoyen, M.F. (2001). El acoso moral en el trabajo. Paidós. Barcelona.
- Houssay, B. et al. (1971). Fisiología del ejercicio. Fisiología humana. La Habana: Ciencia y Técnica.
- Huibers y otros (2003). Fatigue, burnout, and chronic fatigue syndrome among employees on sick leave: do attributions make the difference? Occup Environ Med.
- Jiménez, P. (2009). Cambios hemodinámicos cerebrales en el síndrome de apneas obstructivas del sueño tras tratamiento con presión positiva continua en la vía aérea superior. Universidad de Salamanca. Salamanca, España.
- Kant y otros (2003). An epidemiological approach to study fatigue in the working population: the Maastricht Cohort Study. Occup Environ Med. 6
- Ley Orgánica de Prevención, Condiciones y Medio Ambiente de Trabajo. Imprenta Nacional. Caracas, Venezuela (2005)
- Leymann, H. Mobbing. (1996). La persécution au travail. Du Seuil. París.
- Llamas, S. (2005). ¿Existe la adicción a Internet?. Revista Profesional Española de Terapia Cognitivo-Conductual. Madrid, España.
- Mansilla (2002) Dificultades en la evaluación del riesgo psicosocial en el trabajo. Editorial Alfaomega.
- Maslach, C.; Jackson, S.E. (1986). Maslach Burnout Inventory. Consulting Psychologist Press. Palo Alto. California.
- Masud A. y Fernandez J. (2003) Effects of nurse schedules on fatigue and quality. International Industrial Engineering Conference Proceedings. San Francisco, CA, USA, Pub. by IIE Norcross GA, USA. May 20-23,

- Menefee, L y Somberg, D. (2006). Los 10 obstáculos que impiden perder peso y hacer ejercicio. Amat Editorial. Barcelona, España. Segunda Edición.
- Menendez C y Moreno, F. (2006). Ergonomía para Docentes. Análisis del ambiente de trabajo y prevención de riesgos. Primera Edición. Barcelona, España.
- Mercader, J. (2007). Mutuas de accidents de trabajo y enfermedades. Primera Edición. Wolters Kluwer España, S.A. Madrid, España.
- Minsal (2006). Tratamiento de personas con depresión. Ministerio de Salud. Santiago, Chile
- Mogollon, J (1989). Semiología médica básica. Universidad del Zulia. Facultad de Medicina. Maracaibo, Venezuela.
- Mruk, CH. (1995) .Self-esteem: research, theory and practice. Springer Publishing Company. New York.
- Natelson, B. (2001) Chronic Fatigue Syndrome. Editorial JAMA
- Nava, H. (2004) La investigación Jurídica. Editorial Ediluz. Maracaibo, Venezuela.
- Niebel, B. (2005) Ingeniería Industrial: métodos, tiempos y movimientos. Editorial Alfaomega, Tercera edición.
- Normas de la Comisión Venezolana de Normas Industriales (COVENIN) 1995.
- Ortega. P. (2000). La salud y la doble jornada: taquilleras del metro. Salud Problema
- Organización Internacional del Trabajo (OIT) (2002), informe emitido el 28 de abril Día de la Seguridad y Salud Ocupacional
- OIT (2002). La Evolución del empleo, el tiempo de trabajo y la formación en la industria minera. Organización Internacional del Trabajo. Ginebra, Suiza.
- Piñuel y Zabala, I. Mobbing: (2001). Cómo sobrevivir al acoso psicológico en el trabajo. Sal Terrae. Santander.
- Pérez, J. (2006). Arritmias en el Atleta. Facultad de Medicina del ABC - Santo André . Sao Paulo, Brasil

- Peiró, J.M. (1992) Desencadenantes del estrés laboral. Editorial, Eudema. Madrid, España.
- Ramírez (2000). Proceso Metodológico de la Investigación. Editorial, Biosfera. D.F. México.
- Ramírez, C. (2011). Seguridad Industrial: Un Enfoque Integral. Tercera Edición. Editorial Limusa. México D.F.
- Ramírez, C. (2005). Seguridad Industrial. Un enfoque integral. Segunda Edición Editorial Limusa. Mexico.
- Ramírez, C. (2007) Manual de Seguridad Industrial. México. Editorial Limusa.
- Reglamento de la Ley Orgánica de Prevención Condición y Medio Ambiente del Trabajo 1986.
- República Bolivariana de Venezuela (1999), Ley Orgánica del Trabajo. Imprenta Nacional. Caracas, Venezuela.
- Rincón, G. (1999). Manual de Norma y Procedimientos de Protección Integral.
- Rosales y otros (2007). Somnolencia y calidad del sueño en estudiantes de medicina de una Universidad peruana. Anuales de la Facultad de Medicina vol. 68. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú.
- Rueda, P. (2002). El Pediatra Eficiente. Sexta edición. Editorial Médica Panamericana. Bogotá, Colombia.
- Ruiz, (2005). Control del estrés laboral. Editorial, Eudema S.A. Madrid, España
- Sabino, C. (2002). Como hacer una tesis y todo tipo de escritos. Tercera edición. Caracas, Venezuela. Editorial Panapo.
- SALVAT (1984). Diccionario Terminológico de Ciencias Médicas. Segunda Edición. Editorial Salvat. Barcelona, España.
- Sánchez y otros (2007). Seguridad en el Trabajo. Segunda Edición. FC Editorial. Madrid, España.
- Sarrais y Castro (2007). El insomnio. Revista Anales. Vol. 30. Universidad de Pamplona. España.

Sauter, S.L; Murphy, L. R; Hurrell, J. J. (1990). Prevention of workrelated psychological disorder: A national strategy proposed by the National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH). American Psychologist.

Serrano, M (2007). Factores Psicosociales y Estrés en el Trabajo Hospitalario de Enfermería en Guadalajara. Revista Colombiana de Salud Ocupacional. Bogotá, Colombia.

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales y Medicina del Trabajo (2008). Fatiga Laboral: Conceptos y Prevención. Delegación del Rector para Salud, Bienestar Social y Medioambiente. Universidad Complutense. Madrid, España.

Schuster, A. Mobbing, bullying and peer. American Psychological Association. www.apa.org/psa/julaug96/sb.html.

Sierra, R. (1999). Técnicas de Investigación en las Ciencias Sociales. Editorial Panapo. Caracas.

Tamayo y Tamayo (2003) El Proceso de la Investigación Científica. México. Editorial Limusa.

Tenisoni, A. (2000). Como vencer el insomnio. Editorial Gidesa. Primera Edición. Buenos Aires, Argentina.

Tamorri, S. (2006). Neurociencias y Deportes. Psicología deportiva y Procesos mentales del atleta. Editorial Paidotribo. Santiago, Chile.

Villasmil Briceño, F. (1986). Nuevos Temas Laborales. Venezuela: Librería Roberto Borrero.

Watkins, D.; Dhawan, N. (1989). Do we need to distinguish the constructs of self-concept and self-esteem? Journal of Social Behavior and Personality.

Tesis:

Petit (2010). **Mecanismos de Prevención de Riesgos Psicosocial con ocasión al trabajo**, presentado como Trabajo de Grado en la Maestría de Derecho del Trabajo de la Universidad Dr. Rafael Beloso Chacín.

González (2009). **Enfermedades ocupacionales y ausentismo laboral en el personal de enfermería de los Hospitales Públicos Tipo IV**. Trabajo de Grado (MSc. en Gerencia de Recursos Humanos)-- Universidad Dr. Rafael Beloso Chacín, Decanato de Investigación y Postgrado, Maestría en Gerencia de Recursos Humanos.

González (2008). **Prevalencia del estrés en la satisfacción en el trabajo de los profesores universitarios**". Tesis de Doctorado en Ciencias de la Educación, en la Universidad Dr. Rafael Beloso Chacín.

Pastor (2007). **El Deber de Prevención de los Trabajadores establecido en la Legislación Laboral Venezolana Respecto a la Ocurrencia de Accidentes Ocupacionales**. Trabajo de Grado (MSc. en Derecho del Trabajo)--Universidad Dr. Rafael Beloso Chacín, Decanato de investigación y Postgrado, Maestría en Derecho del Trabajo.

Quevedo, Lubo y Montiel (2005), titulado **Fatiga laboral y condiciones ambientales en una planta de envasado de una industria cervecera**.

González, Moreno y Garrosa y López (2005), titulado **Carga mental y fatiga en servicios especiales de enfermería**. Artículo realizado en la Universidad Rey Juan Carlos y Universidad Autónoma de Madrid, publicado en la Revista Latinoamericana de Psicología, Fundación Universitaria Konrad Lorenz.