

# Estudio del estrés laboral en las PYMES (pequeña y mediana empresa ) en la provincia de Zaragoza

**Victor Vidal Lacosta<sup>(1)</sup>**

<sup>1</sup>*Inspector Médico del INSS. Inspección Medica EVI Zaragoza. Zaragoza. Aragón. España.*

## Correspondencia:

**Victor Vidal Lacosta**

Correo electrónico: [vvlvidal@hotmail.com](mailto:vvlvidal@hotmail.com)

La cita de este artículo es: V. Vidal. Estudio del estrés laboral en las PYMES (pequeña y mediana empresa) en la provincia de Zaragoza. Rev. Asoc Esp Espec Med Trab 2019; 28:254-266

## RESUMEN.

Se realiza un estudio en las empresas PYMES en Zaragoza (provincia), analizando el nivel de estrés de cada sector, analizando los factores estresores para tomar posteriormente actuaciones preventivas adecuadas y ser un trabajo útil para el futuro. Para esta investigación se ha obtenido una muestra representativa de 164 trabajadores de PYMES, distribuidas en diferentes sectores de actividad (Energía y agua (1), Agricultura (2), Construcción (23), Industria (7) y Servicios (131)), a los que se les ha pasado el Cuestionario de estrés laboral (ILO-WHO) y 2-Cuestionario de salud de Golbert (GHQ-12). El análisis estadístico se ha dividido en dos partes fundamentalmente, análisis descriptivo e inferencial, para analizar el nivel de estrés, profundizando que tipo de estrés existe cada sector y en global. Dada la repercusión que el estrés tiene en la relación con alta tasa de

## STUDY OF LABOR STRESS IN SMES (SMALL AND MEDIUM ENTERPRISES) IN THE PROVINCE OF ZARAGOZA

### SUMMARY

A study is carried out in the PYMES companies in Zaragoza (province), analyzing the stress level of each sector, analyzing the stressors to subsequently take appropriate preventive actions and be a useful job for the future. For this research we have obtained a representative sample of 164 PYMES workers, distributed in different sectors of activity (Energy and water (1), Agriculture (2), Construction (23), Industry (7) and Services (131)), who have passed the Work Stress Questionnaire (ILO-WHO) and 2-Golbert Health Questionnaire (GHQ-12). The statistical analysis has been divided in two parts fundamentally, descriptive and inferential analysis, to analyze the level of stress, deepening what type of stress exists in each sector and

absentismo y siniestralidad puede ser útil para determinar las áreas más afectadas y planificar medidas preventivas.

**Palabras clave:** estrés laboral, burnout ,empresa..

globally. Given the repercussion that stress has on the relationship with high rate of absenteeism and accidents, it can be useful to determine the most affected areas and plan preventive measures

**Keywords:** stress labor, burnout, company

---

Fecha de recepción: 14 de marzo de 2019

Fecha de aceptación: 18 de diciembre de 2019

---