

Bienestar psicológico y calidad de vida en operadores de una central termoeléctrica

Psychological well-being and quality of life in operators of a thermoelectric power plant

Ariel Monzón Velasco^{1,2*}  <https://orcid.org/0000-0001-5827-2680>Alexis Lorenzo Ruiz³  <https://orcid.org/0000-0003-4450-887X>Yudanis González González⁴  <https://orcid.org/0000-0003-1214-7483>Regla Caridad Catalá Rivero^{2,5}  <https://orcid.org/0000-0002-3855-2527>¹Central Termoeléctrica Antonio Gúiteras. Matanzas, Cuba.²Universidad de Matanzas. Cuba.³Universidad de la Habana, Facultad de Psicología. La Habana, Cuba.⁴Clínica Estomatológica “César Escalante Dellunde.” Matanzas, Cuba.⁵Aeropuerto Internacional “Juan Gualberto Gómez.” Matanzas, Cuba.*Autor para la correspondencia: ariel@cteag.une.cu / monzonvelascoariel@gmail.com**RESUMEN**

Introducción: La salud ocupacional constituye un eje estratégico para la protección del trabajador y la sostenibilidad de los procesos productivos. En este marco, el bienestar psicológico y la calidad de vida relacionada con la salud se configuran como indicadores esenciales para la gestión de riesgos ergonómicos y psicosociales. Su estudio en colectivos sometidos a alta exigencia laboral, como los operadores de centrales termoeléctricas, ofrece herramientas científicas para la toma de decisiones y la optimización del potencial humano, al identificar vulnerabilidades en la carga física, cognitiva y en la cohesión grupal que impactan directamente en el desempeño.

Objetivo: Describir el bienestar psicológico, la calidad de vida relacionada con la salud, la ansiedad y la afectividad en operadores de la Unidad Empresarial de Base “Antonio Gúiteras”.

Métodos: Investigación descriptiva, de corte transversal en 59 trabajadores. Se aplicaron los cuestionarios SF-36, Ryff, IDARE, Escala de Afectos.

Resultados: La calidad de vida relacionada con la salud global fue elevada (86,46 / 100), con fortalezas en función física, rol emocional y salud mental, y vulnerabilidades en dolor corporal, salud general y vitalidad. El bienestar psicológico mostró altos niveles de propósito vital, crecimiento personal y autoaceptación, pero baja



puntuación en relaciones positivas y autonomía. La ansiedad estuvo en rangos bajos y moderados, mientras que la afectividad positiva predominó sobre la negativa.

Conclusiones: El colectivo presenta resiliencia y compromiso laboral, pero requiere intervenciones integrales en ergonomía física y cognitiva, así como en gestión de riesgos psicosociales. Se recomienda seguimiento longitudinal y programas de promoción de salud ocupacional.

Palabras clave: bienestar psicológico; calidad de vida relacionada con la salud; ergonomía; salud ocupacional

ABSTRACT

Introduction: Psychological well-being and health-related quality of life (HRQoL) are key indicators of occupational health. In high-demand work environments such as thermoelectric plants, these dimensions help identify both ergonomic risks (musculoskeletal pain, reduced vitality) and psychosocial risks (low autonomy, weak group cohesion).

Objective: To describe psychological well-being, HRQoL, anxiety, and affectivity in operators at the Antonio Guiteras UEB (Basic Business Unit).

Methods: A cross-sectional descriptive study was conducted with 59 workers. The SF-36, Ryff, IDARE, Affect Scale, and SDMT questionnaires were administered.

Results: Overall HRQoL was high (86.46/100), with strengths in physical functioning, emotional role, and mental health, and vulnerabilities in bodily pain, general health, and vitality. Psychological well-being showed high levels of life purpose, personal growth, and self-acceptance, but low scores in positive relationships and autonomy. Anxiety remained in low to moderate ranges, while positive affect predominated over negative affect.

Conclusions: Operators demonstrated resilience and strong work commitment, but interventions are needed to address ergonomic risks (physical and cognitive workload) and psychosocial risks (group cohesion, autonomy, organizational structure). Longitudinal monitoring and occupational health promotion programs are recommended to strengthen resilience and reduce vulnerabilities.

Keywords: psychological well-being; health-related quality of life; ergonomic risks; occupational health

Recibido: 15 de diciembre de 2025

Aceptado: 16 de febrero de 2026

Publicado: 22 de febrero de 2026

Editor a cargo: MSc. Jesús Salvador Hernández Romero



Introducción

La salud ocupacional se reconoce como un pilar fundamental en la protección del trabajador y en la sostenibilidad de los procesos productivos.⁽¹⁾ En el sector eléctrico, marcado por exigencias físicas y cognitivas de elevada intensidad, emergen riesgos laborales que se manifiestan en dimensiones ergonómicas (posturas, cargas físicas, fatiga) y psicosociales (ansiedad, autonomía limitada, fragilidad en vínculos interpersonales).⁽²⁾ La evaluación integral de estos factores resulta imprescindible para garantizar la seguridad operacional y la continuidad del servicio en un contexto de alta demanda.⁽³⁾

La Unión Eléctrica (UNE), como institución estratégica para el desarrollo económico y social de Cuba, concentra una fuerza laboral donde la precisión, la concentración y la toma de decisiones seguras resultan indispensables. En este escenario, la evaluación de procesos cognitivos, ansiedad, calidad de vida relacionada con la salud (CVRS) y bienestar psicológico se convierte en una prioridad científica y social.⁽³⁾

El análisis de los procesos cognitivos resulta fundamental en este grupo laboral, ya que funciones como la velocidad de procesamiento, la atención sostenida y la memoria de trabajo constituyen pilares para el desempeño seguro y eficiente en tareas de alta exigencia. Alteraciones en estas funciones pueden comprometer la productividad y aumentar el riesgo de accidentes, lo que justifica su estudio en el ámbito ocupacional.

La ansiedad, en sus dimensiones estado y rasgo se vincula con la percepción de amenaza y la capacidad de respuesta en situaciones estresantes. En trabajadores sometidos a altos niveles de responsabilidad la presencia de ansiedad se traduce en disminución del rendimiento, incremento de errores y mayor vulnerabilidad a incidentes. Su análisis permite identificar perfiles de riesgo y establecer medidas preventivas que favorezcan la seguridad y la eficiencia en el trabajo.⁽⁴⁾

En tanto, la CVRS constituye un indicador global que integra dimensiones físicas, emocionales y sociales vinculadas al estado de salud. Su estudio en trabajadores de la UNE permite valorar el efecto de las condiciones laborales sobre el bienestar general y orientar políticas de intervención que favorezcan la satisfacción y el rendimiento.^(5,6)

El bienestar psicológico entendido como un constructo integral que articula la salud mental con la capacidad de adaptación, la resiliencia y el desarrollo humano resulta igualmente esencial en este grupo laboral.⁽⁷⁾ Su estudio ofrece además, una visión amplia del equilibrio psicológico de los trabajadores y ayuda a comprender la interacción entre las demandas laborales y la salud mental.⁽⁸⁾

La integración de estos cuatro constructos (procesos cognitivos, ansiedad, CVRS y bienestar psicológico) en la evaluación de los trabajadores que ocupan puestos con requerimientos especiales en la UNE responde a varias necesidades. Desde el punto de vista académico, amplía el conocimiento sobre las demandas laborales y la salud mental en contextos de alta exigencia. A su vez, ofrece herramientas para identificar factores protectores y de riesgo, lo que contribuye al diseño de programas de prevención y promoción ajustado al contexto nacional.



En correspondencia con esta necesidad el objetivo general del presente estudio fue evaluar los procesos cognitivos, la ansiedad, la CVRS con la salud y el bienestar psicológico en trabajadores de la Unión Eléctrica que ocupan puestos con requerimientos especiales.

Métodos

Se desarrolló una investigación descriptiva, de corte transversal, entre octubre y diciembre de 2025. El estudio se enmarca en la línea de investigación sobre ergonomía y riesgos psicosociales, con el propósito de integrar dimensiones físicas, cognitivas y emocionales en la evaluación de la salud ocupacional. La población estuvo compuesta por 70 personas que representan el total de trabajadores de la Unidad Empresarial de Base (UEB) de producción “Antonio Guiteras.” Se aplicó un muestreo no probabilístico intencional a los trabajadores que debieron cumplimentar en el período la evaluación correspondiente por su puesto de trabajo, según el procedimiento para la realización de las evaluaciones psicológicas en la UNE.⁽³⁾

Criterios de inclusión: a) presentar disposición de participar en el estudio y b) estar en el cronograma de evaluaciones psicológicas del período.

Criterios de exclusión: a) presencia de déficit sensorial sin tratamiento (pérdida de visión o audición); c) uso de medicamentos que puedan afectar el rendimiento cognitivo o la velocidad de reacción.

Se utilizaron herramientas validadas internacionalmente y adaptadas al contexto cubano en específico: el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) que mide la ansiedad como estado transitorio y como rasgo disposicional.⁽⁹⁾ La Escala de Afectos del cuestionario de bienestar psicológico de García-Viniegra;⁽¹⁰⁾ que evalúa la frecuencia e intensidad de emociones positivas y negativas, tanto habituales como recientes. El Cuestionario *SF-36*: mide la CVRS en ocho dimensiones (función física, rol físico, dolor corporal, salud general, vitalidad, función social, rol emocional y salud mental).⁽⁶⁾ La Escala de Bienestar Psicológico de Ryff validada en Cuba,⁽¹¹⁾ que explora seis dimensiones del bienestar eudaimónico (autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal). Así como el test de Símbolos y Dígitos (*SDMT*, por sus siglas en inglés) que evalúa la velocidad de procesamiento y la atención sostenida, el cual fue utilizado como indicador complementario de rendimiento cognitivo.⁽¹²⁾

Durante el período de estudio, el país enfrentaba una elevada incidencia de arbovirosis, principalmente dengue y chikungunya, con repercusiones en la calidad de vida y posibles secuelas que podían influir en las variables analizadas.⁽¹³⁾ Para considerar este factor, en la ficha sociodemográfica se incluyó una pregunta sobre la presencia de estas enfermedades en los tres meses previos, con el objetivo de evaluar su impacto en los resultados.



La aplicación de los instrumentos se realizó en sesiones grupales organizadas por guardias, en condiciones controladas y con la supervisión del especialista en psicología de la Central Termoeléctrica (CTE). Para el análisis de los datos se empleó la estadística descriptiva: y se integraron los resultados en análisis cualitativos, relacionando las dimensiones psicológicas, afectivas y de calidad de vida.

Para el procesamiento de los datos se empleó el paquete de *SPSS* en su versión 25, los programas del paquete de *Microsoft Office (Word, Excel)*, versiones 22, el *Endnote 9* para el procesamiento de la bibliografía, así como el asistente de inteligencia artificial *Copilot* como complemento en los procesos de interpretación y análisis de datos.

El estudio se rigió por los principios para la investigación en seres humanos.⁽¹⁴⁾ Para esto se solicitaron los consentimientos informados a los participantes, se garantizó la confidencialidad en el manejo de los datos obtenidos en cada caso, la dignidad de los evaluados y la transparencia en todas las fases del trabajo.

Resultados

La muestra estuvo constituida por 59 operadores, con edades entre 19 y 67 años (media: 38,8 años). Del total, 58 fueron hombres y 1 mujer. En cuanto al nivel educativo, el 3,4 % tenía nivel medio, el 71,2 % nivel medio superior y el 25,4 % nivel superior. El 78 % de los participantes reportó antecedentes de arbovirosis, lo que constituye un factor epidemiológico relevante.

La tabla 1 muestra la distribución de los participantes según ocupación. El mayor porcentaje correspondió a los Especialistas B en explotación de centrales eléctricas (23,73 %), mientras que los jefes de turno y bloque tuvieron la menor representación (6,78 % cada uno).

Tabla 1. Caracterización de la muestra según la ocupación de los participantes

Puestos con requerimientos especiales evaluados	Cantidad de evaluados	Porcentaje del total (%)
Jefe de turno	4	6,78
Jefes de bloque	4	6,78
Especialista A en explotación de centrales eléctricas	7	11,87
Especialista B en explotación de centrales eléctricas	14	23,73
Operador analista químico A de centrales eléctricas	11	18,64
Operador A de centrales eléctricas	8	13,56
Operador B de centrales eléctricas	6	10,17
Operador auxiliar de la electricidad	5	8,47

Total	59	100,00
-------	----	--------

Fuente: Base de datos de la investigación.

Dado que los instrumentos aplicados habían sido previamente validados en población cubana, se optó por evaluar la consistencia interna como garantía de confiabilidad en la muestra. Los cuestionarios mostraron valores adecuados (α de Cronbach $> 0,70$ en todos los casos: IDARE $\alpha = 0,767$; SF-36 $\alpha = 0,895$; Ryff $\alpha = 0,769$).

Adicionalmente, se realizó un análisis factorial exploratorio mediante componentes principales con rotación *Varimax*. La prueba de *Bartlett* fue significativa ($\chi^2 = 1064,646$; gl = 171; $p < 0,001$), confirmando la adecuación de las correlaciones, y se retuvieron cinco factores con autovalores superiores a uno que explicaron el 70,3 % de la varianza total.

La estructura obtenida fue coherente con las teorías en que se basan los instrumentos: un primer componente afectivo (bienestar y salud mental frente a ansiedad), un segundo físico-funcional (dimensiones del SF-36), un tercero eudaimónico (propósito vital, dominio del entorno, crecimiento personal), un cuarto cognitivo (SDMT en relación inversa con rol emocional) y un quinto independiente (autonomía). Estos hallazgos aportan evidencia de validez de constructo y respaldan la pertinencia de los instrumentos en el contexto ocupacional estudiado.

La tabla 2 resume los estadísticos globales vinculados al rendimiento cognitivo y la ansiedad por guardias, destacando diferencias relevantes entre grupos laborales. El rendimiento cognitivo, medido mediante el SDMT, alcanza una media general de 48,22 puntos, con un rango amplio entre 22 y 73. El análisis de varianza (ANOVA) muestra diferencias significativas entre las guardias ($F = 4,426$; $p = ,007$), donde la Guardia 3 presenta el desempeño más bajo. La prueba de *Levene* ($p = ,724$) confirma la homogeneidad de varianzas, lo que valida la comparación entre grupos. Estos resultados indican que las condiciones del turno influyen directamente en el rendimiento atencional de los trabajadores.

Respecto a la ansiedad, tanto el estado como el rasgo exhiben medias moderadas (31,51 y 30,80 respectivamente), con rangos que oscilan entre 21 y 51 puntos. Aunque el ANOVA no revela diferencias significativas (estado: $p = ,080$; rasgo: $p = ,114$), se observa un patrón consistente: la Guardia 2 mantiene los niveles más bajos, mientras que la Guardia 3 concentra los más altos. La homogeneidad de varianzas también se confirma para estas variables (*Levene* $p > ,85$), lo que permite interpretar las tendencias con mayor confianza. En conjunto, los datos reflejan que el rendimiento cognitivo se ve más afectado por el turno laboral que los niveles de ansiedad, aunque ambos indicadores muestran variabilidad interna que amerita intervenciones diferenciadas.



Tabla 2. Estadísticos globales de rendimiento cognitivo y ansiedad por guardias

Variable	Media total	IC 95 % (LI-LS)	Mín-Máx	Levene (p)	ANOVA F (p)	Interpretación
SDMT (cognitivo)	48,22	45,66–50,78	22–73	0,724	4,426 (,007)	Diferencia significativa: Guardia 3 con menor rendimiento cognitivo
Ansiedad estado	31,51	29,97–33,05	21–47	0,862	2,380 (,080)	No significativa, tendencia: Guardia 2 más baja, Guardia 3 más alta
Ansiedad rasgo	30,80	29,19–32,40	22–51	0,865	2,078 (,114)	No significativa, patrón consistente de mayor ansiedad en Guardia 3 y 4

Fuente: Base de datos de la investigación.

La tabla 3 muestra el comportamiento de las variables relacionadas con la percepción de la CVRS. De forma general los evaluados obtuvieron una puntuación global elevada (86,46 / 100), lo cual refleja una percepción positiva de la calidad de vida. Sin embargo, el análisis por dimensiones revela un perfil más complejo.

Al analizar las dimensiones específicas, se observa que los puntajes más altos corresponden a rol emocional (98,03) y función física (93,31). En contraste, las puntuaciones más bajas se encuentran en salud general (73,64) y dolor corporal (75,42), lo que sugiere que, aunque los individuos se perciben funcionalmente capaces, reconocen la presencia de molestias físicas y una valoración menos positiva de su estado general.

La vitalidad también muestra un promedio moderado (75,98), lo que podría relacionarse con el desgaste propio de la actividad laboral y las secuelas de las arbovirosis. Los indicadores de salud mental (88,56) y función social (91,44) son elevados, lo que sugiere buena integración social y estabilidad emocional en la mayoría de los participantes. La dispersión en estas variables indica que no todos los trabajadores experimentan el mismo nivel de bienestar físico, lo que sugiere la necesidad de estrategias diferenciadas según guardias y puestos de trabajo.

Tabla 3. Estadísticos descriptivos relacionados con la percepción de la CVRS

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar	Asimetría	Curtosis
SF-36 Puntuación Global	59	62	100	86,46	8,88	-0,766	0,198
Función Física	59	55	100	93,31	9,59	-1,972	4,428
Rol Físico	59	50	100	89,07	15,24	-1,142	-0,056
Dolor Corporal	59	13	100	75,42	25,80	-0,941	-0,087
Salud General	59	35	100	73,64	14,14	-0,477	0,502
Vitalidad	59	44	100	75,98	19,03	-0,012	-1,523



Función Social	59	38	100	91,44	15.49	-1,893	2,716
Rol Emocional	59	67	100	98,03	6.77	-3,836	14,718
Salud Mental	59	55	100	88,56	10.83	-1,205	1,476
Salud Física	59	51	100	82,83	12.05	-0,799	-0,072
Salud Mental Global	59	58	100	88,49	9.44	-0,999	1,041
N válido (por lista)	59						

Fuente: Base de datos de la investigación.

Los resultados de la tabla 4 muestran un perfil de bienestar psicológico con fortalezas claras en autoaceptación ($M = 80,14$) y propósito en la vida ($M = 84,76$), dimensiones que reflejan una valoración positiva de sí mismos y claridad en las metas personales. Estos indicadores sugieren que los trabajadores poseen recursos internos sólidos para enfrentar las demandas laborales, actuando como factores protectores frente al estrés. Asimismo, los componentes afectivos —habitual ($M = 78,47$), positivos recientes ($M = 77,12$) y bienestar afectivo global ($M = 77,80$)— se mantienen en niveles elevados, lo que indica predominio de emociones positivas y estabilidad emocional en el colectivo.

Sin embargo, se observan vulnerabilidades en relaciones positivas ($M = 61,34$), autonomía ($M = 76,69$) y dominio del entorno ($M = 68,00$), dimensiones que aparecen por debajo de los valores de referencia de otras áreas del bienestar. Esto refleja fragilidad en los vínculos interpersonales cercanos dentro del ámbito laboral, percepción limitada de independencia en la toma de decisiones y menor sensación de control sobre el entorno de trabajo. El crecimiento personal también se sitúa en un nivel intermedio ($M = 63,63$), lo que sugiere que, aunque existe motivación para aprender y mejorar, no todos los trabajadores perciben oportunidades plenas de desarrollo.

Tabla 4. Estadísticos descriptivos relacionados con los niveles de bienestar

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar	Asimetría	Curtosis
Autoaceptación	59	27	100	80,14	13,907	-1,086	2,398
Relaciones positivas	59	17	90	61,34	13,597	-0,524	0,800
Autonomía	59	38	100	76,69	16,892	-0,548	-0,569
Dominio del entorno	59	17	83	68,00	15,096	-1,438	2,067
Crecimiento personal	59	34	89	63,63	9,910	-0,351	1,046
Propósito en la vida	59	17	100	84,76	16,146	-1,807	4,740
Componente afectivo habitual	59	53	98	78,47	10,761	-0,385	-0,414
Afectos positivos recientes	59	55	92	77,12	8,674	-0,413	-0,507



Componente afectivo del bienestar	59	56	94	77,80	8,909	-0,422	-0,366
N válido (por lista)	59						

Fuente: Base de datos de la investigación.

La tabla 5 integra las principales fortalezas y debilidades encontradas al comparar las puntuaciones globales de los instrumentos entre las guardias. En este sentido, la Guardia 2 se destacó como la más protegida, con menor ansiedad, mayor vitalidad, mejor función física y la CVRS más elevada, aunque presenta debilidad en autonomía y salud general. En contraste, la Guardia 3 aparece como la más vulnerable, con el rendimiento cognitivo más bajo y mayores niveles de ansiedad, acompañados de menor dominio del entorno, aunque compensa con una cohesión social y un rol emocional muy altos. La Guardia 1 mantiene un rendimiento cognitivo adecuado y buena función física, pero evidencia menor vitalidad y relaciones positivas frágiles, mientras que la Guardia 4 combina un rendimiento cognitivo alto y autonomía adecuada con menor afectividad positiva y salud mental global más baja.

Tabla 5. Fortalezas y vulnerabilidades comparativas por guardias en indicadores de bienestar y desempeño cognitivo

Guardia	Fortalezas principales	Vulnerabilidades principales
1 (N=16)	SDMT \approx 50; Función física 93,13; Rol emocional 97,94	Vitalidad 70,81; Relaciones positivas 17,81
2 (N=14)	Ansiedad estado 28,64 / rasgo 27,36; Vitalidad 84,14; Función física 97,14; CVRS 89,21	Autonomía 21,36; Salud general 75,00
3 (N=13)	Función social 99,08; Rol emocional 100	SDMT 40,15; Ansiedad estado 34,31 / rasgo 32,15; Dominio del entorno 21,77
4 (N=16)	SDMT 50,94; Autonomía 24,06	Afectividad positiva 73,68; Salud mental global 85,37
Total (N=59)	CVRS global 86,46; Propósito vital sólido	Relaciones positivas \approx 17–18; Autonomía 23,44; Salud general moderada

Fuente: Base de datos de la investigación.

En el análisis global, el colectivo de 59 trabajadores presenta una calidad de vida relacionada con la salud elevada (86.46) y fortalezas en función física, rol emocional y propósito vital, lo que refleja resiliencia y compromiso laboral. Sin embargo, las relaciones positivas bajas en todas las guardias (\approx 17–18) y la autonomía intermedia (23.44) evidencian fragilidad en la cohesión grupal y en la percepción de independencia organizacional. Además, el dolor corporal y la salud general moderados confirman la presencia de riesgos ergonómicos que requieren atención



Discusión

La evaluación aplicada a los trabajadores de la UEB Antonio Guiteras ofrece un panorama integral sobre el bienestar psicológico, CVRS, la ansiedad y la afectividad, en un colectivo sometido a altas exigencias y a un contexto epidemiológico complejo.

No obstante, los hallazgos del estudio revelan fortalezas en resiliencia y compromiso laboral, pero también vulnerabilidades asociadas a riesgos ergonómicos (dolor corporal, fatiga, pérdida de vitalidad) y psicosociales (baja cohesión grupal, autonomía limitada). Lo cual, confirma la necesidad de diseñar programas de intervención que integren ergonomía física y cognitiva con estrategias de fortalecimiento psicosocial, en coherencia con las tendencias internacionales en salud ocupacional.⁽¹⁵⁾

El cuestionario de *Ryff* mostró fortalezas en propósito vital, crecimiento personal y autoaceptación. Estos hallazgos son consistentes con estudios cubanos en colectivos de producción, donde el propósito vital suele ser elevado y actúa como factor protector frente al estrés y la fatiga. La claridad de metas y la motivación para aprender y mejorar reflejan un compromiso laboral sólido, que se traduce en resiliencia psicológica y capacidad de adaptación.

Sin embargo, la dimensión de relaciones positivas fue la más baja, lo que indica fragilidad en vínculos interpersonales cercanos dentro del entorno laboral. La literatura internacional señala que en contextos de alta exigencia y rotación, las relaciones positivas tienden a deteriorarse, afectando la cohesión grupal y el apoyo emocional.⁽¹⁶⁾ Este hallazgo subraya la necesidad de fortalecer la cohesión interna mediante programas capacitación (para Jefes de Turno y Bloque), espacios de intercambio y actividades grupales.

El *SF-36* reveló una percepción global elevada de CVRS (86,46/100), con fortalezas en función física, rol emocional y salud mental. Estos resultados coinciden con investigaciones internacionales en colectivos industriales y sanitarios, donde la función física suele mantenerse alta incluso en contextos de carga laboral intensa. En Cuba, estudios previos han señalado que la cohesión social y el compromiso laboral actúan como factores protectores, lo que se confirma en este caso.^(17,18)

Las dimensiones de dolor corporal, salud general y vitalidad aparecen como áreas críticas. El dolor corporal, con gran dispersión en las puntuaciones, refleja que mientras algunos trabajadores no presentan molestias, otros reportan dolor intenso que interfiere en el trabajo. Este hallazgo coincide con estudios cubanos que señalan al dolor musculoesquelético como uno de los principales problemas en colectivos productivos, asociado a ergonomía deficiente y carga física.^(19,20) La salud general moderada y la vitalidad reducida se explican por la alta incidencia de arbovirosis (78 %), que genera sensación de vulnerabilidad física y fatiga.

Los resultados del IDARE muestran niveles bajos a moderados de ansiedad estado y rasgo, lo que refleja un perfil emocional regulado y recursos de afrontamiento adecuados. Sin embargo, la presencia de ansiedad



ocasional en la Escala de Afectos indica que, aunque no es predominante, constituye un estado recurrente que debe ser monitoreado para evitar que se convierta en un factor de riesgo crónico. La literatura internacional confirma que la ansiedad laboral, incluso en niveles moderados, puede afectar la vitalidad y la percepción de salud general.^(21,22)

La baja incidencia de afectos negativos intensos como frustración, tristeza o desamparo confirma la resiliencia emocional del colectivo. No obstante, la ansiedad aparece como un afecto moderado y recurrente, lo que coincide con los hallazgos del *SF-36* en vitalidad. Este patrón sugiere que, aunque los trabajadores mantienen un clima emocional positivo, existen vulnerabilidades emocionales que podrían intensificarse en situaciones de crisis o sobrecarga laboral.

El rendimiento cognitivo, evaluado mediante el *SDMT*, mostró un nivel adecuado para las demandas laborales. La literatura internacional señala que la fatiga y el estrés sostenido afectan directamente la atención y la velocidad de procesamiento, lo que refuerza la necesidad de intervenciones preventivas.

Conclusiones

La CVRS de los operadores de la UEB Antonio Guiteras fue elevada, pero presenta vulnerabilidades, asociadas a factores ergonómicos y epidemiológicos. El bienestar psicológico muestra fortalezas en propósito vital, crecimiento personal y autoaceptación, pero debilidad en relaciones positivas y autonomía, lo que refleja fragilidad en la cohesión grupal y estructuras jerárquicas rígidas.

La ansiedad se mantiene en rangos bajos-moderados, consistente con un perfil emocional regulado, aunque aparece como afecto recurrente que requiere monitoreo. La afectividad positiva predomina sobre la negativa, actuando como factor protector frente al estrés y el *burnout*. El rendimiento cognitivo es adecuado, aunque se observan diferencias entre guardias que sugieren influencia de la carga laboral y la organización del trabajo.

Limitaciones del estudio

Las principales limitaciones de la investigación a criterio de los autores se relacionan con: la utilización del diseño transversal, lo cual impide establecer relaciones causales y solo permite describir asociaciones en un momento específico; la escasa participación femenina, elemento que restringe el análisis del sexo y la comparación entre subgrupos; el empleo de instrumentos de autoinforme, aspecto que puede introducir sesgos de percepción subjetiva, la aplicación de muestreo no probabilístico lo cual, reduce la representatividad y limita la generalización de los hallazgos.

Recomendaciones



Implementar programas de ergonomía, promoción de la vitalidad, fortalecimiento de la cohesión grupal, así como la extensión al resto de las áreas de la UEB y el seguimiento longitudinal a las guardias para evaluar el impacto de las intervenciones.

Referencias bibliográficas

1. European Commission. EU Strategic Framework on Health and Safety at Work 2021–2027. Luxembourg: Publications Office of the European Union; 2021[acceso 10/12/2025]. Disponible en: <https://osha.europa.eu/en/safety-and-health-legislation/eu-strategic-framework-health-and-safety-work-2021-2027>
2. Hernández Chang A, Medina Macías A. Factores psicosociales de riesgo asociados a errores humanos en despachadores de carga eléctrica. Rev cuban salud trabajo. 2023 [acceso 10/12/2025];24(3):e387. Disponible en: <https://revsaludtrabajo.sld.cu/index.php/revsyt/article/view/387>
3. Hernández Chang A. Procedimiento General para la Evaluación Psicológica de los trabajadores, cuadros y sus reservas en la Unión Eléctrica. In: UNE, editor. UD PG 0020. La Habana. 2022:32. (archivo digital)
4. Domínguez Alonso J, Portela Pino I, Domínguez Rodríguez V. Ansiedad estado-rasgo: una aproximación desde la percepción de los adolescentes Retos. 2024 [acceso 10/12/2025];60:585-95. Disponible en: <http://www.revistaretos.org/index.php/retos/article/view/106903>
5. Vilagut G, Ferrer M, Rajmil L, Rebollo P, Permanyer-Miralda G, Quintana JM, *et al.* El Cuestionario de Salud SF-36 español: una década de experiencia y nuevos desarrollos. Gac Sanit. 2005 [acceso 10/12/2025];19(2):135-50. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0213-91112005000200007
6. Trujillo Blanco WG, Román Hernández JJ, Lombard Hernández AM, Reimor Falco E, Arredondo Naite OF, Martínez Porro E, *et al.* Adaptación del cuestionario SF-36 para medir calidad de vida relacionada con la salud en trabajadores cubanos. Rev cuban salud trabajo. 2014 [acceso 10/12/2025];15(1):62-70. Disponible en: <https://revsaludtrabajo.sld.cu/index.php/revsyt/article/view/543>
7. Martínez Rojas SM, Ruiz Roa SL. Relación entre bienestar psicológico y la percepción de calidad de vida en pacientes en hemodiálisis. Enfermería Nefrológica. 2022 [acceso 10/12/2025];25(3):229-38. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/enfro/v25n3/2255-3517-enfro-25-03-229.pdf>
8. Ramírez Ángel LM, Isabel R-CM. Equilibrio trabajo-vida y su relación con la salud mental en trabajadores de diferentes profesiones: una revisión sistemática. Revista Escuela de Administración de Negocios. 2022;(92):208-52. DOI: <https://doi.org/10.21158/01208160.n92.2022.3335>



9. Gonzáles Llana FM. Instrumentos de evaluación psicológica. La Habana. 2007 [acceso 10/12/2025]. Disponible en: http://newpsi.bvs-psi.org.br/ebooks2010/en/Acervo_files/InstrumentosEvaluacionPsicologica.pdf
10. García-Viniegras CRV, Vivian LG. Propuesta metodológica para la evaluación del bienestar psicológico. Revista Electrónica de Psicología Iztacala. 2004 [acceso 10/12/2025];7(2):36-55. Disponible en: <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/2004-2b/vol7no2art4.pdf>
11. Arce González MA, Pérez-Borroto Oliva DB, Mayea González SdlC, Otero Ramos IM, Guerra Morales VM, Molerio Pérez O. Validación de la escala de bienestar psicológico de Carol Ryff en adultos mayores cubanos. Medicentro. 2023 [acceso 10/12/2025];27:e3849. Disponible en: <https://medicentro.sld.cu/index.php/medicentro/article/view/3849>
12. Arango-Lasprilla JC, Rivera D, Rodríguez G, Garza MT, Galarza-del-Angel J, Rodríguez W, *et al.* Symbol Digit Modalities Test: Normative data for the Latin American Spanish speaking adult population. Neuro-Rehabilitation. 2015; 37:625-38. DOI: <https://doi.org/10.3233/NRE-151282>
13. Planells Ortiz I. Contexto actual de las arbovirosis. Simposio Nacional de Enfermedades Infecciosas. La Habana: Instituto Pedro Kourí; 2025. [acceso 10/12/2025]. Disponible en: <https://especialidades.sld.cu/medinterna/2025/11/02/contexto-actual-de-las-arbovirosis-cuba-2025/>
14. Asociación Médica M. Declaración de Helsinki de la AMM-Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos. 2024 [acceso 10/12/2025]. Disponible en: <https://www.wma.net/es/policias-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>
15. Valencia-Romero JF, Anchundia-Franco RF, Zambrano-Garcés KA, Álava-Navarrete OD. Ergonomía, una prioridad en la salud ocupacional. Pol Con. 2022 [acceso 10/12/2025];7(9):2270-81. Disponible en: <https://www.polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/4692>
16. Paredes-Saavedra M, Vallejos M, Huanchuire-Vega S, Morales-García WC, Geraldo-Campos LA. Work team effectiveness: importance of organizational culture, work climate, leadership, creative synergy, and emotional intelligence in university employees. Administrative Sciences. 2024 [acceso 10/12/2025];14(11):e280. Disponible en: <https://www.mdpi.com/2076-3387/14/11/280>
17. Demou E, Blake C, Tan Llorin C, Salanga MG, Mateo NJ, Lewis R, *et al.* Group-level workplace interventions to improve mental health in low control, high-demand office-based jobs: A scoping review. Ann Work Expo Health. 2024;68(4):335-50. DOI: <https://doi.org/10.1093/annweh/wxae012>
18. Canova-Barriosa C. Calidad de vida relacionada con la salud en trabajadores de unidades de cuidados intensivos. Enferm Intensiva. 2021 [acceso 10/12/2025];32(4):181-8. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-enfermeria-intensiva-142-articulo-calidad-vida-relacionada-con-salud-S1130239921000043>



19. Villar Fernández MF. La carga física de trabajo. Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST). 2024 [acceso 10/12/2025]. Disponible en: <https://www.insst.es/documents/94886/524420/La+carga+f%C3%ADsica+de+trabajo/9ff0cb49-db5f-46d6-b131-88f132819f34>
20. Ordoñez Placencia CG, Montalvo Zamora NA, Narváez Zurita CI. Exploración ergonómica y evaluación de la prevalencia de lesiones musculoesqueléticas en profesionales de la salud. Rev Univ Soc. 2024 [acceso 10/12/2025];16(2):121-30. Disponible en: https://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202024000200121
21. Sonnentag S, Fritz C. Recovery from job stress: The stressor–detachment model as an integrative framework. J Organ Behav. 2015 [acceso 10/12/2025];36(S1):S72- S103. Disponible en: <https://psycnet.apa.org/record/2014-17347-001>
22. European Agency for Safety and Health at Work (EU- OSHA). Work-related stress: Scientific evidence-base of risk factors, prevention and intervention. Luxembourg: Publications Office of the European Union. 2020 [acceso 10/12/2025]. Disponible en: https://katalog.vupsv.cz/fulltext/ul_1288.pdf

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

Contribución de los autores

Conceptualización: Ariel Monzón Velasco.

Curación de datos: Ariel Monzón Velasco, Yudanis González González, Regla Caridad Catalá Rivero.

Análisis formal: Ariel Monzón Velasco, Alexis Lorenzo Ruiz, Yudanis González González.

Investigación: Ariel Monzón Velasco, Regla Caridad Catalá Rivero.

Metodología: Ariel Monzón Velasco, Alexis Lorenzo Ruiz.

Administración de proyecto: Ariel Monzón Velasco.

Supervisión: Alexis Lorenzo Ruiz.

Validación: Ariel Monzón Velasco, Alexis Lorenzo Ruiz.

Visualización: Ariel Monzón Velasco, Alexis Lorenzo Ruiz.

Redacción del borrador original: Ariel Monzón Velasco, Regla Caridad Catalá Rivero.

Redacción, revisión y edición: Ariel Monzón Velasco, Alexis Lorenzo Ruiz, Yudanis González González, Regla Caridad Catalá Rivero.

