

Condiciones de trabajo, salud y estilo de vida en los trabajadores que laboran en tres empresas de transportes, Ñaña, Lurigancho-Chosica, 2018

Working conditions, health and lifestyle of workers who work in transport companies, Ñaña, Lurigancho-Chosica, 2018

Keyla Elizabeth Capcha Díaz¹, Mary Luz Solórzano Aparicio²

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre las condiciones de trabajo, salud y el estilo de vida de los trabajadores que laboran en tres empresas de transporte, Ñaña, Lurigancho-Chosica. **Metodología:** Enfoque cuantitativo, diseño no experimental, corte transversal, y de tipo correlacional. La muestra comprendió 192 trabajadores, seleccionados mediante el muestreo no probabilístico por conveniencia, incluyendo criterios de inclusión y exclusión. Los instrumentos de recolección de datos fueron el cuestionario “Condiciones de trabajo y salud”, elaborado por Benites et al. (2017) y adaptado y validado por Capcha (2018), con un coeficiente de 0,72 con KR – 20, y el cuestionario “Estilo de vida”, elaborado por Pender (1996), utilizado por Mucha (2014) con V de Aiken de 1,0 y confiabilidad con Alfa de Cronbach de 0,93. **Resultados:** Existe relación entre las variables, condiciones de trabajo, salud y el estilo de vida, con un p – valor de 0,004, según el estadístico Chi – cuadrado. Del mismo modo, se encontró relación entre las dimensiones del estilo de vida y las condiciones de trabajo y salud, con un p – valor < 0,05, excepto en la dimensión manejo de estrés. **Conclusión:** Existe relación entre las variables de estudio.

Palabras claves: Condiciones de trabajo, condiciones de salud, estilo de vida, trabajadores, salud pública (DeCS).

ABSTRACT

Objective: to determine the relationship between working and health conditions, and the lifestyle of employees working in three transport companies in Ñaña, Lurigancho-Chosica. **Methodology:** quantitative approach which was non-experimental, cross-sectional and correlational. The sample included 192 workers selected by non-probabilistic convenience sampling, including criteria for inclusion and exclusion. The data collection instruments were: the “Working and health conditions questionnaire”, prepared by Benites et al. (2017) and adapted and validated by Capcha (2018), with a ratio of 0.72 with KR - 20, and the “Lifestyle questionnaire”, prepared by Pender (1996), used by Mucha (2014) with an Aiken V value of 1.0 and reliability with Cronbach’s alpha of 0.93. **Results:** there is a relationship between variables, working and health conditions, and lifestyle, which was found with a p - value of 0.004, according to the Chi - square statistical analysis. Similarly, a relationship was found between the dimensions of lifestyle and working and health conditions, with a p - value <0.05, except in the stress management dimension. **Conclusion:** there is a relationship between the study variables.

Keywords: Working conditions, health conditions, lifestyle, workers, public health (MeSH).

¹Enfermera, Centro Médico Good Hope, Lima, Perú.

²Docente Principal de la EP Enfermería, Universidad Peruana Unión, Lima, Perú.

INTRODUCCIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2017) la población económicamente activa trabaja la tercera parte del día. Por lo que las condiciones laborales son características que permiten brindar seguridad y protección contra riesgos físicos y psicosociales. Además, pueden mejorar las relaciones interpersonales y la autoestima de los empleados y producir efectos positivos para la salud integral.

La OMS (2015) reporta que los accidentes de tránsito son una de las principales causas de muerte a nivel mundial, siendo cerca de 1,24 millones de muertes por año en todo el mundo, y además, es la primordial causa de muerte entre los 15 y 29 años de edad; cada 25 segundos en el mundo sucede una muerte por accidentes de tránsito, un 4% está conformado por ciclistas, seguido por un 22% de peatones, y un 23% de vehículos menores, incluyendo las "mototaxis", que son los que mayormente resultan con lesiones graves, con incapacidad permanente y en algunas ocasiones causando muerte súbita.

A nivel nacional, según la Asociación Cruzada Vial (2014), se registraron 54522 accidentes de tránsito en Lima Metropolitana, siendo un incremento de 8% del año 2013, lo que significa que para el 2014 hubo un promedio de 149 accidentes de tránsito por día. Del total de accidentes, 26221 son heridos y 531 fallecidos. Dichos registros consideran un aumento en los accidentes de tránsito en vehículos menores, entre ellos las mototaxis. El grupo etario que conduce con mayor frecuencia está conformado por adultos y jóvenes que se exponen frecuentemente a incumplimientos de normas de tránsito, como manejar bajo efectos de sustancias nocivas como alcohol u otras drogas, excediendo la capacidad de pasajeros en los vehículos, manejando a excesos de velocidades, entre otras situaciones de riesgo (Robles, 2016).

Por otro lado, el mototaxismo en el Perú aparece entre los años 80 y 90, debido al fuerte crecimiento de la informalidad en el sector transporte. Surgen como un medio que permita la subsistencia económica y en la actualidad se ha convertido en una fuente de trabajo. Según datos de estudios realizados, existirían aproximadamente 22 348 mototaxistas en Lima metropolitana, y al menos 52 millones a nivel nacional, siendo de sexo masculino la mayoría

de estos conductores. Esta forma de transporte se ha extendido en todo el territorio de Lima metropolitana, estando particularmente en las zonas urbanas con mayor carencia de transporte público, y ha ido aumentando su presencia de forma desmesurada (Robles, 2016).

El empleo de conductor se caracteriza por el horario exhaustivo, trabajo diario, ambiente laboral conflictivo y con exposición constante a riesgos físicos y mentales que dañan la salud de estas personas. A pesar de ello, estos trabajadores, conociendo los posibles daños a su salud, permanecen en el trabajo, y generalmente por necesidad económicas (Hinostroza, Toro, y Ramirez, 2015).

Por otro lado, la OMS (2010), citada por García, García, Tapiero y Ramos (2012), define el estilo de vida "como una forma general de vida, basada en la interacción entre las condiciones de vida y los patrones individuales de conducta, determinados por factores socioculturales y características personales, que incorpora una estructura social, definida por un conjunto de valores, normas, actitudes, hábitos y conductas" (p. 171).

Asimismo, Mallma, Rivera, Rodas y Farro (2013) sostienen que mayormente los conductores de transporte público laboran en condiciones poco saludables. En su estudio, se evidenció que el 65 % de los conductores no presentan una nutrición óptima, por lo general ésta se basa en el consumo de carbohidratos, grasa y azúcares, por otro lado, los trastornos músculo-esqueléticos como el dolor lumbar y otros dolores musculares debido a posturas incómodas y erradas al conducir, son problemas muy frecuentes.

Esta realidad ha causado diversos cuestionamientos sobre los efectos que genera la cercana relación entre las condiciones de trabajo y las conductas en salud en los trabajadores. Es por ello que se ha considerado trascendental estudiar esta problemática con el objetivo de analizar y brindar información a los conductores para la mejora de su salud.

METODOLOGÍA

Esta investigación es de enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, de corte transversal, y de tipo correlacional.

La población estuvo constituida por 300 trabajadores de las tres empresas de transportes de las cuales 60 pertenecen a la Empresa de Transportes y servicios Lord Travel San Francisco S.A.C., 100 a la Empresa de Transportes Sol de Ñaña-Chosica S.A. y 140 a la Asociación de mototaxistas Virgen del Carmen-La Era. La selección de la muestra se obtuvo mediante el muestreo no probabilístico de tipo intencional, empleándose criterios de inclusión y exclusión.

Se utilizaron dos instrumentos: el cuestionario "Condiciones de trabajo y salud" elaborado por Benites et al. (2017) en Lima-Perú, con el objetivo de determinar las condiciones de trabajo y salud que presentan los conductores de mototaxis de dos empresas de transportes del distrito de San Martín de Porres en el año 2017, posteriormente adaptado por Capcha (2018), y el cuestionario "Estilo de vida" elaborado por Nola Pender (1996) y utilizado por Mamani (2015) en Juliaca-Perú, con el objetivo de determinar el nivel de estilo de vida de las personas.

Para la recolección de datos del estudio, se solicitó la autorización de las autoridades respectivas de

las tres empresas de transportes mediante un documento facilitado por la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Unión. Con la autorización obtenida de los presidentes de las tres empresas motorizadas, se procedió a la recolección de datos, previa coordinación con los directivos de cada empresa de transportes. Posteriormente, habiendo pasado el proceso de prueba piloto, se ejecutó la recolección de datos con la explicación respectiva del consentimiento informado. El contexto de aplicación fue de autoaplicación, de manera verbal y se realizó durante noviembre y diciembre de 2018.

RESULTADOS

En la tabla 1 se evidencia que del 100% de trabajadores encuestados, el 69,3% tiene condiciones inadecuadas de trabajo y salud, mientras que solo un 30,7% presenta condiciones adecuadas de trabajo y salud en la empresa donde labora.

Tabla 1

Condiciones de trabajo y salud de los trabajadores que laboran en tres empresas de transportes, Ñaña, Lurigancho-Chosica, 2018.

Condiciones de trabajo y salud	N	%
Inadecuado	133	69,3
Adecuado	59	30,7
Total	192	100,0

En la tabla 2 se evidencia que del 100% de trabajadores encuestados, el 82,8% tiene un estilo de vida no saludable, y solo un 17,2% presenta un estilo de vida saludable en la empresa donde labora.

Tabla 2

Estilo de vida de los trabajadores que laboran en tres empresas de transportes, Ñaña, Lurigancho-Chosica, 2018.

Estilo de vida	N	%
Saludable	33	17,2
No saludable	159	82,8
Total	192	100,0

En la tabla 3 se observa que, del 100% de trabajadores encuestados, el 60,9% presenta condiciones inadecuadas de trabajo y salud e indica tener un estilo de vida no saludable; por otro lado, el 8,9% de encuestados presenta condiciones adecuadas de trabajo y salud y manifiesta tener un estilo de vida saludable. Con respecto a la relación entre variables se observa que el estadístico Chi-cuadrado indicó un p – valor de 0,004, siendo este menor a 0,05, lo que permite rechazar la H_0 , quedando

demostrado que existe relación entre las condiciones de trabajo y salud con el estilo de vida en los trabajadores que laboran en tres empresas motorizadas de Ñaña.

Tabla 3

Relación entre condiciones de trabajo y salud y estilo de vida de los trabajadores que laboran en tres empresas de transportes, Ñaña, Lurigancho-Chosica, 2018.

			Estilo de Vida		
			No saludable	Saludable	Total
Condiciones de trabajo y salud	Inadecuado	N	117	16	133
		%	60,9%	8,3%	69,3%
	Adecuado	N	42	17	59
		%	21,9%	8,9%	30,7%
Total	N	159	33	192	
%	82,8%	17,2%	100,0%		

*Chi cuadrado=8.088; gl=1; p=0.004

En la tabla 4 se observa la relación entre las dimensiones Estilo de vida y las Condiciones de trabajo y salud, con un p – valor < 0,05, excepto en la dimensión Manejo de estrés, la cual presenta un p – valor de 0,144 rechazando la relación.

Tabla 4

Relación entre las condiciones de trabajo y salud con las dimensiones de estilo de vida de los trabajadores que laboran en tres empresas de transportes, Ñaña, Lurigancho-Chosica, 2018.

Dimensiones	Chi-cuadrado	P – valor
Nutrición	10,744	0, 001
Actividad física	11,751	0, 001
Responsabilidad en salud	4,246	0, 039
Manejo de estrés	2,136	0, 144
Relaciones interpersonales	9,511	0,002
Crecimiento espiritual	13,133	0, 000

DISCUSIÓN

Tal cual se presenta nuestra sociedad posmoderna, ha convertido el trabajo del hombre en un requisito inexorable para generar ingresos económicos y llevar una relativa calidad de vida, pero también ha generado riesgos y enfermedades ocupacionales (Cano y Francia, 2018) la actividad laboral del ser humano ha permitido transformar el mundo, aunque

también ha generado riesgos y enfermedades relacionadas al trabajo [1]. El dinamismo económico social y las nuevas formas de trabajo han introducido nuevos riesgos y enfermedades ocupacionales emergentes [2] siendo su vigilancia continua, conocimiento y abordaje indispensables para alcanzar la salud de los trabajadores. La salud ocupacional, rama de la salud pública, constituye uno de los cimientos fundamentales en el desarrollo de un país. El

abordaje de la "salud del trabajador", en un contexto integral y multidisciplinario, no sólo analiza los hechos mórbidos que ocurren a razón de las condiciones de trabajo y riesgos ocupacionales sino también las condiciones en las cuales se vive y se trabaja [2]. La población trabajadora constituye la mitad de la población del mundo [3]. Se estima que la carga global de enfermedad por accidentes y enfermedades relacionadas al trabajo es de 2,78 millones de muertes, lo que representa el 5% del total de muertes a nivel mundial, que en su mayoría corresponden a enfermedades relacionadas al trabajo (86,3%).

En este contexto, los resultados del estudio evidencian que el 69,3% de trabajadores tiene condiciones inadecuadas de trabajo y salud, y solo un 30,7% presenta condiciones adecuadas de trabajo y salud en la empresa donde laboran. Resultado similar fue reportado por Mendoza (2016) que a través de la combinación de una serie de recursos de materias diferentes, como pueden ser principalmente los propios trabajadores, los materiales, productos, equipos, máquinas, energía, tecnologías y organización, permite al ser humano alcanzar objetivo y satisfacer necesidades", es por ello que los cambios acelerados que se están produciendo en las condiciones de trabajo y sus efectos sobre la salud, constituyen retos de enorme envergadura para la salud pública en general y la salud ocupacional en particular.

Objetivo: Determinar el nivel de condiciones laborales y el estado de salud en los trabajadores de limpieza pública de la Municipalidad Distrital de Ate.

Métodos: En el estudio se obtuvo una muestra de 106 trabajadores que fueron seleccionados de manera no aleatoria. Como instrumento de investigación se usaron dos cuestionarios: Cuestionario Sobre Condiciones Laborales y el Cuestionario de Salud SF-12.

Resultados: Se observa que los trabajadores de limpieza pública de la Municipalidad Distrital de Ate desarrollan sus condiciones laborales en un nivel adecuado (81,1%, quien señala en su estudio que el 18,9% presenta condiciones laborales inadecuadas y un 81,1% condiciones laborales adecuadas. Respecto al nivel de estado de salud, el 82,1% tiene un nivel regular y solo el 2,8%, un nivel malo. Así también, Navarro (2015) halló que un 97% de trabajadores que tiene buena calidad de vida en el trabajo, tiene buenas condiciones laborales, y tan solo un 3%, una mala calidad de vida en el trabajo.

Al respecto, la OMS (2017) identificó los principales problemas para la salud en un entorno laboral. Dentro de ellos destacan los problemas ergonómicos y físicos, los cuales afectan en un 30% a los trabajadores en países desarrollados, y en un 50 a 70% en países en desarrollo. A esto se suma el riesgo de contraer diversas enfermedades por exposición a sustancias químicas o biológicas, según el área de trabajo; estas, a su vez, generan complicaciones tales como los accidentes, secuelas e incapacidades temporales o permanentes en el trabajo (Campos y Correa, 2008).

Los datos descriptivos del estudio evidencian que del 100% de trabajadores encuestados, el 82,8% tiene un estilo de vida no saludable, y solo un 17,2% presenta un estilo de vida saludable en la empresa donde laboran. Similarmente, Mamani (2013) encontró que un 58,57% practica un estilo de vida no saludable, y un 41,42%, un estilo de vida saludable. Por su lado, Palomares (2014), en su estudio "Estilos de vida saludables y su relación con el estado nutricional en profesionales de la salud", halló que un 72,6% de los trabajadores mantiene un estilo de vida poco saludable, un 24,5%, un estilo de vida saludable y tan solo un 2,8%, un estilo muy saludable. Por el contrario, Mamani (2015) encontró en su población que el 40% presenta un estilo de vida saludable, el 32%, poco saludable y un 28%, un estilo de vida muy saludable.

Bringas (2004) sostiene que los estilos de vida son el conjunto de comportamientos o actitudes que desarrollan las personas, que unas veces son saludables y otras son nocivas para la salud y la vida". En ese sentido, el ser humano realiza una serie de actividades que son inherentes, tales como el descanso, la dieta, el ejercicio físico, la higiene personal, las actividades recreativas, las aficiones o las acciones de recreo, las relaciones interpersonales, las conductas sexuales y los buenos hábitos.

Al analizar la relación entre ambas variables, se encontró que existe relación entre condiciones de trabajo y salud y el estilo de vida, según Chi-cuadrado, con un p – valor de 0,004, siendo este menor a 0,05. Un estudio similar fue reportado por Cifuentes (2016), evidenciando que no existe relación significativa entre estilo de vida y rendimiento según el estadístico R de Pearson que indicó un p – valor de 0,089.

También hay un estudio similar de Umaña (2005) en la que se evaluó la correlación entre la jornada laboral y el estilo de vida de los trabajadores, mostrando un p – valor de 0,042, evidenciando relación existente entre dichas variables.

Ruiz, Delclos, García, y Benavides (2007) afirman que los factores laborales influyen significativamente en la salud de los trabajadores, y se ve más afectada en condiciones de presión, exigencia y un mal entorno laboral que no permite el desarrollo de satisfacción, realización y autoestima en la persona. Muchas veces las instituciones, de manera inconsciente, pueden propiciar un mal clima laboral entre sus trabajadores.

Asimismo, estos conflictos laborales influyen en las decisiones, hábitos y conductas, por lo que la mayoría de trabajadores que trabaja en medio de un mal clima laboral suelen tener malos hábitos en su salud, como no comer a las horas correspondientes, no dormir las horas recomendadas, no realizar ejercicios por estar todo el día trabajando, etc. Es por ello, que las empresas deben tener en cuenta esto, y tomar medidas a fin de cuidar la salud de sus trabajadores (Camacho y Mayorga, 2017).

En el trabajo de investigación también se encontró que existe relación entre las condiciones de trabajo y salud y la nutrición del estilo de vida, según el estadístico Chi-cuadrado que evidencia un p – valor de 0,001, siendo este menor a 0,05.

Sobre las condiciones de consumo de alimentos durante la jornada laboral, los trabajadores tienden a consumir lo práctico en lugares más cercanos y accesibles al lugar donde laboran y a usar un mínimo de tiempo, contraviniendo la recomendación de la OMS (2014), de emplear 40 minutos como mínimo. El lugar donde consumen estos alimentos es un aspecto importante para el mantenimiento de la salud. Este ambiente debe renovar y crear nuevos vínculos amicales, liberar la tensión que la jornada laboral dejó hasta ese momento, y desvincularlos temporalmente del trabajo y sus preocupaciones (Suárez, Echegoyen, Cerdeña, Perrone, y Petronio, 2011).

Por otro lado, al analizar la relación entre las condiciones de trabajo y salud y la dimensión actividad física de estilo de vida, se encontró que existe relación con un p – valor de 0,001, siendo este menor a 0,05.

Las personas se vuelven sedentarias, aumenta el consumo de alimentos con alto contenido de calorías, el uso permanente de transporte, en ciertos casos, aun para distancias cortas y la disminución del gasto energético durante el día, lo que aumenta la prevalencia de obesidad y otras enfermedades.

Según un informe de la OMS (2010), al menos un 60% de la población mundial no realiza actividad física suficiente para obtener beneficios para la salud, siendo así el cuarto factor de riesgo de mortalidad en el mundo. Es por ello que se recomienda a la población en general realizar actividad física, por lo menos 30 minutos diarios o durante casi todos los días de la semana, ya que así se proporcionarán beneficios importantes para la salud (Barbosa y Urrea, 2018).

En la investigación también se encontró que existe relación entre las condiciones de trabajo y salud y la dimensión responsabilidad en salud de estilo de vida, con un p – valor de 0,039, siendo este menor a 0,05.

La salud con responsabilidad implica que la persona es el único que puede tomar decisiones sobre el estilo de vida que llevará y solo de él dependerá el estado de salud que tenga. El aceptar llevar un estilo de vida saludable, implicará evitar hábitos nocivos para su salud, tales como el consumo excesivo de bebidas alcohólicas, tabaco, fármacos, prácticas sexuales peligrosas, y entre otras conductas que pondrán en riesgo la salud de la persona (Ponte, 2010). Asimismo, Cuba y Campuzano (2017) sostienen que la responsabilidad en la salud implica elegir alternativas que favorezcan la salud y no la perjudiquen o sean un riesgo. Para ello se tiene que lograr la concientización del cuidado de su salud, tener la habilidad para modificar los riesgos inherentes en la herencia y ambiente social, modificar el propio comportamiento y conducta, y estar conscientes de los efectos potenciales y peligrosos de hábitos de riesgo.

Por otro lado, al analizar la relación entre condiciones de trabajo y salud y la dimensión manejo de estrés de estilo de vida, se encontró que no existe relación con un p – valor de 0,144, siendo este mayor a 0,05. Otro estudio similar fue el de Lastreto (2000) (citado por Cifuentes, 2016), en su estudio encontró como resultado que no existe correlación estadísticamente significativa entre el estrés y el desempeño de los

trabajadores, lo que indica que no hay relación entre estrés personal, tensión y el desempeño de una persona en su centro laboral.

López et al. (2018) sostienen que el estrés en los trabajadores es una de las principales causas del deterioro del bienestar físico y psicológico dentro de las empresas y, además, afecta la eficiencia individual y colectiva.

Añadiendo a lo anterior, Romero, Beleño, Ucros, Echeverría y Lasprilla (2016) refieren que existen factores extralaborales que pueden originar el estrés en el trabajador. En primer lugar, el movimiento desde la vivienda al centro de trabajo y viceversa; en segundo lugar, la situación económica de la familia y, por último, las características de la vivienda y su entorno. Cuando estos factores implican problemas, la salud del trabajador es amenazado, lo cual, debe ser atendido con prontitud, ya que cuando el estrés es mayor, el desempeño, la efectividad y entre otros aspectos se ven afectados.

Al analizar la relación entre ambas variables, se encontró que existe relación entre condiciones de trabajo y salud y la dimensión relaciones interpersonales de estilo de vida, con un p -valor de 0,002, siendo este menor a 0,05. Del mismo modo, Vásquez (2015) en su investigación halló que existe relación entre las variables relaciones interpersonales y el desempeño laboral, evidenciado en el coeficiente de correlación de 11,97 con el estadístico Chi-cuadrado, demostrando la dependencia y relación entre dichas variables.

Las relaciones interpersonales son el conjunto de normas, principios y psicología aplicada para que los seres humanos se lleven mejor entre ellos. Añadiendo a ello, son consideradas como el grado de aceptación, simpatía y madurez que es reflejado hacia el entorno (Villadiego y Alzate, 2017). Según Vásquez (2015), actualmente las empresas requieren personas que mantengan buenas relaciones interpersonales, es decir, personas proactivas y positivas que cumplan los objetivos de la institución, para así lograr el éxito organizacional de la empresa. Además, favorece el trabajo en equipo y la salud de los trabajadores.

Asimismo, se encontró que existe relación entre condiciones de trabajo y salud y la dimensión crecimiento espiritual de estilo de vida, con un p -valor de 0,000, siendo este menor a 0,05.

Alva (2018) sostiene que, esta dimensión se relaciona con un desarrollo espiritual adecuado, en el que el amor, la libertad, la verdad, la responsabilidad, el respeto, la religiosidad, la moral y entre otros valores son puestos en práctica debidamente y en el momento apropiado. Además, citando a O'connel, Suzanne y Bare (2005), menciona que, para el desarrollo de esta dimensión es necesaria la meditación diaria regular para construir y reforzar la conciencia espiritual, experimentar las positivas y naturales cualidades del alma, y lograr liberarse del miedo. Para lograr aquello es imprescindible que el estilo de vida exterior sea un complemento fundamental para el crecimiento espiritual y contribuya a fomentarlo.

Finalmente, Cagua, Carvajal y Hernández (2017) refiere que la salud es un elemento indispensable para lograr el desarrollo individual del ser humano y la sociedad, ya que su buen estado permite que la persona sea efectiva y competente en las actividades que le corresponden y asumir los roles en la sociedad, entre ellos en el ámbito laboral. Por lo tanto, las condiciones laborales son un aspecto de suma importancia y que deben ser atendidas oportunamente en los centros de trabajo, y así generar cambios económicos positivos y contribuir a la salud y al mejoramiento social de las personas en su calidad de vida.

Declaración de financiamiento y de conflictos de interés:

El estudio fue financiado por los autores, quienes declaran no tener conflictos de interés.

Correspondencia

Keyla Elizabeth Capcha Díaz
Correo electrónico:
keylacapcha@upeu.edu.pe

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alva, L. (2018). *Espiritualidad y estilo de vida en estudiantes de Medicina Humana de la Universidad Peruana Unión, Lima, 2017*. Retrieved from http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/983/Lea_Tesis_Maestría_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Barbosa, S., & Urrea, Á. (2018). Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica. *Revista Katharsis*, 1(25), 1–6. <https://doi.org/10.25057/25005731.1023>
- Benites, N., Cabrera, R., & Quezada, R. (2017). *Condiciones de trabajo y salud de los conductores de mototaxis en el distrito de San Martín de Porres*. Universidad Cayetano Heredia. Retrieved from http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/962/Condiciones_BenitesCueva_Noemi.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Bringas, C. (2004). *Memoria del primer encuentro nacional de Promoción de la Salud: Jesús María, municipalidad distrital que fomenta estilos de vida saludables*. Lima. Retrieved from http://bvs.minsa.gob.pe/local/PROMOCION/155_ennac.pdf
- Cacua, L., Carvajal, H., & Hernández, N. (2017). Condiciones de trabajo y su repercusión en la salud de los trabajadores de la plaza de mercado la Nueva Sexta, Cúcuta. *Psicoespacios*, 11(19), 107–129. <https://doi.org/https://doi.org/10.25057/issn.2145-2776>
- Camacho, A., & Mayorga, D. (2017). Riesgos laborales psicosociales: perspectiva organizacional, jurídica, y social. *Revista Prolegómenos - Derechos y Valores*, 2(20), 14–18. <https://doi.org/10.18359/prole.3047>
- Campos, F., & Correa, E. (2008). *Condiciones de Salud y Trabajo en el sector salud*. Brasilia. Retrieved from https://www.observatoriorh.org/sites/default/files/webfiles/fulltext/cst_sector_salud.pdf
- Cano, C., & Francia, J. (2018). Estado de avance de la salud de los trabajadores en Perú. *Acta Médica Peruana*, 35(1), 1–2. Retrieved from <http://dev.scielo.org.pe/pdf/amp/v35n1/a01v35n1.pdf>
- Cifuentes, L. (2016). *Relación entre el estilo de vida y el rendimiento laboral en un grupo de trabajadores del área administrativa de una organización dedicada a la publicidad*. Universidad Rafael Landívar. Retrieved from <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2016/05/43/Cifuentes-Luisa.pdf>
- Cuba, M., & Campuzano, J. (2017). Explorando la salud, la dolencia y la enfermedad. *Revista Médica Herediana*, 28, 2–6. Retrieved from <http://www.scielo.org.pe/pdf/rmh/v28n2/a08v28n2.pdf>
- García-Laguna, D., García-Salamanca, G., Tapiero, Y., & Ramos, D. (2012). Determinantes de los estilos de vida y su implicación en la salud de los jóvenes universitarios. *Hacia La Promoción de La Salud*, 17(2), 169–185. Retrieved from <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v17n2/v17n2a12.pdf>
- Hinestroza, M., Toro, M., & Ramirez, J. (2015). Condiciones de Salud y Trabajo de los Mototaxistas en Palmira, Colombia (2014). *Revista Colombiana de Salud Ocupacional*, 5(1), 19–26. Retrieved from <http://revistasojs.unilibrecali.edu.co/index.php/rcso/article/view/131>
- López, H., Carrera, C., Eurrieta, M., García, L., Gómez, M., Llanillo, J., ... González, M. (2018). Análisis del Estrés Laboral y su Repercusión en la Salud Física y mental en Operadores de Tracto Camión. *European Scientific Journal*, 14(11), 2–6. <https://doi.org/10.19044/esj.2018.v14n11p10>
- Mamani, C. (2015). *Factores Laborales y estilos de vida del personal de salud del puesto de salud Santa María*. Universidad Peruana Unión. Retrieved from http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/137/Carmen_Tesis_bachiller_2015.pdf?sequence=5&isAllowed=y
- Mamani M., S. (2013). *Estilos de vida saludable que practica el profesional de Enfermería del Hospital Daniel A. Carrión (EsSalud - Calana) Tacna - 2012*. Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann - Tacna. Retrieved from http://repositorio.unjbg.edu.pe/bitstream/handle/UNJBG/2411/180_2013_mamani_maquera_sb_facs_enfermeria.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Mendoza, M. (2016). *Condiciones laborales y estado de salud en trabajadores de limpieza pública de la Municipalidad Distrital de Ate*. Universidad Ricardo Palma. Retrieved from http://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/urp/965/Mendoza_Mamani_Madeleyni_Elizabeth_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Navarro, C. (2015). *Calidad de vida, trabajo y salud en los profesionales de salud, un estudio en el Hospital General Universitario de Alicante*. Universidad de Alicante. Retrieved from https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/53705/1/tesis_peydrro_navarro.pdf
- Organización Mundial de la Salud. (2015). *Informe sobre la situación mundial de la seguridad vial*. Ginebra. Retrieved from https://www.who.int/violence_injury_prevention/road_safety_status/2015/Summary_GSRRS2015_SPA.pdf?ua=1

- Organización Mundial de la Salud. (2017). Salud de los trabajadores. Retrieved January 30, 2019, from https://www.who.int/topics/occupational_health/es/
- Palomares, L. (2014). *Estilos de vida saludables y su relación con el estado nutricional en profesionales de la salud*. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. Retrieved from https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/566985/TesisdeMaestria_LitaPalomares.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Ponte, M. (2010). *Estilo de vida de los estudiantes de enfermería, según año de estudio de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos 2010*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Retrieved from http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/1307/1/ponte_am.pdf
- Robles, F. (2016). *Características de los accidentes de tránsito con mototaxi atendidos en el Hospital San Juan de Lurigancho, Lima-Perú, durante el año 2015*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Retrieved from http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/4728/Robles_rf.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Romero, C., Beleño, R., Ucros, M., Echeverría, A., & Lasprilla, S. (2016). Factores de riesgos psicosociales extralaborales en personal administrativo universitario. *Enfermería Actual de Costa Rica*, (31), 1–15. <https://doi.org/10.15517/revenf.v0i31.22083>
- Ruiz, C., Delclos, J., García, A., & Benavides, F. (2007). *Salud laboral: conceptos y técnicas para la prevención de riesgos laborales*. (Elsevier España: Masson, Ed.) (3era ed.). Barcelona: Dialnet. Retrieved from <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=507597>
- Suárez, C., Echegoyen, A., Cerdeña, M., Perrone, V., & Petronio, I. (2011). Alimentación de los trabajadores dependientes residentes en Montevideo y ciudades cercanas. *Revista Chilena de Nutrición*, 38(1), 8–12. <https://doi.org/10.4067/S0717-75182011000100007>
- Umaña, A. (2005). Relación entre estilos de vida y condición de salud de los profesionales en enfermería, Hospital de Guápiles, 2005. *Enfermería En Costa Rica*, 26(1), 5–7. Retrieved from <http://www.binasss.sa.cr/revistas/enfermeria/v28n1/art2.pdf>
- Vásquez, L. (2015). *Relaciones Interpersonales y Desempeño Laboral en los trabajadores del Centro de Salud Morales, 2015*. Universidad César Vallejo. Retrieved from http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/863/vasquez_jl.pdf
- Villadiego, A., & Alzate, K. (2017). *Análisis del clima organizacional y su relación con el desempeño laboral y las relaciones interpersonales en Petroleum & Logistics S.A.S. en la ciudad de Bogotá, durante el primer semestre del 2016*. Universidad de Cartagena. Retrieved from <http://repositorio.unicartagena.edu.co:8080/jspui/bitstream/11227/5505/1/- Trabajo de grado Aixa y Karla y anexos.pdf>

Recibido: 27/02/19
Aceptado: 06/04/19