

Association between psychosocial factors and Burnout syndrome criteria among construction workers in Mexico.

Asociación entre factores psicosociales y criterios del síndrome de Burnout en trabajadores de la construcción en México.

AO

Reyes Hernández Nitzia, Camarillo-Romero Socorro ^{1 4}  <https://orcid.org/0000-0002-1828-5257>;
Montenegro Morales Laura Patricia ^{1 4}  <https://orcid.org/0000-0001-8861-7600>; Garduño-García
José de Jesús ^{2 4}  <https://orcid.org/0000-0003-2823-5955>; Huitron-Bravo Gerardo Gabriel ^{2 4}  <https://orcid.org/0000-0001-9458-9810> y Celis Regalado Luis Gustavo ^{3 4}  <https://orcid.org/0000-0002-0338-6258>.

¹ Facultad de Química de la Universidad Autónoma del Estado de México, Estado de México, México.

² Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma del Estado de México, Estado de México, México.

³ Facultad de Medicina de la Universidad de La Sabana, Colombia.

⁴ Cuerpo Académico Salud del Universitario, Universidad Autónoma del Estado de México, Toluca, Estado de México, México.

⁵ Hospital General Regional No. 251, Instituto Mexicano del Seguro Social, Toluca, Estado de México, México.

Correo electrónico de contacto: nitzia01@live.com.mx

Fecha de envío: 24/10/2025

Fecha de aprobación: 14/03/2026

Abstract

Introduction: This study associates psychosocial risk factors with burnout syndrome criteria in construction workers. **Methods:** Fifty-two workers in the State of Mexico were studied. The study was quantitative, non-experimental, descriptive, cross-sectional, analytical, and correlational in design. Materials: Reference Guide III "Identification and Analysis of Psychosocial Risk Factors and Evaluation of the Organizational Environment in the Workplace" and Burnout Questionnaire. **Results:** The group with the least seniority perceived "Lack of control and autonomy over work," while the group with the most seniority perceived "Influence of family responsibilities" and "Workplace violence". Regarding the burnout syndrome criteria, there were direct and inverse associations with psychosocial risk factors. **Conclusions:** The study population exhibits significant psychosocial risk factors. It is suggested that measures to promote, prevent, and control these factors be implemented.

Keywords: Psychosocial factors, Burnout, and workers

Resumen

Introducción: este trabajo analiza la asociación de los factores de riesgo psicosocial con los criterios del síndrome de Burnout en trabajadores de la construcción. **Métodos:** Se estudiaron 52 trabajadores en el Estado de México. El tipo de estudio fue cuantitativo, no experimental, descriptivo, transversal, analítico y de diseño correlacional. Material: Guía de referencia III "Identificación y análisis de los factores de riesgo psicosocial y evaluación del entorno organizacional en los centros de trabajo" y Cuestionario de Burnout. **Resultados:** El grupo de menor antigüedad percibió "Falta de control y autonomía sobre el trabajo", mientras que en el grupo de mayor antigüedad la "Influencia de las responsabilidades familiares" y "Violencia laboral". En cuanto a los criterios del síndrome de Burnout, existió asociación directa e inversa con factores de riesgo psicosocial. **Conclusiones:** La población en estudio muestra indicios importantes de factores de riesgo psicosocial. Se sugiere implementar medidas de promoción, prevención y control de estos factores.

Palabras clave: Factores psicosociales, Burnout, trabajadores

Artículo original

Introducción

Los factores psicosociales y el síndrome de Burnout están ampliamente relacionadas y han sido estudiados por distintos sectores laborales (Cotoniéto-Martínez, 2021) (Uribe-Prado, 2020) (Roig-Grau, y otros, 2022) (Griñan Ferre, Torras Borrell, & Aparicio Freixa, 2025) (Trujillo-Ulloa, 2024), pero su impacto en el área de la construcción en México requiere de mayor investigación, dado que este sector de la población enfrenta exigencias laborales específicas, como largas jornadas de trabajo, presión por plazos establecidos y riesgos físicos por las tareas que desempeñan como son posturas forzadas y mantenidas, manejo manual de carga y movimientos repetitivos (Solís-Carcaño, Zavala-Barrera, & Audeves-Pérez, 2023), que pueden repercutir en factores psicosociales lo que da como resultado estrés, ausentismo laboral y falta de apoyo social (Pulido Guerrero, Lora Carrillo, & Jiménez Ruiz, 2021). (Pulido, Lora & Jiménez, 2021)

El síndrome de Burnout, estructurado por agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal (Maslach, Jackson, & Leiter, 1986), es consecuencia de factores propios a la actividad, afectando la salud mental y el desempeño laboral (Aburto-Moreno, Podestá Gavilano, & Aburto-Moreno, 2024). Diferentes investigaciones destacan que dichos factores psicosociales no solo traen como resultado síndrome de Burnout, sino que se ven asociados con el bienestar general de los trabajadores (Maslach, Jackson, & Leiter, Maslach Burnout Inventory, 1986). (Maslach et al., 1986) Este estudio busca analizar dicha relación en el contexto mexicano, en uno de los sectores más riesgosos, como es el área de la construcción (Social, 2024), (Secretaría del Trabajo y Previsión Social [STPS], 2024) y así contribuir a diseñar

intervenciones específicas que promuevan los entornos laborales saludables (Duarte Castillo & Vega Campos, 2021).

Métodos

Estudio cuantitativo, no experimental, de alcance descriptivo, correlacional y de diseño transversal, participaron 52 trabajadores de sexo masculino con puesto de trabajo operativo de una empresa en México.

Procedimiento: El protocolo fue aprobado por el Comité de Ética de la Investigación de la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma del Estado de México con número de registro CONBIOETICA-15-CEI-002-20210531. El centro de trabajo autorizó su realización. Se invitó a los trabajadores a participar, se presentó el objetivo de estudio y el procedimiento; se firmó el consentimiento informado; se realizó la toma de datos generales y aplicación de instrumentos: guía de referencia III "Identificación y análisis de los factores de riesgo psicosocial y evaluación del entorno organizacional en los centros de trabajo" (Diario Oficial de la Federación [DOF], 2018) y el Cuestionario de Burnout (Maslach, Jackson, & Leiter, Maslach Burnout Inventory, 1986) (Maslach et al., 1986).

Se compararon factores de riesgo psicosociales, mencionados como dimensiones por la guía de referencia III de la NOM-035-STPS-2018, criterios del síndrome de Burnout con grupos de años de antigüedad (terciles) grupo 1 (0.5 meses a 3.9 años), grupo 2 (4 años a 13 años) y grupo 3 (13.1 años a 32 años) y se correlacionó con Pearson (r), con un alfa <0.05.

Al final del proyecto se les entregaron los resultados de forma individual a los participantes.

AO

Artículo original

El análisis estadístico se realizó mediante estadística descriptiva a través de la media y desviación estándar. Se compararon los factores de riesgo psicosociales, mencionados como dimensiones por la guía de referencia III de la NOM-035-STPS-2018 y los criterios del síndrome de Burnout por grupos de años de antigüedad (terciles) grupo 1 (0.5 meses a 3.9 años), grupo 2 (4 años a 13 años) y grupo 3 (13.1 años a 32 años) mediante análisis de ANOVA con un alfa <0.05.

Para evaluar la asociación entre las variables de factor de riesgo psicosocial y síndrome de Burnout, se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson (r). El análisis estadístico se realizó mediante el software SPSS versión 22 y se estableció un nivel de significancia de $p < 0.05$.

Resultados

La población de estudio fue de 52 hombres con puesto de trabajo operativo, con una edad promedio de 47.10 años (DE=11.65) y una antigüedad laboral media de 10.25+8.36 años.

En la Tabla 1 se analizaron las 25 dimensiones de la guía de referencia III sobre los factores de riesgo en el trabajo, y se comparó con la antigüedad laboral de los trabajadores. Fueron significativas las diferencias entre grupos de edad para el factor “Falta de control y autonomía sobre el trabajo” que tuvo un puntaje promedio mayor en el tercil 1, mientras que “Influencia de las responsabilidades familiares” y “Violencia laboral” predominan en el tercil 3.

Tabla 1: Comparación de factores de riesgo psicosociales y grupos por antigüedad laboral en trabajadores de la construcción.

Factores de riesgo psicosocial	Puntuación total ^a	Grupo 1 ^a	Grupo 2 ^a	Grupo 3 ^a	p ^b
Condiciones peligrosas e inseguras	2.90+1.60	2.94+1.34	2.40+1.93	3.53+1.18	0.115
Condiciones deficientes e insalubres	2.44+1.55	2.41+1.69	2.55+1.50	2.33+1.54	0.918
Trabajos peligrosos	3.04+0.94	2.82+0.95	3.15+0.93	3.13+0.99	0.532
Cargas cuantitativas	3.52+1.21	3.06+0.89	3.50+1.27	4.07+1.28	0.061
Ritmos de trabajo acelerado	2.67+1.38	2.47+1.23	2.70+1.68	2.87+1.12	0.724
Carga mental	7.48+1.98	6.59+1.87	7.75+1.41	8.13+2.47	0.064
Cargas psicológicas emocionales	0.90+2.38	0.12+0.33	1.15+2.92	1.47+2.80	0.239
Cargas de alta responsabilidad	5.27+2.10	4.88+2.34	4.90+1.99	6.20+1.78	0.127
Cargas contradictorias o inconsistentes	2.02+1.83	1.41+1.41	2.20+2.11	2.47+1.76	0.231
Falta de control y autonomía sobre el trabajo	7.37+3.09	8.94+2.81	6.85+3.49	6.27+2.12*	0.029
Limitada o nula posibilidad de desarrollo	2.83+1.92	3.24+1.78	2.75+2.29	2.47+1.55	0.526
Insuficiente participación y manejo del cambio	3.29+1.10	3.29+1.04	3.45+1.35	3.07+0.79	0.608
Limitada o inexistente capacitación	1.56+1.97	1.59+2.23	1.45+2.11	1.67+1.54	0.949
Jornadas de trabajo extensas	2.81+1.60	2.71+1.26	2.95+1.60	2.73+2.01	0.884

AO

Artículo original

Factores de riesgo psicosocial	Puntuación total ^a	Grupo 1 ^a	Grupo 2 ^a	Grupo 3 ^a	p ^b
Influencia del trabajo fuera del centro laboral	1.54+1.56	1.0+0.93	1.65+1.66	2.00+1.89	0.183
Influencia de las responsabilidades familiares	1.67+1.33	1.18+1.18	1.60+1.39	2.33+1.23*	0.045
Escasa claridad de funciones	2.44+2.59	2.71+2.86	2.40+2.74	2.20+2.17	0.860
Características del liderazgo	4.94+4.88	4.76+5.01	6.40+5.73	3.20+2.70	0.157
Relaciones sociales en el trabajo	4.38+2.92	4.47+3.22	3.70+2.69	5.20+2.83	0.327
Deficiente relación con los colaboradores que supervisa	2.13+3.39	0.94+2.10	2.25+3.74	3.33+3.81	0.135
Violencia laboral	8.75+6.04	5.76+3.84	10.10+7.26	10.33+5.32*	0.042
Escasa o nula retroalimentación del desempeño	2.37+1.63	2.35+1.86	2.80+1.43	1.80+1.52	0.203
Escaso o nulo reconocimiento y compensación	5.08+3.01	5.00+3.06	5.40+3.66	4.73+1.98	0.811
Limitado sentido de pertenencia	0.62+1.10	0.65+1.16	0.75+1.20	0.40+0.91	0.653
Inestabilidad laboral	3.08+1.13	2.76+1.20	3.15+0.93	3.33+1.29	0.351

a=Media + Desviación Estándar), b=ANOVA, p<0.05, *post hoc Tukey grupos 1vs3, fuente: base de datos

En la tabla 2 se comparó los criterios del Cuestionario de Burnout con los grupos de

antigüedad laboral, sin encontrarse una diferencia significativa entre los grupos.

Tabla 2: Comparación de criterios del síndrome de Burnout y antigüedad laboral en trabajadores de la construcción.

Criterio	Puntuación total ^a	Grupo 1 ^a	Grupo 2 ^a	Grupo 3 ^a	p ^b
Cansancio emocional	10.04+6.90	7.94+4.50	11.20+7.90	10.8+7.60	0.315
Despersonalización	7.19+5.08	5.59+4.65	8.20+5.95	7.6+4.08	0.277
Realización personal	34.02+9.34	37.65+8.93	31.70+8.02	33.0+10.69	0.137

^a=Media + Desviación Estándar, ^b=ANOVA, p<0.05, fuente: base de datos.

En la Tabla 3 se observa la correlación entre los criterios de Burnout y los factores psicosociales estadísticamente significativos, en donde se encontró una asociación directa en *Cansancio emocional* con cinco factores, en *Realización personal* la asociación fue inversa en cinco factores, y en

despersonalización una directa y dos inversamente asociadas.

Artículo original

Tabla 3. Correlaciones entre criterios del síndrome de Burnout y factores de riesgo psicosociales en trabajadores de la construcción.

Criterios ^a	Factores de riesgo psicosociales ^b	R	p
Cansancio emocional	Condiciones deficientes e insalubres	0.364	0.008
		0.416	0.002
		0.510	0.0001
	Cargas psicológicas emocionales	0.286	0.040
	Cargas contradictorias o inconsistentes	0.347	0.012
	Influencia del trabajo fuera del centro laboral		
	Relaciones sociales en el trabajo		
Despersonalización	Ritmos de trabajo acelerado	- 0.342	0.013
			0.043
	Cargas contradictorias o inconsistentes	0.282	0.046
	Limitada o nula posibilidad de desarrollo	- 0.278	
Realización personal	Cargas psicológicas emocionales	- 0.351	0.011
			0.002
	Jornadas de trabajo extensas	- 0.426	0.0001
			0.018
	Influencia del trabajo fuera del centro laboral	- 0.549	0.034
		-	
	Violencia laboral	0.327	
	Escasa o nula retroalimentación del desempeño	- 0.295	

^a=Síndrome de Burnout, ^b=Guía de Referencia III, r=Coeficiente de Pearson, p<0.05, fuente: base de datos

Discusión

En la presente investigación, una variante importante fue la antigüedad laboral, ya que la percepción del factor de riesgo psicosocial influía dependiendo de ella, los factores psicosociales más significativos fueron:

La “falta de control y autonomía sobre el trabajo” con puntuaciones altas (riesgosas) en trabajadores en el primer tercil de antigüedad, ya que expresaban mayor inconformidad por no tener control en pausas, cantidad, velocidad y orden en sus actividades laborales, lo cual concuerda con Martínez-Mejía, Ayala-Guerrero, & Sánchez-Sosa, (2025) quienes destacan el factor de riesgo psicosocial “falta de control sobre el trabajo” como predictor para un síndrome de Burnout.

La “influencia de las responsabilidades familiares” en el tercer tercil de antigüedad laboral fue significativo, posiblemente expresa falta de un equilibrio entre la vida familiar y laboral y esto se ve relacionado con riesgos laborales para los trabajadores, compartiendo la idea principal de la revista 120 del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (2022) donde señala que las responsabilidades familiares aumentan la percepción de riesgos psicosociales, afectando la salud laboral y con Mohamed, Ghaith, & Ahmed (2022) quienes sugieren que correlaciones entre trabajo-familia denota signos de ansiedad y depresión.

El puntaje alto en violencia laboral” en el tercer tercil de la muestra de estudio, siendo los trabajadores más antiguos, los presenta como los más afectados por una deficiente relación laboral, con sentimientos de exclusión, manipulación y críticas tanto a su persona como a su rol como trabajador, en concordancia con Palomo-Chávez, Castro-Guijarro, & Ibarrarán-

AO

Artículo original

Rodríguez, (2023) que visualiza la violencia laboral como un factor de riesgo existente y recurrente en el país que afecta la salud mental de los trabajadores dando como resultado depresión, estrés o ansiedad.

No se encontraron diferencias significativas en los criterios de Burnout según los años de experiencia, lo que sugiere que los factores psicosociales y organizacionales pueden impactar transversalmente, independientemente del tiempo de antigüedad en el puesto.

Se encontró asociación directa, estadísticamente significativa entre cansancio emocional y condiciones en el ambiente de trabajo (condiciones deficientes e insalubres), carga de trabajo (cargas psicológicas emocionales y cargas contradictorias o inconsistentes) e influencia del trabajo dentro y fuera del mismo (Influencia del trabajo fuera del centro laboral y Relaciones sociales en el trabajo) lo cual coincide con otras investigaciones Martínez-Mejía, Ayala-Guerrero, & Sánchez-Sosa (2025) quien encontró su mayor factor de riesgo en el dominio falta de control sobre el trabajo.

Por otro lado, la realización personal se asocia inversamente con cargas emocionales laborales y la interacción con situaciones de violencia laboral, realización personal y dimensiones relacionadas con jornada de trabajo (jornadas de trabajo extensas), interferencia en la relación trabajo-familia (influencia del trabajo fuera del centro laboral) y reconocimiento del desempeño (escasa o nula retroalimentación del desempeño) de manera similar con (Uribe-Prado, 2020) quien describe las interferencias entre relaciones trabajo-familia y jornadas de trabajo extensas como generadores de desgaste emocional e insatisfacción laboral.

En cuanto a la despersonalización, se observó una asociación inversa con organización del trabajo (ritmos acelerados del trabajo), la falta de control sobre el trabajo (limitada o nula posibilidad de desarrollo) y una relación positiva con carga de trabajo (cargas contradictorias o inconsistentes), lo que describe que la percepción de pocas oportunidades de crecimiento personal y la ejecución de tareas contradictorias o ambiguas pueden fomentar actitud negativa de los colaboradores, coincidiendo con Uribe-Prado (2020) quien destaca que el contenido y característica de la tarea influye en el sentido de pertenencia del trabajador.

Conclusiones

La población en estudio muestra indicios importantes de factores de riesgo psicosocial, como condiciones adversas, ambigüedad en el trabajo, falta de oportunidades de desarrollo laboral y la ausencia de retroalimentación o reconocimiento contribuyen al desgaste laboral.

Se recomiendan medidas de promoción, prevención y control de los factores de riesgo psicosocial, destacando la importancia de condiciones laborales favorables, capacitación continua y centrada a sus necesidades, claridad en sus funciones y reconociendo o retroalimentación por su trabajo.

Se sugiere una intervención específica dirigida a los factores de riesgo psicosocial mayormente expresados en la comunidad laboral, como en este caso referiría una intervención donde para atacar el cansancio emocional con reducción de cargas inconsistentes y contradictorias. Para la baja realización personal el limitar la influencia del trabajo fuera del centro de trabajo e implementar sistemas acordes para una constante retroalimentación del desempeño, así como abordar

Artículo original

de manera preventiva la violencia laboral, la cual se ve involucrada en diferentes dimensiones de la salud mental.

Se debe abordar de manera integral la salud de los trabajadores, incluyendo promoción a los estilos saludables, así como estrategias preventivas para el bienestar y productividad en este sector.

Referencias

- Aburto-Moreno, M. L., Podestá, G. L., & Aburto-Moreno, M. C. (2024). Síndrome de Burnout y desempeño laboral en trabajadores de salud. *Hospital Modular Bicentenario del Perú. EDUMECENTRO*.
- Cotoniéto-Martínez, E. (2021). identificación y análisis de factores de riesgo psicosocial según la NOM-035-STPS-2018 en una universidad mexicana. *Journal of Negative and No Positive Results*, 499–523.
- Diario Oficial de la Federación (2018). Norma Oficial Mexicana NOM-035-STPS-2018, Factores de riesgo psicosocial en el trabajo: identificación, análisis y prevención. México: Secretaría del Trabajo y Previsión Social.
- Duarte Castillo, S. M., & Vega Campos, M. Á. (2021). Perspectivas y retos de la NOM-035-STPS-2018 para la atención de riesgos psicosociales y la promoción de entornos organizacionales favorables en México. *Trascender, Contabilidad y Gestión*, 48–86.
- Griñan, F. K., Torras, B. J., & Aparicio, F. J. (2025). Asociación entre burnout y calidad asistencial en atención primaria. 103207.
- Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST). (2022). Seguridad y salud en el trabajo: riesgos psicosociales relacionados con responsabilidades familiares.
- Martínez-Mejía, E., Ayala-Guerrero, F., & Sánchez-Sosa, J. J. (2025). Relación entre factores de riesgo psicosocial en el trabajo, burnout, ansiedad y calidad de sueño. *Revista Cubana de Salud y Trabajo*, 764.
- Maslach, C., Jackson, S., & Leiter, M. (1986). Maslach Burnout Inventory. Mind Garden.
- Mohamed, B., Ghaith, R., & Ahmed, H. (2022). Relationship between work-family conflict, sleep quality, and depressive symptoms among mental health nurses. *Middle East Current Psychiatry*, 19.
- Palomo-Chávez, J. I., Castro-Guijarro, J. I., & Ibararán-Rodríguez, T. D. (2023). La violencia laboral; un grave problema en los centros de trabajo. *Ciencias Administrativas Teoría y Praxis*, 97–113.
- Pulido, G. E., Lora, C. L., & Jiménez, R. L. (2021). Factores psicosociales que influyen en el ausentismo: evaluación de un modelo explicativo. *Interdisciplinaria*, 149–162.
- Roig-Grau, I., Fornés-Ollé, B., Rodríguez-Roig, R., Delgado-Juncadella, A., González-Valero, J. A., & Rodríguez-Martín, I. (2022). Burnout en profesionales de atención primaria en la Cataluña Central. 86–100.
- Secretaría del Trabajo y Previsión Social [STPS]. (2024). Riesgos de trabajo registrados en el IMSS. México: Gobierno de México.
- Solis-Carcaño, R., Zavala-Barrera, D., & Audeves-Pérez, S. (2023). Evaluación ergonómica en trabajos de construcción en el sureste de México. *ingeniería y Desarrollo*, 1.
- Trujillo-Ulloa, W. A. (2024). Factores psicosociales laborales y sintomatología ansiosa y depresiva en cuidados intensivos de un hospital público de Nuevo Chimbote. *Horizonte Médico (Lima)*, 2501.
- Uribe-Prado, J. F. (2020). Riesgos psicosociales, burnout y factores psicosomáticos en servidores públicos. *Investigación Administrativa*, 12503.

Declaración de conflicto de intereses

Los autores de este artículo expresan que no tuvieron ningún conflicto de intereses durante la preparación de este documento ni para su publicación.

Obra protegida con una licencia

Creative Commons

Atribución - No comercial
No derivadas



Atribución - No comercial
No derivadas