



**ESPE**  
UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS  
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA

# UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS “ESPE”

## TECNOLOGÍA SUPERIOR EN SEGURIDAD Y PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

“EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES EN BASE AL MÉTODO F PSICO  
DIRIGIDO AL PERSONAL ADMINISTRATIVO QUE LABORA EN LA EMPRESA  
SACHATECHNOLOGY MULTISERVICIOS CIA LTDAPARA PREVENIR EL  
SÍNDROME DE BURNOUT.”

**AUTORA: OLEAS AGUALONGO, GLADYS MARIUXI**





**ESPE**  
UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS  
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA

# CAPÍTULO I

## INTRODUCCIÓN ANTECEDENTES





**ESPE**  
UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS  
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA



## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Jornada de trabajo



Estrés laboral



Síndrome de Burnout



Sobre carga laboral





**ESPE**  
UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS  
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA



JUSTIFICACIÓN

Reducción de riesgos  
psicosociales



Aumento de trabajo



Deficiencia de Cultura  
organizacional





**ESPE**  
UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS  
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA



**OBJETIVO**

## OBJETIVO GENERAL

Evaluar los riesgos psicosociales en base al Método F Psico dirigido al personal administrativo que labora en la empresa Sachatechnology Multiservicios Cia Ltda.





## OBJETIVO



### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Identificar los factores de riesgos psicosociales a los que se encuentran expuestos el personal.

Determinar el nivel de riesgo psicosocial del personal de la empresa con el Método F PSICO.

Proponer un programa de estandarización de las actividades al personal en el podamos determinar acciones para la reducción de los riesgos a los que se encuentra el personal administrativo expuesto.





# ESPE

UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS  
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO





## MARCO LEGAL



**Artículo 326 Numeral 5:**  
Ejercer un trabajo en un lugar que brinde las garantías de un ambiente óptimo

Constitución del Ecuador 2008

Convenios Internacionales

**Artículo 11, Capítulo III** Obligaciones del empleador **Decisión 584:**

**Artículo 11, Decreto Ejecutivo 2393:**  
Tiene obligación de garantizar una buena gestión de la seguridad

Decretos

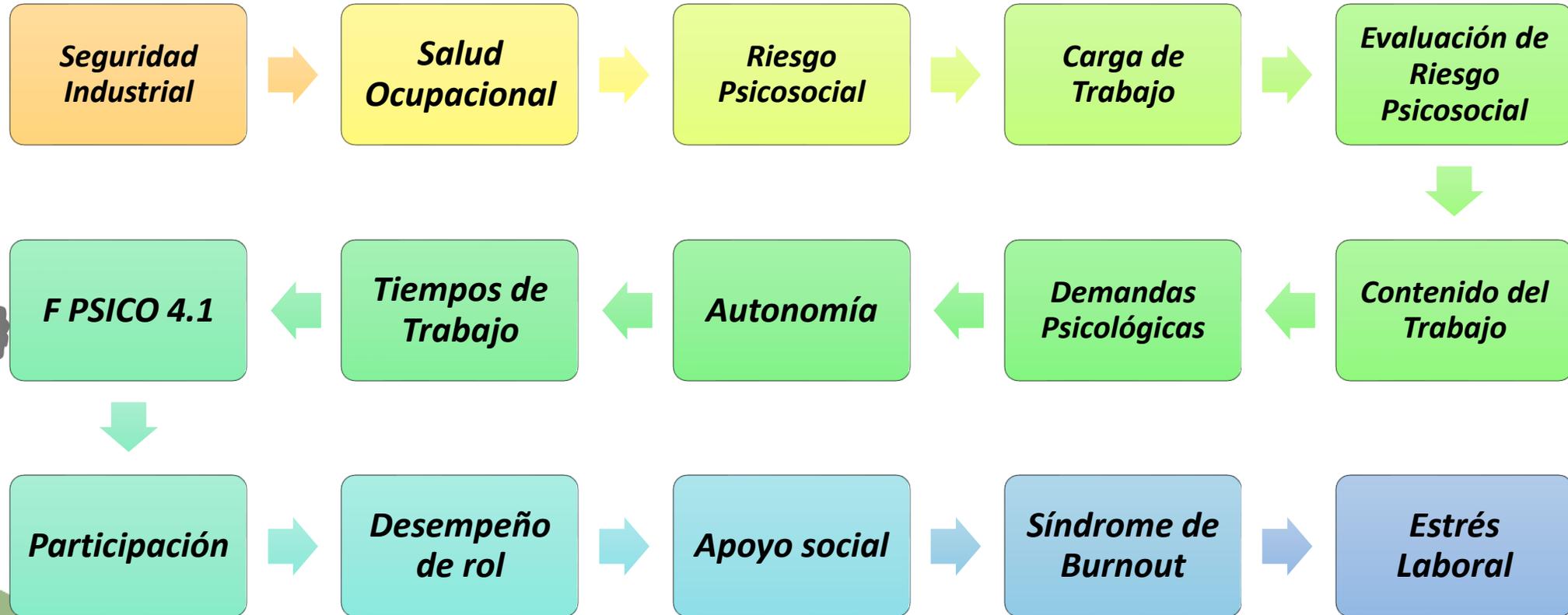
Normas

**NTP 926:** La Norma Técnica establece la metodología.





**MARCO TEORICO**





# ESPE

UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS  
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA

## CAPÍTULO III DESARROLLO DE LA INVESTIGACIÓN





## DESARROLLO DEL TEMA

Tiempo de trabajo

Autonomía

Carga de trabajo

Demandas psicológicas

Variedad y contenido

Participación y supervisión

Interés por el trabajo y  
Compensación

Desempeño de rol

Relación y apoyo social

El método F Psico consta de 44 preguntas, algunas de ellas múltiples, de forma que el número de ítems asciende a 89.

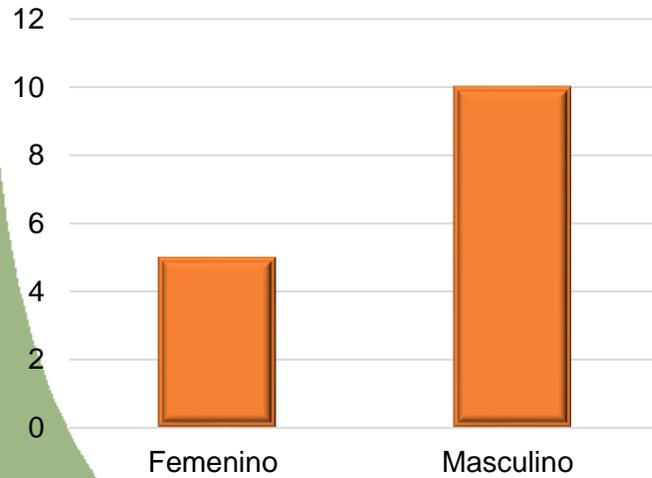




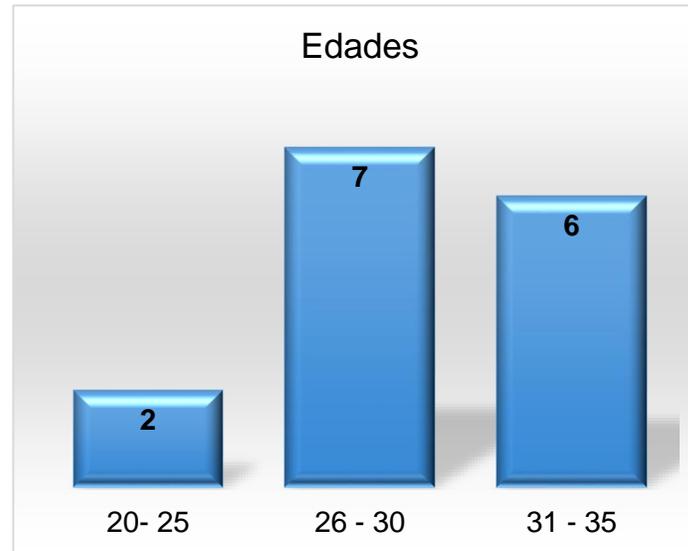
## DESARROLLO DEL TEMA

### Resultado de encuestas sociodemográficas

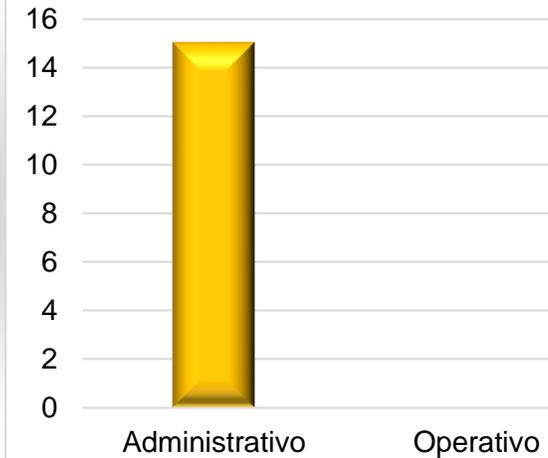
Genero



Edades



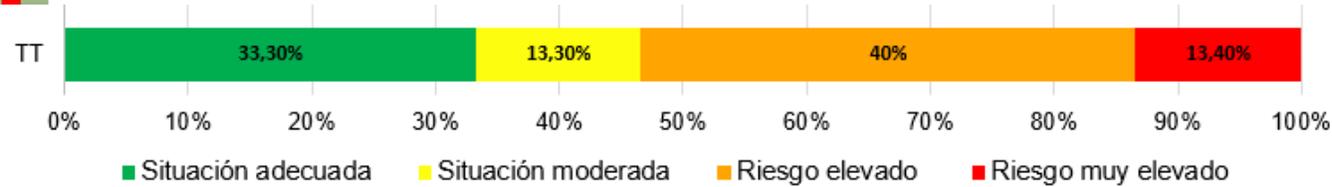
Puesto de trabajo





## DESARROLLO DEL TEMA

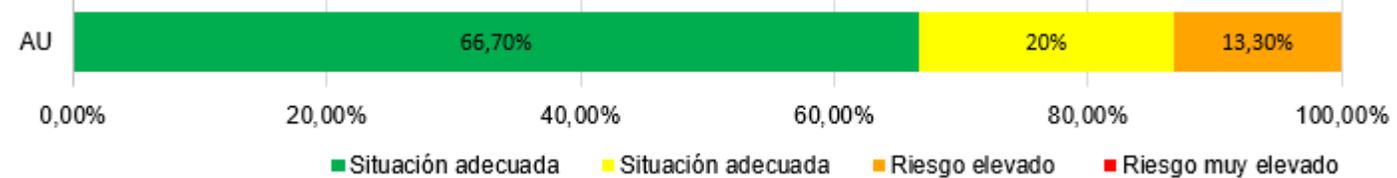
### Tiempo de trabajo



Tiempo de trabajo se hace a partir de los siguientes 4 ítems 1, 2, 5, 6

Autonomía se hace a partir de los siguientes 12 ítems 3, 7, 8, 9, Autonomía decisional de 10a - 10h

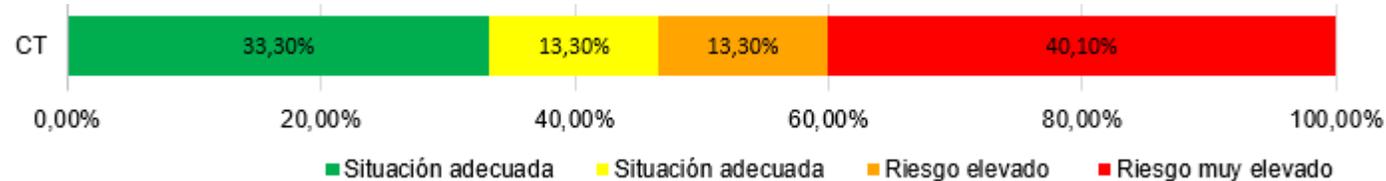
### Autonomía





## DESARROLLO DEL TEMA

### Carga de trabajo



Demandas psicológicas se recoge en dos grandes bloques a partir de los siguientes 12 ítems

Exigencias cognitivas 33a-33e

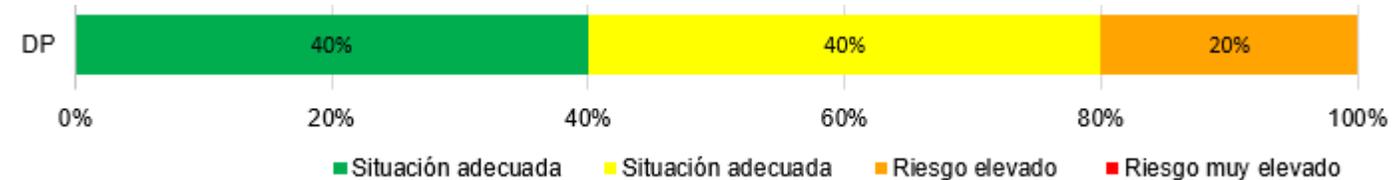
Exigencias emocionales 33f, 34a, 34 d, 35, 36,

Carga de trabajo se recoge en tres grandes bloques a partir de los siguientes 13 ítems

Presione de tiempo 23, 24, 25, Esfuerzo de atención 21, 22, 27, 30, 31, 32,

Cantidad y dificultad de la tarea 4, 26, 28, 29,

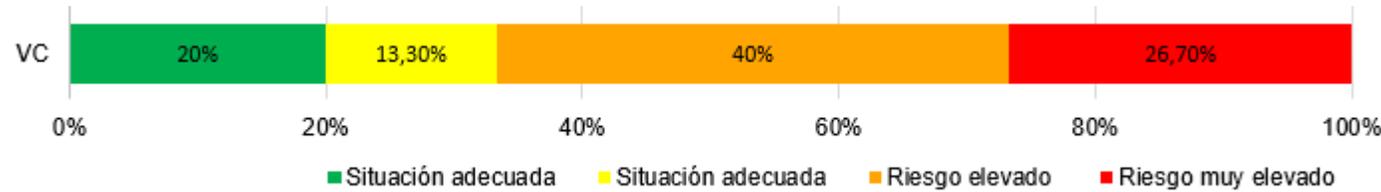
### Demandas psicológicas





## DESARROLLO DEL TEMA

### Variedad / Contenido



Variedad / Contenido se hace a partir de los siguientes 7 ítems 37, 38, 39, 40a-40d

Participación / Supervisión se hace a partir de los siguientes 11 ítems 11a-11g, 12a-12d

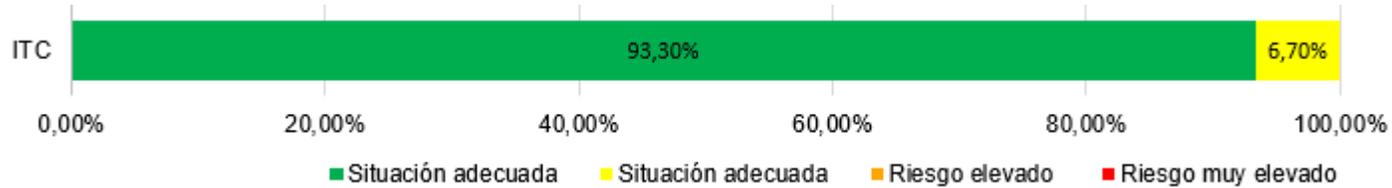
### Participación / Supervisión





## DESARROLLO DEL TEMA

### Interés por el trabajador / Compensación



Interés por el trabajador / Compensación se hace a partir de los siguientes ítems 13a-13d, 41, 42, 43, 44.

Desempeño de rol se hace a partir de los siguientes 11 ítems 14a-14f, 15a-15e

### Desempeño de rol





## DESARROLLO DEL TEMA

### Relaciones y apoyo social



Relaciones y apoyo social se hace a partir de los siguientes 10 ítems 16a -16d, 17, 18a -18d, 19, 20,



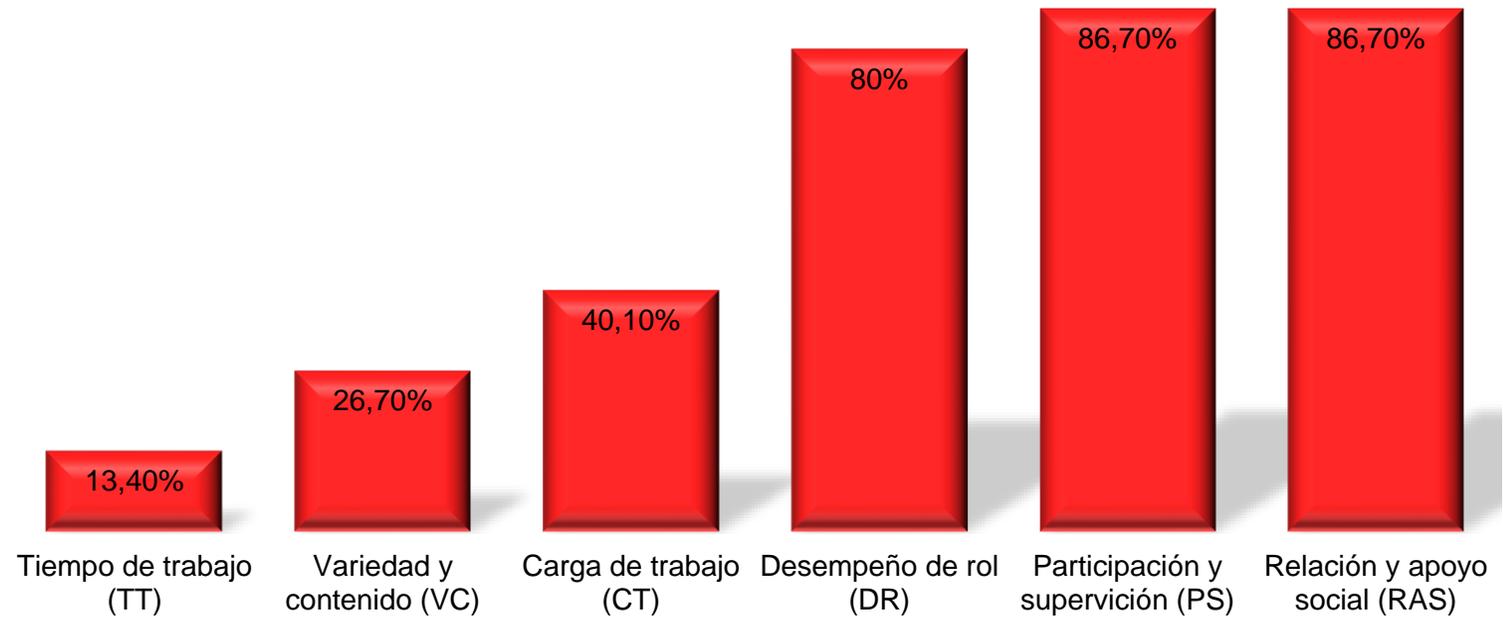


## DESARROLLO DEL TEMA



Promedio de nivel de riesgo muy elevado es de 55,60

### Riesgo muy elevado





### Estandarización de Actividades

#### PLAN DE ACCIÓN FRENTE A LOS RIESGOS PSICOSOCIALES

Actividades	Destinatarios	Medios	Responsables	Meses 2024												
				Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre	
Establecer horarios y jornadas de trabajo con tiempos de descanso.	Todos los trabajadores	Presencial	Técnico de Seguridad y Salud Ocupacional									X	X	X	X	X
Socializar las funciones y actividades a desarrollar durante cada jornada.	Todos los colaboradores	Online, Presencial	Técnico de Seguridad y Salud Ocupacional									X	X	X	X	X
Fortalecer el relacionamiento social a través de buenas prácticas.	Todos los colaboradores	Presencial	Técnico de Seguridad y Salud Ocupacional										X		X	
Actividades deportivas	Todos los colaboradores	Presencial	Técnico de Seguridad y Salud Ocupacional											X		
Pausas activas durante la jornada de trabajo	Todos los colaboradores	Presencial	Técnico de Seguridad y Salud Ocupacional									X	X	X	X	X
Capacitaciones al personal administrativo para mejorar el ambiente laboral (ANEXO 1)	Todos los colaboradores	Presencial	Técnico de Seguridad y Salud Ocupacional	X	X	X										
Programas motivacionales	Charlas motivacionales para fomentar la comunicación interna y el trabajo en equipo.	Todos los colaboradores	Técnico de Seguridad y Salud Ocupacional									X	X	X	X	X
	Premios a la antigüedad personales por 5, 10 y 15 años	Todos los colaboradores	Técnico de Seguridad y Salud Ocupacional									X	X	X	X	X





## DESARROLLO DEL TEMA

### Análisis Costo-Beneficio de las actividades a realizar para la gestión de la seguridad.

#### Gestión SST:

Valor aproximado de inversión  
**5.500\$**

Genera bienestar al personal de la Empresa Sachatechnology  
Cumplimiento riguroso de normativa legal  
Mejora la productividad gracias al buen desempeño del personal  
Reduce costos por accidentes o enfermedades  
Compromiso por brindar un ambiente laboral positivo a través de diferentes actividades



#### Perdidas:

Valor aproximado de multas de  
**200\$ por cada trabajador (15),  
total 3000\$ o hasta 20 SBU  
135000\$**

Sanciones por incumpliendo de normativas por accidentes, incidentes y enfermedades laborales.  
Pérdidas de Producción  
Reemplazos-perdidas de recursos y tiempo  
Pagos por Responsabilidad Patronal  
Pérdida de recursos empresariales





**ESPE**  
UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS  
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA

## CAPÍTULO IV

# CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES





## CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### Objetivo

- Identificar los factores de riesgos psicosociales a los que se encuentran expuestos el personal. .

### Conclusión

- En la empresa Sachatechnology Multiservicios Cia Ltda con el estudio realizado se logró establecer los principales factores de riesgos psicosociales a los que se encuentran expuestos el personal del área administrativa entre ellos se puede mencionar el los de mayor nivel riesgos como lo son: síndrome de burnout, estrés laboral, sobre carga de trabajo, actitudes y hábitos inadecuados, los mismos que afectan directamente la salud y el desempeño laboral de cada uno de los trabajadores.

### Recomendación

- La alta dirección de la empresa Sachatechnology Multiservicios Cia Ltda debe realizar actualización de riesgos psicosociales vasados en la legislación establecida, con el fin de mejorar el desempeño, la salud y la gestión de la seguridad en la empresa, a través de las actividades planteadas en el plan de acción desarrollado.





## CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### Objetivo

- Determinar el nivel de riesgo psicosocial del personal de la empresa con el Método F PSICO.

### Conclusión

- La Aplicación del Método F PSICO permitió identificar y analizar de manera directa el nivel de riesgo frente a 9 factores: Tiempo de trabajo (13.40%), Carga de trabajo (40.10%), Variedad y contenido (26.70%), Participación y Supervisión (86.70%), Desempeño de rol (80%), Relaciones y apoyo social (86.70%), obteniendo un nivel de riesgo muy elevado con un nivel promedio de (55.60%), por tal razón es fundamental establecer acciones que ayuden a disminuir el riesgo psicosocial en la empresa.

### Recomendación

- El gerente de la Empresa Sachatechnology en conjunto con el Técnico de Seguridad deben mantener un control del nivel de riesgo, para poder realizar una mejora continua en los puestos de trabajo





## CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### Objetivo

- Proponer un programa de estandarización de las actividades al personal en el podamos determinar acciones para la reducción de los riesgos a los que se encuentra el personal administrativo expuesto.

### Conclusión

- En base a la evaluación de riesgos psicosociales F PSICO se elaboró un plan de acción donde se determina una serie de actividades a realizar que ayudan a mitigar los riesgos a los que se encuentran expuestos el personal que labora en el área administrativa de la Empresa Sachatechnology.

### Recomendación

- El Plan de Acción elaborado comprende actividades que requieren ser llevadas a cabo en la empresa y es fundamental que se gestione la seguridad a través del cumplimiento de dichas acciones de acuerdo al cronograma que ha sido establecido con el fin de generar ambientes positivos, de gran importancia para mejorar la productividad de la empresa en tal virtud se requiere realizar tomar en cuenta el plan operativo anual de la empresa de tal manera que designar los recursos y las acciones necesarias para atender esta problemática y mejorar significativamente el desarrollo del personal en dicha empresa.





**ESPE**  
UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS  
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA

TODOS NUESTROS  
SUEÑOS SE PUEDEN  
HACER REALIDAD SI  
TENEMOS EL  
CORAJE DE  
PERSEGUIRLOS

**GRACIAS POR  
SU ATENCIÓN**

