

LA SALUD PSICOSOCIAL EN OPERADORES DEL TRANSPORTE PÚBLICO EN PANAMÁ



Francisca Mendoza R.*
Autoridad de Aseo Urbano y Domiciliario, Panamá
francisca1962@gmail.com



Flor María Cortez Rivera**
Ministerio de Ambiente, Panamá
fcortez485@gmail.com

DOI: 10.37594/saluta.v1i2.584

Fecha de recepción: 18/07/2020

Fecha de revisión: 19/07/2020

Fecha de aceptación: 24/08/2020

RESUMEN

Los Operadores de transporte público en general son hombres que desempeñan una labor que ha sido considerada de baja calificación técnica. Esta labor está caracterizado por la ejecución simultánea de tareas, frecuencia de recorrido, exposición al ruido, a la vibración, densidad del tráfico, continuas paradas del vehículo, escaso tiempo para la alimentación, sedentarismo, obesidad y estrés entre otros. En este entorno laboral los riesgos Psicosociales y su consecuencia de problemas interpersonales, en el ámbito laboral, social y familiar, están presentes, pasan desapercibidos y casi no se le presta la debida atención. Conocer los riesgos Psicosociales a los que están expuestos los operadores de Transporte Publico ayuda a determinar ¿Qué tipo de intervención es factible para contribuir a prevenir y mitigar los riesgos psicosociales en conductores de vehículo de pasajeros en una empresa, con jornadas mixtas y horarios?

Palabras clave: Salud Laboral, Riesgos Laborales, Riesgos Psicosociales, Transporte

* Trabajadora Social de Profesión

** Trabajadora Social de Profesión

PSYCHOSOCIAL HEALTH IN PUBLIC TRANSPORTATION OPERATORS IN PANAMA

ABSTRACT

Public transport operators in general are men who carry out a job that has been considered of low technical qualification. This work is characterized by the simultaneous execution of task, frequency of travel, exposure to noise, vibration, traffic density, continuous stops of the vehicle, little time for feeding, sedentary lifestyle, obesity and stress among others. In this work environment, Psychosocial risks and their consequence of interpersonal problems, in the work, social and family environment, are present, go unnoticed and are hardly give due attention. Knowing the psychosocial risks to which Public Transport operators are exposed helps to determine what type of intervention is feasible to help prevent and mitigate psychosocial risks in drivers of passenger vehicles in a company, with mixed days and schedules?

Keywords: Occupational Health, Occupational Risks, Psychosocial Risk, Transportation.

INTRODUCCIÓN

Estar al volante de un vehículo se requiere de un alto nivel de concentración y responsabilidad, situación percibida por los trabajadores encargados de transportar a la población de un lugar hacia otro destino, ya sea de tipo personal, recreacional, turístico o laboral.

En Panamá el transporte público representa uno de los principales medios para trasladar a la población. Los trabajadores de la locomoción colectiva, constituyen un grupo que va en aumento y que está expuesto a nuevas exigencias derivadas del desarrollo productivo del país y las progresivas mejoras en el sistema de transporte público.

Este Trabajo de Investigación tiene el propósito de indagar e identificar las desencadenantes sobre el tema de los Riesgos Psicosociales y sus afectaciones en los trabajadores de este rubro en Panamá. La gran mayoría de los conductores profesionales se convierten en fuertes candidatos para el desarrollo de enfermedades, en la mayoría de los casos les cuesta mantener hábitos saludables y horarios de alimentación flexibles, adaptarse a esta condición en el área de trabajo es un riesgo que ocasiona daño directo o progresivo a la salud. Adquirir una enfermedad o una lesión por accidente se relaciona a condiciones inseguras de trabajo, que dan origen al riesgo clasificado como factor técnico organizacional y de conducta humana (1). Diversas investigaciones han respaldado que los trabajadores del sector transporte están expuestos a riesgos psicosociales, tales como episodios de violencia,

turnos extensos, exigencias excesivas y condiciones irregulares de remuneración, entre otros, encontrándose que dichos riesgos tiene directa relación con el deterioro de la salud de los trabajadores, quienes presentan mayor prevalencia de enfermedades laborales, como trastornos del sueño, problemas cardiovasculares, problemas muscoesqueléticos, fatiga, sintomatología ansiosa depresiva (2)

MATERIALES Y METODOS

La descripción de los riesgos a los que se enfrenta un profesional del transporte público se fundamenta en dos fuentes:

Investigaciones escritas desarrolladas en otros países, comprendidas desde el año 2015 a la fecha. La otra fuente de información es la revisión bibliográfica narrativa de artículos científicos de periódicos nacionales y de diversas revistas enfocadas en una medición cualitativa de la existencia y predominancia de los riesgos en la salud, la calidad de vida y los factores psicosociales que resultan de la actividad propia de los conductores del transporte público, Los operadores de vehículos del transporte colectivo, además de los factores psicosociales, se exponen a riesgo laboral físico y ergonómico. Este Riesgo laboral está relacionado con estímulos inadecuados al aparato esquelético y muscular, por malas posturas, movimientos repetitivos de alto impacto, manipulación de carga y aplicación de fuerzas al trabajo, que se traduce como riesgos ergonómicos.

RESULTADO

Los conductores de vehículos del transporte son un grupo especial quienes, además, por el trabajo que desempeñan pueden causar daños a terceros. Este trabajo presenta algunas desencadenantes del estrés y un plan de manejo de estos, e identifica las principales causas externas que generan Problemas Psicosociales, en función a la labor del conductor de transporte público. Dentro de los antecedentes correspondientes a esta población del transporte especial, se encuentra el sector conformado por 3 modalidades de transporte (escolar, empresarial y público) haciendo énfasis investigativo en el transporte público.

Según la Organización Internacional de Trabajo (OIT), los factores de riesgos psicosociales son aquellas características de las condiciones de trabajo que afectan a la salud de las personas, estos factores de riesgos continúan permaneciendo “*invisibles*” o como mucho, en segundo lugar, ante los intereses de los empresarios; e incluso ante los trabajadores y las trabajadoras afectados/as, debido a la falta de formación preventiva (3). En los últimos años, los factores de riesgo psicosocial relacionados con el trabajo han ido adquiriendo cada vez más relevancia por las evidencias encontradas en la relación entre los riesgos psicosociales en el trabajo y el incremento de procesos mórbidos en los trabajadores.

Autobuses

En Panamá el principal medio de transporte público son los autobuses, diariamente unos 800 mil panameños utilizan este medio, tanto dentro de la ciudad, como hacia el interior del país. La terminal central de autobuses, conocida como Gran Terminal Nacional de Transporte, se encuentra en Albrook, próximo al Aeropuerto Marcos A. Gelabert y del centro comercial Albrook Mall. Desde allí parten rutas interurbanas, interprovinciales e incluso rutas internacionales hacia América Central.

La empresa Mi Bus constituye el transporte masivo de la operación del servicio público metropolitano en la ciudad de Panamá y el distrito de San Miguelito con una flota de 1,436 buses y más de 4,600 colaboradores. cuenta con más de 3,090 operadores, profesionales del volante en las diversas rutas de la ciudad capitalina, que están calificados y encargados, para llevar a su hogar o transportar de manera segura y confiable a los usuarios de la comuna capitalina y el Metro de Panamá, estos ha sido fuertemente criticado a pesar de diferentes estrategias que han utilizado desde su ingreso al país; por el mal servicio ofrecido por el Metro Bus y la poca frecuencia de estos al servicio de la población usuaria. Tanto pasajeros como hasta los propios conductores sufren por el problema del transporte en Panamá. Esto puede hacer que se expongan a muchos riesgos psicosociales que afectan la salud o la calidad de vida, la labor de manera efectiva y tiende a aumentar las probabilidades de protagonizar accidentes de tránsito, sentimientos de desesperación, ansiedad, estrés, frustración y trauma, calificados por los sociólogos como graves.

Panamá como País, aún no se cuenta con una ley específica para normar el estrés laboral, la aplicable en este ámbito es Decreto Ejecutivo N° 2; Resolución N° 45,588- 2011. Esto al igual que en otros países debe ser un tema de Estado ya que a medida que los países avanzan en crecimiento humano, económico y tecnología, hace que la población cambie sus estilos de vida y salud. La mayoría de los estudios analizados relacionados con los riesgos laborales asociados al estrés, se han realizado en el área hospitalaria. Pocos corresponden al área de atención primaria y la mayoría de ellos son internacionales, siendo escasa la evidencia nacional.

DISCUSIÓN

¿Como afectan los Riesgos Psicosociales a los conductores de transporte público o urbano?

Para explicar el riesgo Psicosociales de los conductores de transporte público o urbano se toma consideración correlatos en la cultura organizacional, Investigadores como Sowby con su artículo *“Radiation and Other Risks (Sowby 1965) y Starr con “Social Benefit versus Technological Risk” (Starr 1969)* fueron quienes abrieron la controversia sobre la temática

en cuestión, siendo este último quien impulsara el debate –aún vigente– sobre el riesgo, con la interrogante: ¿Qué está dispuesta a pagar nuestra sociedad por la seguridad? (4), respecto al estudio del riesgo tienen un incremento exponencial, pasando éste a ocupar un lugar privilegiado no sólo en el debate académico y en la literatura especializada sino, también, en diversos ámbitos de aplicación, donde los riesgos asociados a los procesos de toma de decisiones juegan un rol fundamental (ej. Las ciencias políticas, la gestión, los negocios, la seguridad industrial, la seguridad personal, el desarrollo social y la gerencia social).

DIFERENCIA RIESGOS O FACTORES PSICOSOCIALES

Actualmente hay varias maneras de referirse a los factores psicosociales y su relación con la salud de los trabajadores como factores psicosociales, riesgos psicosociales o factores psicosociales de riesgo o de estrés. Estos conceptos se aproximan, pero son distintos. Los factores psicosociales están relacionados con la organización, la dirección y el diseño del trabajo que pueden afectar notablemente tanto a la capacidad, a los recursos y a la salud de los trabajadores. Actualmente el término de riesgo psicosocial ha recibido mucha importancia dirigido especialmente a la salud de los trabajadores tanto física, psíquica o socialmente.

Una de las grandes diferencias que hay entre los riesgos y los factores psicosociales, es que las consecuencias que pueden ocasionar los riesgos psicosociales son mayores como el estrés, el burnout, el acoso laboral y sexual, la violencia. Por lo que, los factores psicosociales pueden provocar daño, aunque en menor nivel que los riesgos psicosociales. Por tanto, los riesgos psicosociales son hechos o estados que perjudican la salud de los trabajadores, no son condiciones organizacionales que, en cambio, sí lo son los factores psicosociales.(5)

Además, también los riesgos psicosociales, el estrés relacionado con el trabajo y las enfermedades no transmisibles preocupan cada vez más a gran número de trabajadores de todo el mundo. Al mismo tiempo, muchos trabajadores siguen haciendo frente a riesgos persistentes para la seguridad y la salud relacionados con el trabajo y es importante no pasarlos por alto cuando miramos hacia el futuro. Es un imperativo global que estos desafíos a los que se afronta la Ciencia de la Salud Ocupacional se aborden con estrategias de prevención efectivas. Con todo, lograr una prevención efectiva sigue siendo un desafío importante en el tratamiento de la Seguridad y Salud en el Trabajo (SST) a nivel mundial.

Los riesgos psicosociales, el estrés relacionado con el trabajo y las enfermedades no transmisibles preocupan cada vez más a gran número de trabajadores de todo el mundo. Al mismo tiempo, muchos trabajadores siguen haciendo frente a riesgos persistentes en el ambiente laboral que atentan en contra de la seguridad y la salud de los trabajadores y es muy importante no pasarlos por alto cuando miramos hacia el futuro. El desarrollo del trabajo

decente en el mundo implica mejorar las condiciones de seguridad y salud en los centros de trabajo, cometido que dignifica la actividad laboral de las y los trabajadores. El mejoramiento de las condiciones y medio ambiente de trabajo, es una estrategia importante, no sólo para garantizar el bienestar de los trabajadores, sino también, para contribuir a la productividad de las empresas.(6)

Los factores psicosociales son aquellas condiciones del trabajo y también de su organización, que pueden llegar a afectar la salud del colaborador dentro de la empresa, por medio psicológico como fisiológico y a lo que también se le conoce como estrés.

En la literatura producto de otros estudios, existe evidencia y predominio de jornadas laborales extensas, como patrón predominante en esta agrupación laboral que durante horas deben permanecer sentados y atentos a las vías de circulación, semáforos y peatones sin realizar paradas para realizar ejercicios de estiramientos u otros que les ayuden a desestresarse.

La percepción de los conductores es que la silla del vehículo es muy cómoda, y esto se puede deber a el reemplazo periódico de la flota vehicular y es que esta es la práctica en la última década por parte de los propietarios y corporaciones nacionales e internacionales.

No obstante, la mayoría de los conductores reconocen la presencia de dolor lumbar como secuela de las malas posturas, lo cual puede ser el resultado de periodos extensos de la faena, sin los debidos descansos y las pausas activas requeridas para este tipo de trabajo. En investigación realizada las condiciones laborales y de salubridad de los conductores de transporte público individual de pasajeros tipo taxi de la ciudad de Bucaramanga; los factores de riesgo de tipo biomecánico que fueron identificados requieren de intervenciones por parte de la Administración de Riesgos Laborales (ARL), debido al nivel de exposición. Estos planes deberían incluir intervenciones comportamentales, educación y pausas activas para reducir la generación de síntomas de desórdenes musculo esqueléticos (7).

¿Qué son los factores y los riesgos psicosociales?

La Organización Internacional del Trabajo (OIT) - Organización Mundial de la Salud (OMS) dice que *“los factores psicosociales en el trabajo consisten en las interacciones entre el trabajo, el medio ambiente, la satisfacción en el trabajo y las condiciones de su organización, por un lado, y por otro, las capacidades de los trabajadores, sus necesidades, su cultura y su situación personal fuera del trabajo; todo ello, a través de las percepciones y experiencias, puede influir en la salud y en rendimiento y la satisfacción en el trabajo”*. Por otra parte, la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo define los riesgos psicosociales como: *“los aspectos de diseño, organización y gestión del trabajo, así como*

del contexto social y medioambiental que pueden causar un daño psicológico, social o físico en el trabajador". (8)

Panamá

El riesgo laboral es una condición adoptada por las personas en el área laboral, que puede llegar a ocasionar daños directos o progresivos a la salud y la probabilidad de adquirir una lesión por accidente o una enfermedad por motivos de trabajo. Así mismo, se relaciona con condiciones de trabajo inseguras, que dan origen a riesgos y están calificados como factores técnicos, organizacionales y de conducta humana (9).

Dentro de los riesgos laborales identificados en taxistas y previo a observación y análisis de los mismos, se muestran los relacionados con factores físicos y psicosociales, responsables de las conductas laborales y de los estados de salud de los transportadores, quienes dadas las características de la labor tienen mayores factores de riesgo que otros grupos colectivos.

Al momento de legislar sobre esta materia, los que crean leyes solo se enfocan solamente en la parte técnica de un operador o conductor de vehículo en cual lo enuncian en su Ley QUE ESTABLECE NORMAS GENERALES PARA LA EXPEDICIÓN DE LICENCIAS DE CONDUCIR VEHICULOS Y DICTA OTRAS DISPOSICIONES y en su exposición señalan que se debe tener siempre en cuenta que un vehículo es un arma en potencia, lo cual recae aún más en aquellas personas, es decir, al operador que se dedican al transporte público de pasajeros, quienes deben velar por las vidas que transportan a sus hogares, trabajos y distintos destinos. Es decir, la legislación es solo para requisitos en el manejo de transporte, con el fin de tratar de asegurar que los mismos sean personas experimentadas que tengan el conocimiento y la destreza necesaria para maniobrar los vehículos que nosotros, como Estado, le hemos permitido y así procurar unas vías públicas más seguras.

El tema de la seguridad vial no es algo que llama la atención solamente en Panamá, por ejemplo, organizaciones como la Organización Mundial de la Salud en el año 2016, emitió un informe de Seguridad Vial para la Región de América, en donde se recomienda a los países implementar políticas tendientes a disminuir las altas tasas de accidentes de tránsito y mejorar el comportamiento de sus usuarios, sin embargo, no se encuentra nada que legisle en tema de Riesgos Psicosociales para los trabajadores de este rubro en Panamá.

Regulación de Riesgos psicosociales

En términos generales, se puede afirmar que las referencias legales halladas dentro del ordenamiento jurídico de Panamá y relativas a los riesgos psicosociales son prácticamente

inexistentes.

Cabe destacar que no existe regulación o disposición legal específica en cuanto a la protección de la seguridad y salud de los trabajadores frente a los riesgos psicosociales en el ambiente laboral. Además, tampoco ha existido por el momento incorporación alguna de una dolencia de origen psicosocial dentro del listado de enfermedades profesionales en el país.

Dentro de las obligaciones atribuibles al empresario y contenidas en el Código de Trabajo de Panamá de 1972, existen algunas disposiciones que pueden hacer referencia a los riesgos psicosociales y que a continuación se exponen:

Artículo 182 (obligaciones)

- Artículo 182.1: *“Darle ocupación al trabajador conforme a las condiciones convenidas”*
- Artículo 182.3: *“Proporcionar oportunamente a los trabajadores los útiles, instrucciones y materiales necesarios para la ejecución del trabajo, los cuales serán de buena calidad e idóneos para el trabajo y los repondrá tan pronto como dejen de ser eficientes”*.
- Artículo 182.6: *“Guardar a los trabajadores la debida consideración, absteniéndose de maltratarlos de palabra o de obra y de cometer en su contra actos que pudieran atentar contra su dignidad”*.
- Artículo 138 (prohibiciones)
- Artículo 138.10: *“Ejecutar cualquier acto que restrinja los derechos del trabajador”*
- Artículo 138.12: *“Establecer listas negras, índices o prácticas que puedan restringir las posibilidades de colocación a los trabajadores o afectar su reputación.”*
- Artículo 138.13: *“Exigir la realización de trabajos que pongan en peligro la salud o vida de los trabajadores”*
- Artículo 138.15: *“Realizar actos de acoso sexual”*

Transporte Publico

El caos vehicular es uno de los principales problemas de la ciudad capital, San Miguelito y Panamá Oeste. Es una deuda con la población, pero que está muy lejos de corregirse y que va más allá del estrés y las incomodidades que esta situación ocasiona. Varios estudios de la Cepal indican que el caos y el desorden en las ciudades como Panamá afectan la salud mental de las personas, ocasionando situaciones que elevan los niveles de ansiedad y estrés.

De acuerdo con un estudio del Banco Mundial sobre la movilidad urbana en la capital, los principales cuellos de botella del transporte público tienen correlación con los siguientes aspectos: Panamá es uno de los países más urbanizados de Centro América; la expansión

espacial hacia la periferia y los desarrollos de extrema densidad puntual en zonas céntricas dificultan la provisión de servicios urbanos; la ciudad viene sufriendo de un alto crecimiento de la motorización; Panamá presenta altos niveles de congestión vehicular a lo largo de los corredores principales, tanto longitudinales como transversales, con velocidades vehiculares medias en la hora pico de la mañana de 18 km/h y en hora pico de la tarde de 16 km/h (10).

Estudios realizados revelan los altos índices de estrés laboral en operadores de Transporte Público o Urbano y se han asociados a tensión, fatiga y carga mental, los cuales han sido demostrados a través de respuesta neuroendocrinas con elevados niveles de cortisol; también se ha auto reportado estrés de transportistas, a un mayor consumo o del alcohol.

Estudios realizados revelan que los conductores de transporte urbano tienen un perfil diferente al resto de los conductores, más de 2 años con licencia de conducir vigente, mínimo estudios de primer ciclo culminados, disponibilidad de turnos rotativos, buen historial de tránsito ya que estos trabajadores en general soportan cargas globales físicas y mentales más alta que el resto de la población conductora 25 años en adelante.

Estos riesgos no solamente perturban al conductor, sino también a su familia y los que se encuentran a su alrededor afectándolos en lo social, laboral y la convivencia pudiendo aumentar la agresividad y la violencia.

Entre los riesgos psicosociales que pueden causar afectaciones a los conductores de transporte público de la empresa Mi Bus se pueden señalar:

- Los riesgos físicos ruido, temperatura, vibración, iluminación y radiaciones.
- Los riesgos ergonómicos posturas inadecuadas, movimientos repetitivos, y sobre esfuerzo.
- Los riesgos químicos vapor, humo, neblina, gases y polvos.
- Los riesgos biológicos hongos, bacterias y virus.

Se ha podido determinar que los conductores de servicio público tienden a tener una mayor posibilidad de desarrollar enfermedades cardiovasculares con respecto a otros profesionales que se desempeñan en áreas diferentes con la misma edad. En Panamá la mayor demanda de atención de salud es asignado al tratamiento de enfermedades crónicas, pero muy poco intervienen en prevención primaria y secundaria lo que lógicamente conlleva a que el estado invierta en elevados gastos en la atención (11). La literatura de Panamá, no contempla documentos que recojan de manera integral los aspectos relacionados con la situación laboral y de salud de la población trabajadora.

Con respecto a los lugares que recopilan información que puede ser valiosa para el

análisis de esta temática se, incluyen principalmente: Instituto Nacional de Estadísticas y Censos de la Contraloría General de la República, Ministerio de Salud, Caja de Seguro Social y Ministerio de Trabajo y Desarrollo Laboral. Sin embargo, esta información no se consolida en un documento que periódicamente permita disponer de las estadísticas de la situación de los riesgos del trabajo en la población panameña.

Lista de Enfermedades Profesionales, reconocidas en Panamá, y comentarios del artículo 18 del Reglamento de Riesgos Profesionales de la Caja de Seguro Social:

1. Enfermedades causadas por Polvos Vegetales: a. Bisinosis, b. Bagazosis, c. Tabacosis
2. Enfermedades causadas por polvos minerales: a. Silicosis, b. Asbestosis, c. Antracosis, d. Estanosis, e. Calicosis.
3. Intoxicaciones Crónicas o Enfermedades causadas por compuestos químicos, orgánicos e inorgánicos.
4. Intoxicaciones crónicas causadas por metales y 24 sus aleaciones. a. Saturnismo, b. Manganismo, c. Enfermedades e Intoxicaciones causadas por otros halógenos.
5. Intoxicaciones Crónicas y enfermedades causadas por halógenos metaloides y sus compuestos: a. Colorismo, b. Yodismo, c. Arsenicismo, d. Fosforoso, d. Sulfo-carbonismo, e. Sulfurismo.
6. Intoxicaciones Crónicas o enfermedades causadas por compuestos inorgánicos de oxígeno, hidrógeno y carbono.
7. Enfermedades causadas por agentes físicos: a. Enfermedades producidas por vibración o herramientas neumáticas, de rotación o percusión; b. Enfermedades causadas por fricción, presión o movimientos repetitivos; c. Sordera producida por ruidos continuos o intermitentes de alta intensidad; d. Conjuntivitis actínica y catarata calórica causada por exposición a los rayos ultravioletas o infrarrojos; e. Radiodermatitis en trabajadores expuestos a radiación.
8. Enfermedades causadas por agentes biológicos: a. Tuberculosis en médicos, enfermeras, laboratoristas, clínicos, auxiliares y demás personal que, por causa u ocasión de su trabajo, adquieran el contagio directo de los enfermos o indirectamente por materiales contaminados; b. Ántrax, en veterinarios, matarifes, carniceros, cuidadores de ganado, curtidores o cualesquiera otros trabajadores que manejan lana, pieles, cuero o cualquier otro material animal contaminado; c. Brucelosis en veterinarios, cuidadores de ganado y ordeñadores; d. Hidrofobia (rabia) en veterinarios, laboratoristas y cuidadores de perros.
9. Enfermedades de la piel, de origen profesional debidamente comprobado.
10. Toda otra enfermedad intoxicación, lesión orgánica o alteración funcional producida directamente por cualquier agente físico, químico o biológico y cuyo

origen profesional sea debidamente calificado por el Departamento Médico Legal de la Caja de Seguro Social. (12)

El listado anterior enuncia las enfermedades reconocidas, no así las enfermedades mentales que surgen a consecuencia de factores Psicosociales y que afecten la calidad de vida de los trabajadores del transporte público y se observa que relacionan todas las enfermedades causadas por otros agentes físicos, químicos o biológicos.

Los conductores de transporte selectivo están sometidos a una serie de riesgos laborales por la índole de su trabajo. Muchos de estos riesgos van ligados a la pobre conciencia que los propios conductores muestran al respecto. Y es que en su inmensa mayoría desconocen la importancia de conservar buenos hábitos de higiene, postura, alimentación y demás, que por ende hacen esperados los riesgos en mención. (13).

Otro factor que afecta a la población trabajadora de transporte público es la obesidad y esta es una tendencia marcada durante la última década en países europeos, esto se ha incrementado y este problema conlleva a otras enfermedades como las cardiovasculares.

Diversos estudios epidemiológicos muestran que los operadores de vehículos de transporte público, tienen riesgos de salud superiores a los experimentados por otros grupos de población.

¿Existen grupos específicos de la población activa con riesgo de sufrir problemas de salud mental?

La respuesta a esta pregunta no es sencilla, pues apenas existen sistemas de vigilancia internacionales o nacionales que permiten identificar los factores de riesgo, las consecuencias para la salud mental o los grupos de riesgo.

En las profesiones con elevados ritmos de trabajo y/o baja discreción respecto al uso de las destrezas, el riesgo de trastorno mental es máximo. Al mismo tiempo, en algunos países se dispone de datos sobre resultados de salud mental en relación con grupos profesionales. Los que parecen especialmente propensos a abandonar por motivos de salud mental en los Países Bajos pertenecen al sector servicios, como el personal sanitario y los maestros, así como los empleados de la limpieza, amas de casa y trabajadores del transporte (14).

Todo lo que se describe en las lecturas sobre los problemas de salud mental tradicionales hay que sumar aquellos Riesgos Psicosociales y su gestión dentro de los ambientes laborales

en el último año y medio debido a la aparición de la COVID-19, que ha acrecentado las enfermedades relacionadas con el estrés, tales como trastornos de ansiedad, depresión, trastornos de adaptación, reacciones a estrés grave, hipertensión arterial secundaria, infarto agudo de miocardio y úlceras, entre otras.

La Lcda. Iliana Avecilla, jefa del Área de Psicólogos Ocupacionales a nivel nacional, explica el aumento los casos de las enfermedades relacionadas al estrés desde la aparición de la pandemia.

La COVID-19 se puede catalogar como uno de los nuevos riesgos psicosociales, y el estrés laboral que provoca se encuentra entre los problemas que más dificultades plantean en el ámbito de la seguridad y la salud en el trabajo, afectan de manera notable a la salud de las personas, de las organizaciones y de la economía nacional, expresó Avecilla (15).

Esta situación no es diferente en los países latinoamericanos como Panamá, apenas existen sistemas o programas de vigilancia que se dediquen a la identificación y prevención especialmente en salud mental que se da en los trabajadores del transporte público o población trabajadora en general. Y por la importancia de investigaciones científicas cualitativas y cuantitativas a nivel de país, que se realicen a favor de este tema tan importante para la población trabajadora actual y generacional.

CONCLUSIÓN

Luego de revisar los antecedentes teóricos, los procedimientos de la empresa Mi Bus y para recabar información de los factores que inciden en los operadores de la empresa mi bus, se concluye que los factores tanto intrínsecos y extrínsecos tienen un protagonismo en las causas de los riesgos psicosociales a que están expuestos los operadores de este rubro.

En este caso de acuerdo con la búsqueda realizada se establece que el estrés, fatiga o cansancio por las jornadas laborales son causa principal de riesgos en enfermedades Psicosociales en Operadores de Transporte Publico, por ello es necesario insistir que se le otorgue un descanso al operador y no sobre cargarlo de trabajo.

Es importante hacer un alto e implementar las pausas activas las cuales son actividades fundamentales que sirven no solo para hacer dinamismo al cuerpo sino a la mente, porque hacer un freno en la jornada es saludable y permite tomar energías para continuar con las tareas.

Otros padecimientos son fatiga visual, que se presenta con síntomas como ojos

rojos, ardor y cansancio. Surge por la continua lectura de documentos o computadores sin protectores visuales o con bajos niveles de iluminación. El estar concentrado en el trabajo puede hacer que el trabajador comience a pestañear cada vez menos, lo que produce, a su vez, dolor de cabeza y malestar. Esta molestia puede ser disminuida con pausas regulares durante la jornada laboral.

Se recomienda asumir la iniciativa del autocuidado y ser consciente de la importancia de la salud en el trabajo, tener cinco minutos de pausa por cada hora laborada y seguir los ejercicios recomendados por los asesores y guías de las empresas.

Los expertos recomiendan a los empresarios iniciar los modelos de gestión y buscar profesionales expertos en fisioterapia, medicina, enfermería y otros ramos especializados en salud ocupacional, quienes pueden apoyar desde el conocimiento en la elaboración de diagnósticos certeros, planes y programas de vigilancia epidemiológica seguros.

Panamá no cuenta con una ley específica para normar el estrés laboral, sin embargo, es aplicable en este ámbito el Decreto Ejecutivo N° 2; Resolución N° 45,588- 2011; que al igual que en otros países debe ser un tema de Estado, lo cual ayuda a la población en los cambios de estilos de vida y salud.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- (8) Blog Tunosdiferencias (2020), Disponible en: <https://tunosdiferencias.wordpress.com/2020/01/23/que-son-los-factores-y-los-riesgos-psicosociales/>.
- (6) Cáceres Ortiz, S. (2020). Caracterización del estado de salud en trabajadores de Planta Térmica ENEL, Managua, Nicaragua, Abril-Mayo 2019 (Doctoral dissertation, CIES UNAN Managua).
- (4) Calzaretta, A. V., Valenzuela, L. V., & Sepúlveda, F. M. (2010). El Estudio de la Percepción del Riesgo y Salud Ocupacional: Una Mirada desde los Paradigmas de Riesgo. *Ciencia & Trabajo*, 12(35).
- (15) Cuero, C. (2016). Situación de la atención de la salud en Panamá y América Latina observada desde diferentes perspectivas en cuanto a patologías clínicas. *Revista Médica de Panamá-ISSN 2412-642X*.
- (7) Logo, P. I. La Ergonomía factor clave de la prevención en el trabajo.
- (3) Marín Vega, J. E., & Llanquecha Cortez, H. N. (2018). Factores de riesgos psicosociales de los conductores de una empresa de transporte, 2018
- (13) Muñoz, S. A. B. (2017). Riesgo cardiovascular y factores ocupacionales en los conductores de transporte público en Bogotá. *Revista Colombiana de Salud Ocupacional*, 7(2), 61-67.

- (5) Piriz Saiz, S. (2018). Los riesgos psicosociales en los conductores de transporte público.
- (9) Rueda, L. B., & Rojas, A. G. (2016). Condiciones Laborales y de Salud en Conductores de Transporte Público Individual de Pasajeros. Revista Médica de Panamá-ISSN 2412-642X.
- (11) Ruiz M. Patricia C. (2019), MOVILIDAD URBANA El desorden del transporte colectivo |02 mar 2019 - 12:00 AM
- (12) Reglamento General de Prevención de Riesgos Profesionales y Seguridad e Higiene del Trabajo.
- (2) Salud de los Trabajadores, vol. 23, núm. 2, pp. 105-114, 2015; Riesgos Psicosociales en Conductores de Transporte de Carga y Pasajeros Urbanos e Interurbanos, y su Asociación con la Autopercepción de Salud y Siniestralidad Laboral).
- (1) (10) Sinisterra, L. G. L., & Ortega, A. C. (2019). Percepción de riesgo laboral del personal de salud en la Región Metropolitana de Salud. Panamá. Revista Médica de Panamá-ISSN 2412-642X, 39(3).
- (14) Vinda, P., Acosta, H., Alpírez, M., Ureña, K., & Gordón, C. (2013). Perfil de salud ocupacional Panamá.

Otras referencias Bibliográficas

1. Resolución No. 45,588-2011-JD: Reglamento General de Prevención de Riesgos Profesionales y de Seguridad e Higiene en el Trabajo.
2. Sistemas Jurídicos (2016). Código de Trabajo de la República de Panamá, 2016. Panamá, Panamá: Sistemas Jurídicos.
3. https://www.asamblea.gob.pa/APPS/SEG_LEGIS/PDF_SEG/PDF_SEG_2010/PDF_SEG_2019/2019_P_119.pdf
4. <https://www.mibus.com.pa/blog-post/como-se-capacita-un-operador-el-rostro-de-mibus/>
5. https://www.prensa.com/opinion/desorden-transportecolectivo_0_5248725155.html.
6. https://www.ilo.org/wcms6p5/g6roups/public/---dgreports/dcomm/d6ocuments/publication/wcms_686762.pdf
7. <https://www.insst.es/documents/94886/161958/ap%C3%ADtulo+5.+Salud+mental>.
8. <http://prensa.css.gob.pa/2021/05/03/enfermedades-psicosociales-ligadas-al-trabajo/>