

Factores Psicosociales y Estrés Laboral: Impacto en la Salud y Desarrollo de Enfermedades Autoinmunes

Por Georgina Marcela Parente¹

Fecha de recepción: 18 de diciembre de 2023

Fecha de aceptación: 11 de mayo de 2024

ARK-CAICYT:

Palabras clave: Salud Laboral, Factores Psicosociales, Burnout, Enfermedades Autoinmunes.

Resumen:

El presente trabajo tiene como objetivo principal indagar la influencia de los factores psicosociales, el estrés laboral y el subsiguiente síndrome de burnout en la salud de las personas. Se examina la interacción entre estos elementos y su incidencia en el desarrollo de padecimientos emocionales, psicosociales y físicos, que puedan propiciar el surgimiento de enfermedades autoinmunes. La investigación se sustenta en teorías psicosociales que conciben la salud como la capacidad de adaptación al entorno en constante transformación, profundizando en la actividad laboral y las relaciones de producción como elementos clave en la configuración de identidades individuales y colectivas, considerando la determinación de las condiciones materiales de existencia.

¹ Licenciada en Trabajo Social. UNSAM -Universidad Nacional de San Martín– 2014- Matrícula 6553 Tomo 2 Folio 77. Doctoranda en Psicología – UCES – Universidad de Ciencias Empresariales y Sociales -2023- 2023 -

Co-autora de “Por qué hablar de Salud Laboral en el Trabajo Social”, libro

“Violencias y Acosos en el Trabajo: abordaje interdisciplinario” VII Congreso Iberoamericano sobre Acoso Laboral e Institucional – Ed. Fundación de Cultura Interamericana – Montevideo, Uruguay.

Autora del libro: “Desenmarañando nuestra complejidad: Neurodesarrollo y procesos sociales”- Ed. Dunken –CABA, Argentina.

Co-autora del Libro “Prolijidad, rapidez y otras utopías: Periodismo Literario”- Ed. Dunken –CABA.- Argentina.

Autora del Libro “Trabajo Social en el abordaje de la Violencia Familiar: Perspectivas, Intervenciones y Ámbitos de Trabajo” – Ed. Dunken –CABA – Argentina.

Co-autora del Libro “Violencia Masculina en Argentina, Grupos Psico- Socio- Educativos para Varones que Ejercen Violencia de Género” – RETEM (Red de Equipos de Trabajo y Estudio de Masculinidades) – Ed. Dunken– CABA- Argentina.

Además, se incorporan enfoques neuropsicológicos y fisiológicos para examinar las respuestas que el organismo desencadena frente a los diferentes factores y estímulos estresores. Se exploran los conceptos de estrés, eustrés, distrés y el Síndrome General de Adaptación en relación al Síndrome de Burnout, analizando sus efectos en los procesos de homeostasis y alostasis del organismo humano. Además, se destaca cómo estos estados pueden influir en la capacidad adaptativa a los desafíos cotidianos del entorno, impactando tanto en la salud mental como física de las personas y, en consecuencia, en la salud integral de la comunidad.

En conclusión, se enfatiza la importancia de considerar los factores psicosociales en el ámbito laboral para fomentar la salud mental, física y social, promoviendo así el bienestar general. Asimismo, resulta fundamental implementar medidas efectivas que mitiguen el impacto negativo del estrés laboral en la salud de los trabajadores.

Palavras-chave: saúde ocupacional, fatores psicossociais, síndrome de burnout, doenças autoimunes.

Resumo:

Este trabalho tem como objetivo principal investigar a influência dos fatores psicossociais, do estresse ocupacional e do subsequente síndrome de burnout na saúde das pessoas. Examina-se a interação entre esses elementos e sua incidência no desenvolvimento de condições emocionais, psicossociais e físicas que podem levar ao surgimento de doenças autoimunes. A pesquisa é fundamentada em teorias psicossociais que concebem a saúde como a capacidade de adaptação ao ambiente em constante transformação, aprofundando-se na atividade laboral e nas relações de produção como elementos-chave na configuração de identidades individuais e coletivas, considerando a determinação das condições materiais de existência. Além disso, incorporam-se abordagens neuropsicológicas e fisiológicas para examinar as respostas que o organismo desencadeia frente aos diferentes fatores e estímulos estressores. Exploram-se os conceitos de estresse, eustresse, distresse e o Síndrome Geral de Adaptação em relação ao Síndrome de Burnout, analisando seus efeitos nos processos de homeostase e alostasis do organismo humano. Além disso, destaca-se como esses estados podem influenciar a capacidade adaptativa aos desafios cotidianos

do

ambiente, impactando tanto na saúde mental quanto física das pessoas e, conseqüentemente, na saúde integral da comunidade.

Em conclusão, enfatiza-se a importância de considerar os fatores psicossociais no âmbito ocupacional para fomentar a saúde mental, física e social, promovendo assim o bem-estar geral. Além disso, é fundamental implementar medidas eficazes que mitiguem o impacto negativo do estresse ocupacional na saúde dos trabalhadores.

Keywords: occupational health, psychosocial factors, burnout syndrome, autoimmune diseases.

Abstract:

This paper aims to investigate the influence of psychosocial factors, work-related stress and the subsequent burnout syndrome on people's health. The interaction between these elements and their incidence in the development of emotional, psychosocial and physical conditions that can lead to the emergence of autoimmune diseases is examined. The research is based on psychosocial theories that conceive health as the ability to adapt to a constantly changing environment, deepening into the work activity and production relations as key elements in the configuration of individual and collective identities, considering the determination of the material conditions of existence. In addition, neurophysiological and physiological approaches are incorporated to examine the responses that the organism triggers in the face of different stressors and stimuli. The concepts of stress, eustress, distress and the General Adaptation Syndrome are explored in relation to the Burnout Syndrome, analyzing their effects on the homeostatic and allostatic processes of the human organism. In addition, it is highlighted how these states can influence the adaptive capacity to the daily challenges of the environment, impacting both the mental and physical health of people and, consequently, on the overall health of the community.

In conclusion, the importance of considering psychosocial factors in the occupational field to promote mental, physical and social health, thus promoting general well-being, is emphasized. In addition, it is essential to implement effective measures that mitigate the negative impact of

occupational stress on workers' health.

Introducción

La investigación doctoral en curso, consiste en un estudio sobre los procesos de salud-enfermedad desde un enfoque bio-psico-social, específicamente sobre los factores psicosociales prevalentes en las enfermedades denominadas autoinmunes, constituyendo las mismas una respuesta inmune desproporcionada que puede ser motivada tanto por los factores genéticos como por variables contextuales. *“El termino Enfermedad Autoinmune engloba tanto aquellas afecciones en las que la autoinmunidad implica un mecanismo patogénico, como aquellas en las que se ignora la patogenia pero que se acompañan de fenómenos autoinmunes, independientemente de si este fenómeno es causa o consecuencia de la afección. Es así que el abanico de las enfermedades autoinmunes abarca distintas especialidades y despierta el interés de profesionales de diferentes disciplinas”.* (Arturi-Marcos- Babini, 2004, p.1)

“Con relación a las autoinmunes, es claro que hay un componente genético pero no se le debería atribuir el rol de la causa. Participan todos los demás aspectos de la vida y de las personas en la construcción del padecimiento” (Cuneo, Grilli, 2020).

La misma se abordará desde el marco teórico de la Psicología Social, dentro del cual se entiende la salud como la posibilidad que tiene el sujeto de adaptarse al medio en un vínculo dialectico de mutua transformación. (Pichón Riviere, 1985).

En este trabajo analizaremos la dimensión sociodinámica, que refiere a las actividades realizadas por los sujetos en su contexto y grupo, tomando a este como una unidad y centrándonos en el trabajo como la actividad conformadora de la sociedad (Berger, 2014). Nos enfocaremos entonces, en las condiciones laborales como una dimensión relevante de estudio y analizaremos el proceso en el cual los factores estresores de riesgo que puedan surgir dentro del ámbito de trabajo, de manera crónica o aguda puedan favorecer el desarrollo de enfermedades autoinmunes a través del denominado Síndrome de Burnout.

El estrés laboral en general y el Síndrome de Burnout en particular, significa un riesgo para la salud individual tanto como grupal y comunitaria, en tanto la actividad laboral constituye una

experiencia vital y social que transcurre en un determinado contexto y bajo el interjuego adaptación-inadaptación e integración-marginación. (Richino, 2018)

Desarrollo

Según la concepción de la Psicología Social desarrollada por Pichón Riviere (1985), las personas poseemos una particular organización biológica en la que producimos nuestra vida en una doble relación con la naturaleza y el resto de las personas. Somos seres que emergemos de la naturaleza transformándonos y transformándola a partir de nuestro trabajo, con el fin de satisfacer las necesidades básicas para nuestra subsistencia. Este proceso solo puede cumplirse a partir de relaciones intersubjetivas. El ser humano es un ser de necesidades que solo se satisfacen socialmente según las relaciones que lo determinan, dentro de un interjuego psicosocial, socio-histórico, económico y político.

Las relaciones de producción –trabajo- se determinan en una organización específica del orden socio histórico, donde el psiquismo –nuestra subjetividad- emerge de la internalización de estas relaciones, moldeando por lo tanto, nuestros pensamientos, comportamientos, las formas de comunicarnos y los modelos de simbolización de la realidad. Esto genera a su vez, modos de conciencia social, por lo que podemos expresar que el trabajo es creador de sentido. Desde la psicología social se jerarquiza el trabajo como actividad fundadora de “*lo social*”, por tratarse de la actividad condicionante de cualquier otra experiencia en donde el sujeto se vincula al medio, la naturaleza y los otros sujetos dando emergencia a procesos psíquicos-subjetivantes. Nuestras vidas se encuentran modeladas por las condiciones concretas de existencia material y socio-afectivas, los medios y las formas de producción, la inserción en los procesos productivos, la distribución del producto, y la satisfacción de las necesidades, determinaran la vida cotidiana, la forma de comprender y por lo tanto “*ser en el mundo*”. (Quiroga, 2005).

Tal como expresa Pérez Jáuregui *“las personas construimos proyectos de vida laboral que sintetizan nuestra imagen personal y la concepción del mundo que fundamentan nuestras acciones. Trabajamos la interacción persona-mundo laboral en el interjuego de recursos adaptativos y situaciones estresoras. Esos proyectos de vida laboral asumen configuraciones desde la salud*

(adaptación creativa) o desde la enfermedad (ensimismamiento enajenante o inadaptación y enrolamiento enajenante o sobreadaptación)” (Pérez Jáuregui, 2012, p.39)

Cada espacio laboral, por lo tanto, organiza la experiencia vital y social de las personas posibilitando u obstaculizando la adaptación activa y transformadora de la realidad, siendo este el criterio de salud- enfermedad psicofísica. Sin embargo, la cotidianidad y el devenir de los sistemas culturales, naturalizan las situaciones sociales, generalizan las particularidades, y atemporaliza el proceso histórico de cada “aquí y ahora”. Por ello, la importancia de realizar una problematización de los vínculos establecidos y dinámicas legitimadas, en búsqueda de la identificación de los factores psicosociales que puedan resultar de riesgo para el bienestar integral de las personas en su ámbito laboral, e intentar esclarecer sus leyes internas, para poder desactivar su funcionamiento.

Según establece la Organización Mundial de la Salud OMS (1988), los Riesgos Psicosociales del Trabajo, refieren a las interacciones entre el medio ambiente laboral, las condiciones de trabajo, la organización, las relaciones entre los trabajadores, las características del trabajador, su cultura, sus necesidades y su situación personal fuera del trabajo.

Michel Gollac (2011) expresa que *“los Riesgos Psicosociales del Trabajo son los riesgos para la salud física, psíquica, mental y social engendrados por los determinantes socioeconómicos, la condición de empleo, la organización, el contenido del trabajo y los factores relacionales que interactúan en el funcionamiento psíquico y mental de los trabajadores”*.

Julio Cesar Neffa (2015) adhiere a esta concepción, incluyendo a la perspectiva económica, la histórica y social que influyen en la configuración de los proceso de trabajo como factores determinantes y detalla otros factores condicionantes como pueden ser las características específicas de cada ambiente y condiciones de trabajo: seguridad, aspectos físicos o químicos, biológicos o

tecnológicos, así como vinculados a la organización, duración, participación, bienestar ofrecido por el empleador, entre otros, que a su vez resultan dinámicos y se vinculan a los modos relacionales entre todos los involucrados en los procesos laborales.

Entonces, podemos establecer 4 categorías para el análisis de factores los psicosociales laborales: la vinculada a las cuestiones económicas y las posibilidades de satisfacer necesidades, las vinculadas a las características de las tareas, incluido el esfuerzo y tiempo de trabajo, la categoría referida a las condiciones ambientales, como la seguridad y comodidad, y finalmente, la vincular referida a las relaciones tanto con pares como con superiores, usuarios etc. (Hirigoyen, 2014)

Todos estos factores son incorporados a nuestro acontecer cotidiano psicológico y fisiológico, por ello pueden afectar tanto nuestra salud mental como la física, impactando directamente en nuestros modos de vincularnos, nuestras emociones, comportamientos, nuestra labor cotidiana, productividad y desempeño. *“Toda conducta del ser humano se manifiesta siempre en el nivel psicológico de integración, es decir que tiene los caracteres que corresponden a la cualidad de suceso humano, conteniendo y sintetizando, a su vez, los niveles biológico y social”* (Bleger, 2014, p.88).

El impacto personal representará la inscripción subjetiva de padecimientos colectivos que finalmente repercuten también en el desarrollo macrosocial. El padecer laboral es actualmente mayor fuente de gasto público en materia de salud, a pesar del poco reconocimiento del mismo, debido a la invisibilidad de la problemática frente a las dinámicas instituidas y naturalizadas de hostigamiento, como las de sobrecarga laboral. (Neffa, 2015)

Los factores de riesgo psicosocial en el lugar de trabajo son complejos y de difícil comprensión ya que representan la vivencia completa de los trabajadores abarcando varios aspectos. Consisten en interacciones entre el trabajo, el entorno, la satisfacción laboral y las condiciones organizacionales, por un lado, y las habilidades, necesidades, cultura y posición del empleado, por el otro. No obstante, estas percepciones y experiencias pueden influir significativamente en la salud, la productividad y la satisfacción laboral.

Por tanto, para comprender como pueden llegar a impactar las dinámicas laborales en la salud de los trabajadores, debemos analizar los procesos biológicos y fisiológicos –pero que no son ajenos a los estados mentales y psicológicos- como respuesta a las variables psicosociales del trabajo, tal como describen las teorías acerca del Estrés, la Homeostasis y Alostasis.

El estrés es una respuesta fisiológica, comportamental y vincular frente a estímulos de alerta; resultado de una mediación cognitiva (evaluación cognitiva) que se realiza sobre las capacidades y posibilidades para responder a los desafíos adaptativos y la percepción de éxito o fracaso frente a dichas demandas. Esta evaluación cognitiva, conlleva una valoración personal, expectativas, estimación de riesgo y daño, a partir de las experiencias previas, el contexto facilitador u obstaculizador, etc. frente a una situación que resulta un desafío adaptativo del medio. Entonces, se producen modificaciones consideradas esperables pero que de manera aguda o crónica pueden fallar generando daño en el equilibrio del sistema. La respuesta aguda de estrés que se cronifica, impacta en el funcionamiento fisiológico, puede favorecer o propiciar el desarrollo de enfermedades autoinmunes por el deterioro de las glándulas suprarrenales y sistema inmunitario. (Bentolila, 2022). El funcionamiento de nuestros organismos, posee un equilibrio dinámico interno que debe mediar con los estímulos tanto internos como externos, este proceso ha investigado por Walter Bradford Cannon (1929) denominando a este proceso Homeostasis. Este equilibrio se sostiene a partir del funcionamiento de los diferentes sistemas y por ello no es estático, ya que se encuentra en permanente modificación para adaptarse al medio y las circunstancias. Por ejemplo, frente al ingreso de alimento aumenta la cantidad de glucosa en la sangre y el páncreas deberá secretar insulina para viabilizarla hacia las células y regular así la glucemia; procesos similares ocurrirán con la presión arterial y la temperatura corporal. El estrés es entonces, una reacción de adaptación del organismo diseñada para mantener el equilibrio interno. Sin embargo, estudios posteriores han ampliado estos concepto, incluyendo por ejemplo la teoría desarrollada por Sterling y Eyer sobre el proceso denominado Alostasis, expresando que frente a estímulos estresores, el organismo pondrá en marcha un proceso en el cual alcanzará un nuevo equilibrio sin volver al estado previo; podemos hablar de un equilibrio adaptado y funcional a la nueva situación, y no un regreso al equilibrio previo a la percepción de alerta. (Sterling - Eyer, 1988). Entonces, podemos inferir que mientras que la

Homeostasis busca reducir la variabilidad a fin de mantener los parámetros considerados normales, la Alostasis se ve favorecida en la variación ya que aumenta la capacidad adaptativa.

Sin embargo, el estrés cronicado produce una hiperactividad del eje Hipotalámico-Hipófisis- Adrenal aumentando las hormonas del estrés e inhibiendo la producción de hormonas

como la serotonina cuya función es el amortiguar las situaciones de displacer. Esto ocurre cuando percibimos de manera repetida o sostenida una situación estresante y exigimos a nuestro organismo a responder, gastando mucha energía y alterando el funcionamiento de los diferentes órganos, sin permitirles retornar a los valores o procedimientos correctos.

Pichón Riviere, toma para desarrollar su teoría de adaptación activa- pasiva como principios de salud y enfermedad, los dos caminos de alerta o estrés: el primero denominado Eustrés que es necesario para nuestro funcionamiento, opera como alerta de estrés positivo y prepara nuestro organismo para responder como la situación amerita son una preparación y una adaptación adecuada a una conducta especial exigida al organismo (Pichón Riviere, 1977). Mientras que el segundo, se denomina Distrés, que es un alerta aguda o crónica que lleva a la mencionada alteración del eje Hipotálamo- Hipófisis- Adrenal generando una sobreproducción y secreción de hormonas del estrés y otras sustancias –cortisol, adrenalina, catecolaminas, citoquinas- pudiendo producir un impacto en el funcionamiento fisiológico si no se revierte, con repercusiones principalmente en el sistema endócrino, nervioso e inmunológico y ello a su vez, repercutirá en el comportamiento y el estado de ánimo, también con consecuencias psico sociales.

Por su parte, Hans Selye (1956), describió las diferentes etapas del estrés que desembocan en el Distrés, desarrollando el Síndrome General de Adaptación. Al recibir el estímulo estresante se activa la Fase de Alarma en la cual se secretan las neuro-hormonas necesarias, principalmente la adrenalina que ayuda a incrementar la energía disponible, generando la modificación orgánica para responder y luego reestablecer el equilibrio. Este período se denomina Eustrés y puede traer consecuencias biológicas positivas como el fortalecimiento del sistema inmunológico. Sin embargo, si el factor estresante continua, pasaremos a una Fase de Resistencia; el organismo busca redistribuir su energía y recursos, aquí predomina la secreción de glucocorticoides. La acción antiinflamatoria e

inmunodepresora de esta sustancia genera protección, pero no contra el curso del estado de estrés, sino contra la respuesta exagerada que pueda generar en el organismo. Por ello, en su intento por conservar la homeostasis, disminuye la inmunidad a fin de evitar respuestas sobre-dimensionadas que puedan resultar más dañinas, derivando en trastornos inmunitarios y hasta el desarrollo de

enfermedades. Si se continúa la resistencia, se podrá llegar a un estadio o Fase de Agotamiento -que coincide con la concepción del Distrés o estrés crónico y con el concepto de sobrecarga Alostática-, en el cual ocurre una intoxicación fisiológica por exceso de neuro-hormonas del estrés. (McEwen, 1998)

Esta activación prolongada del sistema de alerta puede generar una desensibilización de los receptores, produciendo una falla de autorregulación llevando a una menor liberación de las sustancias necesarias, o por el contrario una producción excesiva, que a su vez pueden llevar al deterioro del sistema inmunitario, o endocrino y posibilitando el desarrollo enfermedades llamadas autoinmunes, donde el organismo falla en su propia regulación generando daño en sus órganos.

El estado permanente de alerta y el estado de estrés crónico en el ámbito laboral pueden llevar a respuestas patológicas tales como el Síndrome de Burnout que se trata de un proceso progresivo originado en la exposición gradual y crónica al desgaste en el ámbito laboral y que incluye diferentes variables como el padecimiento físico, emocional y mental resultante de este estrés laboral crónico. Se caracteriza por una sensación de agotamiento, desgaste emocional, despersonalización y disminución de la realización personal. Este proceso se desarrolla gradualmente debido a la exposición prolongada a diversas situaciones laborales estresantes, como altas demandas laborales, falta de control sobre el trabajo, falta de apoyo o conflictos interpersonales, entre otras. (Bentolila, 2022)

Por supuesto se deberán considerar en el abordaje de este padecimiento, otras variables sociales influyentes, tales como lo es el género, debido a que las mujeres tiene generalmente mayores responsabilidades de cuidado en la vida cotidiana y si se incumpliera con ellas percibiría mayor juzgamiento que un varón y al mismo tiempo este factor funciona como estresor laboral, ya que debe poder cumplir con las responsabilidades profesionales y con las responsabilidades

familiares; además de existir la brecha salarial. Por otro lado, las diferentes ramas laborales incluyen sus propias particularidades que deberán ser evaluadas, así como otros factores culturales, geográficos, etc.

Como vimos, este síndrome, el Burnout, tiene características coincidentes con los estadios descriptos en el Síndrome General de Adaptación por Syle, y podemos destacar características específicas en cada estadio: en una forma leve o inicial pueden presentarse síntomas físicos inespecíficos como dolores articulares, cefaleas o malestares generalizados, volviéndose un trabajador poco operativo; en casos moderados, se incrementan los síntomas y aparecen otros como el insomnio, la falta de atención por mal descanso, falta de capacidad de concentración y desgano. En las formas consideradas graves, se generan síntomas de índole psicosocial como aversión por el trabajo, cambios de comportamiento, cinismo y puede acompañarse de consumos problemáticos (alcohol y psicofármacos), pero también puede llegar a un modo extremo, generando depresión, aislamiento y hasta riesgo de suicidio (Bentolila, 2022).

La experiencia de enfermar, como producto del padecimiento laboral, y los síntomas desarrollados por el mismo, son de carácter subjetivo ya que en cada una se despliegan diversas variables, que a su vez impactan de manera única en cada persona configurando modos correspondientes con su propia trayectoria. Por ello, desde la Psicología Social se jerarquiza la producción de la propia vida –trabajo- como fundante de las condiciones concretas de existencia, siendo estas el producto de la configuración de todos los aspectos psicosociales que condicionan el resto de las experiencias de la vida cotidiana. (Pichón Riviere, Quiroga – 1985).

Conclusión:

El reconocimiento de los factores psicosociales laborales, permitirá visibilizar indicadores o predictores de posibles exposiciones al riesgo psicosocial laboral que puede desembocar en Burnout, a su vez, es fundamental para conocer cuáles de estos tendrían una alta probabilidad de desembocar en una situación de riesgo con consecuencias importantes para la salud.

Es fundamental analizar las complejas relaciones entre la salud laboral y la salud mental, entendiendo que no hay salud sin salud mental y que los aspectos biológicos, psicológicos y sociales son indivisibles, reconociendo que los procesos de salud y enfermedad son el resultado de la interacción entre ellos.

El trabajo se constituye como un componente central en la vida de las personas, no solo como una actividad necesaria para la supervivencia, sino también como un proceso que da forma a nuestra identidad, nuestras relaciones y nuestra percepción del mundo.

Al explorar la respuesta al estrés y sus componentes neurofisiológicos, destacamos cómo el estrés crónico puede desencadenar una cascada de reacciones en el cuerpo que afectan tanto la salud física como la mental. Finalmente destacamos que los factores de riesgo psicosociales en el trabajo, pueden conducir al Síndrome de Burnout, representando un riesgo tanto para la salud individual como para la salud grupal y comunitaria, afectando las emociones, los comportamientos, la productividad y el desempeño en el trabajo como en la vida cotidiana, lo que también puede promover el desarrollo de enfermedades autoinmunes y otros trastornos de salud.

En conclusión debemos destacar la necesidad de considerar la salud desde una perspectiva integral, entendiendo el entorno laboral como crucial en los procesos de salud enfermedad. Por ello, comprender y abordar los riesgos psicosociales en el trabajo es esencial para promover un bienestar óptimo en la sociedad. La investigación en este campo sigue siendo fundamental para identificar estrategias efectivas que reduzcan el impacto negativo del estrés laboral en la salud y mejoren la calidad de vida de los trabajadores y la comunidad.

Bibliografía

Bentolila, S. (2022) - Apuntes de cátedra- materia "*Investigaciones en Salud Mental y Clínica*"- UCES – clase 15.10.22- Buenos Aires, Argentina

Bentolila, S. (2022) – Responsabilidad social de los médicos oftalmólogos- (3) El oftalmólogo frente a incidentes críticos emergencias y desastres- Ediciones del Consejo Argentino de Oftalmología. Buenos Aires, Argentina.

- Bleger, J. (2015) – *Psicología de la Conducta* – Editorial Paidós - Buenos Aires, Argentina.
- Cannon, W. B. (1929) - *Organization for physiological homeostasis* - Physiological Reviews, (9)
- Cuneo, J. C., Grilli, V. (2020) – Autoinmunes en la mujer: el origen está en las emociones – Editorial Dunken – Buenos Aires, Argentina.
- Gollac, M. (2012) - Seminario Internacional “*El desafío de los riesgos psico-sociales en el trabajo*” - Ministerio de Trabajo de la Provincia de Buenos Aires/ UNLP/ CONICET.
- Karasek, R. A. (1979) - *Job demands, job decision latitude, and mental strain: Implications for job redesign* - Administrative Science Quarterly, (24)
- McEwen, B. S. (1998) - *Stress, adaptation, and disease: Allostasis and allostatic load* - Annals of the New York Academy of Sciences (840)
- Neffa, J. C. (2015) - *Los riesgos psicosociales en el trabajo contribución a su estudio*- CEIL-CONICET/ UNNE / UNLP / UNM / CITRA CONICET-UMET
- Pérez Bilbao, J., Nogareda Cuixart, C. (2012) - *Factores psicosociales: metodología de evaluación* – INSHT
- Pichón Riviere, E. (1977) – *La psiquiatría, una nueva problemática: Del Psicoanálisis a la psicología social* – Editorial Nueva Visión- Buenos Aires, Argentina.
- Pichón Riviere, E. (1985) - *El proceso grupal: Del psicoanálisis a la Psicología social* – Editorial Nueva Visión- Buenos Aires, Argentina.
- Pichón Riviere, E. (1985) – *Teoría del vínculo* – Editorial Nueva Visión- Buenos Aires, Argentina.
- Pichón Riviere, E. - Quiroga, A. de P. (1985) – *Psicología de la vida cotidiana* – Editorial Nueva Visión- Buenos Aires, Argentina.
- Quiroga, A. de P. (2005) – *Enfoques y perspectivas en Psicología Social, desarrollos a partir del pensamiento de Enrique Pichón Riviere* – Ediciones Cinco – Buenos Aires, Argentina.

Richino, S. (2018) – Psicología del trabajo en el campo de las Organizaciones – Editores Asociados – Buenos Aires, Argentina.

Sterling, P., Eyer, J. (1988) - *Allostasis: A new paradigm to explain arousal pathology* –Eds. S. Fisher -J. Reason -Handbook of Life Stress, Cognition and Health

Selye, H. (1956) - *The stress of life* - McGraw-Hill.