

**DESEMPEÑO LABORAL Y ESTILO DE VIDA. CASO: EMPRESAS DE SERVICIO,
CIUDAD DE PIURA-PERÚ, AÑO 2015**

**JOB PERFORMANCE AND LIFESTYLE. CASE: SERVICE COMPANIES,
PIURA-PERU CITY, YEAR 2015**

CÉSAR AUGUSTO ATOCHE PACHERRES *

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE PIURA
PERÚ**

augusto_atoche@yahoo.es

Resumen

Objetivo: Determinar la existencia de relación entre el desempeño laboral y el estilo de vida, en las empresas de servicio de la ciudad de Piura, año 2015.

Métodos: El estudio es de tipo descriptivo, cuantitativo, transversal, no experimental. La población de estudio estuvo conformada por 2,235 empresas de servicio formalmente constituidas, la muestra fue de 384 trabajadores vinculados laboralmente a 235 empresas. Se aplicó un cuestionario conformado por 72 preguntas, de las cuales 24 asociadas con la variable desempeño laboral y 48 con la variable estilo de vida.

Resultados: Respecto al desempeño laboral, en el periodo de octubre 2015 a diciembre 2015 de un total de 384 trabajadores encuestados vinculados a empresas de servicios de la ciudad de Piura, se verificó que existe por parte del desempeño global un 52.86% de trabajadores con un desempeño laboral muy bueno. En la dimensión 1: Capacidad Cognitiva del desempeño global: un 40.4% de trabajadores con desempeño laboral bueno poseen un alto rendimiento, un 24% de los trabajadores poseen un desempeño laboral muy bueno y un alto nivel de inteligencia. En la dimensión 2: Capacidad Afectiva del desempeño global: un 46.9% de trabajadores posee un desempeño laboral bueno y una buena reacción (control de emociones), un 36.5% de trabajadores que poseen un desempeño laboral muy bueno y una muy buena reacción. En la dimensión 3: Capacidad Psicomotora: un 35.2% de trabajadores posee un desempeño laboral bueno y características físico-mentales estables, un 38.8% de trabajadores con un desempeño laboral muy bueno y además características físico-mentales muy estables.

Respecto al estilo de vida en los trabajadores de las empresas de servicio de Piura un 6.77% de trabajadores tiene un estilo de vida muy saludable, un 55.47% de trabajadores tienen un estilo de vida saludable y un 37.50% de los trabajadores posee un estilo de vida poco saludable.

Conclusiones: El estilo de vida sí está relacionado con el desempeño laboral de los trabajadores de las empresas de servicios de la ciudad de Piura, la relación existente entre desempeño laboral y estilo de vida es directa (el hecho de que exista un buen estilo de vida en los trabajadores de las empresas de servicio está relacionado con un desempeño laboral bueno). De las tres dimensiones que conforman el desempeño laboral (factores cognitivos, factores de capacidad afectiva, factores de capacidad psicomotora) la que está más relacionada con el estilo de vida es la dimensión capacidad psicomotora.

Palabras clave Desempeño laboral, estilo de vida, empresas de servicio.

Abstract

Objective: To determine the existence of relationship between job performance and lifestyle in companies serving the city of Piura, 2015.

Methods: The study is descriptive, quantitative, transversal and not experimental. The study population consisted of 2,235 service companies formally constituted, the sample was 384 to 235 workers occupationally related companies. A system comprised of 72 questions, of which 24 associated with job performance variable and 48 to the variable life style questionnaire was applied.

Results: With regard to job performance in the period October 2015 to December 2015 a total of 384 workers surveyed linked to utilities of the city of Piura, it was verified that there by the overall played a 52.86% of workers with very good job performance. In dimension 1: Cognitive Capacity overall performance: 40.4% of workers with good work performance have a high performance, 24% of workers have a very good job performance and a high level of intelligence. In dimension 2: Affective capacity overall performance: 46.9% of workers has a good job performance and a good reaction (control of emotions), 36.5% of workers who have a very good job performance and a very good reaction. In dimension 3: Psychomotor Capacity: 35.2% of workers has a good physical and mental labor very stable performance and stable physical and mental characteristics, 38.8% of workers with a very good job performance and also features.

Regarding the lifestyle workers in service companies Piura one 6.77% of workers have a lifestyle very healthy a 55.47% of workers have a healthy lifestyle and 37.50% of workers has a style unhealthy life.

Conclusions: The lifestyle itself is related to job performance of employees of service companies in the city of Piura, the relationship between job performance and lifestyle is direct (the fact that there is a good lifestyle workers in service companies is related to a good job performance). Of the three dimensions that make the job performance (cognitive, affective capacity factors, factors psychomotor ability) which is more related to lifestyle is the ability Psychomotor dimension.

Keywords: Job performance, lifestyle, service companies.

Introducción

El desempeño laboral y el estilo de vida van teniendo relevancia para ser estudiados, pues se asocian con la humanización del trabajo.

Es así que surge la necesidad de encontrar respuesta al problema general denominado: ¿Existe relación entre el desempeño laboral y el estilo de vida, en las empresas de servicio de la ciudad de Piura, año 2015?

Y es por ello que los objetivos de la investigación son: Determinar el nivel de percepción de los trabajadores sobre los factores actitudinales en las empresas de servicio de la ciudad de Piura, año 2015. Determinar el nivel de percepción de los trabajadores sobre los factores operativos en las empresas de servicio de la ciudad de Piura, año 2015. Determinar el nivel de percepción de los trabajadores sobre el apoyo directivo hacia los trabajadores. Determinar el nivel de percepción de los trabajadores sobre la carga de trabajo. Determinar el nivel de percepción de los trabajadores sobre la motivación intrínseca hacia los trabajadores.

La investigación contribuye a conocer las percepciones de los trabajadores sobre el estilo de vida y el desempeño laboral en las empresas de servicios de la ciudad de Piura, año 2015. Por tanto, la investigación es importante ya que permitirá a los propietarios de las empresas de servicio de la ciudad de Piura disponer de un documento que les ayude a conocer las percepciones sobre desempeño laboral y estilo de vida así como el diseño de una propuesta de mejora. En tal virtud, ello constituye un valioso aporte académico por cuanto se estarán utilizando dos conceptos muy valiosos en la actualidad, que son el desempeño laboral y el estilo de vida. Los beneficiarios de la investigación son: en primer lugar los clientes, pues gozarán de los resultados de un desempeño laboral mejorado; en segundo lugar los trabajadores, por cuanto cuidarán su salud, minimizarán las enfermedades y gozarán de calidad de vida; en tercer lugar el propietario, por cuanto se concientizará mucho más sobre la importancia de implementar a la brevedad posible el comité de seguridad y salud en el trabajo con participación de sus trabajadores.

La investigación verificó que los estilos de vida en el ámbito laboral ejercen una influencia directa en su desempeño laboral. Así, se verificó que el número de comidas que realizan los trabajadores de las empresas de servicio de Piura durante el día fue tendencia a comer más de tres comidas al día. Nuestra investigación detectó que a los trabajadores de las empresas de servicio de Piura-Perú les gusta mostrar afecto a las personas que les son cercanas a ellas y con tendencia a que les guste mucho, así mismo encuentran agradable el ambiente de su vida con tendencia a muy agradable. De igual modo, los trabajadores de las empresas de servicio de Piura-Perú tienen buenas expectativas hacia el futuro con tendencia a muy buenas.

Materiales y métodos

El tipo de investigación es descriptiva, cualitativa, cuantitativa, transversal y no experimental. Los procedimientos incluyeron la selección de 384 trabajadores de un universo de 2,235 empresas de servicio en la ciudad de Piura, a quienes se aplicó un cuestionario, luego se procedió a la medición y caracterización de las variables determinadas a priori utilizando el software SPSS, se redactó el informe de resultados con las conclusiones y recomendaciones.

Resultados y discusión

La calidad de vida entonces está íntimamente relacionado con el estilo de vida pues como afirman María José Rodrigo, María Luisa Maiquez, Marta García, Ramón Mendoza, Antonio Rubio, Ascensión Martínez y Juan Carlos Martín (2004) “Respecto de la relación trabajo-familia, se afirma la existencia de un conflicto ocasionado por la exposición a extensas jornadas laborales en desmedro del tiempo destinado a la familia, situación que sería transversal e independiente al tipo de empleo”.

En ese sentido Grunpeter (2004) propone un concepto de calidad de vida muy asociado con el estilo de vida cuando afirma que “Lograr calidad de vida en el trabajo requiere cambios, en la forma de ver y hacer las cosas, en la manera de conducir la organización, en las variantes de participación de las personas, en el contexto de responsabilidades”.

Ahora bien, el concepto de calidad de vida laboral es relevante para la satisfacción y motivación laboral como lo señalan Almudena Segurado y Esteban Agulló (2002) “en su acepción más amplia, abarca todas aquellas condiciones relacionadas con el trabajo, como son los horarios, el sueldo, el medio ambiente laboral, los beneficios y servicios, las posibilidades de carrera y relaciones humanas, que pueden ser relevantes para la satisfacción y motivación laborales”.

Lo cierto es que Arratia (2010) verificó que el sobrepeso y obesidad afecta a más de mil millones de adultos a nivel mundial, reduciendo la esperanza de vida y representando una elevada carga económica para la sociedad, y ante ello la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha propuesto una estrategia global sobre régimen alimentario y actividad física, instando a los estados participantes a implementarla; para lo cual propone evitar la ingesta de alimentos poco saludables, ricos en grasas, azúcar y sal así como obviando actividades sedentarias con escaso gasto energético, debido a que la obesidad aumenta el riesgo de muchas patologías crónicas que afectan la calidad de vida y disminuyen en 5 a 10 años la esperanza de vida.

Dicha propuesta es pertinente porque con un estilo de vida saludable habría trabajadores saludables cuyo desempeño sería eficiente y con mejor gestión del estrés, menor ausentismo, menor rotación de personal, lo que beneficiaría a las empresas en tanto que habría menor cantidad de accidentes, mayor competitividad y productividad.

Por otro lado, sobre el desempeño laboral María Araujo y Martín Leal (2007) afirman que “El desempeño define el rendimiento laboral, es decir, la capacidad de una persona para producir, hacer, elaborar, acabar y generar trabajo en menos tiempo, con menor esfuerzo y mejor calidad, estando dirigido a la evaluación la cual dará como resultado su desenvolvimiento. Además, el desempeño de las personas se evalúa mediante factores previamente definidos como:

a) Factores actitudinales (disciplina, actitud cooperativa, iniciativa, responsabilidad, habilidad de seguridad, discreción, presentación personal, interés, creatividad, capacidad de realización). b) Factores operativos (conocimiento del trabajo, calidad, cantidad, exactitud, trabajo en equipo, liderazgo).

Complementariamente, Robledo de Dios, T., Ortega, R., Cabezas, C., Forés, D., Nebot, M. y Córdoba, R. (2003) afirman que es recomendable que tanto varones como mujeres físicamente sanos eviten la ingesta de alcohol para evitar una disminución en su calidad de vida laboral, incluso a pesar que la mujer muestra mayor susceptibilidad hepática al alcohol, diferente distribución de la grasa y el agua corporal, y específicamente una menor concentración de alcohol deshidrogenasa en la mucosa gástrica, por lo que llega al hígado una mayor proporción de alcohol en comparación con lo que sucede en los varones; razones por las cuales el límite de riesgo es inferior al del varón y se sitúa en 20-24 gramos/día.

Robledo de Dios, T. y otros (2003) en su investigación llamada “Recomendaciones sobre el estilo de vida” nos recuerdan que en materia de alcohol la Organización Mundial de la Salud revisó la clasificación diagnóstica introduciendo los conceptos de consumo de riesgo y consumo nocivo, junto al ya existente de dependencia del alcohol. Existe un cierto consenso en considerar que un bebedor de riesgo es un individuo con un consumo semanal de alcohol por encima de la «franja de riesgo», es decir 28 unidades en el varón y 17 en la mujer. El 20.20%-22.80% de los varones y el 1.90%-2.50% de las mujeres serían bebedores de riesgo. En España una unidad estándar de bebida (UBE) equivale a 10 gramos de alcohol puro. Se proponen límites de riesgo que se sitúan en 20-40 gramos de alcohol puro por día, y hay numerosos estudios epidemiológicos que demuestran que a partir de esos límites se presenta lesión orgánica y riesgos objetivos para la salud. La realidad es que estos límites de consumo de alcohol, considerados como seguros en población adulta por la comunidad científica internacional, tienden a ser cada vez más restrictivos, recomendándose no superar los 30 gramos y 20 gramos de alcohol puro al día en varones y mujeres sanos, respectivamente.



Por su parte, Muñoz, M. y Uribe, A. (2013) en su investigación denominada “Estilos de vida en estudiantes universitarios” encuentran que es posible deducir que en la especificidad de la estructura organizativa de los estilos de vida de los jóvenes estudiados, el factor socioeconómico no configura su tipo o prioridad de perfil social individual, ya que como jóvenes universitarios, se constituyen en un grupo social diferenciado de manera particular en el contexto de formación académico profesional. A nivel global, los estudiantes manifiestan un alto grado de creencias en las dimensiones del estilo de vida relacionado con la salud, lo cual resulta favorablemente básico en la implementación de programas para la promoción de esta. Según los resultados de la investigación, es necesario asumir enfoques multimodales para la intervención de la adopción de estilos de vida saludables en la población joven universitaria. Además de los procesos psicológicos, en conjunto con variables socioculturales y socio-ambientales que median entre las prácticas y creencias de estilos de vida relacionados con conductas protectoras o de riesgo, estos deben contemplar la inclusión de las características del contexto concreto de la cotidianidad universitaria. Por último, la diversidad de resultados de investigación sugiere indagar acerca del desarrollo de la persona desde las múltiples transacciones que estructuran tanto la conformación de su estilo de vida, como el de los colectivos concretos. Esto implica seguir ahondando en variables compartidas por los sujetos, sin desconocer la diferenciación de grupos sociales específicos minoritarios, a fin de ser pertinentes en la promoción de salud comunitaria.

Los hallazgos más importantes incluyen que algo más de la mitad de los encuestados tiene un estilo de vida saludable, algo más de la tercera parte tiene estilo de vida poco saludable y casi 1 de cada diez de los trabajadores encuestados tiene estilo de vida muy saludable, tal como se aprecia en la figura 1.

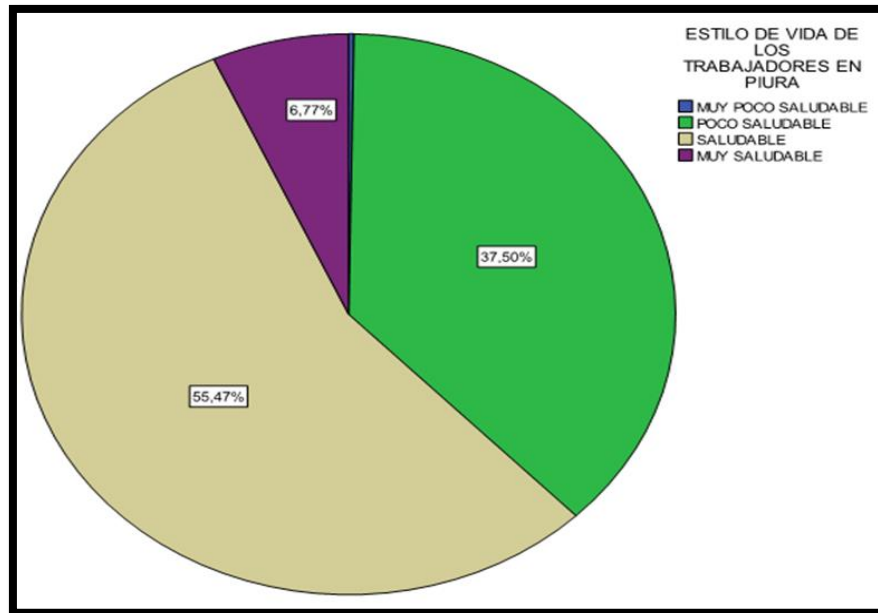


Figura 1 Estilo de vida de los trabajadores en Piura-Perú

Otro hallazgo importante es que algo más de la mitad de los encuestados tiene un desempeño laboral bueno, casi la mitad tiene desempeño laboral muy bueno y casi 1 de cada diez de los encuestados tiene desempeño laboral malo, tal como se aprecia en la figura 2.

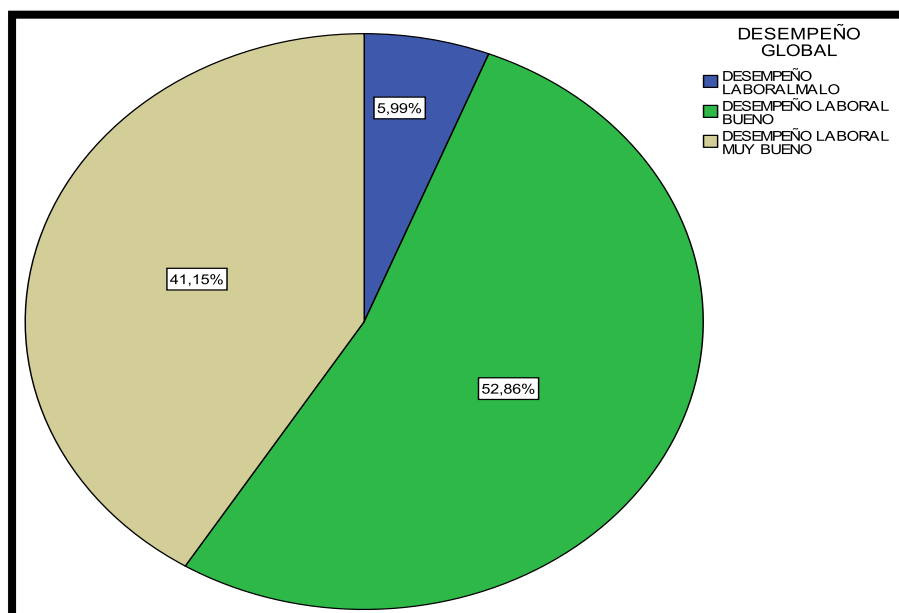
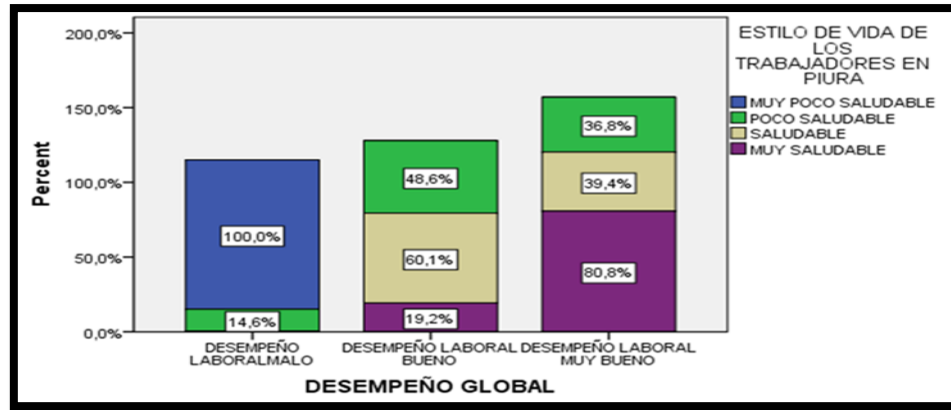


Figura 2 Desempeño laboral global

En general, los trabajadores de las empresas de servicios de la ciudad de Piura, tienen un desempeño laboral muy bueno; notándose que la mayoría de dicho segmento tiene simultáneamente estilo de vida muy saludable. Por otro lado, la segunda mayoría dentro del desempeño laboral tiene nivel bueno, y simultáneamente tienen estilo de vida saludable. Finalmente, la tercera mayoría tiene desempeño laboral malo y simultáneamente todos tienen estilo de vida muy poco saludable, tal como se aprecia en la figura 3.

**Figura 3 Estilo de vida y desempeño laboral de los trabajadores en Piura-Perú**

Finalmente, existe una correlación positiva y estadísticamente significativa, entre el estilo de vida de los trabajadores de empresas de servicio en Piura, y el desempeño laboral. Además, el valor de “P” bilateral nos indica ausencia de error, en consecuencia los resultados tienen validez y confiabilidad. Por lo que podría afirmarse que, en tanto el estilo de vida de los trabajadores de empresas de servicio en Piura sea saludable tanto mejor porque el desempeño laboral será percibido como mejor o muy bueno, tal como se aprecia en el cuadro 1

Tabla 1 Indicador de correlación de Spearman's

Correlaciones		Estilo de vida de los trabajadores en Piura	Desempeño laboral
Rho de Spearman	Estilo de vida de los trabajadores en Piura	Coefficiente de correlación	1,000
	Desempeño laboral	Sig. (bilateral)	0,201**
		N	384
		Coefficiente de correlación	0,201**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	384

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

En la dimensión 1 (Capacidad Cognitiva) la mayoría de los encuestados tiene alto rendimiento y alto nivel de inteligencia. En cuanto al desempeño laboral global la mayoría lo tiene en nivel bueno. En dimensión 2 (capacidad afectiva) la mayoría de los encuestados tiene buena reacción o buen control de las emociones. Igualmente, en cuanto al desempeño laboral global la mayoría lo tiene en nivel bueno. En la dimensión 3 (capacidad psicomotora), la mayoría tiene características físico-mentales muy estables. Igualmente, en cuanto al desempeño laboral global la mayoría lo tiene en nivel bueno.

En la investigación de la tesis de la Universidad Complutense de Madrid del programa de doctorado de filosofía, ciencias de la conducta y sociedad del departamento de psicología básico II, Procesos cognitivos referente al estilo de Vida y Satisfacción laboral, se concluye que hay una relación directa positiva entre el estilo de vida y el desempeño laboral, al igual que nuestra presente investigación. Los estilos de vida en el ámbito laboral ejercen una influencia directa en su desempeño laboral.

En la tesis de filosofía, ciencias de la conducta y sociedad del departamento de psicología básica II de un programa de doctorado de la universidad de Madrid, sobre el estilo de vida y desempeño laboral Se correlacionó el estilo de vida con el número de comidas que realiza durante el día. De la tesis se observa que el coeficiente de correlación determinado fue 0.058, el cual resultó no ser significativo, demostrando que no existe una relación significativa entre el número de comidas realizadas y el estilo de vida.

En la presente investigación se verificó que el número de comidas que realizan los trabajadores de las empresas de servicio de Piura durante el día fue tendencia a comer más de tres comidas al día. En aspectos relacionados con la familia la tesis de Madrid se muestra neutral, mientras nuestra investigación arroja que a los trabajadores de las empresas de servicio les gusta mostrar afecto las personas que les son cercanas a ellas y con tendencia a que les guste mucho, así mismo encuentra agradable el ambiente de su vida con tendencia a muy agradable. En la tesis de Madrid muestra una satisfacción del trabajo muy buena y en nuestro presente trabajo los trabajadores de las empresas de servicio de Piura tienen buenas miras hacia el futuro con tendencia a muy buenas.

Conclusiones

- a) Existe relación entre el desempeño laboral y el estilo de vida, en las empresas de servicio de la ciudad de Piura, año 2015. Se aprecia que en cuanto al estilo de vida de los trabajadores de empresas de servicios en Piura, la mayoría tiene un estilo de vida saludable; y en cuanto desempeño laboral global la mayoría tiene un nivel de bueno.
- b) Existe relación entre los factores cognitivos y el estilo de vida. En la dimensión 1 (Capacidad Cognitiva) la mayoría de los encuestados tiene alto rendimiento y alto nivel de inteligencia. En cuanto al desempeño laboral global la mayoría lo tiene en nivel bueno.
- c) Existe relación entre los factores de capacidad afectiva y el estilo de vida. En dimensión 2 (capacidad afectiva) la mayoría de los encuestados tiene buena reacción o buen control de las emociones. Igualmente, en cuanto al desempeño laboral global la mayoría lo tiene en nivel bueno.
- d) Existe relación entre los factores de capacidad psicomotora y el estilo de vida. En la dimensión 3 (capacidad psicomotora), la mayoría tiene características físico-mentales muy estables. Igualmente, en cuanto al desempeño laboral global la mayoría lo tiene en nivel bueno.

1. Agradecimiento (opcional)

A las autoridades del Congreso Internacional Universidad de Machala-Ecuador por la valiosa oportunidad que brindan a los investigadores que intentan aportar en la calidad de vida.

2. Referencia bibliográficas

Almudena Segurado y Esteban Agulló. (2002). *Calidad de vida laboral: hacia un enfoque integrador desde la psicología social*. Oviedo-España: Psicothema - Universidad de Oviedo.

Arratia, A. (2010). *Desempeño laboral y condiciones de trabajo docente en Chile: influencias y percepciones desde los evaluados*. Chile: Universidad de Chile.

Grunpeter, H. (2004). *Vida sana en la empresa*. Santiago-Chile: Vida Chile.

María Araujo y Martín Leal. (2007). *Inteligencia emocional y desempeño laboral en las instituciones de educación superior públicas*. Trujillo-Venezuela: Centro de Investigación de Ciencias Administrativas y Gerenciales.

- María José Rodrigo, María Luisa Maiquez, Marta García, Ramón Mendoza, Antonio Rubio, Ascensión Martínez y Juan Carlos Martín. (2004). *Relaciones padres-hijos y estilos de vida en la adolescencia*. Huelva-España: Universidad de La Laguna, Universidad de Huelva y Fundación Eccla.
- Mirian Grimaldo y Mario Reyes. (2015). *Calidad de vida profesional y sueño en profesionales de Lima*. Lima-Perú: Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas - UPC.
- Muñoz, M., & Uribe, A. (2013). *Estilos de vida en estudiantes universitarios*. Montería-Colombia: Universidad Pontificia Bolivariana.
- Muñoz, M., & Uribe, A. (2013). *Estilos de vida en estudiantes universitarios*. Montería-Colombia: Universidad Pontificia Bolivariana.
- Robledo de Dios, T., Ortega Sánchez-Pinilla, R., Cabezas Peña, C., Forés García, D., Nebot Adell, M., & Córdoba García, R. (2003). *Recomendaciones sobre el estilo de vida*. Obtenido de Grupos de expertos del PAPPS: <http://docplayer.es/15328449-Recomendaciones-sobre-el-estilo-de-vida.html>
- T. Robledo de Dios & R. Ortega & C. Cabezas & D. Forés & M. Nebot & R. Córdoba. (2003). *Recomendaciones sobre el estilo de vida*. España: Aten Primaria- Grupos de Trabajo de Educación Sanitaria y Prevención Cardiovascular del PAPPS.