



Lejos de casa y a gran altitud, síntomas ansiosos y depresivos en trabajadores bajo condiciones laborales especiales.

Daniela Gutiérrez Rodríguez · Sheccid Bustamante Aldama · Fernanda Rangel Morales · Gladys Martínez Santiago · Rosalía Monroy Cerezo.

31

Participantes

2,830 m

Altitud de centro laboral

4–5 hrs

Tiempo de ascenso desde 0 m.

44.5 años

Mediana de edad

≥ 2

Años de antigüedad

INTRODUCCIÓN

Los trastornos depresivos y de ansiedad son causas importantes de discapacidad y disminución del rendimiento laboral. La gran altitud implica hipoxia y activación simpática, aunado a esto, el aislamiento geográfico, las jornadas prolongadas y la permanencia continua en el centro laboral pueden ser factores de riesgo psicosocial.

OBJETIVO

Identificar sintomatología depresiva y ansiosa en trabajadores expuestos a estas condiciones laborales.

MÉTODO

DISEÑO

Observacional, descriptivo y transversal.

MUESTRA

31 de 53 trabajadores: 17 académicos y 14 administrativos.

INSTRUMENTOS

Cuestionarios PHQ-9 y GAD-7, con periodo de evaluación adaptado a 6 meses.

ANÁLISIS

Estadística descriptiva y prueba exacta de Fisher por categoría ocupacional.

CRITERIOS DE INCLUSIÓN

Trabajadores académicos y administrativos
Antigüedad mayor a 2 años
Actividad laboral matutina y vespertina.

CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

Personal visitante
Servicio médico
Trabajadores de servicios externos
Negativa a participar

RESULTADOS

45.2%

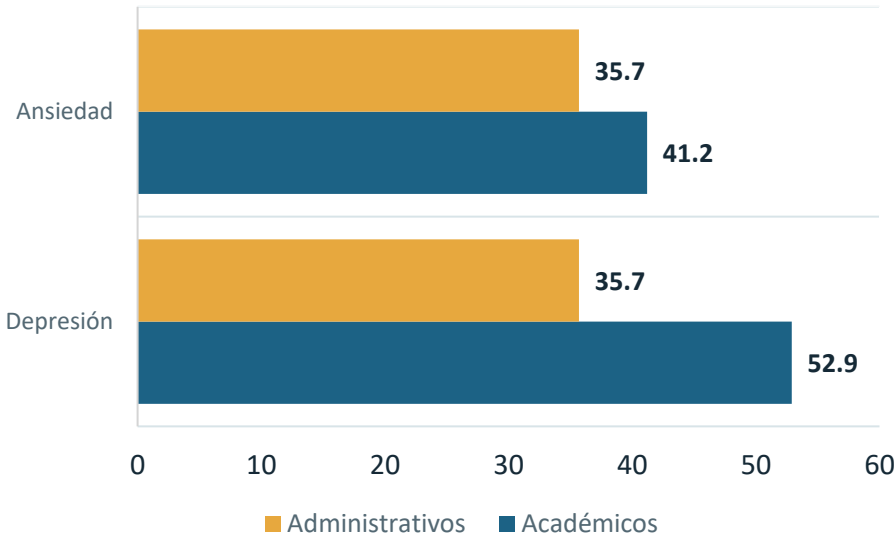
síntomas depresivos
14/31 · 92.9% leves

38.7%

síntomas ansiosos
12/31 · 91.6% leves

Sintomatología por categoría ocupacional

Indicador	Académicos n=17	Administrativos n= 14	p (Fisher)
Sitomatología depresiva (PHQ-9 ≥5)	9 (52.9%)	5 (35.7%)	0.473
Sintomatología ansiosa (GAD-7 ≥ 5)	7 (41.2%)	5 (35.7%)	1



Fisher: depresión p=0.473 · ansiedad p=1.000
Sin diferencias estadísticamente significativas.

IMPACTO FUNCIONAL

Durante la presencia de síntomas, las actividades laborales resultaron:

54.8% un poco difíciles

6.5% muy difíciles

3.2% extremadamente difíciles

REFERENCIA CONTEXTUAL

En 1,020 trabajadores mexicanos de 30–45 años se reportó:

24.3%

depresión

29.3%

ansiedad

En este estudio: +20.9 puntos porcentuales en depresión y +9.4 en ansiedad.

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

La frecuencia observada resalta la importancia de vigilar la salud mental en trabajadores expuestos a condiciones ambientales y laborales especiales. Se propone fortalecer la prevención de riesgos psicosociales y las estrategias de descanso y recuperación. El diseño transversal no permite establecer causalidad.

Vigilancia de salud mental + prevención psicosocial + recuperación laboral

REFERENCIAS

Gallagher SA. UpToDate; 2024. · Harris NS. Medicina de gran altitud. Elsevier; 2024. · Cumpstey AF, Jackson AIR, Grocott MPW. Miller. Anestesia. Elsevier; 2021. · Gutiérrez García RA, et al. Depression, anxiety, burnout, and substance use disorders among auto workers... 2026.