

Factors associated with the development of gastrointestinal disorders in administrative workers in the Americas

Factores asociados al desarrollo de trastornos gastrointestinales en trabajadores administrativos en el continente americano

Autores:

Burgos-Palma, Maholy Lisbeth
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA
Cuenca – Ecuador



mlburgosp72@est.ucacue.edu.ec



<https://orcid.org/0009-0002-1194-363X>

Mendieta-Andrade, Patricio Esteban
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA
Ing. Comercial, Ph.D
Cuenca – Ecuador



pmendietaa@ucacue.edu.ec



<https://orcid.org/0000-0001-9596-4344>

Fechas de recepción: 05-MAR-2026 aceptación:20-MAR-2026 publicación: 31-MAR-2026



<https://orcid.org/0000-0002-8695-5005>

<http://mqrinvestigar.com/>



Resumen

El estudio determina los factores asociados para el desarrollo de trastornos gastrointestinales en los trabajadores administrativos que desempeñan labores de oficina en el continente americano, considerando diversos análisis relacionados en la comunicación bidireccional entre el sistema digestivo y el sistema nervioso. El propósito fue identificar cuáles son los factores asociados al desarrollo de trastornos intestinales a nivel de la salud digestiva asociada a otros factores predisponentes. Se hizo una revisión sistemática de literatura dentro del período de 2020 hasta 2025, a través de una metodología cualitativa documental estableciendo evidencia de literatura en formato de categorías temáticas sobre trastornos gastrointestinales, carga laboral, microbiota intestinal, antecedentes digestivos y factores psicosociales. Los resultados evidencian que existe relación estrechamente vinculada entre estrés y alta carga laboral para desarrollar trastornos gastrointestinales en el personal administrativo. Concluyendo que los trabajadores que desempeñan labores administrativas desarrollan patologías digestivas a causa de factores psicosociales, enfermedades digestivas previas y hábitos alimentarios irregulares, evidenciándose la presencia de síndrome de intestino irritable y dispepsia como los más característicos y poniendo en manifiesto la necesidad de intervenciones para promover espacios de trabajos saludables con prácticas de autocuidado en salud gastrointestinal.

Palabras clave: Estrés laboral; Trastornos digestivos; Factores psicosociales; Antecedentes digestivos.

Abstract

The study determines the factors associated with the development of gastrointestinal disorders in administrative workers who perform office tasks in the Americas, considering various analyses related to the bidirectional communication between the digestive system and the nervous system. The purpose was to identify the factors associated with the development of intestinal disorders at the level of digestive health associated with other predisposing factors. A systematic review of updated literature from 2020 to 2025 was conducted using a qualitative documentary methodology, establishing evidence from the literature in the form of thematic categories on gastrointestinal disorders, workload, intestinal microbiota, digestive history, and psychosocial factors. The results show that there is a close relationship between stress and high workload in the development of gastrointestinal disorders in administrative staff. It can be concluded that workers who perform administrative tasks develop digestive disorders due to psychosocial factors, previous digestive diseases, and irregular eating habits, with irritable bowel syndrome and dyspepsia being the most characteristic symptoms. This highlights the need for interventions to promote healthy workplaces with self-care practices for gastrointestinal health.

Keywords: Work stress; Digestive disorders; Psychosocial factors; Digestive history

Introducción

Actualmente el ámbito de la seguridad y salud ocupacional del personal administrativo ha ido adquiriendo más protagonismo a causa del aumento de la carga laboral demostrando afectación directa sobre el bienestar del personal, esto genera un impacto importante sobre la calidad de la atención, realización de tareas y la sostenibilidad de la empresa (Báez y Kwan, 2024). En este sentido, los factores psicosociales como el estrés laboral, la insatisfacción en el trabajo y la alta carga laboral se han definido como determinantes de desarrollo de trastornos gastrointestinales y en la salud general del trabajador (Vergara et al., 2022).

Los trastornos gastrointestinales manifiestan una interacción cerebro – intestino, los cuales se encuentran altamente estigmatizados, existen pocos estudios basados en la salud que mencionan como se desarrollan estos trastornos desde un punto de vista externo a la salud digestiva. Por lo tanto el estrés crónico implica un papel importante por su capacidad de alterar la composición de la microbiota, provocando disbiosis en la diversidad bacteriana promoviendo un estado de inflamación (Montoya, 2025).

Históricamente, los trastornos gastrointestinales van en sentido creciente sobre los diversos sectores laborales seguido con la indiferencia de aquellos que padecen estas patologías que se desarrollan silenciosamente hasta convertirse en un daño crónico sobre la salud. El trabajo es la principal fuente de economía de las personas y la forma en que se desarrolla el entorno laboral tiene una relación con la actividad del microbiota intestinal, las molestias intestinales y trastornos de la interacción intestino-cerebro (Peñañiel y Novo, 2023).

Según Lucas et al. (2025), en su revisión exploratoria descriptiva, indica que las enfermedades digestivas en Ecuador mantienen una alta prevalencia en las distintas provincias, tal que la carga gastrointestinal es fundamental para la investigación, educación y la posible asignación de recursos en salud pública. Es por eso que se demuestra que la prevalencia de gastritis, enfermedad de Crohn y litiasis biliar sobre todo en Cotopaxi abarca el 95% y úlceras pépticas en la provincia del Oro con 92% asociadas a factores relacionados con la vida diaria y el ámbito laboral.

Por tal razón, Bué et al. (2025), en su estudio denominado factores asociados a enfermedades gastrointestinales de adultos en Ecuador, indica que el aparato gastrointestinal incluye varios cuadros desde agudos, subagudos, crónicos y recurrentes los cuales la comprensión de estos diagnósticos es autolimitada especialmente en Latinoamérica.

Dentro del contexto latinoamericano y en contexto ecuatoriano, en el que se encuentra determinadas las dificultades relacionadas con los recursos económicos, infraestructuras y las condiciones organizativas de las áreas de trabajo, resulta de importancia la indagación de como los factores psicosociales afectan la salud de los trabajadores (Grijalva y Carrera, 2025). El estrés laboral a largo plazo dentro de este contexto repercute en el bienestar de los trabajadores, además de la calidad de las tareas que maneja cada uno, lo que pone en riesgo tanto la salud como el trabajo (Ortiz et al., 2025).

Cabe recalcar que, mediante un análisis de los factores asociados a desarrollar trastornos gastrointestinales, las mujeres presentaron una mayor probabilidad de ser diagnosticadas con relación a estrés grave y trastornos de adaptación en el ámbito laboral. Tal que es necesaria la identificación de las principales determinantes, los vacíos de conocimiento y la proposición

de futuras alternativas de intervención que mitiguen de manera precoz el desarrollo de los trastornos más comunes (Valarezo et al., 2023).

Material y métodos

Enfoque metodológico y diseño de estudio

La investigación realizada fue de tipo no experimental de enfoque cualitativo-documental basado en una revisión sistemática de la literatura científica sobre los factores asociados a desarrollar trastornos gastrointestinales en el personal administrativo. Se llevó a la consideración de un total de 50 artículos provenientes del continente americano, incluyendo Norte América, Centro América y Sur América, los cuales fueron los que constituyeron el corpus de la revisión sistemática dentro de un período de investigación desde el año 2020 hasta 2025.

Para lograr garantizar un enfoque estructurado y riguroso, se aplicaron directrices establecidas en el PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses), establecido como un estándar internacional ampliamente empleado en revisiones sistemáticas. Este enfoque permitió analizar, identificar y seleccionar estudios relevantes con el fin de recabar una visión integral sobre los factores asociados al desarrollo de patologías gastrointestinales en personal administrativo.

Estrategia de búsqueda bibliográfica

La recopilación de artículos se llevó a cabo en bases de datos científicas de acceso global y alto impacto como: Scielo, Science Direct, Elsevier, Scopus, Redalyc y National Center for biotechnology information (NCBI). Estas fuentes fueron seleccionadas debido a su gran alcance en la publicación de estudios relacionados con la salud ocupacional aplicándose distintas combinaciones y palabras claves en idiomas español e inglés.

Para maximizar la búsqueda se emplearon términos claves específicos, incluyendo “trastornos gastrointestinales”, “carga laboral excesiva”, “factores psicosociales”, “microbiota intestinal” y “antecedentes digestivos”. Estos términos fueron combinados con operadores: AND, NOT y OR, lo que permitió recabar una selección precisa de artículos relevantes, además se analizaron referencias cruzadas de estudios previos ya revisados para asegurar una cobertura más amplia de la investigación.

Tipo y diseño de estudio

La organización de la información se llevo a cabo en cinco grupos a partir de la revisión de artículos y reportes que expusieran el trabajo que se desempeña en las áreas administrativas, dicho proceso se realizó siguiendo la metodología de “estructurar la información que se encontrara en artículos y reportes que describieran el objeto de estudio de “factores asociados a trastornos gastrointestinales”.

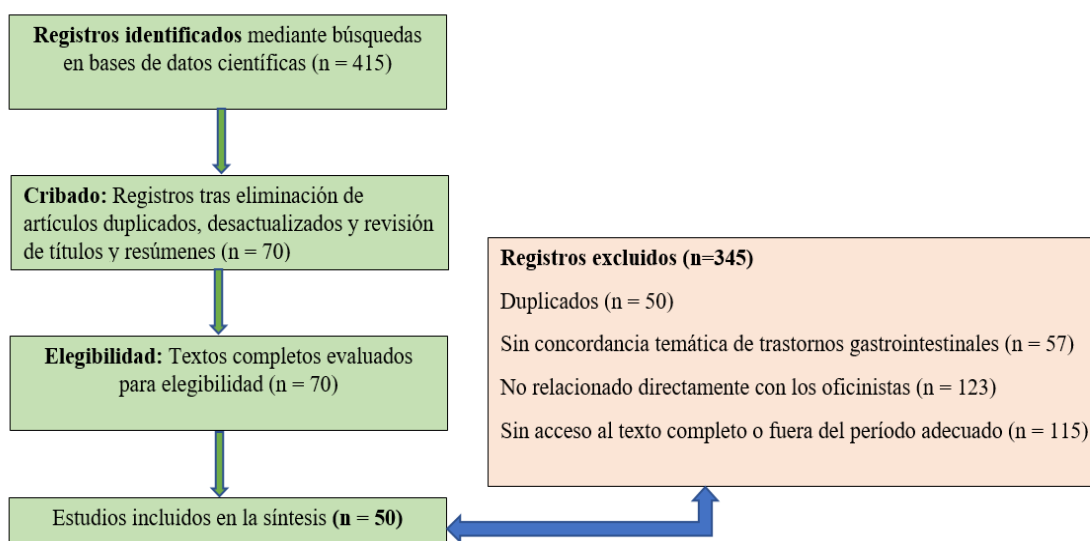
Proceso de selección de estudios según PRISMA

La fase de identificación establecida en el diagrama de flujo PRISMA obtuvo una recuperación de un total de 415 registros gracias a las bases de datos consultadas, por siguiente en la fase de cribado el resultado de esta etapa se obtuvo la exclusión de 345 artículos, siendo la principal causa la antigüedad de los mismos, duplicidad de los registros y no correspondencia entre el contenido y los factores asociados con trastornos gastrointestinales.

La fase de elegibilidad consideró un total de 70 artículos con criterios mas estrictos en relación con la calidad metodológica y pertinencia del tema propuesto para la revisión, este análisis permitió la exclusión de documentos que no aportaban elementos que sean considerados de evidencia de importancia por lo que aquello les impedía ser seleccionados para la lista final de artículos definitivos.

El resultado de la selección usando la metodología PRISMA llevó a la consideración de un total de 50 artículos, los cuales fueron los que constituyeron el corpus de la revisión sistemática. El período de estudio considerado en la presente investigación abarca desde el año 2020 hasta el año 2025, en función del rango temporal de las publicaciones científicas seleccionadas para el análisis, tal y como se detalla en la Figura 1.

Figura 1



Proceso de selección de estudios bibliográficos según método PRISMA

Fuente: Elaboración propia

Criterios de inclusión y exclusión

Para respaldar la calidad y actualidad de la información recopilada, se dispusieron criterios de inclusión que aseguraron la pertinencia de los artículos seleccionados. Se incluyeron artículos científicos publicados desde el 2020 hasta 2025, en idiomas español e inglés, y que abordaran específicamente los factores asociados al desarrollo de trastornos gastrointestinales en el personal administrativo. Se priorizaron estudios empíricos, sistemáticos y metaanálisis que brindaran evidencia solida sobre el impacto de estos factores en los trabajadores.

La revisión fue de alcance internacional y nacional, incluyendo estudios realizados en América del norte (Estados Unidos), Centro América (México), América del sur (Ecuador, Colombia, Argentina, Venezuela, Chile).

Por otro lado, se implementaron criterios de exclusión con el fin con el fin de evitar información de baja calidad, se excluyeron artículos duplicados, de otros países no

relacionados con la revisión, artículos desactualizados y de investigaciones que no tuvieran relación con trastornos gastrointestinales, así como también publicaciones con acceso restringido y que carecieran de rigor metodológicos, como aquellos con muestras de estudio reducidas o sin datos concluyentes.

Proceso de análisis de la información

Conforme a los criterios de inclusión y exclusión, los estudios seleccionados fueron sometidos a un proceso de análisis crítico y comparativo para lograr homogenizar los resultados e identificar los factores asociados al desarrollo de trastornos gastrointestinales en los trabajadores administrativos. Este análisis permitió sustraer resultados de estudios internacionales y nacionales, identificando tendencias comunes entre la carga laboral, factores psicosociales y los trastornos gastrointestinales. La información extraída fue clasificada en categorías temáticas según trastornos gastrointestinales, carga laboral excesiva, factores psicosociales, microbiota intestinal y antecedentes digestivos como se puede observar en la figura 2. Por otro lado, se realizó una distribución de artículos según los países de procedencia detallado en la figura 3.

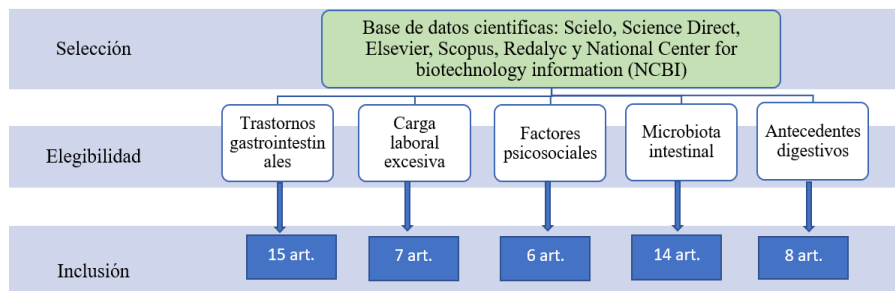


Figura 2
Distribución cuantitativa de los artículos incluidos por categorías

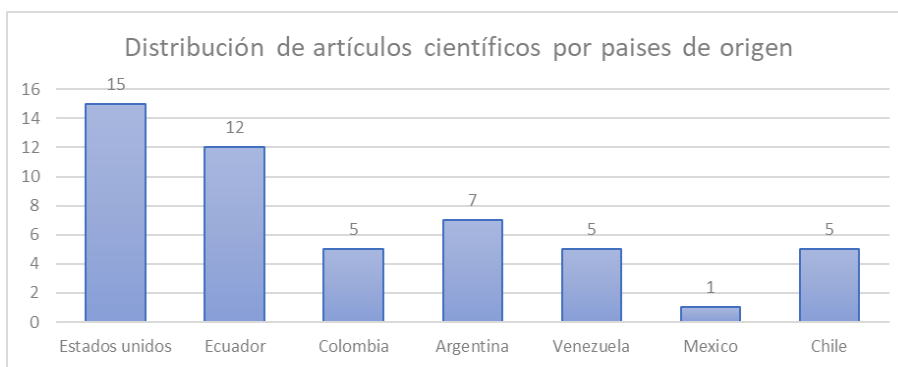


Figura 3
Distribución de artículos por país de origen

Fuente:
Elaboración propia

Fuente: Elaboración propia

Resultados

De los cincuenta artículos científicos revisados e incorporados en el presente estudio se resultó un fenómeno claro de desarrollo entre los factores psicosociales más prevalentes como el estrés crónico y alta carga laboral con los trastornos gastrointestinales en el personal administrativo.

Condiciones psicosociales a las que están expuestos trabajadores administrativos dentro de su entorno laboral.

La evaluación de las circunstancias psicosociales que viven los oficinistas alcanza un contexto complejo en que se vinculan factores protectores y de riesgo que afectan directamente su bienestar (Celleri et al., 2022).

Voigt (2019), en su revisión narrativa menciona que, una alta carga laboral induce a tener horarios variables o tardíos de alimentación, Los horarios de comida irregulares alteran el ritmo circadiano, afectando la secreción de hormonas digestivas como la serotonina, que influye en el estado de ánimo y la digestión. Estas alteraciones están asociadas con mayor estrés, ansiedad y riesgos metabólicos, además, comer a deshoras como noches tardías desregula la motilidad intestinal y genera síntomas como hinchazón, gases, dolor abdominal, diarrea o estreñimiento (Mata et al., 2023).

Báez Martínez et al. (2024), desarrollaron un artículo donde indicaron que las extensas jornadas laborales y la alta responsabilidad generan estrés prolongado y burnout, afectando su bienestar, calidad de vida y satisfacción laboral, con riesgo de incapacidad si no se actúa; por ello, el estrés laboral incide desfavorablemente en la calidad de vida cuando se mantiene en el tiempo sin afrontamiento, siendo necesario el diagnóstico precoz, la utilización de instrumentos de evaluación y estrategias de afrontamiento para prevenir el deterioro laboral. Por último, Liu y Huang. (2025), indican en su estudio trasversal basándose en el eje microbiota-intestino-cerebro, que los trabajadores soportan gran presión por cumplir varias tareas diarias sin recibir una remuneración significativa, lo que provoca cansancio emocional, constituyendo el eje principal del estrés, de ahí el agotamiento se refleja directamente en las conexiones con eje nervioso central e inmunidad, modulando la composición microbiana intestinal dando como consecuencia de trastornos gastrointestinales clínicos a largo plazo como síndrome de intestino irritable o enfermedad de Crohn. De la misma manera, cabe recalcar que alrededor del 30.61% de los adultos con sueño corto, casi uno de cada tres no logra conciliar el sueño por diversas situaciones dentro del ambiente laboral, un factor que puede relacionarse con mayor estrés, peor salud metabólica y problemas gastrointestinales. Principales factores psicosociales y su asociación al desarrollo de trastornos gastrointestinales

El estrés laboral crónico es un factor clave en el entorno administrativo, ha sido vinculado desde hace décadas con problemas gastrointestinales como úlceras pépticas. En trabajadores sometidos a constante presión laboral, se ha identificado un mayor riesgo de gastritis y úlceras. Además, el estrés activa el eje hipotálamo-hipófisis-adrenal (HPA) y el sistema nervioso simpático, liberando cortisol y epinefrina, lo cual reduce temporalmente la función digestiva y puede alterar la motilidad y sensibilidad visceral (Peñafiel y Novo, 2023).

Según el Ministerio de salud pública (MSP) la prevalencia de helicobacter pylori alcanza aproximadamente el 45% en las poblaciones rurales y 47% en zonas urbanas, de las cuales el 23% cursa la infección de manera asintomática, desarrollándose progresivamente según el

ámbito personal y laboral que mantengan los individuos. al menos 6 de cada 10 ecuatorianos sufren de gastritis, atribuida a malos hábitos alimenticios, consumo excesivo de condimentos, tabaco, alcohol, estrés e infección bacteriana (Aroca y Vélez, 2021).

Por su parte, Báez y Chung. (2024), en un estudio transversal de enfoque cuantitativo estudiando a 21 trabajadores de administrativos de una consultora en Paraguay que, mediante encuestas, el 53% de los participantes reportaron disminución en la capacidad de concentración o enfoque en el trabajo debido al estrés laboral, alteraciones en los patrones de sueño y reducción de motivación que se enfrentaban diariamente. En consecuencia, se evidencia que el estrés está generando un ciclo perjudicial y silencioso en la salud de los trabajadores administrativos que actualmente se muestran asintomáticos.

Por el contrario, en el estudio transversal por Cañas et al. (2024), mostró que alrededor de 60% de los trabajadores que presentaban estrés sí reflejaban sintomatología asociada a altas demandas de trabajo y cargas horarias extensas, lo que implica la necesidad de rediseñar intervenciones políticas dentro de las empresas que disminuyan estos riesgos silenciosos y así promover ambientes laborales más saludables.

Según Camilleri (2021), La disfunción motora tiene un enfoque sobre los trastornos gastrointestinales, como la dispepsia funcional y síndrome de intestino irritable, ambos están relacionados con trastornos en la motilidad del sistema digestivo, esto abarca el movimiento anómalo del contenido dentro de los intestinos, tanto hipomotilidad o peristaltismo lento lo que dificulta la evacuación causando constipación leve o severa en los individuos. Por otro lado, la hiperomotilidad o peristaltismo rápido y excesivo impide la absorción adecuada de nutrientes dando como resultado otros problemas sobre la salud a causa de diarreas y deficiencias nutricionales (Máñez y Cavazos, 2021).

De Palma y Bercik, (2021), indica que la microbiota intestinal o flora bacteriana desempeña un papel fundamental en la salud gastrointestinal, el término disbiosis indica un desequilibrio en la flora bacteriana asociado a distintos trastornos como el síndrome de intestino irritable, enfermedad inflamatoria intestinal, parasitosis intestinal y factores psicosociales como estrés la que conllevan malos hábitos con desregulación del horario alimenticio. La influencia de bacterias intestinales y uso de probióticos se ha visto en incremento con el transcurso de los años, hoy en día los médicos generales y gastroenterólogos especializados en el tema prescriben probióticos en la nutrición diaria de los pacientes con el fin de encontrar un equilibrio a la disbiosis intestinal provocada por los factores estudiados.

Enfocado en la relación entre el sistema nervioso entérico y sistema nervioso central, destacando que el estrés y los trastornos psicológicos perjudica la función gastrointestinal promoviendo el desarrollo de trastornos gastrointestinales (Cárdenas y Miranda, 2025).

Es así que, los estados de estrés afectan al microbiota intestinal, funciones como la motilidad, barrera intestinal y percepción visceral, tal y como se menciona en el estudio de Bué et al. (2025), alrededor del 57,8% de la población estudiada eran mujeres indicando mayor frecuencia en la consulta caracterizada en un rango de edad de 40 años en adelante. Cabe recalcar que el 15.3% de las mismas presentaban anteriormente antecedentes de patologías digestivas como reflujo gastroesofágico y enfermedad ácido péptica, el 84,7% no padecía otros antecedentes gastrointestinales.

Estrés laboral vs salud gastrointestinal

Es importante reconocer que el estrés laboral afecta a la eficiencia y funcionamiento laboral del trabajador y esto a su vez de manera directa a las organizaciones. De tal manera que Castillo. (2023), indica en su estudio transversal descriptivo mediante encuestas realizadas a 114 personas que el estrés laboral se presenta como uno de los factores de riesgo desencadenante de gastritis de tipo emocional, especialmente en adultos jóvenes y como factor agravante de síntomas gastrointestinales ya presente en esta población.

Estrategias y recomendaciones para la prevención de desarrollo de trastornos gastrointestinales y propuestas de mejora de condiciones laborales más saludables.

En un trabajo realizado en Ecuador indica que el monitoreo y evaluación continua del estado psicosocial y de salud digestiva para detectar síntomas gastrointestinales y factores de riesgos en trabajadores mejoraría la identificación precoz y pronta respuesta antes dificultades en el bienestar personal y laboral de los trabajadores (Bué et al., 2025).

Por otro lado, la sensibilización sobre el eje intestino cerebro, el diseño ergonómico y fomento de la actividad física reducirían el desarrollo de trastornos gastrointestinales presentes en las áreas laborales, debido que, al educar y sensibilizar a los trabajadores sobre esta conexión, se promueve la toma de conciencia sobre el impacto del estrés y las emociones en salud digestiva. Lo cual motiva la adopción de hábitos saludables para manejar el estrés mediante políticas laborales o técnicas de relajación como mindfulness, y apoyo psicológico (Cañas et al., 2024).

A continuación, se presentan los resultados de las publicaciones con su país de origen en la siguiente tabla.

Tabla 1.

Resultados de las publicaciones por su país de origen.

País de Estudio	Número de publicaciones	Resultados
Estados Unidos	15	El eje intestino-cerebro es clave en la aparición de síntomas gastrointestinales por lo que el estrés crónico modula motilidad intestinal por medio de mecanismos neuroendocrinos, siendo este un factor de alta influencia.
Ecuador	12	La carga laboral alta combinado con un ambiente laboral toxico aumentan el riesgo de padecer trastornos gastrointestinales siendo el síndrome de intestino irritable el más frecuente.
Colombia	5	El estrés laboral identificado actúa como factor de riesgo indirecto para desarrollar trastornos físicos incluidos los trastornos gastrointestinales.
Argentina	7	La presencia de enfermedades digestivas subyacentes es un problema presente en trabajadores administrativos que

		aumentan el desarrollo de trastornos digestivos funcionales complicados.
Venezuela	5	Las demandas laborales altas son equivalentes a una carga mental intensa lo cual aumenta la percepción de estrés y riesgo de salud.
México	1	Las personas que sufren de estrés y depresión tienen menor diversidad microbiana que personas sanas, lo que se conoce como disbiosis gastrointestinal, representando un nuevo paradigma para entender otros trastornos digestivos y mentales.
Chile	5	La presencia de condiciones digestivas subyacentes tiende a desarrollar otros problemas gastrointestinales con el tiempo.
Total	50	

Elaboración del autor

Los resultados de la revisión bibliográfica permiten identificar un fenómeno constante del mismo modo que dentro de la literatura consultada, ya sea de carácter ocupacional, el personal administrativo se encuentra sometidos en áreas laborales con una mezcla de exigencias horarias, malestares emocionales, tensión y presión profesional, que, según el ambiente, se reflejaron en situaciones que causen estrés, mínima realización personal y emocional.

De igual manera, cabe destacar que el estrés tiene una prevalencia variada en función en la población administrativa, lo que evidencia una serie de factores organizacionales y circunstancias/condiciones institucionales, por lo tanto, los resultados demuestran que la calidad de vida de los oficinistas se mantienen ligada de forma estrecha con la estructura de trabajo y ambiente laboral donde persisten, lo que, al mismo tiempo, apunta a la necesidad de observar aspectos y factores con detalle e indicando el impacto global de los mismo en función profesional.

Discusión

Los descubrimientos que se han obtenido mediante la evidencia en estrés, ansiedad y hábitos alimentarios en trabajadores administrativos resultan particularmente de importancia al observarse un escenario vulnerable debido a la combinación de factores psicosociales y trastornos gastrointestinales (Zapata et al., 2024).

Notablemente, Vergara et al. (2022), demuestra que el estrés y los trastornos emocionales se asocian significativamente con mayor sintomatología del síndrome de intestino irritable, un trastorno gastrointestinal que, en trabajadores administrativos, la presión por cumplir metas, tiempos prolongados frente a pantallas y demandas cognitivas favorecen al desarrollo de

estados de ansiedad y alerta persistente. Considerando que la prevalencia global de SII oscila entre el 10-20 % es esperable que en entornos laborales con alta carga psicosocial estas cifras se encuentren incrementadas.

Así mismo, De Palma y Bercik. (2021), señala que entre 50-80% de los pacientes con Síndrome de intestino irritable presentan alteraciones en el microbiota intestinal, debido a malos hábitos alimenticios relacionados al consumo de alimentos ultra procesados, cafeína excesiva, comidas rápidas frente al computador y omisión de horarios regulares, contribuyendo a reducir la diversidad microbiana y favoreciendo la proliferación de bacterias proinflamatorias.

Desde el enfoque fisiopatológico, Peñafiel y Novo. (2023), explica que el estrés activa el eje hipotálamo - hipófisis – adrenal, aumentando la liberación de cortisol, hormona del estado de alerta. En trabajadores administrativos sometidos a situaciones de estrés continuo, esta activación sostenida altera la motilidad intestinal, incrementando la permeabilidad de la mucosa para así favorecer a la disbiosis intestinal. La consecuencia clínica se manifiesta en sintomatología abdominal caracterizada con dolor epigástrico, distensión, diarrea o constipación (Jairala et al., 2025).

Por otro lado, en la revisión de Pino et al. (2020), subraya que el ejercicio logra mejorar la motilidad intestinal y aumenta la diversidad bacteriana. Sin embargo, el sedentarismo caracterizado en las áreas laborales de administración, frecuentemente más de 8 horas sentados reduce este efecto protector, favoreciendo los trastornos gastrointestinales como la constipación y disfunción metabólica.

Una notable divergencia proviene del estudio realizado por Montoya. (2025), cuyos resultados indicaron que el sobrecrecimiento bacteriano proinflamatorio no implica enfermedad, por lo que no todas las alteraciones observadas en trabajadores deben interpretarse como patológicas.

Por lo tanto, los estudios realizados en América del norte y centro América se encuentran alineados en cuestión de factores psicosociales, nos menciona que la carga laboral, el estrés crónico y la disbiosis gastrointestinal causan silenciosamente trastornos gastrointestinales como síndrome de intestino irritable, gastritis y reflujo gastroesofágico. Es importante mencionar que existe una notable contradicción sobre la aparición de sintomatología gastrointestinal, debido que en la mayoría de los casos los individuos se mantienen asintomáticos por el consumo de inhibidores de bomba de protones, una práctica mal influenciada por la edad y la polifarmacia actual (Bué et al., 2025).

Sin embargo, Camilleri. (2023), explica que la alteración de la motilidad gastrointestinal es un factor central que genera síntomas especialmente en patologías como síndrome de intestino irritable y estrés con o sin automedicación debido que existe un trastorno en la interacción intestino-cerebro que se continúa desarrollándose.

Conclusiones

Las publicaciones estudiadas recogieron datos relevantes sobre como el sistema digestivo sufre cambios desfavorables a causa de factores presentes en el ámbito laboral específicamente en los trabajadores administrativos, los principales factores que influyen a desarrollar trastornos gastrointestinales son los factores psicosociales ya mencionados como los más relevantes, el estrés crónico y la alta carga laboral, conjuntamente la disbiosis gastrointestinal causada por distintos factores pro inflamatorios presentes en la vida diaria de las personas.

De igual manera, la evidencia revisada permite afirmar que los trastornos gastrointestinales no pueden comprenderse únicamente desde una perspectiva orgánica, sino responden a una interacción compleja entre distintos factores, de los cuales los principales son los factores psicosociales como el estrés crónico, asimismo las alteraciones en el microbiota intestinal.

A la conclusión del estudio refuerza la necesidad de abordar los trastornos gastrointestinales desde un enfoque integral y preventivo. Las instituciones deben incorporar evaluaciones periódicas de riesgos psicosociales, monitoreo de la carga laboral y programas de promoción de hábitos saludables que incluyan educación nutricional, regulación de horarios y estrategias de manejo del estrés. Solo mediante intervenciones multicomponente, que integren dimensiones biológicas, psicológicas y organizacionales, será posible disminuir la incidencia de trastornos gastrointestinales asociadas al estrés laboral y garantizar entornos de trabajo más protectores, sostenibles y orientados al bienestar integral del trabajador.

Referencias bibliográficas

- Acosta-Fernández, M., Aguilera-Velasco, M. D. L. Á., Pozos-Radillo, B. E., & Parra Osorio, L. (2020). Factores psicosociales en residentes sub-especialistas de neonatología Análisis de contenido desde el modelo demanda-control-apoyo social. *Investigación en Educación Médica*, 9(36), 17-29. <https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2020.36.20232>
- Alva Rocha, L. A., Sandoval Flores, G., Elvir-Padilla, L. G., Morales-Rodríguez, M. A., & Rolón Aguilar, J. C. (2025). Ergonomía participativa: Un Enfoque documental en la mejora del bienestar y seguridad laboral en las organizaciones. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 16(31). <https://doi.org/10.23913/ride.v16i31.2565>
- Álvarez, J., Fernández Real, J. M., Guarner, F., Gueimonde, M., Rodríguez, J. M., Saenz De Pipaon, M., & Sanz, Y. (2021). Microbiota intestinal y salud. *Gastroenterología y Hepatología*, 44(7), 519-535. <https://doi.org/10.1016/j.gastrohep.2021.01.009>
- Alwhaibi, M., Alotaibi, A., & Alsaadi, B. (2023). Perceived Stress among Healthcare Students and Its Association with Anxiety and Depression: A Cross-Sectional Study in Saudi Arabia. *Healthcare*, 11(11), 1625. <https://doi.org/10.3390/healthcare11111625>
- Aroca Albiño, J. M., & Vélez Zamora, L. (2021). Prevalencia de *Helicobacter pylori* en pacientes asintomáticos en Ecuador. *Revista Vive*, 4(11), 193-202. <https://doi.org/10.33996/revistavive.v4i11.87>
- Báez Martínez, J. R., & Kwan Chung, C. K. (2024). Influencia del estrés laboral en la productividad de los colaboradores de una empresa consultora en Paraguay. *INVESTIGATIO*, (22). <https://doi.org/10.31095/investigatio.2024.22.2>
- Boluda-Verdú, I., & Catalá-López, F. (2025). Efectividad y coste-efectividad de intervenciones no farmacológicas para trastornos somáticos funcionales: Revisión sistemática de metaanálisis y evaluaciones económicas. *Gaceta Sanitaria*, 39, 102457. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2025.102457>
- Bué, P. E., Duarte, A. S., Segovia, C. Y., Mesías, R. V., García, R. O., & Romero-Sandoval, N. (2025). Factores asociados a enfermedades gastrointestinales de adultos en Ecuador. 19.
- Buselli, R., Veltri, A., Corsi, M., Marino, R., Necciari, G., Baldanzi, S., Chiumiento, M., Del Lupo, E., Foddis, R., Caldi, F., Lambiase, C., Pancetti, A., Marchi, S., Guglielmi, G., & Bellini, M. (2021). Irritable Bowel Syndrome prevalence and work ability in a sample of healthcare workers exposed to occupational stress. *Journal of Psychosomatic Research*, 148, 110566. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2021.110566>
- Camilleri, M. (2021). Gastrointestinal motility disorders in neurologic disease. *Journal of Clinical Investigation*, 131(4), e143771. <https://doi.org/10.1172/JCI143771>
- Camilleri, M. (2023). Abnormal gastrointestinal motility is a major factor in explaining symptoms and a potential therapeutic target in patients with disorders of gut-brain interaction. *Gut*, 72(12), 2372-2380. <https://doi.org/10.1136/gutjnl-2023-330542>
- Cañas Sánchez, V., Mejía López, A. M., & Rodríguez Araujo, D. L. (2024). Riesgos psicosociales en jóvenes trabajadores de una empresa tradicional y una startup del sector alimentos en Bogotá-Colombia. *European Public & Social Innovation Review*, 9, 1-20. <https://doi.org/10.31637/epsir-2024-933>
- Cárdenas, V. M. M., & Miranda, V. R. M. (2025). Microbiota intestinal y eje intestino-cerebro: Una revisión de su interacción con el sistema nervioso central. 2025, 45(4), 110-119. <https://doi.org/10.12873/454martinez>

Castillo Zaruma, R. V. (2023). Incidencia de gastritis emocional y su relación con el estrés laboral en adultos jóvenes de 20 a 50 años: Incidence of emotional gastritis and its relationship with work stress in young adults aged 20 to 50 years. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(2). <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.925>

Celleri, M., Koutsovitis, F., Cremades, C., & Garay, C. J. (2022). Índice de calidad de vida percibida en pacientes con trastornos gastrointestinales funcionales en Buenos Aires, Argentina. *Acta Colombiana de Psicología*, 26(1), 45-55. <https://doi.org/10.14718/ACP.2023.26.1.4>

De Palma, G., & Bercik, P. (2021). Gut Microbiome and Its Role in the Pathophysiology of Irritable Bowel Syndrome. *Acta Gastroenterológica Latinoamericana*, 51(4). <https://doi.org/10.52787/DXFC9250>

Giammona, A., Galuzzi, B. G., Imperia, E., Gervasoni, C., Remedia, S., Restaneo, L., Nespoli, M., De Gara, L., Tani, F., Cicala, M., Guarino, M. P. L., Porro, D., Cerasa, A., Lo Dico, A., Altomare, A., & Bertoli, G. (2025). Chronic Gastrointestinal Disorders and miRNA-Associated Disease: An Up-to-Date. *International Journal of Molecular Sciences*, 26(1), 413. <https://doi.org/10.3390/ijms26010413>

Gómez-Escudero, O., Remes-Troche, J. M., Coss-Adame, E., García-Zermeño, K. R., Aquino-Matus, J., Jiménez-Pavón, J., Valdovinos-García, L. R., Vargas-Martínez, M. A., Amieva-Balmori, M., Arenas-Martínez, J. S., Félix-Téllez, F. A., Gómez-Castaños, P. C., Mejía-Rivas, M., Valdovinos-Díaz, M. A., Vázquez-Elizondo, G., Villar-Chávez, A. S., & Gyawali, C. P. (2025). Recomendaciones de buena práctica clínica para el uso de neuromoduladores en gastroenterología: Revisión conjunta de expertos de la Asociación Mexicana de Gastroenterología (AMG) y Asociación Mexicana de Neurogastroenterología y Motilidad (AMNM). *Revista de Gastroenterología de México*, 90(2), 252-287. <https://doi.org/10.1016/j.rgmx.2024.12.001>

Grijalva-Velasco, A. I., & Carrera-Alvarez, E. R. (2025). Incidencia del desarrollo de estrés relacionado con la sobrecarga laboral en trabajadores de la salud, distrito de Imbabura-Ecuador. *MQRInvestigar*, 9(1), e337. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.9.1.2025.e337>

Hanna-Jairala, I., Puentes-Leal, G. A., Madrid, A. M., Aguilar-Paiz, L., Suazo-Barahona, J., Remes-Troche, J. M., Coss-Adame, E., Bustos-Fernández, L. M., Solé, L., Gudiño-Zayas, M., & Schmulson, M. (2025). Encuesta en gastroenterólogos latinoamericanos expertos en trastornos del eje intestino-cerebro sobre el diagnóstico y el tratamiento del síndrome de intestino irritable en la práctica clínica. *Revista de Gastroenterología de México*, 90(4), 530-546. <https://doi.org/10.1016/j.rgmx.2025.03.005>

Hu, F., Gong, Q., Xiong, L., Zhao, W., Li, L., & Zheng, Y. (2025). Sleep habits, brain functional networks, and type 2 diabetes risk: Cohort studies from North American and Asian populations and mediating Mendelian randomization analyses. *Diabetology & Metabolic Syndrome*, 17(1), 210. <https://doi.org/10.1186/s13098-025-01777-7>

Liu, J., & Huang, S. (2025). Association between dietary index for gut microbiota and sleep duration in US adults: A cross-sectional study. *Current Research in Microbial Sciences*, 9, 100412. <https://doi.org/10.1016/j.crmicr.2025.100412>

Lucas Pinales, E., Quimis Jalca, K. K., Villon Quiroz, L. G., Villacreses Baque, J. F., & Pisco Merchán, G. A. (2025). Perfil Epidemiológico de enfermedades gastrointestinales asociadas a factores ambientales en Ecuador: Epidemiological profile of gastrointestinal diseases associated with environmental factors in Ecuador. *LATAM Revista*

- Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, 6(5).
<https://doi.org/10.56712/latam.v6i5.4620>
- Mao, Y., Raju, G., & Zabidi, M. A. (2023). Association Between Occupational Stress and Sleep Quality: A Systematic Review. *Nature and Science of Sleep*, Volume 15, 931-947.
<https://doi.org/10.2147/NSS.S431442>
- Mata-Celi, S. C., & Silva-Caicedo, R. F. (2023). Patologías respiratorias, gastrointestinales, osteomusculares como causa de ausentismo laboral en el distrito de salud 19D03. *MQR Investigar*, 7(4), 1408-1425. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.7.4.2023.1408-1425>
- Máynez Guaderrama, A. I., & Cavazos Arroyo, J. (2021). Consecuencias del agotamiento laboral en tiendas de conveniencia. *Investigación Administrativa*, 50-2, 1-19.
<https://doi.org/10.35426/IAv50n128.03>
- Montoya-Moreno, M. (2025). Microbiota intestinal y salud mental: Una conexión emergente en la medicina moderna. *REVMEDUAS*, 15(1), 3-5.
<https://doi.org/10.28960/revmeduas.2007-8013.v15.n1.001>
- Ordoñez-García, S., Luy-Navarrete, W., & Merino-Velásquez, J. (2023). Los factores de riesgos psicosociales y como inciden en la satisfacción laboral. *593 Digital Publisher CEIT*, 8(2-1), 248-261. <https://doi.org/10.33386/593dp.2023.2-1.1817>
- Ortiz-Cabezas, K. E., & Olovacha-Toapanta, W. S. (2022). Evaluation of ergonomic risk in administrative processes at the University of the Armed Forces, Latacunga headquarters. 8.
- Pardo, P., Polo, E., Torrero, D., & Ortiz, S. (2024). El gran impacto que genera el estrés en el sistema digestivo. *Revista Semilla Científica*, (6), 106-116.
<https://doi.org/10.37594/sc.v1i6.1616>
- Peñafiel Peñafiel, M. B., & Novo Pinos, K. M. (2023a). Eje intestino – cerebro – microbiota y su impacto en la salud. *RECIAMUC*, 7(2), 566-575.
[https://doi.org/10.26820/reciamuc/7.\(2\).abril.2023.566-575](https://doi.org/10.26820/reciamuc/7.(2).abril.2023.566-575)
- Peñafiel Peñafiel, M. B., & Novo Pinos, K. M. (2023b). Eje intestino-cerebro y su impacto en el estrés. *RECIAMUC*, 7(2), 576-584.
[https://doi.org/10.26820/reciamuc/7.\(2\).abril.2023.576-584](https://doi.org/10.26820/reciamuc/7.(2).abril.2023.576-584)
- Petropoulos, A., Stavropoulou, E., Tsigalou, C., & Bezirtzoglou, E. (2025). Microbiota Gut–Brain Axis and Autism Spectrum Disorder: Mechanisms and Therapeutic Perspectives. *Nutrients*, 17(18), 2984. <https://doi.org/10.3390/nu17182984>
- Pinillos-Patiño, Y., Osío-Rojas, K. L., Acosta-Fernández, M., Gauna-Quiñonez, A., & Consuegra Machado, J. R. (2022). Factores de riesgo psicosociales impacto del control y recompensa desde la percepción de residentes médicos. *Salud Uninorte*, 38(03), 711-728.
<https://doi.org/10.14482/sun.38.3.610>
- Pino, J., Gómez, S., Olivares, M., Quera, R., Simian, D., Escaffi, M. J., & Ibáñez, P. (2020). EFECTOS DEL EJERCICIO EN ENFERMEDADES DEL TUBO DIGESTIVO. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 31(5-6), 472-480. <https://doi.org/10.1016/j.rmcl.2020.05.004>
- Rahimi-Moghadam, S., Khanjani, N., & Naderi, M. (s. f.). Comparing the Prevalence of Gastrointestinal Disorders between Day Workers and Shift Workers at Kerman University of Medical Sciences. 3(1).
- Ray, G., & Ghoshal, U. C. (2024). Epidemiology of Disorders of the Gut-Brain Interaction: An Appraisal of the Rome IV Criteria and Beyond. *Gut and Liver*, 18(4), 578-592.
<https://doi.org/10.5009/gnl230396>

- Shin, A., Preidis, G. A., Shulman, R., & Kashyap, P. C. (2019). The Gut Microbiome in Adult and Pediatric Functional Gastrointestinal Disorders. *Clinical Gastroenterology and Hepatology*, 17(2), 256-274. <https://doi.org/10.1016/j.cgh.2018.08.054>
- Silvana Vicenta Ortiz Espinoza, & Ortiz Espinoza, S. V. (2025). Profesionales al límite: Estrés laboral y síndrome de Burnout pasivo en Ecuador. *Dominio de las Ciencias*, 11(4), 771-783. <https://doi.org/10.23857/dc.v11i4.4585>
- Tachong-Alencastro, L. E., Lavayen-Mendoza, J. M., Quiroz-Romero, M. J., Bravo-Verduga, J. E., & Jiménez-Hidalgo, G. F. (2024). Work stress and its impact on the performance of employees at the Quevedo State Technical University. 9(6).
- Tap, J., Derrien, M., Törnblom, H., Brazeilles, R., Cools-Portier, S., Doré, J., Störsrud, S., Le Nevé, B., Öhman, L., & Simrén, M. (2017). Identification of an Intestinal Microbiota Signature Associated With Severity of Irritable Bowel Syndrome. *Gastroenterology*, 152(1), 111-123.e8. <https://doi.org/10.1053/j.gastro.2016.09.049>
- Trindade, I. A., Blomsten, A., Nybacka, S., Colomier, E., Sandberg, R., Frändemark, Å., Törnblom, H., & Simrén, M. (2026). Implications of Shame for Patient-Reported Outcomes in Bowel Disorders of Gut-Brain Interaction. *Gastroenterology*, 170(2), 353-364. <https://doi.org/10.1053/j.gastro.2025.06.030>
- Tully, P. J., Cosh, S., Wittert, G., Martin, S., Vincent, A., Mikocka-Walus, A., & Turnbull, D. (2025). Insight inTo Stress and POOPing on Work TIME (ITS POO TIME): Protocol for a Web-Based, Cross-Sectional Study. *JMIR Research Protocols*, 14, e58655. <https://doi.org/10.2196/58655>
- Valarezo-Bravo, O. F., Elizalde-Socola, J. G., & Jiménez, M. (2023). Principales trastornos de ansiedad en dos ciudades de Ecuador. *Health and Addictions/Salud y Drogas*, 23(2), 66-78. <https://doi.org/10.21134/haaj.v23i2.801>
- Valencia-Romero, J. F., Zambrano-Garcés, K. A., Anchundia-Franco, R. F., & Álava-Navarrete, O. D. (2022). Ergonomía, una prioridad en la salud ocupacional Ergonomics, a priority in occupational health Ergonomia, uma prioridade em saúde ocupacional. 7(9).
- Valitutti, F., Mennini, M., Monacelli, G., Fagiolari, G., Piccirillo, M., Di Nardo, G., & Di Cara, G. (2025). Intestinal permeability, food antigens and the microbiome: A multifaceted perspective. *Frontiers in Allergy*, 5, 1505834. <https://doi.org/10.3389/falgy.2024.1505834>
- Vergara Alvira, M. S., Ahumada Ossa, L. M., & Poveda Espinosa, E. (2022). Estrés, depresión, ansiedad y el hábito alimentario en personas con síndrome de intestino irritable. *Revista colombiana de Gastroenterología*, 37(4), 369-382. <https://doi.org/10.22516/25007440.899>
- Voigt, R. M., Forsyth, C. B., & Keshavarzian, A. (2019). Circadian rhythms: A regulator of gastrointestinal health and dysfunction. *Expert Review of Gastroenterology & Hepatology*, 13(5), 411-424. <https://doi.org/10.1080/17474124.2019.1595588>
- Zapata-Constante, C. A., & Riera-Vázquez, W. L. (2024). Riesgos psicosociales y estrés laboral en trabajadores del Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social, Ambato, Ecuador. *Gestio et Productio. Revista Electrónica de Ciencias Gerenciales*, 6(10), 4-23. <https://doi.org/10.35381/gep.v6i10.60>
- Zheng, H., Zhang, C., Zhang, J., & Duan, L. (2023). “Sentinel or accomplice”: Gut microbiota and microglia crosstalk in disorders of gut-brain interaction. *Protein & Cell*, 14(10), 726-742. <https://doi.org/10.1093/procel/pwad020>

Conflicto de intereses:

Los autores declaran que no existe conflicto de interés posible.

Financiamiento:

No existió asistencia financiera de partes externas al presente artículo.

Agradecimiento:

N/A

Nota:

El artículo no es producto de una publicación anterior.