

Psychosocial Risk Factors and their impact on Mental Health in women entrepreneurs in a rural community in Sevilla de Oro, Azuay

Factores de Riesgo Psicosocial y su impacto en la Salud Mental en mujeres líderes de emprendimientos de una comunidad rural en Sevilla de Oro, Azuay

Autores:

Mora-López, Erica Estefanía
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA
Cuenca – Ecuador



erica.mora.09@est.ucacue.edu.ec



<https://orcid.org/0009-0005-4969-4423>

Tamayo-Calle, Tania Ivonne
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA
Ing. Industrial
Docente
Cuenca-Ecuador



ttamayo@ucauce.edu.ec



<https://orcid.org/0009-0002-0989-39887>

Fechas de recepción: 11-MAR-2026 aceptación:26-MAR-2026 publicación: 31-MAR-2026



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

<http://mqrinvestigar.com/>

Resumen

La salud mental en el ámbito laboral constituye un desafío relevante en poblaciones laboralmente vulnerables, como las mujeres emprendedoras rurales, quienes enfrentan simultáneamente responsabilidades productivas, familiares y económicas que pueden afectar su bienestar psicológico. El objetivo del estudio fue analizar la relación entre los factores de riesgo psicosocial y el impacto en la salud mental de mujeres líderes de emprendimientos rurales del cantón Sevilla de Oro. Se aplicó un enfoque cuantitativo con diseño no experimental, transversal y alcance descriptivo–correlacional, con una muestra de 44 participantes seleccionadas mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. La información se recolectó mediante un cuestionario estructurado con escala tipo Likert, cuya confiabilidad evidenció adecuada consistencia interna, alcanzando un alfa de Cronbach de 0,87. Para analizar la asociación entre variables se utilizó la correlación de Spearman. Los resultados evidenciaron que la sobrecarga mental, la inseguridad laboral y económica y la doble presencia se relacionan con el impacto en la salud mental, mientras que la autonomía laboral y el apoyo social no mostraron asociación estadísticamente significativa. Se concluye que determinados riesgos psicosociales influyen significativamente en la salud mental del grupo estudiado, resaltando la necesidad de implementar estrategias preventivas contextualizadas con enfoque de género.

Palabras clave: Factores de riesgo psicosocial; Salud mental; Mujeres Rurales; Conflicto trabajo-familia; Salud ocupacional

Abstract

Mental health in the workplace is a significant challenge for vulnerable working populations, such as rural women entrepreneurs, who simultaneously face productive, family, and economic responsibilities that can affect their psychological well-being. The objective of the study was to analyze the relationship between psychosocial risk factors and the impact on the mental health of women leaders of rural enterprises in the canton of Sevilla de Oro. A quantitative approach was applied with a non-experimental, cross-sectional design and descriptive-correlational scope, with a sample of 44 participants selected through non-probabilistic convenience sampling. The information was collected using a structured questionnaire with a Likert scale, whose reliability showed adequate internal consistency, reaching a Cronbach's alpha of 0.87. Spearman's correlation was used to analyze the association between variables. The results showed that mental overload, job and economic insecurity, and double presence are related to the impact on mental health, while job autonomy and social support did not show a statistically significant association. It is concluded that certain psychosocial risks significantly influence the mental health of the group studied, highlighting the need to implement contextualized preventive strategies with a gender approach.

Keywords: Psychosocial risk factors; Mental health; Rural women; Work-family conflict; Occupational health

Introducción

La salud mental en el trabajo constituye un componente esencial de la salud pública y de la sostenibilidad de los sistemas productivos, al influir directamente en el bienestar individual, la calidad de vida y el desempeño laboral. Los trastornos mentales comunes, como la depresión y la ansiedad, representan actualmente una de las principales causas de discapacidad a nivel mundial, generando impactos significativos en la productividad, el ausentismo y los costos económicos para las organizaciones y los Estados (World Health Organization, 2022). En este contexto, los factores de riesgo psicosocial han adquirido un papel central en la investigación contemporánea, al ser reconocidos como determinantes clave del estrés laboral crónico, el agotamiento emocional y otros trastornos afectivos .

En los últimos años, la evidencia científica ha puesto especial atención en poblaciones laboralmente vulnerables, entre las que destacan las mujeres en contextos rurales. En estos entornos, las desigualdades de género, la precariedad económica y la limitada cobertura de sistemas de protección social configuran escenarios de alta exposición a riesgos psicosociales. Estas condiciones no solo incrementan la carga mental, sino que también amplifican la vulnerabilidad frente a problemas de salud mental, especialmente cuando se combinan con responsabilidades domésticas y de cuidado no remunerado (González-Robledo, 2023). Este fenómeno adquiere mayor relevancia en América Latina, donde las brechas estructurales y territoriales siguen condicionando las oportunidades de desarrollo y bienestar.

En el caso de Ecuador, las mujeres rurales desempeñan un rol fundamental en la economía familiar, participando activamente en actividades productivas a través de emprendimientos, principalmente en sectores comerciales y de servicios (Instituto Nacional de Estadística y Censos, 2022). Sin embargo, a pesar de su contribución económica, persiste una importante brecha de conocimiento sobre cómo los riesgos psicosociales impactan su salud mental, particularmente en contextos locales específicos como el cantón Sevilla de Oro, en la provincia del Azuay. Esta limitación en la evidencia empírica dificulta la formulación de políticas públicas y estrategias de intervención contextualizadas.

En este marco, el presente estudio analiza los factores de riesgo psicosocial y su impacto en la salud mental de mujeres líderes de emprendimientos rurales, con el propósito de generar evidencia que contribuya al diseño de estrategias preventivas desde la salud ocupacional con enfoque de género. Este enfoque resulta fundamental para comprender las interacciones entre trabajo, familia y contexto social, y para abordar de manera integral los determinantes del bienestar psicológico.

Desde el punto de vista teórico, el fenómeno estudiado se sustenta en diversos modelos explicativos ampliamente validados. El Modelo Demanda-Control plantea que el estrés laboral surge cuando las demandas psicológicas del trabajo son elevadas y el nivel de control o autonomía es bajo, especialmente en ausencia de apoyo social, lo que incrementa el riesgo de malestar psicológico (Karasek, 1979). En el caso de las mujeres emprendedoras rurales, la combinación de exigencias productivas y domésticas, junto con limitaciones estructurales en el acceso a recursos y mercados, intensifica este desequilibrio, generando mayores niveles de tensión.

Por su parte, el Modelo de Esfuerzo-Recompensa sostiene que el estrés se origina cuando existe un desequilibrio entre el esfuerzo invertido y las recompensas obtenidas, ya sea en términos económicos, reconocimiento o estabilidad laboral (Siegrist, 1996). En contextos rurales, este desequilibrio suele ser más pronunciado, ya que las mujeres emprendedoras invierten altos niveles de esfuerzo en sus actividades productivas sin recibir retornos proporcionales, lo que incrementa el riesgo de ansiedad, frustración y síntomas depresivos (Shoman et al., 2024).

El Modelo de Burnout, por su parte, describe un síndrome caracterizado por agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal, resultado de la exposición prolongada a demandas laborales excesivas (Maslach et al., 2001). En el contexto del emprendimiento rural femenino, la superposición de responsabilidades laborales y domésticas favorece la aparición de este síndrome, afectando tanto el bienestar individual como la sostenibilidad de las actividades productivas (Agyapong et al., 2022).

Asimismo, la Teoría del Rol Social aporta un marco explicativo para comprender cómo las expectativas de género influyen en la distribución de responsabilidades y en la percepción del trabajo. Según esta teoría, las mujeres enfrentan una mayor carga al asumir simultáneamente roles productivos y reproductivos, lo que genera conflictos y tensiones que impactan su salud mental (Karau & Eagly, 2002). Este enfoque permite entender la persistencia de la doble presencia como un factor estructural que condiciona el bienestar de las mujeres rurales.

En relación con los factores de riesgo psicosocial, estos se definen como condiciones del entorno laboral que pueden afectar la salud física y mental, tales como demandas excesivas, baja autonomía, inseguridad laboral y falta de apoyo social (Organización Internacional del Trabajo, 2021). En el caso de las mujeres emprendedoras rurales, la interacción entre estas condiciones y las responsabilidades familiares incrementa la sobrecarga mental y compromete la sostenibilidad de sus emprendimientos (Clercq et al., 2022).

El impacto en la salud mental se manifiesta a través de síntomas de estrés, ansiedad, depresión y burnout, derivados de la exposición prolongada a estos riesgos (Maslach et al., 2001; Mora-Guerrero et al., 2023). La sobrecarga mental, en particular, surge cuando las demandas superan la capacidad de afrontamiento, mientras que la autonomía laboral puede verse limitada por factores estructurales y de género que restringen la capacidad de decisión sobre el trabajo (Karasek, 1979).

Por otro lado, el apoyo social ha sido identificado como un factor protector relevante, al contribuir a la reducción del estrés y al fortalecimiento de la resiliencia (González-Robledo, 2023). Sin embargo, en contextos rurales, este apoyo puede ser insuficiente o limitado. En contraste, la inseguridad laboral y económica, caracterizada por ingresos inestables y ausencia de protección social, se asocia de manera consistente con mayores niveles de distrés psicológico (Shoman et al., 2024).

Finalmente, la doble presencia o conflicto trabajo–familia se configura como uno de los riesgos psicosociales más relevantes en este contexto, al incrementar la carga total de trabajo y generar fatiga emocional, afectando significativamente el bienestar de las mujeres (Barrón & Mariscal, 2024; López et al., 2017).

En síntesis, la evidencia disponible en América Latina indica que el trabajo femenino en contextos rurales se caracteriza por extensas jornadas, bajos ingresos e inestabilidad laboral, condiciones que incrementan el riesgo de estrés y agotamiento emocional (Mora-Guerrero et al., 2023). En conjunto, la literatura respalda que los factores de riesgo psicosocial, modulados por variables de género y ruralidad y sustentados en modelos teóricos sólidos, constituyen determinantes clave de la salud mental en mujeres emprendedoras. No obstante, la limitada investigación en contextos rurales ecuatorianos evidencia la necesidad de estudios que profundicen en estas dinámicas, justificando plenamente la realización del presente trabajo.

Material y métodos

El estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, de corte transversal y de alcance descriptivo–correlacional. Este diseño permitió examinar la relación que existe entre los factores de riesgo psicosocial y el impacto en la salud mental en mujeres líderes de emprendimientos rurales, sin intervención ni manipulación de las variables y en un único momento de medición.

Asimismo, se realizó la evaluación de la confiabilidad del instrumento mediante el coeficiente alfa de Cronbach, tanto a nivel general como por cada dimensión, con el propósito de determinar la consistencia interna del cuestionario. Posteriormente, se aplicó la prueba de correlación de Spearman, con el fin de identificar la asociación entre los factores psicosociales y el impacto en la salud mental.

Para este análisis se plantearon las siguientes hipótesis: hipótesis nula (H_0): no existe correlación estadísticamente significativa entre los factores de riesgo psicosocial y el impacto en la salud mental e hipótesis alternativa (H_1): existe una correlación estadísticamente significativa entre los factores de riesgo psicosocial y el impacto en la salud mental. El contraste de hipótesis se realizó considerando un nivel de significancia estadística de $p < 0,05$, criterio utilizado para la aceptación o rechazo de la hipótesis nula.

Población y muestra

La población estuvo conformada por mujeres líderes de emprendimientos rurales de una comunidad del cantón, quienes desarrollan actividades productivas de manera autónoma o asociativa. Se aplicó un muestreo no probabilístico por conveniencia, en función de la accesibilidad y disponibilidad de las participantes. El tamaño muestral fue de $n = 44$ mujeres, seleccionadas conforme a criterios previamente establecidos.

Criterios de inclusión

En el estudio se incluyeron mujeres de 18 años o más que desarrollaban un emprendimiento activo en la zona rural determinada para la presente investigación. Se consideró como requisito que las participantes contaran con al menos seis meses de experiencia en la actividad productiva o emprendimiento, con el fin de asegurar una exposición suficiente a las condiciones laborales evaluadas. Asimismo, se incluyeron únicamente aquellas mujeres que ejercían un rol de liderazgo, gestión o toma de decisiones importantes dentro de su

emprendimiento. La participación fue voluntaria y estuvo condicionada a la aceptación del consentimiento informado.

Criterios de exclusión

Se excluyeron del estudio las mujeres menores de 18 años, así como aquellas cuyos emprendimientos se encontraban inactivos o cerrados durante el periodo de recolección de datos. También fueron excluidas las participantes que desempeñaban una participación ocasional, auxiliar o sin capacidad de decisión en el emprendimiento, así como aquellas con una antigüedad menor a seis meses en la actividad productiva. Adicionalmente, no se consideraron mujeres que no residían de manera permanente en el ámbito rural delimitado por el estudio, las que no completaron la totalidad del cuestionario, y aquellas que rechazaron o retiraron su consentimiento informado en cualquier momento del proceso.

VARIABLES DE ESTUDIO

En el presente estudio se consideraron como variables principales los factores de riesgo psicosocial y el impacto en la salud mental. La variable independiente es el factor de riesgo psicosocial, operacionalizados en cinco dimensiones: sobrecarga mental, autonomía laboral, apoyo social, inseguridad laboral y económica, y doble presencia o conflicto trabajo-familia. Por su parte, la variable dependiente correspondió al impacto en la salud mental, expresado a través de niveles de estrés, ansiedad, agotamiento y desmotivación.

Instrumento de recolección de datos

Para la recolección de datos se diseñó un cuestionario estructurado específicamente para esta investigación, tomando como referencia modelos teóricos clásicos de riesgos psicosociales como los propuestos por Robert Karasek, Johannes Siegrist y Christina Maslach. El instrumento estuvo conformado por un bloque sociodemográfico y 29 ítems distribuidos en seis dimensiones, evaluados mediante una escala tipo Likert de cinco puntos, donde 1 correspondió a “Nunca”, 2 a “Rara vez”, 3 a “A veces”, 4 a “Casi siempre” y 5 a “Siempre”. Los puntajes por dimensión se obtuvieron mediante el promedio simple de los ítems correspondientes, y el puntaje total mediante el promedio global del instrumento.

Procedimiento

La identificación de las participantes se realizó previamente mediante la aplicación de los criterios de inclusión y exclusión. Una vez definida la muestra elegible, se procedió a la aplicación del cuestionario entre los meses de enero y febrero de 2026. Antes de la aplicación, se explicó a cada participante el objetivo del estudio, el carácter voluntario de su participación y la confidencialidad de la información, procediendo a la firma del consentimiento informado.

Resultados

Las características sociodemográficas de las 44 mujeres emprendedoras rurales incluidas en el estudio se presentan en la Tabla 1. En ella se detallan la distribución por edad, estado civil, nivel de instrucción, número de personas a cargo, tipo de emprendimiento, tiempo de funcionamiento del emprendimiento y horas diarias dedicadas a la actividad productiva.

Tabla 1.

Características sociodemográficas de las mujeres emprendedoras rurales (n = 44)

Variable	Categoría	n	%
Edad	18-30 años	4	9.1
	31-49 años	25	56.8
	≥ 50 años	15	34.1
Estado civil	Soltera	10	22.7
	Casada / Unión libre	26	59.1
	Divorciada / Separada	5	11.4
	Viuda	3	6.8
Nivel de instrucción	Primaria	15	34.1
	Secundaria	23	52.3
	Superior	4	9.1
	Otro	2	4.5
Número de hijos o personas a cargo	Ninguno	8	18.2
	1-2	15	34.1
	3-4	17	38.6
	≥ 5	4	9.1
Tipo de emprendimiento	Agricultura	3	6.8
	Crianza de animales	2	4.5
	Preparación o venta de alimentos/bebidas	18	40.9
	Artesanías o manualidades	7	15.9
	Venta de productos	9	20.5
	Servicios / Turismo / Otros	5	11.4
Tiempo de funcionamiento del emprendimiento	6-12 meses	9	20.5
	1-3 años	14	31.8

	> 3 años	21	47.7
Horas de trabajo diario	2-4 horas	17	38.6
	5-6 horas	16	36.4
	≥ 7 horas	11	25.0

Nota. n = número de participantes; % = porcentaje respecto al total de la muestra. Los porcentajes pueden no sumar 100 % debido al redondeo. Elaboración propia.

En términos generales, la muestra estuvo conformada mayoritariamente por mujeres entre 31 y 49 años (56,8 %), principalmente casadas o en unión libre (59,1 %), con nivel de instrucción secundaria (52,3 %). Predominan aquellas con tres a cuatro hijos o personas a cargo (38,6 %), lo que evidencia una carga familiar significativa. En cuanto a la actividad económica, la mayor proporción se dedica a la preparación o venta de alimentos y bebidas (40,9 %), seguida de la venta de productos (20,5 %). Asimismo, casi la mitad de los emprendimientos tienen más de tres años de funcionamiento (47,7 %), y la mayoría de las participantes dedica entre 2 y 6 horas diarias a su actividad productiva (75,0 %), lo que refleja una dinámica laboral constante y sostenida en el tiempo.

Confiabilidad del instrumento

La consistencia interna del instrumento se evaluó mediante el coeficiente alfa de Cronbach, tanto de forma general como por dimensiones. Los valores obtenidos se presentan en la Tabla 2, la cual resume los coeficientes correspondientes a cada dimensión analizada y al instrumento en su conjunto.

Tabla 2.
Coeficiente alfa de Cronbach por dimensiones y total del instrumento.

Dimensión	Alfa de Cronbach
Sobrecarga mental (X1)	0,7602
Autonomía laboral (X2)	0,7194
Apoyo social (X3)	0,7190
Inseguridad laboral y económica (X4)	0,8683
Doble presencia / conflicto trabajo-familia (X5)	0,7625
Impacto en la salud mental (Y)	0,7056

Dimensión	Alfa de Cronbach
Total del instrumento	0,8739

Nota. Coeficientes alfa de Cronbach iguales o mayores a 0.70 evidencian una consistencia interna satisfactoria del instrumento de medición. Elaboración propia.

En la Tabla 3, se presentan los estadísticos descriptivos de las variables del estudio. La Sobrecarga mental obtuvo una media (\bar{x}) de 3.62 con una Desviación estándar (s) = 0.87, la Autonomía laboral presentó una media de 4.05 (s = 0.64) y el Apoyo social registró una media de 3.97 (s = 0.66). Por su parte, la Inseguridad laboral y económica alcanzó la media más alta con \bar{x} = 4.14 (s = 1.04), mientras que la Doble presencia o conflicto trabajo–familia obtuvo una media de 3.30 (s = 0.95). Finalmente, el Impacto en la salud mental presentó una media de 3.13 (s = 1.08). En todos los casos, el número total de participantes fue n = 44.

Tabla 3.
Estadísticos descriptivos de las variables del estudio

Variables	n	\bar{x}	s
Sobrecarga mental (Bloque 1)	44	3.62	0.87
Autonomía laboral (Bloque 2)	44	4.05	0.64
Apoyo social (Bloque 3)	44	3.97	0.66
Inseguridad laboral y económica (Bloque 4)	44	4.14	1.04
Doble presencia / Conflicto trabajo–familia (Bloque 5)	44	3.30	0.95
Impacto en la salud mental (Bloque 6)	44	3.13	1.08

Nota. n = 44 participantes. \bar{x} = Media. s = Desviación estándar. Elaboración propia.

Correlación entre los factores psicosociales y el impacto en la salud mental

Se realizó el análisis de correlación de Spearman entre el Bloque 6 y los demás bloques del instrumento, con una muestra de 44 participantes. Los resultados incluyeron el coeficiente de correlación (ρ), el intervalo de confianza al 95% (IC 95%) y el valor p correspondiente a cada comparación. Los análisis se efectuaron bajo un nivel de significancia de α = 0.05, considerándose que existe relevancia estadística cuando el valor p es menor o igual a 0.05. Los coeficientes de correlación obtenidos se presentan en la Tabla 4.

Tabla 4.

Correlaciones de Spearman entre los factores de riesgo psicosocial y el impacto en la salud mental.

Variable	N	ρ (Spearman)	IC 95%	p
Sobrecarga mental (B1)	44	0.32	[0.02, 0.57]	0.033
Autonomía laboral (B2)	44	0.14	[-0.17, 0.42]	0.368
Apoyo social (B3)	44	0.18	[-0.13, 0.45]	0.247
Inseguridad laboral y económica (B4)	44	0.43	[0.14, 0.65]	0.003
Doble presencia / Conflicto trabajo-familia	44	0.46	[0.18, 0.68]	0.002

Nota. En la tabla se reportan los coeficientes de correlación de Spearman (ρ), sus respectivos intervalos de confianza al 95% (IC 95%) y los valores p asociados a cada análisis. Todas las correlaciones se calcularon con una muestra de 44 participantes y se evaluaron bajo un nivel de significancia estadística de $\alpha = 0.05$. Elaboración propia.

Los valores p indican que las correlaciones entre sobrecarga mental ($p = 0.033$), inseguridad laboral y económica ($p = 0.003$) y doble presencia/conflicto trabajo-familia ($p = 0.002$) son estadísticamente significativas ($\alpha = 0.05$), evidenciando asociaciones positivas con el impacto en la salud mental. En cambio, autonomía laboral ($p = 0.368$) y apoyo social ($p = 0.247$) no muestran relaciones estadísticamente significativas en la muestra analizada.

Discusión

El perfil sociodemográfico permitió una comprensión más precisa de las dinámicas subyacentes a los hallazgos y aportó elementos analíticos relevantes para interpretar cómo determinadas condiciones estructurales, laborales y familiares incidieron en la exposición a riesgos psicosociales. En este sentido, la concentración mayoritaria de participantes en el rango de edad de 31 a 49 años evidencia una etapa del ciclo vital caracterizada por una alta carga de responsabilidades simultáneas, tanto en el ámbito productivo como en el reproductivo, lo cual ha sido ampliamente documentado en estudios sobre género y trabajo (Hochschild, 1989; Organización Internacional del Trabajo [OIT], 2019).

El hecho de que la mayoría de las participantes se encuentren casadas o en unión libre, y que tengan entre uno y cuatro hijos o personas a cargo, refuerza la presencia de la denominada “doble presencia”, entendida como la coexistencia de demandas laborales y domésticas que compiten por el tiempo y la energía de las trabajadoras. Este fenómeno se ha vinculado con mayores niveles de estrés, agotamiento y afectación de la salud mental, debido a la dificultad de conciliar ambos ámbitos (Greenhaus & Beutell, 1985; Moreno-Jiménez & Gálvez-Herrer,

2013). En este contexto, la interferencia trabajo–familia emerge como un factor crítico que intensifica la carga psicosocial.

Por otro lado, el predominio de niveles de instrucción primaria y secundaria sugiere limitaciones en el acceso a oportunidades laborales formales y mejor remuneradas, lo cual incrementa la vulnerabilidad socioeconómica. Esta situación se ve reforzada por la concentración en actividades de comercio y preparación de alimentos, sectores caracterizados por informalidad, ingresos variables y escasa protección social (OIT, 2018; Giosmpasoglou, 2024). En consecuencia, la inseguridad económica se configura como un estresor estructural que impacta directamente en el bienestar psicológico.

Aunque una proporción importante de las participantes dedica entre dos y seis horas diarias al emprendimiento y una parte significativa mantiene actividades con más de tres años de funcionamiento, esta estabilidad operativa no se traduce necesariamente en seguridad económica ni en reducción del riesgo psicosocial. Este hallazgo coincide con estudios que señalan que el autoempleo en contextos vulnerables no garantiza bienestar si no existen condiciones estructurales favorables (Nichter & Goldmark, 2009; Márquez Scotti, 2024).

En cuanto a la relación entre factores psicosociales y salud mental, los resultados evidenciaron que esta no es homogénea, sino que depende del tipo de estresor. La sobrecarga mental presentó una asociación significativa, aunque de baja magnitud, lo que sugiere un efecto limitado. En contraste, la inseguridad laboral y económica, así como el conflicto trabajo–familia, mostraron asociaciones moderadas y más consistentes, lo que indica que los factores estructurales tienen mayor peso en la afectación psicológica. Estos resultados son coherentes con el modelo de demandas y recursos laborales, que plantea que un exceso de demandas sin recursos adecuados conduce al desgaste emocional (Bakker & Demerouti, 2017).

Estos hallazgos son particularmente relevantes en el contexto del emprendimiento femenino rural, ya que evidencian que la autonomía económica no siempre se traduce en bienestar. Por el contrario, puede coexistir con condiciones de precariedad y sobrecarga, reproduciendo desigualdades de género en la distribución del trabajo y el cuidado (Chant, 2014; Kabeer, 2012). En este sentido, el emprendimiento debe analizarse no solo como una estrategia económica, sino como un fenómeno social condicionado por factores estructurales.

Por otra parte, la ausencia de asociaciones significativas entre variables como la autonomía laboral y el apoyo social con la salud mental sugiere que estos factores no actúan como protectores suficientes en este contexto específico. Esto podría explicarse por la limitada calidad del apoyo disponible o por la magnitud de los estresores estructurales. Estudios previos han señalado que el apoyo social solo tiene efectos protectores cuando es percibido como suficiente y efectivo (Cohen & Wills, 1985).

En conjunto, los resultados evidencian que los determinantes estructurales —especialmente la inseguridad económica y el conflicto trabajo–familia— tienen un peso mayor que las dimensiones tradicionales del trabajo en la explicación del malestar psicológico. Esto plantea la necesidad de intervenciones integrales con enfoque de género, orientadas a mejorar las

condiciones económicas, redistribuir las cargas de cuidado y fortalecer los sistemas de protección social (OIT, 2019; WHO, 2022).

Conclusiones

El estudio analizó la relación entre los factores de riesgo psicosocial y la salud mental en mujeres emprendedoras rurales, aportando evidencia empírica relevante en un contexto escasamente explorado desde la perspectiva de la salud ocupacional con enfoque de género. Este aporte resulta particularmente significativo, dado que el emprendimiento femenino rural suele ser abordado principalmente desde dimensiones económicas, dejando en segundo plano sus implicaciones psicosociales y de salud mental. En este sentido, los resultados obtenidos permiten visibilizar cómo las condiciones estructurales del entorno influyen de manera determinante en el bienestar psicológico de este grupo poblacional.

Los hallazgos evidencian que el impacto en la salud mental se asocia principalmente con factores estructurales, destacándose la inseguridad laboral y económica, así como el conflicto trabajo-familia, como los principales determinantes del malestar psicológico. Estas variables presentan una relación más consistente y de mayor magnitud en comparación con otros factores analizados. Por el contrario, la sobrecarga mental mostró una influencia menor, lo que sugiere que, si bien las demandas cognitivas son relevantes, no constituyen el principal eje explicativo del deterioro de la salud mental en este contexto. Asimismo, variables tradicionalmente consideradas protectoras, como la autonomía laboral y el apoyo social, no evidenciaron un efecto significativo, lo que podría indicar limitaciones en su calidad, disponibilidad o efectividad frente a la magnitud de los estresores estructurales presentes.

Estos resultados refuerzan la idea de que el malestar psicológico en mujeres emprendedoras rurales no puede explicarse únicamente a partir de las demandas del trabajo en sí mismo, sino que responde a una compleja interacción de factores socioeconómicos, culturales y de género. En particular, la persistente superposición de roles productivos y reproductivos — característica de la denominada doble presencia— genera una carga acumulativa que incrementa la vulnerabilidad psicosocial. La inestabilidad económica, por su parte, actúa como un estresor crónico que trasciende el ámbito laboral y afecta directamente la seguridad del hogar y la calidad de vida, configurando un escenario de alta presión emocional.

Desde una perspectiva teórica, estos hallazgos se alinean con modelos explicativos como el modelo de demandas y recursos laborales y el modelo esfuerzo-recompensa, los cuales plantean que el desequilibrio entre las demandas del entorno y los recursos disponibles puede generar consecuencias negativas en la salud mental. En este caso, los resultados sugieren que los recursos disponibles en el contexto rural no son suficientes para contrarrestar los efectos de los estresores estructurales, lo que limita su papel como factores protectores efectivos.

En el plano metodológico, si bien el diseño correlacional permitió identificar asociaciones significativas entre las variables estudiadas, su carácter transversal limita la posibilidad de establecer relaciones causales y de analizar la evolución temporal de los fenómenos observados. Asimismo, el tamaño de la muestra y el tipo de muestreo utilizado restringen la

generalización de los resultados a otras poblaciones. En este sentido, futuras investigaciones deberían considerar diseños longitudinales y enfoques mixtos que permitan profundizar en la direccionalidad de los efectos, así como en la comprensión cualitativa de las experiencias de las mujeres emprendedoras rurales.

Desde el ámbito aplicado, los resultados ponen de manifiesto la necesidad de incorporar la gestión de riesgos psicosociales dentro de las políticas públicas y programas de apoyo al emprendimiento femenino rural. En particular, se recomienda priorizar estrategias orientadas a mejorar la estabilidad económica, fortalecer el acceso a recursos productivos, promover la formalización del trabajo y desarrollar mecanismos efectivos de conciliación entre la vida laboral y familiar. Asimismo, resulta fundamental integrar un enfoque de género en el diseño de estas intervenciones, reconociendo las desigualdades estructurales que enfrentan las mujeres en la distribución del trabajo y el cuidado.

Finalmente, en coherencia con los resultados obtenidos, la hipótesis de estudio fue aceptada parcialmente, dado que solo algunas de las relaciones previstas entre los factores psicosociales y la salud mental fueron respaldadas empíricamente. Este resultado no solo refleja la complejidad del fenómeno analizado, sino que también evidencia la necesidad de continuar profundizando en el estudio de los determinantes del bienestar psicológico en contextos rurales, con el fin de generar modelos explicativos más integrales y estrategias de intervención más efectivas y contextualizadas.

Referencias bibliográficas

- Agyapong, B., Obuobi-Donkor, G., Burbach, L., & Wei, Y. (2022). Stress, burnout, anxiety and depression among teachers: A scoping review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17), 10706. <https://doi.org/10.3390/ijerph191710706>
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2017). Job demands–resources theory: Taking stock and looking forward. *Journal of Occupational Health Psychology*, 22(3), 273–285. <https://doi.org/10.1037/ocp0000056>
- Barrón, L., & Mariscal, E. (2024). La doble presencia o interferencia en la relación trabajo-familia. *Dictamen Libre*, 35. <https://doi.org/10.18041/2619-4244/dl.35.12178>
- Chant, S. (2014). Exploring the feminisation of poverty in relation to women’s work and home-based enterprise. *International Journal of Gender and Entrepreneurship*.
- Clercq, M. D., Watt, H. M. G., & Richardson, P. W. (2022). Profiles of teachers’ striving and wellbeing: Evolution and relations with context factors, retention, and professional engagement. *Journal of Educational Psychology*, 637–655. <https://doi.org/10.1037/edu0000702>
- Clinchamps, M., et al. (2024). Exploring the relationship between occupational stress, physical activity and sedentary behavior using the Job-Demand-Control Model. *Frontiers in Public Health*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1392365>
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357.

du Prel, J.-B., et al. (2024). Psychosocial work factors and mental health outcomes: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(3), 1–18.

Giosmpasoglou, C. (2024). Working conditions in the hospitality industry: The case for a fair and decent work agenda. *Sustainability*, 16(19), 8428. <https://doi.org/10.3390/su16198428>

González-Robledo, M. (2023). Trabajadoras comunitarias de salud: Experiencias en el abordaje de la salud mental en zonas rurales de Chiapas. *Revista de Salud Pública*, 25, 512–525. <https://doi.org/10.21149/14183>

Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10(1), 76–88.

Hochschild, A. R. (1989). *The second shift*. Viking.

Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC). (2022). *Condiciones de vida en zonas rurales del Ecuador*. Quito: INEC.

Karasek, R. A. (1979). Job demands, job decision latitude, and mental strain: Implications. *Administrative Science Quarterly*, 24(2), 285–308. <https://doi.org/10.2307/2392498>

Karau, S. J., & Eagly, A. H. (2002). Role congruity theory of prejudice toward female leaders. *Psychological Review*, 109(3), 573–598. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.109.3.573>

Koutsimani, P., Montgomery, A., & Georganta, K. (2019). The relationship between burnout, depression, and anxiety: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 10, 284. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00284>

López, P. R., Tapia, P. P., Parra, C. A., & Sánchez, R. Z. (2017). La doble presencia en las trabajadoras femeninas: Equilibrio entre el trabajo y la vida familiar. *Revista de Comunicación de la SEECI*, 33–51. <https://doi.org/10.15198/seeci.2017.44.33-51>

Márquez Scotti, C. (2024). Condiciones laborales en el sector turístico: Una propuesta de operacionalización para América Latina. *Economía, Sociedad y Territorio*, 24(76), 1–28. <https://doi.org/10.22136/est20242018>

Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397–422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>

Mora-Guerrero, G., Herrera-González, F., Constanzo-Belmar, J., Alveal-Álamos, C., & Viscardi, S. (2023). Uncovering the work-family interface: The impact of facilitators and stressors on the health of farm women. *Healthcare (Basel)*, 11(20). <https://doi.org/10.3390/healthcare11202726>

Nichter, S., & Goldmark, L. (2009). Small firm growth in developing countries. *World Development*, 37(9), 1453–1464.

Organización Internacional del Trabajo (OIT). (2021). *Riesgos psicosociales en el trabajo: Guía práctica*. Ginebra: OIT.

Organización Internacional del Trabajo (OIT). (2019). *Work for a brighter future*.

Shoman, Y., Ranjbar, S., Strippoli, M.-P. F., Känel, R. v., Preisig, M., & Canu, I. G. (2024). Longitudinal association of exposure to work-related stress with major depressive disorder and the role of occupational burnout. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 593–606. <https://doi.org/10.1007/s00127-024-02735-w>

Siegrist, J. (1996). Adverse health effects of high-effort/low-reward conditions. *Journal of Occupational Health Psychology*, 1(1), 27–41. <https://doi.org/10.1037/1076-8998.1.1.27>

World Health Organization (WHO). (2022). *Mental health at work: Policy brief*.



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.