



UNIVERSIDAD INTERNACIONAL SEK

FACULTAD DE CIENCIAS DEL TRABAJO Y COMPORTAMIENTO HUMANO

Trabajo de fin de carrera titulado:

**“LARGAS JORNADAS DE TRABAJO Y SU IMPACTO EN
LA SALUD: PERSPECTIVA DESDE LA DESIGUALDAD
DE GÉNERO”**

Realizado por:

ANDREA RENATA PROAÑO LÓPEZ

Directora del proyecto:

PhD, M.SC PAMELA MERINO

Como requisito para la obtención del título de:

MAGISTER EN SEGURIDAD Y SALUD OCUPACIONAL

Quito, 03 de Septiembre de 2019

DECLARACIÓN JURAMENTADA

Yo, ANDREA RENATA PROAÑO LÓPEZ, con cédula de identidad # 171640361-1, declaro bajo juramento que el trabajo aquí desarrollado es de mi autoría, que no ha sido previamente presentado para ningún grado a calificación profesional; y, que ha consultado las referencias bibliográficas que se incluyen en este documento.

A través de la presente declaración, cedo mis derechos de propiedad intelectual correspondientes a este trabajo, a la UNIVERSIDAD INTERNACIONAL SEK, según lo establecido por la Ley de Propiedad Intelectual, por su reglamento y por la normativa institucional vigente.

Andrea R. Proaño L

Andrea Renata Proaño López

171640361-1

DECLARATORIA

El presente trabajo de investigación titulado:

**“LARGAS JORNADAS DE TRABAJO Y SU IMPACTO EN
LA SALUD: PERSPECTIVA DESDE LA DESIGUALDAD
DE GÉNERO”**

Realizado por:

ANDREA RENATA PROAÑO LÓPEZ

como Requisito para la Obtención del Título de:

MAGISTER EN SEGURIDAD Y SALUD OCUPACIONAL

ha Sido dirigido por la profesora

PAMELA MERINO

quien considera que constituye un trabajo original de su autor



Pamela Merino

DIRECTORA

LOS PROFESORES INFORMANTES

Los Profesores Informantes:

YOLIS CAMPOS

MARCELO RUSSO

Después de revisar el trabajo presentado, lo han
calificado como apto para su defensa oral ante el
tribunal examinador.



Yolis Campos



Marcelo Russo

Quito, 3 de Septiembre de 2019

RESUMEN

Introducción: La larga jornada de trabajo se considera un factor de estrés, afecta de diferente manera a hombres y mujeres. Se relaciona en hombres con consumo de alcohol e hipertensión, y en mujeres afecta la salud mental. Estos efectos pueden estar ligados al rol de género asignado por la sociedad en la que vivimos, esto provoca que hombres trabajen durante más horas y mujeres realicen mayor cantidad de trabajo doméstico.

Metodología: Se realizó un estudio transversal utilizando la Encuesta de Condiciones de vida, sexta ronda realizada en período 2013-2014 por el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC) del Ecuador, para asociar a las largas jornadas de trabajo y su efecto en hábitos de salud y salud mental, en la población trabajadora mayor a 15 años. En cuanto al análisis estadístico se aplicó modelos de regresión de Poisson incluyendo la edad, estado civil, ocupación, jornada de trabajo, tipo de jornada, contrato de trabajo, horas de trabajo doméstico, consumo nocivo de alcohol, horas de sueño, consumo de tabaco y depresión. Para analizar la relación entre las largas jornadas de trabajo con depresión y hábitos se obtuvieron razones de prevalencias con intervalos de confianza de 95%.

Resultados: La proporción de mujeres con jornada laboral de 30 o menos horas fue mayor a la de los hombres (41,2% frente al 19,1%), mientras que la jornada laboral de 40 o más horas fue más frecuente en los hombres en relación a las mujeres (49,2% y 27,3%, respectivamente). El 62,2% de las mujeres dedicaba 20 o más horas al trabajo doméstico o de cuidados, cuando solo el 8,3% de los hombres lo realizaba. Se Encontró mayor probabilidad de presentar depresión en mujeres que trabajan tiempo parcial (RP 1.18, IC 95% 1.27-1.43) y largas jornadas (RP 1.22, IC 95% 1.12-1.34). **Conclusiones:** No se ha demostrado asociación para consumo de tabaco, horas de sueño insuficiente, consumo

nocivo de alcohol y sedentarismo en jornadas largas de trabajo. Se ha obtenido resultados concisos en cuanto a la asociación entre depresión y jornadas tiempo parcial, así como con jornadas largas de trabajo en mujeres. También se puede afirmar que hombres trabajan en mayor proporción en jornadas largas y mujeres en jornadas parciales.

Palabras clave: Trabajo, Larga Jornada, Salud, Depresión, Alcohol, Género

ABSTRACT

Introduction: The long working day is considered a stress factor, it affects men and women differently. It is related in men with alcohol consumption and hypertension, and in women it affects mental health. These effects may be linked to the gender role assigned by the society in which we live, this causes men to work longer hours and women do more domestic work. **Methodology:** A cross-sectional study was carried out using the Survey of Living Conditions, sixth round conducted in the 2013-2014 period by the National Institute of Statistics and Censuses (INEC) of Ecuador, to associate the long working hours and their effect on habits of health and mental health, in the working population over 15 years. Regarding the statistical analysis, Poisson regression models were applied, including age, marital status, occupation, workday, type of working day, employment contract and hours of domestic work. To analyze the relationship between long working hours with depression and habits, prevalence ratios were obtained with 95% confidence intervals. **Results:** The proportion of women with working hours of 30 hours or less was higher than that of men (41.2% versus 19.1%), while working hours of 40 or more hours were more frequent in men in relation to women (49.2% and 27.3%, respectively). 62.2% of women spent 20 or more hours in domestic or care work, when

only 8.3% of men did it. We found a higher probability of presenting depression in women who work part time (PR 1.18, 95% CI 1.27-1.43) and long hours (PR 1.22, 95% CI 1.12-1.34). **Conclusions:** No association has been demonstrated for tobacco consumption, insufficient sleep hours, harmful alcohol consumption and sedentary lifestyle in long working hours. Concise results have been obtained regarding the association between depression and part-time work, as well as long working hours in women. It can also be affirmed that men work in greater proportion in long hours and women in part time.

Keywords: Work, Long hours, Health, Depression, Alcohol, Gender

LARGAS JORNADAS DE TRABAJO Y SU IMPACTO EN LA SALUD: PERSPECTIVA DESDE LA DESIGUALDAD DE GÉNERO

INTRODUCCIÓN

En el ámbito laboral la desigualdad de género se relaciona con el rol asignado a las mujeres como responsables de las tareas del hogar y cuidadoras de la familia. Estas se han constituido como actividades adicionales que asumen las mujeres como extensión de su rol doméstico y reproductivo. Asimismo, gran parte de las mujeres se han venido incorporando en ocupaciones asociadas al cuidado, tales como, trabajadoras sociales, enfermeras, maestras, vendedoras y asistentes. Mientras tanto, los hombres llevan un rol dominante, productivo y de toma decisiones del hogar como cabeza de familia. Al mismo tiempo, se dedican principalmente a las actividades de administración, ingeniería en áreas de matemática, física y química.^(1, 3) Por estas razones, la sociedad ha dado mayor jerarquía al género masculino, disminuyendo el valor y prestigio al trabajo de la mujer en el hogar.

Los estereotipos sociales designan a los hombres a realizar actividades productivas, en donde se evidencian actitudes por demostrar masculinidad, fuerza y dominancia física en el trabajo. Esto puede llevar a no utilizar equipos de protección personal, no atender necesidades físicas, dormir menos número de horas, esperando ser recompensados con dinero, poder o prestigio. Los estereotipos definen que puesto ocupan los hombres y mujeres en la sociedad, asignando de esta manera lo que se conoce como rol de género.⁽²⁾

³⁾ En relación al rol de género, mujeres que trabajan largas jornadas tienden a ser divorciadas o separadas ⁽⁹⁾ y por la sobrecarga de trabajo doméstico, existe mayor riesgo

de presentar mal estado de salud en mujeres trabajadoras que conviven en pareja, mientras que hombres trabajadores lo presentan en menor proporción. ⁽³⁾

La jornada laboral extensa es un factor de estrés, causa que el trabajador se encuentre expuesto durante mayor tiempo a este factor y se ha resaltado la necesidad de relacionarlo con el género, la remuneración y la esfera doméstica.⁽²⁾ Esta jornada se encuentra con mayor proporción en varones, mientras que las mujeres trabajan jornadas más largas en actividades domésticas.^(9 y 10)

El impacto que las largas jornadas laborales tienen sobre el estado de salud difiere entre hombres y mujeres. Estudios previos han demostrado que las largas jornadas de trabajo afectan principalmente a la salud mental en el caso de mujeres y los hombres son propensos a presentar hipertensión arterial.^(9,10) Se han asociado a este tipo de jornadas enfermedades cardiovasculares, diabetes, enfermedades musculoesqueléticas, fatiga, estrés, depresión, mayor cantidad de accidentes laborales, entre otras. Las largas jornadas así como las jornadas nocturnas afectan la calidad de sueño y provoca horas de sueño insuficientes, afectando en mayor medida a las mujeres,^(2, 5, 9) y trabajadores con largas jornadas nocturnas son afectados por trastornos visuales, incluyendo a la inadecuada agudeza visual en comparación con trabajadores diurnos.⁽¹¹⁾

El efecto en otras áreas de la salud también difiere entre géneros. En el área metabólica los hombres y largas horas de trabajo doméstico presentan mayor grado de sedentarismo, por el contrario, las personas que realizan menos de 10 horas semanales de trabajo doméstico y las que trabajan tiempo parcial son menos propensos a presentar sedentarismo.^(8,9)

El trabajo en jornada parcial puede deberse a condiciones de salud que obligan a las personas a reducir su jornada de trabajo, lo que no ha sido tomado en cuenta en la mayoría de estudios realizados y puede afectar la asociación entre la jornada de trabajo y salud. Se ha asociado a las mujer con el trabajo tiempo parcial, más horas de trabajo en el hogar y se consideran con peor estado de salud físico y mental, así mismo se ha determinado que el 37,6% de los hombres trabaja largas jornadas. ⁽⁸⁾

De acuerdo al Código del Trabajo ecuatoriano, la jornada ordinaria es de 8 horas diarias con hasta 2 horas de descanso durante la misma, y no se debe exceder las 40 horas semanales de trabajo. La jornada nocturna es la que se realiza entre las 19h00 hasta las 06h00, dentro de las jornadas especiales se encuentran los empleados que trabajan más de 5 días consecutivos y los empleos que impliquen horarios rotativos ya sean diurnos, nocturnos o mixtos. ⁽⁴⁾

Al no disponer de estudios dentro del país en los cuales se investigue sobre el efecto en la salud por largas jornadas de trabajo y desigualdad de género, se ha visto la necesidad de estudiarlo en Ecuador y de esta manera determinar el impacto que tienen estas características laborales sobre la salud física y mental de la población trabajadora.

Por lo tanto, los objetivos de este estudio son: a) analizar la relación entre las largas jornadas de trabajo y depresión y hábitos relacionados con la salud y b) examinar si existen desigualdades de género para esta asociación.

MATERIALES Y MÉTODOS

Para este estudio se tomaron datos de la VI Encuesta de Condiciones de Vida (ECV) realizada en el período 2013-2014 por el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC) del Ecuador.⁽⁵⁾ La ECV es una encuesta transversal, representativa de toda la población que habita en los hogares particulares, tanto de la zona urbana como rural, y que tiene como objetivo estudiar distintas dimensiones de las condiciones de vida y bienestar de la población ecuatoriana. El número total de personas entrevistadas fue de 109 694 personas en 29 052 viviendas. Para llevar a cabo los objetivos de este estudio se seleccionó una submuestra conformada por toda la población ocupada de 15 y más años de edad (26 262 hombres y 21 919 mujeres).

Variables

Número de horas de trabajo remunerado: Se consideró el total de las horas trabajadas durante la semana, incluyendo todos los empleos (principal y secundarios), clasificándose en tres categorías 30-40 h (tiempo completo), <30 h (tiempo parcial), 40-60 h (larga jornada), siendo la categoría de referencia la jornada a tiempo completo.

Salud y hábitos relacionados con la salud. La depresión se midió con Escala de Depresión del Centro de Estudios Epidemiológicos (CES-D, por su acrónimo en inglés). Se determinó a la población trabajadora con síntomas depresivos y los que no presentan síntomas depresivos, tomándose como punto de corte 20 de la escala CES-D. Para esta variable se descartaron las encuestas con respuestas incompletas , obteniéndose un total de 23 007 hombres encuestados y 19 882 mujeres encuestadas.⁽¹³⁾ Para actividad física se

determinó que una persona era activa cuando realizaba actividad física al menos 30 minutos al día por tres días a la semana, y que era sedentaria cuando no cumplía el criterio mencionado.⁽¹⁴⁾ Al consumo de cigarrillo se categorizó en no fumadores y fumadores diarios, dentro de los no fumadores se incluye a personas que consumen menos de 1 cigarrillo diario. Para clasificar al consumo de alcohol nocivo para la salud se agrupó a la población de consumo sin riesgo y al consumo de riesgo. Para definir al consumo nocivo se consideró que es la persona que toma al menos 5 tragos (60 gr de alcohol) en un solo episodio una vez al mes^(6,12). Se categorizó en 2 grupos a las horas de sueño por día incluyendo siestas, siendo de esta manera <6 h (insuficiente) y ≥ 6 h (suficiente).

Características del empleo: Se categorizó al tipo de jornada de acuerdo a su horario de trabajo, siendo de esta manera de día (mañana-tarde), noche y rotativo. Al tipo de contrato se agrupó en poseer contrato (escrito o nombramiento) y no poseer contrato. Para la actividad económica se tomaron en cuenta 5 categorías: 1) directores, gerentes y profesionales, 2) técnicos profesionales de nivel medio, 3) trabajadores de servicios y vendedores, 4) manuales cualificados y 5) ocupaciones elementales.

Características familiares y trabajo doméstico y de cuidados: A la edad de la población se agrupó en tres categorías: 15-30, 31-50 y >50 . Para las tareas domésticas se tomaron en cuenta todas las horas de trabajo no remunerado semanal, dedicado al arreglo de casa y ropa, compras, preparación de alimentos y cuidado de terceros, clasificándose en <10 h, 10-20 h, >20 h. Se clasificó al estado civil en cuatro categorías: soltero, casado/unión libre, divorciado/separado y viudo.

Análisis Estadístico

En primer lugar, se describieron las frecuencias según sexo para todas las variables dependientes e independientes. En segundo lugar, se identificaron las características de empleo y familiares asociados a las largas jornadas laborales, mediante la aplicación de modelos de regresión de Poisson incluyendo la edad, estado civil, ocupación, jornada de trabajo, tipo de jornada, contrato de trabajo, horas de trabajo doméstico consumo nocivo de alcohol, horas de sueño, consumo de tabaco y depresión. Por último, para analizar la relación entre las largas jornadas de trabajo con la depresión y los hábitos relacionados con la salud se aplicaron modelos de regresión de Poisson, obteniendo las razones de prevalencia (RP) con sus intervalos de confianza del 95% (IC 95%). Los análisis se realizaron con el software estadístico Stata versión 14.2.

RESULTADOS

La tabla 1 muestra las características generales de la población. La mayor parte de la población estudiada tenía menos de 50 años (75,2% de las mujeres y 74,7%). Las mujeres se concentraban como trabajadoras de servicios, vendedoras (28,6%) y en ocupaciones manuales (29,5%), mientras que los hombres lo hacían como manuales cualificados (46,3%) y ocupaciones elementales (29,5%). La proporción de mujeres con jornada laboral de 30 o menos horas fue mayor a la de los hombres (41,2% frente al 19,1%), mientras que la jornada laboral de 40 o más horas fue más frecuente en los hombres en relación a las mujeres (49,2% y 27,3%, respectivamente). Cuando el 62,2% de las mujeres le dedicaban 20 o más horas al trabajo doméstico o de cuidados, solo el 8,3% de los hombres lo hacían.

La mayor parte de la población era sedentaria (88,4% en hombres y 93% en mujeres), así mismo se caracterizó por ser no fumadora (95% en hombres y 99,2% en mujeres). En cuanto al consumo nocivo del alcohol fue mayor la proporción encontrada en los hombres (12,5 % frente a 3,2% de las mujeres). Los síntomas depresivos fueron mayores en las mujeres (25,5% frente a 15 % de los hombres).

Descripción general de la población de acuerdo al sexo

Tabla 1. Descripción general de la población. Encuesta Condiciones de Vida, sexta ronda.

	Mujeres n=21919		Hombres n= 26262	
	n	%	n	%
Edad (años)				
15-30	6972	29,6	9365	34,1
31-50	9438	45,6	10095	40,6
>50	5509	24,8	6802	25,4
Estado civil				
Casado o Unión Libre	13102	57,3	17218	65,1
Soltero	4958	21,8	7172	26,6
Separado, Divorciado o Viudo	3859	21,0	1872	8,2
Ocupación				
Directores, gerentes y profesionales	1727	10,4	1812	9,2
Técnicos profesionales, nivel medio	1526	10,7	1508	8,4
Trabajadores de servicios, vendedores	5019	28,6	2616	12,8
Manuales cualificados	5879	20,9	13274	46,3
Ocupaciones elementales	7768	29,5	7052	23,3
Jornada de Trabajo				
<30	9925	41,2	5375	19,1
30-40	6165	31,3	8211	31,8
>40	5829	27,3	12676	49,2
Tipo de Jornada				
Diurno	1007	57,1	1321	60,1
Nocturno	253	25,6	360	26,0

Rotativo	223	17,3	236	13,9
Contrato de Trabajo				
Escrito o Nombramiento	3885	69,2	6007	63,9
Sin Contrato	2035	30,8	3905	36,1
Trabajo Doméstico (horas semanales)				
<10 h	1975	11,4	12916	66,4
10-20 h	5413	26,3	5433	25,3
>20 h	14215	62,2	1751	8,3
Sueño (horas diarias)				
<6 h	498	3,0	546	2,7
>=6 h	21421	97,0	25716	97,3
Actividad Física				
Activo	1259	7,0	2664	11,6
Sedentario	20660	93,0	23598	88,4
Consumo de Tabaco				
Fumador	110	0,8	1171	5,0
No Fumador	21809	99,2	25091	95,0
Consumo Nocivo de Alcohol				
No	21352	96,8	23119	87,5
Si	567	3,2	3143	12,5
Depresión (m=19882; h=23007)*				
No	14518	74,5	19359	85,0
Si	5364	25,5	3648	15,0

* Para la variable depresión no se toma en cuenta los formularios incompletos de la encuesta, por lo que se modifica la población determinada.

En la tabla 2 se muestra la asociación entre las largas jornadas laborales con la salud y los hábitos relacionados con la salud. Para las horas de sueño insuficiente y consumo de tabaco no se encontró asociación estadísticamente significativa, en hombres ni mujeres relacionado con el número de horas de trabajo remunerado. En cuanto a la jornada de tiempo parcial encontramos que hombres y mujeres tenían menor probabilidad de ser sedentarios (RP 0.94, IC 95% 0.92-0.96), de la misma manera en el consumo nocivo de alcohol se presentó con menor probabilidad en hombres y mujeres en jornada de tiempo parcial (RP 0.79, IC 95% 0.68-0.91 y RP 0.48, IC 95% 0.36-0.64) respectivamente. En las mujeres, se observó mayor probabilidad de presentar depresión en mujeres que trabajan tiempo parcial (RP 1.18, IC 95% 1.27-1.43) y largas jornadas (RP 1.22, IC 95% 1.12-1.34).

Tabla 2. Asociación entre horas de trabajo remuneradas y salud, según sexo-Encuesta Condiciones de Vida, sexta ronda

	Horas de sueño insuficiente			Consumo de tabaco			Consumo nocivo de alcohol			Sedentarismo			Depresión		
	%	RP	IC 95%	%	RP	IC 95%	%	RP	IC 95%	%	RP	IC 95%	%	RP	IC 95%
Hombres															
Horas de trabajo remuneradas															
30-40	2,2	1		5,4	1		13,3	1		88,9	1		14,8	1	
<30	2,7	1,00	0,99-1,01	4,8	0,89	0,69-1,15	10,5	0,79	0,68-0,91	83,6	0,94	0,92-0,96	16,6	1,12	1-1,26
40-60	2,9	0,99	0,99-1,00	4,8	0,90	0,76-1,06	12,8	0,96	0,87-1,06	89,9	1,01	1-1,03	14,5	0,98	0,90-1,08
Mujeres															
Horas de trabajo remuneradas															
30-40	3,0	1		1,0	1		4,5	1		91,5	1		22,5	1	
<30	2,5	1,00	0,99-1,01	0,8	0,79	0,42-1,49	2,1	0,48	0,36-0,64	93,7	0,94	0,92-0,96	26,5	1,18	1,28-1,34
40-60	3,8	0,99	0,99-1,00	0,7	0,41	0,41-1,29	3,5	0,79	0,60-1,05	93,7	1,01	1-1,03	27,5	1,22	1,12-1,34

DISCUSIÓN

El presente estudio es el primer en Ecuador en analizar las largas jornadas de trabajo y su efecto en hábitos relacionados con la salud y salud mental, sus principales resultados son:

- a) Las jornadas largas de trabajo se presentó en mayor proporción en el género masculino
- b) Las horas de trabajo doméstico y el trabajo en jornada parcial fue más frecuente en mujeres
- c) Se encontró asociación entre depresión en el género femenino y trabajo en jornada larga y parcial.

Existe una mayor proporción de mujeres que laboran en jornada de tiempo parcial en comparación con los hombres y las mujeres trabajan más de 20 horas no remuneradas a la semana en contraste con los hombres que lo realizan en menor proporción. No se han estudiado los factores que influyen para que una persona trabaje en jornada de tiempo parcial, pero es notable que aún cuando las mujeres forman parte de la actividad económica actual, siguen teniendo responsabilidades relacionadas con su rol de género.

(3)

La investigación realizada no demuestra asociación entre largas jornadas de trabajo y hábitos perjudiciales de salud, sin embargo, se evidencia que para las mujeres existe relación entre depresión tanto para jornada larga de trabajo como para jornada de tiempo parcial. Otros estudios demuestran resultados similares, siendo que la depresión es mayor en mujeres, y también se encuentra en mayor proporción en jornadas de trabajo parcial y largas (>40 horas semanales), llegando a ser más del 50% en jornadas mayores a 55 horas semanales. Esto demuestra que las mujeres trabajadoras ecuatorianas son más propensas a presentar depresión trabajando menos de 30 y más de 40 horas semanales. ^(18, 19) Esto

podría tener relación con las horas de trabajo no remuneradas (trabajo doméstico), ya que también se ha demostrado que gran proporción de las mujeres trabaja más de 20 horas a la semana en el hogar, sin embargo, la asociación entre horas de trabajo doméstico y depresión debe ser estudiado a mayor profundidad

Entre otros hallazgos de este estudio se encontró que el sedentarismo se presenta con menor probabilidad en hombres y mujeres que trabajan tiempo parcial, lo que va de acuerdo con Artazcoz L, quien demuestra menor sedentarismo en jornada de tiempo parcial de trabajo, en mujeres. ⁽⁹⁾ Esto puede relacionarse con que se presenta mayor sedentarismo en días de trabajo en comparación con los días de descanso, por lo tanto, durante el tiempo que no se trabaja las personas realizan mayor actividad física. ⁽²⁰⁾

Se evidencia que existe mayor consumo nocivo de alcohol en hombres en comparación con las mujeres, lo que también ha sido demostrado por algunos autores ^(16, 21) no se encontró asociación entre el consumo nocivo de alcohol y la jornada larga de trabajo, sin embargo, llama la atención que se presenta con menor probabilidad en jornada parcial tanto para hombres y mujeres. Por esto se sustenta que existen menos trabajadores consumidores de alcohol de riesgo en la jornada de trabajo reducida, ⁽¹⁷⁾ por lo que el trabajar menos horas es un factor que se relaciona con hábitos más saludables, entre estos consumo de alcohol en menor cantidad y mayor actividad física.

Dentro del estudio se encontró que la proporción de trabajo manual cualificado es mayor en el género masculino, esto llama la atención ya que en Ecuador existe mayor tasa de accidentes laborales en el sector de Agricultura, Construcción e Industria, por lo que a estos accidentes se pueden relacionar en su mayoría con el género masculino. ⁽¹⁵⁾

Limitaciones y Fortalezas

La encuesta de condiciones de vida, sexta ronda es una herramienta muy amplia, sin embargo, varias fueron realizadas de manera muy abierta, dificultando así la agrupación y tabulación de la información, lo que limitó las variables a estudiarse en esta investigación. La encuesta también contiene varias preguntas retrospectivas que requieren uso de memoria para la persona encuestada, esto pudo afectar la calidad de la información recolectada.

A pesar de lo mencionado el presente estudio presenta importantes fortalezas. La encuesta utilizada fue aplicada a personas por todo el país y proporciona una muestra de estudio que cumple con características para asegurar resultados confiables estadísticamente significativos, de esta manera este estudio brinda información fiable para la realización de investigaciones posteriores relacionadas al tema.

Conclusiones

Es notable la diferencia entre géneros en cuanto a la cantidad de trabajo doméstico y trabajo de jornada tiempo parcial en mujeres. Esto demuestra que el trabajo no remunerado en el hogar recae sobre el género femenino, y se relaciona con la mayor proporción en jornada larga en hombres, por lo que nos da a entender que la mayor parte de varones provee económicamente a su hogar y que las mujeres trabajan menos horas fuera de casa.

No se ha demostrado asociación para consumo de tabaco, horas de sueño insuficiente, consumo nocivo de alcohol y sedentarismo en jornadas largas de trabajo. Se ha obtenido

resultados concisos en cuanto a la asociación entre depresión y jornadas tiempo parcial, así como con jornadas largas de trabajo en mujeres.

Se expone la necesidad de estudiar la relación entre enfermedades cardiovasculares, metabólicas y osteomusculares con jornadas largas de trabajo, lo que no fue posible realizar en este estudio por no disponer de información sobre enfermedades crónicas.

BIBLIOGRAFÍA

1. Relación entre género y calidad de vida laboral en profesionales de salud. R. González y col. México, 2014. DOI: 10.17081/psico.18.33.55.
2. Aspectos metodológicos en la investigación sobre trabajo, género y salud. L. Artazcoz. España, 2014.
3. Empleo informal y salud en Centroamérica. Una aproximación desde las desigualdades de género. M. López. Barcelona-España, 2016.
4. Código del trabajo. H. Congreso Nacional. República del Ecuador, 2005.
5. Metodología de la Encuesta de Condiciones de Vida ECV, Sexta Ronda 2013-2014. Quito-Ecuador, 2015.
6. Evaluación de la dependencia física y psicológica al tabaco en fumadores mexicanos adultos, Encodat 20116. Paz Wayra y col. México, 2018.
7. Association between sleep quality and quality of life in nursing professionals working rotating shift. V. De Castilho, J. Corrente, B. Bojikian. Brasil, 2014. DOI:10.1590/S0034-8910.2014048004939. Encontrado en: <https://scielosp.org/pdf/rsp/2014.v48n4/594-601/en>

8. Understanding the relationship of long working hours with health status and health-related behaviours. L Artazcoz, y Col, España. 2009.
9. Gender perspective in the analysis of the relationship between long working hours, health and health related behavior. L Artazcoz y col. España. 2007.
10. Working hours and health behaviour among nurses at public hospitals. Juliana da Costa y col. Brasil. 2013.
11. Night-shift work and risk of compromised visual acuity among the workers in an electronics manufacturing company. Yu-Cheng Li and Kuo-Yung Ho. Polonia. 2018
12. Global Status Report on Alcohol and Health 2018. Geneva: World Health Organization; 2018. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.
13. Screening for Depression in the General Population with the Center for Epidemiologic Studies Depression (CES-D): A Systematic Review with Meta-Analysis. Vilagut, G., Forero, C. G., Barbaglia, G., & Alonso, J. (2016). PloS one, 11(5), e0155431. doi:10.1371/journal.pone.0155431
14. Factors Affecting Levels of Physical Activity in Adults. Vern Seefeldt, Robert Malina and Michael Clark. Estados Unidos de America, 2002.
15. Epidemiology of occupational accidents in Ecuador based on the Social Security database in 2014-2016. A. Gomez, P. Merino, O. Tapia y col. Ecuador, 2017.
16. Alcohol consumption among industrial workers in Monterrey, Mexico. T. Campa y M. Cruz. México, 2005.
17. Tobacco and alcohol consumption according to workday in Spain. V. García-Díaz, A. Fernández, L. Arias, A. Lana. España, 2015.

18. Long work hours, weekend working and depressive symptoms in men and women: findings from a UK population-based study. Gillian Weston, Afshin Zilanawala, Elizabeth Webb, Livia A Carvalho, Londres, 2019.

19. Working hours and depressive symptoms: the role of job stress factors. Yeogyong Yoon & col. Korea del Sur, 2018.

20. The Associations Between Long Working Hours, Physical Inactivity, and Burnout. Nien-Chih Hu, Jong-Dar Chen, and Tsun-Jen Cheng. Taiwan, 2016.

21. Being old fashioned in a modern world: Gender role attitudes moderate the relation between role conflicts and alcohol use of parents. SandraKuntschea and EmmanuelKuntschea Australia, 2018.