

**EFFECTIVIDAD DE UNA INTERVENCIÓN EN ESTRÉS LABORAL  
QUE NO CONSIDERA LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS  
EN TRABAJADORES DE UNA EMPRESA DE ALIMENTOS  
DE LA REGIÓN DEL MAULE**

**PAULINA ELMIDA OÑATE VALENZUELA  
MAGÍSTER EN PSICOLOGÍA SOCIAL MENCIÓN DE GESTIÓN Y  
DESARROLLO DE ORGANIZACIONES SALUDABLES**

**RESUMEN**

**Propósito:** Ejecutar un programa de entrenamiento de estrategias de afrontamiento con el fin de transferir herramientas para mejorar indicadores de estrés laboral, satisfacción laboral y compromiso organizacional en jefaturas de una empresa faenadora de carne en la región del Maule.

**Método:** En primer lugar; se diagnosticó al personal de una empresa de alimentos con base en las estrategias de afrontamiento, satisfacción laboral, compromiso organizacional y estrés percibido. Luego se observó la intervención en “Estrés laboral” aplicada al personal antes mencionado. Se analizó la efectividad de la Intervención al contrastar el diagnóstico y la evaluación final al cabo de 4 meses. Finalmente se elaboró una propuesta de Intervención en base a los resultados obtenidos.

**Resultados:** Se encontró que no existen diferencias significativas entre los grupos tanto en el pre test como en el post test en las variables estrés laboral, satisfacción laboral y compromiso organizacional.

**Conclusiones:** Es posible afirmar que el proceso de intervención no resultó efectivo. Por lo tanto, se diseñó un programa de intervención que considera las estrategias de afrontamiento, variables individuales y variables sociodemográficas en conjunto con variables de tipo organizacional.

**Palabras clave:** Estrategias de afrontamiento, estrés laboral, compromiso organizacional, satisfacción laboral e Intervención