



PEMEX®

Protocolo de Ejecución

**Segunda Fase de la Prueba Tecnológica: “Cabina AQ®
para disminuir los efectos negativos físicos y
psicológicos producidos en el medio ambiente laboral”
en el Activo de Producción Samaria-Luna.**

**Ofertante Tecnológico: Regarbo S.A. de C.V.
Área Usuaria: Activo de Producción Samaria-Luna**

DCIDT-SET-GET-P-94-2015

**Subdirección de Escalamiento de Tecnología
Gerencia de Evaluación Tecnológica**



Abril 08, 2016

En Villahermosa, Tabasco a los 06 días de Abril del 2016 y reunidos personal del Activo de Producción Samaria-Luna (APSL) y de la Gerencia del Sistema Pemex SSPA e Integración de Proyectos GSPSSPAIP en lo sucesivo Áreas Usuarias (AU), la Compañía Regarbo S.A de C.V., en lo sucesivo Ofertante Tecnológico (OT) y la Gerencia de Evaluación Tecnológica (GET) para dar cumplimiento con las disposiciones emitidas para la junta de seguridad y arranque de la Prueba Tecnológica (PT) denominada "Cabina AQ® para disminuir los efectos negativos físicos y psicológicos producidos en el medio ambiente laboral". Se reúne personal de las tres áreas involucradas AU, GET y OT, para levantar y oficializar el presente protocolo y establecer las responsabilidades de cada participante.

Este documento sustenta el marco de funciones de la Subdirección de Escalamiento de Tecnología (SET) para la incorporación de tecnologías que resuelvan las necesidades tecnológicas que se han identificado para la mejora del proceso productivo y mejoren administrativamente los procesos de gestión de pruebas tecnológicas en materia de explotación de hidrocarburos en PEMEX.

Las cláusulas siguientes incorporan el contenido para iniciar las actividades de la misma.

PROTOCOLO DE EJECUCIÓN

I. Objetivo

Seleccionar un grupo de trabajadores para realizar toma de presión arterial, frecuencia cardiaca, frecuencia respiratoria y temperatura y la aplicaciones de pruebas psicométricas cuya función sea medir estrés antes y después del uso de la Cabina AQ®, con la finalidad de determinar si el uso de la Cabina AQ® es factible para disminuir los efectos negativos físicos y psicológicos producidos en el medio ambiente laboral por el estrés.



II. Alcances

1. Evaluar la Tecnología de "Cabina AQ® para la disminución de efectos negativos físicos y psicológicos producidos en el medio ambiente laboral" en el Activo de Producción Samaria-Luna.
2. Identificar al personal (muestra seleccionada) que presente los signos y síntomas producidos por el estrés en el medio ambiente laboral, mediante la aplicación de la escala sintomática de estrés, de autor Seppo Aro, 1980.
3. Determinar si la tecnología es económicamente rentable.
4. El Periodo de la prueba tecnológica será del 11 al 22 de abril del año en curso. Sin embargo en caso de ser necesario se extenderá la PT por 5 días hábiles.
5. La Prueba Tecnológica es a título gratuito y no generará ningún compromiso de contratación y/o pago por parte de PEMEX, APSL, SET y/o GET; en caso de ser aprobada.

Los beneficios esperados son:

Que el personal participante logre los beneficios físicos y psicológicos que oferta la Cabina AQ® para reducir los efectos físicos y psicológicos producidos en el ambiente laboral por el estrés.

III. Parámetros y condiciones por evaluar.

Para demostrar la factibilidad del sistema de "Cabina AQ® para disminuir los efectos negativos físicos y psicológicos producidos en el medio ambiente laboral" se define lo siguiente:

1. La evaluación de la PT, se realizará por un periodo de 10 días hábiles de prueba de 9:00 a 14:00 horas.
2. Se realizará una selección del personal (muestra seleccionada) que presenten signos y síntomas de estrés alto, identificados a través de la prueba "**Escala sintomática de estrés**" (Seppo Aro Finlandia, 1980) y se tomarán los signos vitales y la aplicación de 3 sesiones mediante citas programadas de test-retest psicométrico "**Perfil de Estrés**" (Nowack, Kenneth M.) al personal seleccionado.



3. Al personal no seleccionado de la prueba “Escala sintomática de estrés”, se le aplicará solo la encuesta de satisfacción al salir de la Cabina AQ®.
4. La aplicación interdisciplinaria de los signos médicos vitales y de las herramientas psicométricas serán efectuadas por un equipo médico y psicológico otorgado por la División Académica de Ciencias de la Salud (DACs) de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco (UJAT). Los cuales emitirán un resumen descriptivo que complementará las evidencias documentales para la evaluación de la tecnología.
5. La evaluación será llevada a cabo por la **Psic. Patricia Márquez Jiménez** de la GSPSSPAIP quien se encuentra legalmente autorizada mediante la Dirección General de Profesiones bajo el número de cedula profesional 4455879.

Para la evaluación de la PT, se deberán cumplir los siguientes criterios:

1. **Eficiencia.-**

- i. Para que la PT sea **APROBADA**, el 80% de la muestra seleccionada de estudio evaluado por la GSPSSPAIP tendrá que haber tenido efectos positivos posteriores al uso de la Cabina AQ®, medidos mediante la prueba “Perfil de Estrés” y encuesta de satisfacción del usuario, complementadas con la toma de signos vitales del personal seleccionado.

2. **Factibilidad económica.-**

- i. La implementación de la tecnología deberá ser factible económicamente, respecto a los métodos convencionales utilizados por PEMEX para disminuir los efectos negativos físicos y psicológicos producidos en el medio ambiente laboral.

Para que la prueba sea APROBADA el OT deberá aprobar los criterios 1 y 2 de este protocolo de prueba.

Derivado del análisis técnico-económico, se verificará si ésta opción tecnológica representa un beneficio para su aplicación en PEMEX.



La ejecución de la PT será monitoreada por parte de los participantes: Área Usuaría, GSPSSPAIP, Ofertante Tecnológico y la Gerencia de Evaluación Tecnológica.

IV. Procedimiento y ámbito de trabajo.

Los recursos que PEP proporcionará serán:

- Autorización para el acceso de la Cabina AQ®.
- Espacio para colocar la Cabina AQ®.
- Toma corriente de energía eléctrica 110 vca.
- La GSPSSPAIP proporcionará personal especializado en Psicología.
- Formatos y herramientas de evaluación físicas y psicológicas.
- Que el personal a evaluar este sujeto de manera estricta a las tres sesiones de test-retest programadas reglamentarias que marca este protocolo de ejecución

Los recursos que el OT proporcionará serán:

- Cabina AQ®.
- Componentes (regulador de corriente eléctrica, banco con pivote, audífonos, tableta de control y operador de la Cabina AQ®).
- 3 escritorios y 10 sillas para el personal en general.

Los recursos que la GET proporcionará serán:

- Personal que supervisará la PT durante su ejecución.
- Personal médico y psicológico que ejecutará las pruebas.

=====



[Handwritten signatures and initials on the right margin]

Procedimiento de ejecución

Las actividades durante este procedimiento de ejecución se describen en la siguiente tabla:

Actividad	Responsable	Documento utilizado
1 Explicar brevemente la finalidad de la prueba tecnológica a través de una presentación. Llenado del registro de participación voluntaria, aplicación y evaluación de test escala sintomática de estrés.	GGTP/ GSPSSPAIP	Registro de participación voluntaria Escala sintomática de estrés
2 Medir los signos vitales, antes y después del uso de la Cabina AQ®, tanto a los participantes que resulten dentro de los parámetros positivos a estrés, como a los que no califiquen para evaluar en la PT (este último, será de carácter informativo por lo que se le dará preferencia a la muestra seleccionada y se tomará la información al personal restante cuando el médico esté disponible).	PERSONAL MÉDICO DACS UJAT	=====
3 Aplicar la prueba psicométrica "Perfil de Estrés" a la muestra seleccionada.	PERSONAL PSICOLOGÍA DACS UJAT	Perfil de Estrés
4 Aplicar la encuesta de satisfacción del usuario a la muestra seleccionada y al resto de los participantes.	GET	Encuesta de satisfacción del usuario
5 Medir los signos vitales a la muestra seleccionada después del uso de la Cabina AQ®.	PERSONAL MÉDICO DACS UJAT	
6 Aplicar la prueba psicométrica "Perfil de Estrés" a la muestra seleccionada después del uso de la cabina AQ®.	PERSONAL PSICOLOGÍA UJAT	Retest del Perfil de Estrés
7 Entregar carnet con cita programada (fecha y hora) a cada participante de la muestra seleccionada.	GET	Formato de carnet de citas.

Antes de que personal voluntario entre a la "Cabina AQ®", personal de la DACS UJAT aplicará las herramientas físicas y psicológicas antes mencionada en el procedimiento de ejecución.



[Handwritten signatures and marks on the right side of the page]

La evaluación de los resultados obtenidos para determinar las conclusiones del presente protocolo de ejecución se llevará a cabo por el personal de GSPSSPAIP.

a) Programa de trabajo

ACTIVIDAD	DÍAS	INICIO	TÉRMINO	ÁREA RESPONSABLE
Gestión- Protocolo de PT				
Elaboración de la carta de intención y firma	05 H	11/mar/16	18/mar/16	GET
Elección de las pruebas psicométricas para la evaluación de la PT.	03H	11/mar/16	16/mar/16	DACS UJAT, GSPSSPAIP
Validación de las pruebas psicométricas	01H	16/mar/16	16/mar/16	GSPSSPAIP
Elaboración del protocolo de ejecución	05 H	17/mar/16	29/mar/16	GSPSSPAIP/GET
Revisión del protocolo de ejecución con el AU	02 H	30/mar/16	30/mar/16	GSPSSPAIP /GET/REGARBO/APSL
Firma de protocolo	02 H	31/mar/16	01/abr/16	GSPSSPAIP /GET/REGARBO
PRE-ejecución de la PT				
Levantamiento para la instalación del equipo	01 H	04/abr/16	05/abril/16	REGARBO/GET
Reunión de pre-arranque de ejecución	01 H	06/abr/16	06/abril/16	GSPSSPAIP /GET/REGARBO/APSL
Instalación de la Cabina AQ®	01 H	07/abr/16	07/abril/16	REGARBO
Ejecución de la PT				
Inicio de ejecución de PT	01H	11/abr/16	11/abril/16	GSPSSPAIP /GET/REGARBO/APSL / DACS UJAT
Realización de minuta de arranque de PT	01H	11/abr/16	11/abril/16	GSPSSPAIP GET/REGARBO/APSL/ DACS UJAT




Ejecución y monitoreo del personal de PEMEX	10 H	11/abr/16	22/abril/16	DACS UJAT/GET/REGARBO/ APSL
Termino de la PT	01	22/abr/16	22/abril/16	GSPSSPAIP /DACS UJAT /GET/REGARBO/APSL
Minuta de termino de PT	01	22/abr/16	22/abril/16	GSPSSPAIP /DACS UJAT /GET/REGARBO/APSL
Desinstalación de equipo del OT	01	25/abr/16	25/abril/16	REGARBO
Traslados del equipo dejando la instalación en condición igual previó a la PT.	01	25/abr/16	25/abril/16	REGARBO
Oficio de término de la PT	01	26/abr/16	26/abril/16	GET
Entrega a la GET, reporte final de la PT por parte del AU y OT	05 H	27/abr/16	29/abr/16	GASIPA/APSL/ REGARBO
Realización del informe final por la GET	15 H	02/mayo/16	20/mayo/16	GET
Realización del dictamen por la GET	05 H	23/mayo/16	27/mayo/16	GET
Firma del informe final y cedula de resolución	05 H	30/mayo/16	03/jun/16	GSPSSPAIP /GET/REGARBO/APSL
Resultados de la GET al AU	01 H	06/junio/16	06/jun/16	GET
Resultados de la GET al OT	01 H	07/junio/16	07/jun/16	GET
Entrega de resultados de la GET al AU y OT	02 H	11/junio/16	11/jun/16	GET
H=días hábiles				

b) Logística

1.1 Transporte

- El OT se encargará de transportar la Cabina AQ[®] y los demás recursos al Activo de Producción Samaria-Luna.



c) Instalación

Metodología de la instalación

- Se recibe la Cabina en el lugar seleccionado para su uso y por medio de patín transportador se moviliza al sitio indicado.
- Se descarga la Cabina, componentes y accesorios en el área designada.
- Realizar check list de todos sus componentes.
- Se verifica estado actual de conexiones y componentes eléctricos.
- Se conecta a la corriente eléctrica (a 110 VCA) y se verifica que opere el convertidor a 12 VCD.
- Se realiza una prueba de conectividad y de funcionamiento de cada componente.

b) Esquema de la instalación Grafico

El espacio y lugar asignado para la instalación de la Cabina, será definido por el grupo multidisciplinario de evaluación una vez acordado los procedimientos de la prueba.

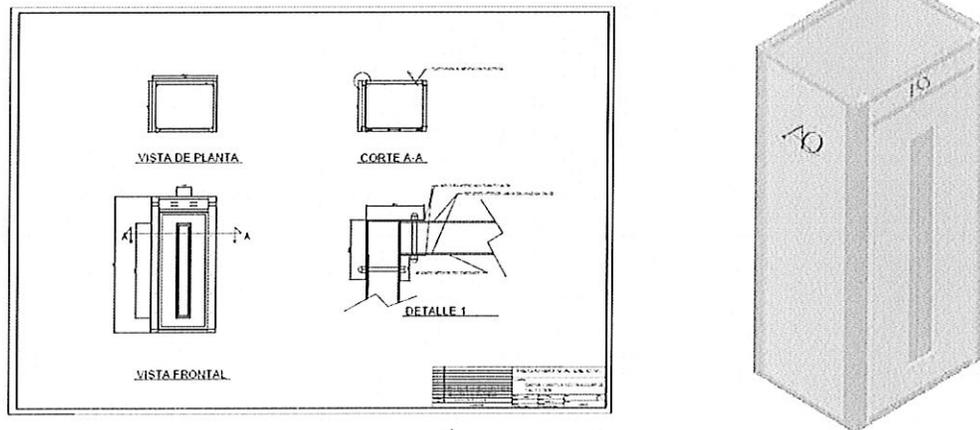


Figura 1. Esquema Grafico de Instalación de la Cabina AQ®

c) Protocolo de prueba del equipo

1. Se conecta a la corriente eléctrica
2. Se enciende el equipo
3. Se verifica conectividad eléctrica
4. Se verifica funcionamiento y volumen del sistema de sonido



5. Se verifica funcionamiento de ventilación
6. Se inicia operación de sesión para verificar funcionamiento de luces led

d) Registro de información.

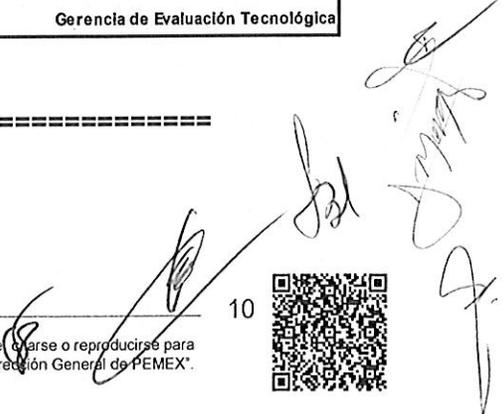
La GSPSSPAIP llevará el registro y resguardo de las pruebas realizadas a los trabajadores que entren a la Cabina AQ®.

Formatos a utilizar durante el proceso de PT:

Carnet de citas

Segunda Fase de la Prueba Tecnológica: "Cabina AQ® para disminuir los efectos negativos físicos y psicológicos producidos en el medio ambiente laboral" en el Activo de Producción Samaria-Luna.		
	 <p style="font-size: small;">*El valor de la tecnología es su asimilación y masificación*</p>	
CARNET DE CITAS		
NOMBRE: _____		FOLIO: _____
1 SESION	2 SESION	3 SESION
FECHA: _____	FECHA: _____	FECHA: _____
HORA: _____	HORA: _____	HORA: _____
comentarios: _____		
DCIDT. Subdirección de Escalamiento de Tecnología Gerencia de Evaluación Tecnológica		

=====


Registro de signos vitales

Segunda Fase de la Prueba Tecnológica: "Cabina AQ® para disminuir los efectos negativos físicos y psicológicos producidos en el medio ambiente laboral" en el Activo de Producción Samaria-Luna.




REGISTRO DE SIGNOS VITALES

NOMBRE: _____ FOLIO: _____

1 SESION		2 SESION		3 SESION	
FECHA:		FECHA:		FECHA:	
Antes	Despues	Antes	Despues	Antes	Despues
TEMP:	TEMP:	TEMP:	TEMP:	TEMP:	TEMP:
T/A:	T/A:	T/A:	T/A:	T/A:	T/A:
F/C:	F/C:	F/C:	F/C:	F/C:	F/C:
FR:	FR:	FR:	FR:	FR:	FR:
FC:	FC:	FC:	FC:	FC:	FC:

Comentarios: _____

DCIDT. Subdirección de Escalamiento de Tecnología
Gerencia de Evaluación Tecnológica

=====





Hoja de resultados de la escala sintomática

ESCALA SINTOMÁTICA DE ESTRÉS Seppo Aro (1981)

HOJA DE RESPUESTAS

La prueba presenta cuatro posibilidades de respuesta: raramente o nunca (0 puntos), algunas veces (1 punto), frecuentemente (2) y muy frecuentemente (3 puntos).

Forma de calificación y normas para su aplicación: La prueba se califica e interpreta con un criterio cuantitativo sumando los puntos obtenidos en cada ítem. Si el resultado es mayor que 18, estamos en presencia de una persona presumiblemente afectada por el estrés

Nombre: _____ Fecha: _____

Profesión: _____ Edad: _____ Sexo: _____

NUM DE PREGUNTA	RESPUESTA	CALIFICACION
01		
02		
03		
04		
05		
06		
07		
08		
09		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		

TOTAL: _____

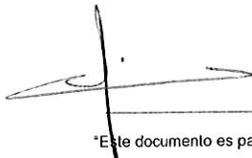
INTERPRETACION: _____

Test escala sintomática de estrés (Anexo A)

Información del software de la escala perfil de estrés (ANEXO B)

Cuestionario de satisfacción del usuario (Anexo C)

=====





Registro de participación voluntaria



REGISTRO DE PARTICIPACION VOLUNTARIA

FOLIO: _____

NOMBRE:	
CORREO ELECTRONICO:	
TELEFONO Y EXT:	
MOVIL:	
PUESTO DE TRABAJO	
NIVEL:	
DEPARTAMENTO:	

Acepto VOLUNTARIAMENTE participar en el protocolo de investigación de aplicación de la Prueba Tecnológica: "Cabina AQ, para disminuir los efectos negativos físicos y psicológicos producidos en el medio ambiente laboral" en el Activo de Producción Samaria-Luna.

Estando de acuerdo en que el resultado con niveles altos de estrés participaré en tres sesiones de medición del estrés de forma programada para fines de investigación científica.

Villahermosa, Tabasco a _____ de abril de 2016

FIRMA

V. Procedimiento de finalización de la PT

- i. Notificar mediante oficio al APSL, sobre la conclusión de la PT, para autorizar el retiro del sistema de Cabina AQ y sus componentes.

[Handwritten signature]

[Handwritten signature]



VI. Suspensión temporal o definitiva de la PT.

En caso de que un trabajador resulte afectado física o psicológicamente por el uso de la Cabina AQ®, la PT se suspenderá de manera inmediata y se dará por entendido que la PT es **NO APROBADA**.

VII. Desinstalación

La desconexión deberá ser llevada a cabo por personal capacitado del OT. Esta desinstalación deberá proceder al siguiente día del término del periodo estipulado de la PT.

VIII. Dictamen

Al finalizar la ejecución de la Prueba Tecnológica, el AU y el OT se comprometen (es de carácter obligatorio) cada uno a entregar a la GET el informe técnico final a más tardar 5 días hábiles de concluida la ejecución de la PT. Este deberá ser sustentado según los criterios técnicos, extendidos previamente con carácter uniforme e ininterrumpido de los hechos reales de las vicisitudes durante la ejecución.

La GET dependiente de la Subdirección de Escalamiento de Tecnología (SET), emitirá la cédula de resolución, dictaminando si la tecnología cumplió o no con los criterios de evaluación establecidos en el apartado III de este documento (parámetros técnicos y condiciones operativas por evaluar). El fallo oficial, cualquiera que resulte, se considera inapelable.

Una vez concluida la fase de evaluación y dictamen el OT únicamente recibirá el oficio del dictamen; Se informa y las partes (AU, OT y GET) estarán de acuerdo que solo hay dos tipos de resultados: Aprobada o No Aprobada.

La PT es a título gratuito y no generará ningún compromiso de contratación y/o pago por parte de PEP, APSL, SET y/o GET; en caso de ser aprobada.



IX. CONSTANCIA

No teniendo más que agregar al presente Protocolo de Prueba, firman para constancia al margen y al calce, el día de 08 de abril de 2016.

Gerencia de Evaluación Tecnológica, GET.



M.I. J. Salvador Flores Mondragón
Gerente de Evaluación Tecnológica,
SET.



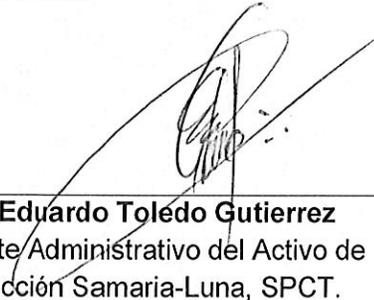
Ing. Ricardo Ochoa Rodríguez
Coordinación de Evaluación y Dictamen de
Pruebas en Exploración y Producción, GET,
SET.

ICPS

Activo de Producción Samaria-Luna



Ing. Víctor Manuel Almanza Méndez
Administrador del Activo de Producción
Samaria-Luna, SPCT.

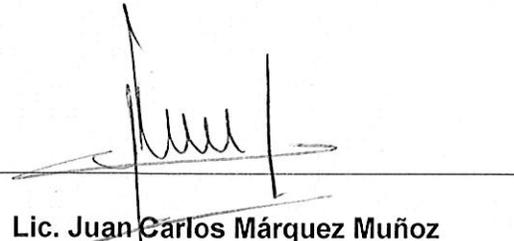


Arq. Eduardo Toledo Gutierrez
Ayudante Administrativo del Activo de
Producción Samaria-Luna, SPCT.

Gerencia del Sistema Pemex SSPA e Integración de Proyectos

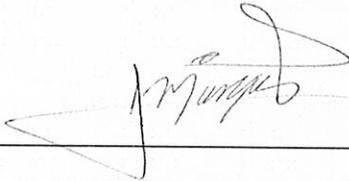


Ing. Alejandro Reyes Zagal
Coordinación de Diseño de Soluciones
Técnicas



Lic. Juan Carlos Márquez Muñoz
E.D. Coordinación de Salud en el Trabajo,
GSPSSPAIP

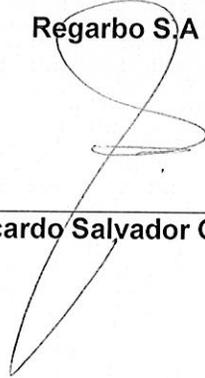




Psic. Patricia Márquez Jiménez
Psicóloga SMST

Ofertante Tecnológico

Regarbo S.A de C.V.



Lic. Ricardo Salvador Gaytán Borgoñón



ANEXO A

ESCALA SINTOMÁTICA DEL ESTRÉS (ESE)

Autor original: Seppo Aro

País: Finlandia

Fecha: 1980

Versión, autor, país y fecha: Departamento de Riesgos Físicos, INSAT. Cuba.
1983

Breve descripción: La prueba cuenta con 18 ítems que expresan trastornos psicosomáticos referidos por personas que han sufrido experiencias estresantes durante el último año. Los resultados parecen estar influidos por los trastornos que produce el período menstrual en la mujer y los efectos de la ingestión de bebidas alcohólicas, por lo que en la consigna se le pide al sujeto no tomar en cuenta para sus respuestas este tipo de efectos si los presenta en el momento de la prueba. La prueba presenta cuatro posibilidades de respuesta: raramente o nunca (0 puntos), algunas veces (1 punto), frecuentemente (2) y muy frecuentemente (3 puntos).

Forma de calificación y normas para su aplicación: La prueba se califica e interpreta con un criterio cuantitativo sumando los puntos obtenidos en cada ítem. Si el resultado es mayor que 18, estamos en presencia de una persona presumiblemente afectada por el estrés

ESCALA SINTOMATICA DE ESTRÉS
Seppo Aro (1981)

Nombre: _____ Fecha: _____

Profesión: _____ Edad: _____ Sexo: _____

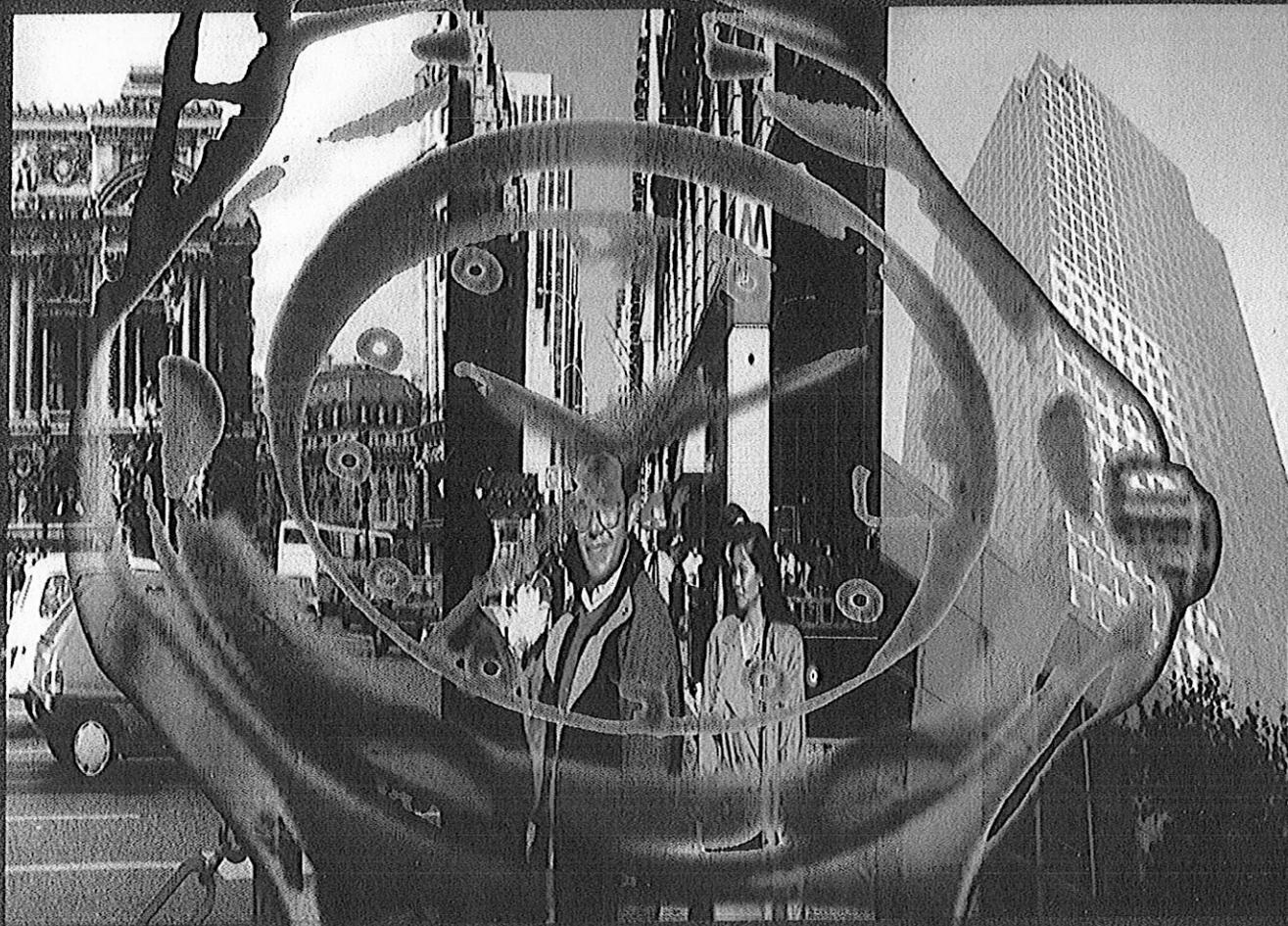
¿HA PADECIDO ALGUNOS DE ESTOS SÍNTOMAS DURANTE EL ÚLTIMO AÑO?

Los síntomas que se presentan regularmente relacionados con la menstruación o los que pueden relacionarse con la ingestión de bebidas alcohólicas no deben ser señalados.

Nº	Síntomas	Raramente o nunca (0)	Algunas veces (1)	Frecuentemente (2)	Muy frecuentemente (3)
1	Acidez o ardor en el estómago				
2	Pérdida del apetito				
3	Deseos de vomitar o vómitos				
4	Dolores abdominales				
5	Diarreas u orinar frecuentemente				
6	Dificultades para quedarse dormido o despertarse durante la noche				
7	Pesadillas				
8	Dolores de cabeza				
9	Disminución del deseo sexual				
10	Mareos				
11	Palpitaciones o latidos irregulares del corazón				
12	Temblores o sudoración en las manos				
13	Sudoración excesiva sin haber realizado esfuerzo físico				
14	Falta de aire sin haber realizado esfuerzo físico				
15	Falta de energía o depresión				
16	Fatiga o debilidad				
17	Nerviosismo o ansiedad				
18	Irritabilidad o enfurecimientos				

ANEXO B

Kenneth M. Nowack



Perfil de Estrés

 **Manual Moderno**®

Nunca
Rara vez
Algunas veces
A menudo
Siempre

1 2 3 4 5

16. Continuó con su trabajo u otras actividades, aun cuando experimentó el síntoma de alguna enfermedad (p. ej., fiebre, nariz constipada, estornudos, calosfríos, etc.).
17. No tuvo tiempo para orinar o evacuar de manera regular diariamente.
18. Practicó sexo seguro (p. ej., tomó las precauciones necesarias como limitar el número de sus compañeros sexuales o utilizar condones para minimizar el riesgo de contraer o esparcir enfermedades de transmisión sexual).
19. No pudo tomar las medicinas que le recetó el doctor o los complementos que no necesitan receta (p. ej., vitaminas o minerales), los cuales suele consumir.
20. No pudo mantener sus hábitos de salud preventiva (p. ej., evitó revisiones médicas, descuidó la higiene bucal, no se hizo su autoexamen mensual de mama, ignoró los niveles elevados de colesterol y presión arterial).
21. Ingerió una o dos tabletas de aspirina, no sustitutos como el acetaminofen (p. ej., Tylenol) o ibuprofeno (p. ej., Advil, Nuprin, Mediprin), tres o cuatro veces a la semana.
22. No tomó un desayuno adecuado o nutritivo al principio de cada día.
23. A diario comió una variedad balanceada de alimentos nutritivos de los principales grupos en cada una de sus comidas principales (p. ej., frutas, vegetales, pescado, carnes, pollo, granos como arroz, pan, cereales, y productos lácteos).
24. Estuvo al tanto o restringió su consumo diario de grasas saturadas, colesterol, sodio, azúcar y calorías totales.

Nunca
Rara vez
Algunas veces
A menudo
Siempre

1 2 3 4 5

25. Comió comida rápida o chatarra (p. ej., pastelillos, dulces, papas fritas) en lugar de una comida completa.
26. No tomó una comida importante que usted suele tener durante el día.
27. Tomó medicinas o alimentos a los que es muy sensible o alérgico, lo que le produjo malestar estomacal u otros efectos colaterales negativos (p. ej., mareo, náuseas, jaqueca).
28. Tomó dos o más tazas de bebidas cafeinizadas en 24 horas (p. ej., café, té, cocoa, bebidas sin alcohol) o comió a diario comida con mucha cafeína (p. ej., chocolate).
29. Consumió más de dos copas de alcohol en 24 horas (p. ej., vino, whisky, cóctel, cerveza).
30. Consumió drogas con motivos sociales, recreativos o no médicos (p. ej., cocaína, marihuana, estimulantes, depresores).

Utilice la siguiente escala de respuestas para indicar el número de cigarrillos que fuma durante un día.

Ninguno
1 a 4 cigarrillos
5 a 10 cigarrillos
11 a 20 cigarrillos
Más de una cajetilla

1 2 3 4 5

31. Consumo de cigarrillos

dor importante de las relaciones y acciones entre estrés y desempeño y estrés y enfermedad, además, las puntuaciones de Fuerza cognitiva predijeron las valoraciones del reto, la reactividad del cortisol y desempeño. Las puntuaciones de Fuerza cognitiva se asociaron de manera significativa con los siguientes aspectos: estrés percibido (medido por la PSS; $r = -.77, p < .001$); índice de incidencia de enfermedades diagnosticadas por el médico ($r = -.38, p < .1$); índice de incidencia de enfermedad total ($r = -.40, p < .1$); el potencial evaluado del oficial para ascender al rango siguiente ($r = .38, p < .1$); eficacia de maniobras y procedimientos de urgencia ($r = .76, p < .05$); clasificación de las cualidades de coordinación de la tripulación ($r = .68, p < .05$); clasificación del manejo de la carga de trabajo ($r = .67, p < .05$); clasificación del manejo de eventos inesperados ($r = .58, p < .1$); clasificación de alerta situacional ($r = .76, p < .05$) y la magnitud de la reactividad del cortisol en el piloto (valor absoluto de desviación a partir de una línea base en términos de porcentaje; $r = -.69, p < .05$). Se ajustó una curva a la relación entre reactividad y fuerza (no es una relación lineal). Cuando se hizo esto, se vio fortalecida la correlación entre reactividad psicológica y Fuerza cognitiva ($r = .96, p < .001$), lo que mostró a los individuos menos fuertes con mayor desviación de un valor de secreción de cortisol que correspondía aproximadamente al punto medio del ritmo diario.

SUGERENCIAS PARA INVESTIGACIÓN FUTURA

Se espera que al poner el Perfil de Estrés a disposición de los investigadores, en un formato estandarizado y adecuado, se estimulará la investigación en el futuro con el instrumento, en especial en lo que respecta a la relación predictiva entre las puntuaciones del Perfil y una variedad de acciones de salud. Existen diferentes posibilidades para incorporar el Perfil en el servicio clínico y los estudios organizacionales: acerca de la promoción de la salud y el bienestar. Los estudios venideros pueden utilizar el Perfil de Estrés para dar seguimiento al cambio individual y como un indicador que ayude a determinar la eficacia de intervenciones específicas en el estilo de vida conductual.

Debe continuar la investigación sobre el Perfil de Estrés debe continuar la conveniencia de su aplicación en individuos con antecedentes culturales diferentes. La teoría cognitivo-transaccional, que sirve de base al Perfil, proporciona una fuente rica en hipótesis de investigación sobre un buen número de correlatos y dimensiones psicofisiológicos específicos. Se espera que este instrumento siga siendo de valor para los investigadores que trabajan en este campo.

MTP 60-2

PERFIL DE ESTRÉS

Cuadernillo de aplicación

Nombre: _____ Número de identificación: _____

Fecha de aplicación: _____ Edad: _____ Sexo: Masculino Femenino

Nivel educativo (años completados): <12 12 13 14 15 16 >16

Nombre del examinador: _____ Número de identificación del examinador: _____

Instrucciones

Este Cuadernillo contiene una serie de preguntas que evalúan diferentes factores que pueden contribuir a su salud física y a su bienestar psicológico. Se le harán preguntas específicas sobre su estilo de vida, hábitos de salud, nivel de estrés, perspectiva de la vida, entorno social y estilo de afrontamiento de los problemas. Esta información se utilizará para desarrollar su perfil confidencial de valoración del estrés.

- Siga las instrucciones. Lea de manera cuidadosa cada reactivivo y su escala de respuestas correspondiente.
- Complete. Por favor conteste todas las preguntas. No deje enunciados en blanco o éstos no se calificarán.
- Tómese su tiempo. No existe límite de tiempo para contestar este instrumento. Trabaje de la manera más rápida y cómoda para usted.
- Seleccione sólo una respuesta. escoja y marque con un círculo EN LA FORMA DE RESPUESTA Y CALIFICACIÓN aquella respuesta que le parezca mejor para cada pregunta. Si desea cambiar una respuesta que ya ha marcado, dibuje una X sobre ésta y un círculo sobre su nueva opción.
- No marque este Cuadernillo



Copyright © 1999 Western Psychological Services
D. R. © 2002 Editorial El Manual Moderno, S.A. de C.V.
Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida o transmitida por ningún medio, electrónico o mecánico incluyendo la fotocopia, grabación o cualquier sistema de almacenamiento o recepción, sin permiso previo y escrito de la Editorial.



Figura 2. Muestra de dos páginas del Cuadernillo de aplicación del Perfil de Estrés.

ANEXO C