



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL  
ESTADO DE MORELOS

**BOLETIN DE PRENSA**

Boletín No. 2353  
Ciudad Universitaria, 7 de junio de 2018.

**Analizan especialistas universitarios factores contra el estrés laboral y familiar**

“El 70 por ciento de los trabajadores en México están estresados y hay datos que indican que la principal fuente de fallecimientos es debido al estrés por el trabajo, son datos alarmantes porque no se ha puesto suficiente atención en los factores protectores para prevenirlo”, señaló Luis Fernando Arias Galicia, profesor investigador del Centro de Investigación Transdisciplinar en Psicología (CITPsi) de la Universidad Autónoma del Estado de Morelos (UAEM).

En el marco de la presentación del libro *Calidad de vida en las organizaciones, la familia y la sociedad*, este 6 de junio en el auditorio del Centro de Investigación en Biotecnología (CEIB), el investigador señaló la importancia de investigar dichos factores protectores para mitigar el estrés en todos los ámbitos, lo que motivó la realización de esta obra editorial.

“Hay estrés momentáneo, pasajero o permanente, pero se tienen factores protectores, porque la idea no es eliminar el estrés, sino en administrarlo, no debemos dejar de lado que hay una parte positiva del estrés, entonces lo que tenemos que hacer es fomentar el aspecto favorable que nos impulse y nos motive”, dijo Arias Galicia, quien funge también como coordinador del libro.

La obra expone además de aspectos conceptuales, diagnósticos realizados en distintos ámbitos con el propósito de elevar la calidad de vida y fue presentado por el CITPsi en coordinación con el Centro de Investigación Interdisciplinar para el Desarrollo Universitario (CIIDU) de la UAEM.

Para comentar este libro estuvieron presentes Bernarda Téllez Alanís, directora del CITPsi y Adela Hernández Galván, investigadora del mismo centro, quienes destacaron la pertinencia de dicha publicación, ya que esta problemática se puede abordar desde diversas disciplinas con el propósito de mejorar la calidad de vida.

Las especialistas en neuropsicología analizaron el trabajo y la familia como fuente de satisfacción, bienestar y felicidad, y algunas de las problemáticas que causan estrés en los mismos, así como la manera de administrarlos, además hicieron una invitación a los estudiantes de posgrado para que busquen desarrollar investigaciones en estos temas.

A esta actividad académica también acudieron Rosa Leticia Ceballos Giles, investigadora del CIIDU, estudiantes y académicos de ambos centros de investigación, además de público interesado en el tema.

*Por una humanidad culta*  
Una Universidad de excelencia