

Bienestar mental como constructo del entorno facilitador: una lectura desde el desarrollo humano en contextos agrícolas de exportación

Celene Yahaira Aguilar Hernández¹ y Margarita Cantero Ramírez²

Resumen

El bienestar mental de las personas trabajadoras agrícolas ha sido estudiado desde perspectivas que privilegian las condiciones laborales, los factores organizacionales o la experiencia subjetiva, sin embargo, su comprensión requiere una lectura que integre estos componentes dentro de un mismo marco analítico. El presente artículo tiene como objetivo proponer una comprensión del bienestar mental como un constructo del entorno facilitador en contextos agrícolas de exportación, mediante la articulación del enfoque de capacidades del desarrollo humano y el Enfoque Centrado en la Persona. Se desarrolló un análisis teórico-interpretativo sustentado en la revisión e integración de literatura especializada sobre bienestar mental, desarrollo humano, condiciones laborales, clima organizacional y relaciones interpersonales en el trabajo agrícola de exportación. El análisis permitió construir el concepto de entorno facilitador del bienestar mental, entendido como el conjunto de condiciones laborales, organizacionales y relacionales que, al interactuar, amplían o restringen las oportunidades para el desarrollo humano y la experiencia subjetiva del bienestar. Asimismo, se propone la noción de tendencia actualizante obstruida para explicar aquellas situaciones en las que la orientación hacia el crecimiento y el desarrollo permanece presente, pero encuentra limitaciones persistentes derivadas de un entorno laboral que restringe oportunidades y dificulta el despliegue de las capacidades humanas. Se concluye que el bienestar mental no puede comprenderse exclusivamente desde las condiciones objetivas del trabajo ni desde la experiencia individual, sino desde la interacción entre ambos niveles, lo que permite ampliar su comprensión como un fenómeno configurado por el entorno facilitador en el trabajo agrícola de exportación.

Palabras clave: Bienestar mental, desarrollo humano, trabajo agrícola de exportación, Enfoque Centrado en la Persona.

¹Doctorante en Desarrollo Humano, Educación e Interculturalidad. Maestra en Salud Pública. Profesor de asignatura B en el Centro Universitario del Sur. Correo electrónico: yahaira.aguilar@cusur.udg.mx <https://orcid.org/0009-0009-9329-8478>

²Doctora en Ciencias Sociales. Profesora de asignatura B en el Centro Universitario del Sur. Miembro del Sistema Nacional de Investigadoras e Investigadores nivel I. Correo electrónico: margarita.cantero@cusur.udg.mx <https://orcid.org/0000-0001-8515-7864>

Abstract

Mental well-being among agricultural workers has been examined from perspectives that emphasize working conditions, organizational factors, or subjective experience. However, a comprehensive understanding requires integrating these dimensions within a single analytical framework. This article aims to propose an understanding of mental well-being as a construct of the facilitating environment in export-oriented agricultural work by articulating the Human Development Capability Approach and the Person-Centered Approach. A theoretical-interpretative analysis was conducted based on the review and integration of specialized literature on mental well-being, human development, working conditions, organizational climate, and interpersonal relationships in export-oriented agricultural work. The analysis led to the development of the concept of the facilitating environment for mental well-being, defined as the set of labor, organizational, and relational conditions that, through their interaction, expand or restrict opportunities for human development and the subjective experience of well-being. In addition, the concept of obstructed actualizing tendency is proposed to explain situations in which the inherent tendency toward growth and development remains present but encounters persistent constraints arising from a work environment that restricts opportunities and hinders the development of human capabilities. The study concludes that mental well-being cannot be understood exclusively in terms of objective working conditions or individual experience, but rather through the interaction between these dimensions, thereby broadening its understanding as a phenomenon shaped by the facilitating environment in export-oriented agricultural work.

Keywords: Mental well-being, human development, export-oriented agricultural work, Person-Centered Approach.

Introducción

En los contextos agrícolas de exportación, las condiciones laborales se caracterizan por dinámicas de intensificación del trabajo, inestabilidad y desigualdad que inciden en la experiencia cotidiana de las personas trabajadoras. Estas dinámicas no solo organizan los procesos productivos, sino que también configuran las condiciones en las que se desarrolla la actividad laboral y las relaciones que se establecen durante el trabajo (Aguilar & Colín, 2022; Flores-Mariscal, 2021).

El bienestar mental en los contextos laborales no puede explicarse sólo a partir de las condiciones objetivas del empleo ni de las características individuales de las personas trabajadoras. Es necesario considerar tanto el entorno en el que transcurre la experiencia laboral como la forma en que las personas viven, interpretan y otorgan significado a su trabajo. En el contexto de la agroindustria de

exportación se articulan aspectos organizacionales, estructurales y relacionales que inciden en las oportunidades a las que puede acceder la persona para su desarrollo humano.

Este énfasis en las oportunidades reales que ofrece el contexto donde interactúa la persona en su día a día se analiza desde el enfoque de las capacidades de Sen (1999), quien resalta el valor que la misma persona da a su vida, que no siempre se refiere a la riqueza material. En este sentido, Nussbaum (2012) agrega que las oportunidades que tenga la persona para sentirse plena también se relacionan con aspectos sociales e institucionales.

Lo anterior se retoma en el Enfoque Centrado en la Persona de Rogers (1961) donde se integra la experiencia subjetiva en el proceso de desarrollo humano. Dicho enfoque reconoce el marco interno de referencia de cada persona desde el cual se interpreta y otorga significado a lo que pasa en el día a día. Estos tres aspectos de tendencia actualizante, relación facilitadora y marco interno de referencia, a su vez, se reflejan en el bienestar mental.

Esta lectura sustenta la propuesta del entorno facilitador del bienestar mental, concebido como un constructo que articula los elementos estructurales, organizacionales y relacionales presentes en el trabajo agrícola de exportación para explicar cómo, en su interacción, favorecen o limitan las oportunidades para el desarrollo y la experiencia subjetiva del bienestar.

El presente artículo tiene como objetivo proponer una comprensión del bienestar mental como un constructo del entorno facilitador en contextos agrícolas de exportación, mediante la articulación del enfoque de capacidades del desarrollo humano y el Enfoque Centrado en la Persona. Para ello, se desarrolla un análisis teórico-interpretativo sustentado en la revisión e integración de literatura especializada sobre bienestar mental, desarrollo humano, condiciones laborales, clima organizacional y relaciones interpersonales en el trabajo agrícola de exportación.

Revisión de literatura y marco teórico

Comprender el bienestar mental en los contextos agrícolas de exportación plantea un desafío teórico que trasciende el análisis aislado de las condiciones laborales o de la experiencia subjetiva de las personas trabajadoras. La naturaleza de este fenómeno exige una perspectiva capaz de integrar las oportunidades que ofrece el entorno con la manera en que estas son vividas, interpretadas y significadas en la experiencia cotidiana del trabajo. El bienestar mental se entiende como un proceso situado en el que convergen dimensiones estructurales, organizacionales

y relacionales, siendo este un elemento del entorno facilitador que promueve el desarrollo pleno de la persona (Cuevas Corona, 2025).

Para abordar esta complejidad, el artículo pone en diálogo el enfoque de capacidades del desarrollo humano (Nussbaum, 2012) y el Enfoque Centrado en la Persona (Rogers, 1961). El primero orienta el análisis hacia las oportunidades reales que las condiciones sociales y laborales ofrecen para el desarrollo humano al combinar las facultades personales con aquellas brindadas por su entorno económico, político y social; en la agroindustria de exportación, estas capacidades disminuyen ante la precariedad laboral y bajos salarios (Azamar Alonso, 2026).

Mientras que el enfoque centrado en la persona incorpora la experiencia subjetiva desde la cual esas oportunidades adquieren significado para quienes las viven, donde resalta la tendencia actualizante, pues Rogers (1961) establece que el desarrollo humano florece en un entorno que se caracteriza por la empatía, aceptación incondicional y congruencia.

Ambas perspectivas permiten examinar cómo las condiciones objetivas del trabajo se transforman en significados para el trabajar a partir de su experiencia personal. En este sentido, el bienestar mental surge cuando en el entorno se ofrecen oportunidades que a su vez generan otras opciones de desarrollo; lo cual se complementa con un clima relacional donde se valida la experiencia de la persona, evitando reducir el bienestar mental a una sola dimensión para promover, de acuerdo con Nussbaum (2012), las realizaciones activas de lo que la persona es capaz de ser y hacer.

Sin embargo, la agroindustria de exportación mexicana, se caracteriza por su presencia en mercados globales con jerarquías verticales, estructuras despersonalizadas y jornadas extensas (Azamar Alonso, 2026). En este contexto, las personas trabajadoras enfrentan vulnerabilidades acumuladas que incrementan la disociación entre lo personal y lo profesional, dado que las demandas de productividad dejan de lado la vivencia emocional, restringiendo la autenticidad del encuentro humano en estos entornos laborales (Cuevas Corona, 2025; Stabridis, 2022). A partir de esta desconexión, surgen relaciones alienantes que obstruyen la tendencia actualizante, limitan las capacidades reales y afectan el bienestar mental de estas personas trabajadoras.

Metodología

Este artículo se desarrolla desde una perspectiva teórico-interpretativa basada en la revisión documental y la integración conceptual de literatura especializada. Más que describir de manera aislada los aportes disponibles, el análisis busca

poner en diálogo distintas perspectivas teóricas y empíricas para comprender la relación entre bienestar mental, desarrollo humano, condiciones laborales, clima organizacional y experiencia subjetiva en los contextos agrícolas de exportación.

La búsqueda de información se realizó en bases de datos y repositorios académicos como Redalyc, Google Scholar, SciELO y Dialnet, mediante combinaciones de palabras clave y descriptores relacionados con bienestar mental, salud mental positiva, condiciones laborales, trabajo agrícola, personas jornaleras, clima organizacional, desarrollo humano, enfoque de capacidades y Enfoque Centrado en la Persona. Se privilegiaron publicaciones comprendidas entre 2015 y 2025, así como obras clásicas y de referencia para el abordaje del bienestar mental, el enfoque de capacidades del desarrollo humano y el Enfoque Centrado en la Persona.

Como criterios de inclusión se consideraron documentos que abordaran de manera directa la relación entre condiciones laborales, bienestar, desarrollo humano, clima organizacional o experiencia subjetiva del trabajo. Asimismo, se excluyeron publicaciones centradas exclusivamente en aspectos clínicos o psicopatológicos que no incorporaran el contexto laboral como eje de análisis. Se dio prioridad a investigaciones desarrolladas en México y América Latina, por tratarse de contextos con características productivas, laborales y sociales vinculadas con la agricultura de exportación.

Los documentos recuperados fueron organizados inicialmente en dos matrices de análisis temático, elaboradas conforme a las orientaciones metodológicas propuestas por Manterola et al. (2023). La primera concentró investigaciones relacionadas con condiciones laborales, trabajo agrícola, precariedad laboral, clima organizacional y bienestar en el trabajo, mientras que la segunda reunió literatura correspondiente al enfoque de capacidades, el Enfoque Centrado en la Persona, el desarrollo humano, la experiencia subjetiva y el significado del trabajo. Durante el proceso de análisis e integración conceptual se incorporaron otras obras especializadas que permitieron profundizar en categorías específicas desarrolladas en el manuscrito, particularmente aquellas relacionadas con el bienestar mental y sus fundamentos teóricos.

La sistematización de la literatura facilitó la comparación entre los distintos aportes teóricos y empíricos, la identificación de convergencias y divergencias conceptuales, así como la integración de categorías analíticas que sustentan la propuesta desarrollada en este artículo. Este proceso permitió articular los fundamentos del enfoque de capacidades del desarrollo humano y del Enfoque Centrado en la Persona con la literatura sobre trabajo agrícola de exportación, condiciones laborales, clima organizacional y bienestar mental, dando lugar a la construcción del concepto de entorno facilitador del bienestar mental.

Derivado de este proceso de integración de la literatura, el desarrollo del artículo se estructura en cuatro apartados. El primero revisa el bienestar mental como categoría de análisis, el segundo desarrolla el enfoque de capacidades del desarrollo humano, el tercero aborda la experiencia subjetiva desde el Enfoque Centrado en la Persona y el cuarto integra estos referentes para proponer el concepto de entorno facilitador del bienestar mental en contextos agrícolas de exportación.

Desarrollo y resultados

El bienestar mental desde las perspectivas contemporáneas

El bienestar mental cobró relevancia como objeto de estudio conforme la comprensión de la salud mental comenzó a ampliarse más allá de la ausencia de enfermedad. Esta ampliación incorporó el análisis del funcionamiento positivo y de las condiciones que lo favorecen, dando lugar a una comprensión del bienestar mental que integra dimensiones emocionales, psicológicas y sociales (Keyes, 2005; Leiva-Peña et al., 2021; Muñoz et al., 2022; Tennant et al., 2007).

Más que entenderse como la ausencia de enfermedad, el bienestar mental alude a un estado positivo que integra la experiencia subjetiva de sentirse bien con el funcionamiento psicológico y social. Desde esta perspectiva, implica la capacidad de afrontar las demandas de la vida cotidiana, desarrollar las propias potencialidades, establecer relaciones interpersonales satisfactorias y desenvolverse de manera efectiva en distintos ámbitos de la vida. También comprende el funcionamiento integral, la construcción de relaciones significativas y la posibilidad de desarrollar una vida con sentido (Tennant et al., 2007).

Conceptualmente, integra dos tradiciones teóricas complementarias. La primera corresponde a la perspectiva hedónica, orientada al estudio de la felicidad, la satisfacción con la vida y el predominio de afectos positivos. La segunda responde a la perspectiva eudaimónica, que enfatiza el funcionamiento psicológico, la autorrealización y el desarrollo del potencial humano (Tennant et al., 2007). Ambas convergen para explicar el bienestar mental como una experiencia que articula la forma en que se experimenta el bienestar con la posibilidad de desplegar las propias potencialidades.

Estas dos tradiciones se han desarrollado mediante distintos modelos teóricos que enfatizan dimensiones específicas del bienestar. Desde la tradición hedónica, Diener (1984) propone el bienestar subjetivo como la evaluación que cada individuo realiza de su propia vida mediante la satisfacción vital y el equilibrio entre afectos positivos y negativos. Desde la perspectiva eudaimónica, Ryff (1989) explica el bienestar psicológico a partir de dimensiones como la autonomía, el crecimiento

personal, el propósito de vida, la autoaceptación, el dominio del entorno y las relaciones positivas. Mientras que Keyes (2005) incorpora el bienestar social al destacar la integración, la aceptación, la participación y la contribución dentro de la comunidad. Estas aportaciones muestran que el bienestar integra dimensiones emocionales, psicológicas y sociales que convergen entre sí.

Los conceptos de bienestar subjetivo, bienestar psicológico, bienestar social y bienestar mental suelen utilizarse indistintamente, pese a que responden a desarrollos teóricos diferentes (Muñoz et al., 2022). En este artículo se adopta el concepto de bienestar mental porque integra dos dimensiones centrales para la propuesta que aquí se desarrolla: la experiencia subjetiva de las personas y las condiciones sociales en las que transcurre su vida. Esta elección permite analizar el bienestar desde la interacción entre ambas, coherente con el enfoque de capacidades y el Enfoque Centrado en la Persona que sustentan este trabajo.

El desarrollo humano desde el enfoque de capacidades

El enfoque de capacidades propone una comprensión del desarrollo humano que desplaza la atención del crecimiento económico hacia las oportunidades reales para llevar la vida que las personas valoran. Sen (1999) sostiene que el desarrollo debe entenderse como un proceso de expansión de las libertades, en el que el acceso a bienes o ingresos constituye un medio y no un fin en sí mismo. Al respecto, Morales (2024) retoma este planteamiento y explica que el bienestar deja de evaluarse únicamente por la disponibilidad de recursos para analizarse a partir de las oportunidades reales de decidir, actuar y construir un proyecto de vida acorde con los propios valores. El desarrollo humano implica, por tanto, ampliar las libertades que permiten acceder a formas de vida valoradas.

Uno de los aportes centrales de Sen (1999) consiste en distinguir entre funcionamientos y capacidades. Los primeros corresponden a los distintos estados de ser y hacer que una persona logra alcanzar, mientras que las capacidades representan las oportunidades reales para elegir entre diferentes formas de vida. Esta distinción resulta pertinente porque evidencia que la posesión de recursos no garantiza, por sí misma, el bienestar. Por su parte, Ortea (2023) explica que el enfoque de capacidades permite comprender por qué individuos con condiciones materiales semejantes pueden experimentar posibilidades de desarrollo distintas. Mientras que Morales (2024) complementa esta idea al señalar que dichas diferencias dependen de las oportunidades disponibles para ejercer la libertad y la agencia, más que de la simple disponibilidad de bienes o servicios.

Al respecto, Nussbaum (2012) señala que una sociedad comprometida con el desarrollo humano debe garantizar un conjunto de capacidades centrales que hagan

posible una vida digna. Su propuesta atribuye a los entornos sociales, políticos e institucionales la responsabilidad de generar las condiciones necesarias para que dichas capacidades puedan desarrollarse. Desde esta perspectiva, capacidades como la autonomía, la integridad física, la participación, las relaciones con otras personas y la posibilidad de construir un proyecto de vida adquieren un papel central para el florecimiento humano (Morales, 2024; Nussbaum, 2012).

El enfoque de capacidades amplía la comprensión del bienestar al situarlo más allá de la disponibilidad de recursos. Leiva-Peña et al. (2021) trasladan esta discusión al ámbito de la salud al señalar que el bienestar requiere considerar tanto los recursos personales como las condiciones sociales que favorecen el desarrollo humano. En este sentido, Muñoz et al. (2022) coinciden en que el bienestar mental debe analizarse como un fenómeno multidimensional construido en la interacción entre la experiencia subjetiva y el contexto donde transcurre la vida cotidiana. Las condiciones de vida adquieren relevancia no solo por los recursos que ofrecen, sino también por las oportunidades que generan para ejercer la libertad, desarrollar capacidades y construir proyectos de vida. Esta comprensión encuentra un complemento en el Enfoque Centrado en la Persona, que incorpora la dimensión subjetiva de la experiencia para explicar cómo esas oportunidades son vividas, interpretadas y significadas.

La experiencia subjetiva del bienestar desde el Enfoque Centrado en la Persona

El bienestar mental no depende únicamente de las oportunidades disponibles para el desarrollo humano, sino también de la manera en que estas son vividas y significadas por cada persona. Esta dimensión encuentra sustento teórico en el Enfoque Centrado en la Persona, en el que Rogers (1961) sitúa la experiencia de la persona en el centro de la comprensión del comportamiento humano; la conducta cobra sentido cuando se interpreta desde el mundo perceptual de quien la vive y no únicamente a partir de las circunstancias externas (García & López, 2022).

Este trabajo retoma tres categorías del Enfoque Centrado en la Persona para comprender el bienestar mental: la tendencia actualizante, el marco interno de referencia y la relación facilitadora, expresada mediante la empatía, la congruencia y la aceptación positiva incondicional. A partir de ellas es posible reconocer que el desarrollo humano no depende solo de las condiciones del entorno.

La tendencia actualizante ocupa un lugar central dentro del Enfoque Centrado en la Persona. Rogers (1961) la describe como la orientación inherente de las personas hacia la conservación, el crecimiento y el desarrollo de sus potencialidades. Más que una capacidad que aparece en determinados momentos, representa una

disposición que acompaña a la persona a lo largo de la vida. Su expresión depende, en buena medida, de las experiencias que cada persona vive y de las condiciones del entorno en el que se desarrolla. Cuando ese entorno limita las posibilidades de ejercer la autonomía, construir vínculos facilitadores o desarrollar las propias capacidades, esta tendencia encuentra mayores obstáculos para expresarse (Lafarga, 1981). En este sentido, el desarrollo humano deja de entenderse como un estado definitivo y se reconoce como un proceso abierto, estrechamente relacionado con las oportunidades que ofrece el contexto.

El marco interno de referencia permite comprender cómo las personas atribuyen significado a sus experiencias. Para Rogers (1961), la conducta solo puede entenderse desde la manera en que cada persona percibe y experimenta su realidad. A partir de esa experiencia, construye significados que orientan sus decisiones, sus relaciones y la forma en que enfrenta la vida cotidiana (Lafarga, 1981). Por ello, aun cuando dos personas compartan condiciones semejantes, pueden interpretarlas de manera distinta porque cada una parte de una historia personal diferente.

La relación facilitadora constituye la tercera categoría retomada del Enfoque Centrado en la Persona para comprender el bienestar mental. Rogers (1961) plantea que la empatía, la congruencia y la aceptación positiva incondicional favorecen el crecimiento personal al generar un clima de confianza y apertura hacia la experiencia. En ese tipo de relaciones, las personas desarrollan mayor confianza en sus propios recursos, permanecen abiertas a nuevas experiencias y encuentran mejores condiciones para actuar de manera congruente con lo que viven.

La tendencia actualizante, el marco interno de referencia y la relación facilitadora permiten comprender el bienestar mental como un proceso que se construye en la interacción entre las condiciones del entorno y la experiencia subjetiva de las personas. Esta articulación resulta especialmente útil para analizar el trabajo agrícola de exportación, donde las condiciones laborales influyen en las oportunidades para el desarrollo humano, pero también en la forma en que las personas interpretan sus experiencias, construyen significado a partir de ellas y afrontan las exigencias de su vida cotidiana.

El entorno facilitador del bienestar mental en contextos agrícolas de exportación

La agricultura de exportación ha cobrado relevancia en distintas regiones del país por la expansión de diversos cultivos destinados al mercado internacional. Este crecimiento también ha transformado la organización del trabajo, caracterizada por la temporalidad de las cosechas, las exigencias de productividad y la movilidad

de la mano de obra. Como resultado, son comunes las jornadas intensivas, la exposición a riesgos físicos, químicos y ambientales, además de la limitada estabilidad laboral, condiciones ampliamente documentadas en la literatura sobre trabajo agrícola (Rangel-Zaragoza et al., 2022; Salgado-Viveros, 2023).

Aunque el sector ha contribuido al crecimiento económico y a la generación de empleo, persisten problemas que afectan la salud física, mental y social de las personas trabajadoras. Rujano et al. (2025) documentan esta situación y señalan que la importancia económica del sector no siempre se acompaña de condiciones que favorezcan el bienestar.

Estas consecuencias van más allá de la organización del trabajo. Al respecto, Stabridis (2022) describe escenarios de vulnerabilidad relacionados con la inestabilidad laboral y la limitada protección social, condiciones que generan incertidumbre sobre la permanencia en el empleo y reducen las posibilidades de contar con mecanismos de protección frente a situaciones que afectan la vida laboral y familiar. Por su parte, Salgado-Viveros (2023) muestra que muchas personas reorganizan su vida cotidiana para responder a las exigencias del empleo, situación que mantiene condiciones de incertidumbre a lo largo de sus trayectorias laborales. En conjunto, estos hallazgos muestran que las condiciones del trabajo agrícola de exportación también inciden en las oportunidades para el desarrollo humano y en la manera en que las personas viven su experiencia laboral.

Las condiciones laborales permiten explicar una parte de la experiencia del trabajo agrícola de exportación; sin embargo, la forma en que las personas viven su trabajo también depende del clima organizacional y de las relaciones que establecen dentro de la organización. Calle et al. (2023) identifican que dimensiones como la comunicación, la motivación, el reconocimiento, la identidad organizacional y las relaciones interpersonales se asocian con ambientes laborales más favorables, evidenciando la influencia del contexto organizacional en la experiencia de las personas trabajadoras. La manera en que estos elementos se desarrollan dentro de las organizaciones también depende de los procesos de liderazgo y comunicación. Guerra (2020) señala que ambos favorecen la participación, el compromiso y el sentido de pertenencia, influyendo en la forma en que las personas experimentan su trabajo dentro de la organización. Más que representar procesos administrativos, estos componentes intervienen en la construcción de relaciones laborales que influyen en la experiencia del trabajo.

Esta dimensión relacional adquiere relevancia en el trabajo agrícola de exportación. Rujano et al. (2025) identifican que las personas trabajadoras perciben una relación distante con quienes toman las decisiones dentro de las organizaciones,

situación que limita su participación en asuntos relacionados con la salud y el bienestar laboral. Este hallazgo permite reconocer que la experiencia del trabajo también se configura a partir de la calidad de los vínculos cotidianos y del grado de reconocimiento que las personas encuentran en su entorno laboral.

Las condiciones laborales, el clima organizacional y las relaciones interpersonales analizadas hasta este punto permiten observar que el bienestar mental no depende de un único componente del trabajo agrícola de exportación, sino que se trata de un fenómeno situado. La experiencia laboral se configura mediante la interacción de condiciones estructurales y relacionales que amplían o restringen las oportunidades para el desarrollo humano (Azamar Alonso, 2026; Stabridis, 2022). Las aportaciones revisadas muestran que estos componentes adquieren sentido cuando se analizan de manera articulada, pues es en su interacción donde se despliega la tendencia actualizante de la persona en su contexto cotidiano.

A partir de ello, se propone el concepto de entorno facilitador del bienestar mental, definido como el conjunto de condiciones laborales, organizacionales y relacionales que, al interactuar, amplían o restringen la disponibilidad de capacidades fértiles o desventajas corrosivas (Nussbaum, 2012). De tal manera que este concepto trasciende las condiciones materiales del empleo y no se limita al clima organizacional.

Su alcance radica en integrar tres dimensiones de acuerdo con Stabridis (2022) y Cuevas Corona (2025): 1) la estructura del trabajo, al comprender el marco de justicia y oportunidades reales que el entorno de la agroindustria de exportación ofrece para que el trabajador sea y haga lo que valora; 2) la organización laboral, donde se gestione el potencial humano y la cultura organizacional, incluyendo la labor emocional para ajustar la experiencia afectiva a las demandas del mercado para garantizar la congruencia entre el yo profesional y la vivencia personal. Y 3) la dimensión relacional, donde el encuentro interpersonal se base en la empatía y la aceptación incondicional, al tiempo que el liderazgo sea un recurso también de contención que devuelva la agencia al trabajador y valide su marco interno de referencia.

Desde esta perspectiva y retomando a Rogers (1961), surge la noción de tendencia actualizante obstruida, con la que se describen aquellas situaciones en las que la orientación inherente hacia el crecimiento y el desarrollo permanece presente, pero encuentra obstáculos persistentes para expresarse debido a un entorno laboral que restringe oportunidades, dificulta el establecimiento de relaciones facilitadoras y limita las posibilidades de ejercer la autonomía y construir proyectos de vida. La obstrucción no implica la desaparición de la tendencia actualizante; por el contrario, reconoce que el potencial de desarrollo permanece, aunque su

expresión se encuentra condicionada por contextos que limitan el despliegue de las capacidades humanas y la construcción de experiencias de bienestar mental, por ejemplo, en su agencia para buscar mejores condiciones o reorganizar su vida, aunque esto daña su bienestar mental por la incertidumbre y presión que representa.

Lo anterior permite avanzar hacia una escucha que valide el marco interno de referencia de la persona trabajadora para documentar sus proyectos biográficos y trayectorias domésticas (Saldaña Contreras y Cantero Ramírez, 2024). Al tiempo que reconoce que la vida del trabajador no se limita a su empleo y que la doble jornada de las mujeres o la identidad étnica también constituyen su bienestar mental desde la activación de su tendencia actualizante hacia la autonomía.

Al documentar que en la agroindustria de exportación predomina la jerarquía vertical y el control técnico, estudios como el de Cuevas Corona (2025) proponen crear círculos de encuentro y aprendizaje que sean espacios de apoyo mutuo entre los trabajadores, guiados por un profesional de psicología, que faciliten el clima de empatía y aceptación incondicional donde el error se reconozca como parte de los procesos de aprendizaje.

La propuesta del entorno facilitador del bienestar mental y de la tendencia actualizante obstruida articula los aportes del enfoque de capacidades (Nussbaum, 2012) y del Enfoque Centrado en la Persona (Rogers, 1961) dentro de una misma lectura analítica. Mientras el primero explica la importancia de las oportunidades reales para el desarrollo humano, el segundo incorpora la experiencia subjetiva desde la cual dichas oportunidades son vividas y significadas. Desde esta perspectiva, el bienestar mental se comprende como un constructo del entorno facilitador, cuya configuración depende de la interacción entre las condiciones laborales, la organización del trabajo y la experiencia subjetiva de las personas trabajadoras agrícolas.

Conclusiones

El bienestar mental de las personas que trabajan en la agricultura de exportación no puede entenderse si las condiciones laborales y la experiencia subjetiva se analizan por separado. La organización del trabajo, las relaciones interpersonales y las condiciones en las que se desarrolla la actividad laboral forman parte de una misma experiencia. Sobre esa experiencia, las personas interpretan lo que viven, construyen significados y responden a las exigencias de su trabajo. Por esa razón, contextos laborales similares pueden dar lugar a experiencias de bienestar diferentes.

Desde esta comprensión surge el concepto de entorno facilitador del bienestar mental. Su propósito es integrar en un mismo marco analítico elementos que con frecuencia se estudian por separado. Las condiciones laborales, el clima organizacional, las relaciones interpersonales y la experiencia subjetiva no operan de manera independiente; se influyen mutuamente y configuran la experiencia laboral de las personas.

Analizar esa interacción permite comprender con mayor claridad cómo determinados contextos favorecen o limitan el bienestar mental y, al mismo tiempo, amplían o restringen las posibilidades de desarrollo humano. Para las ciencias sociales, este concepto evidencia que en entornos precarizados el bienestar mental es co-construido estructuralmente.

La noción de tendencia actualizante obstruida surge al analizar contextos laborales donde las oportunidades para el desarrollo humano se encuentran restringidas. Al visibilizar esta obstrucción, se da paso a que los investigadores y profesionales de las ciencias sociales, humanidades y de la salud eviten revictimizar a la persona trabajadora, también impulsa el reconocimiento de su agencia al identificar aspectos y factores que la limitan desde lógicas despersonalizadas propias de la producción agroexportadora.

El interés deja de centrarse únicamente en las características del empleo o en los recursos individuales de las personas trabajadoras y considera la relación constante entre las condiciones objetivas del trabajo y la manera en que las personas las experimentan. Es en esa interacción donde se configuran las experiencias de bienestar mental, incluso en contextos marcados por la vulnerabilidad y las desigualdades sociales.

Asimismo, a partir de los resultados, se concluye en la necesidad de impulsar tres acciones concretas necesarias para contribuir al bienestar mental de los trabajadores y promover su tendencia actualizante. Primero se requieren intervenciones sociales y comunitarias de salud ocupacional desde el enfoque centrado en la persona. En segundo lugar, en el ámbito de las políticas públicas, es necesario revisar los mecanismos de inspección laboral para incorporar indicadores de bienestar humano. Finalmente, la tercera acción es desde la responsabilidad corporativa, donde se implementen modelos de liderazgo empáticos y canales de comunicación bidireccionales para disminuir la distancia alienante con los tomadores de decisiones.

Las categorías desarrolladas en este trabajo no buscan cerrar la discusión sobre el bienestar mental en el trabajo agrícola de exportación. Constituyen una propuesta para comprender este fenómeno a partir de la interacción entre las condiciones

del trabajo y la experiencia subjetiva de las personas. Su utilidad deberá valorarse mediante investigaciones empíricas en distintos contextos laborales que permitan contrastar, enriquecer y ajustar esta propuesta, así como ampliar la comprensión de los procesos que intervienen en la construcción del bienestar mental para explorar cómo la reactivación de relaciones facilitadoras promueve el desarrollo humano.

Referencias

- Aguilar, P. E., & Colín, R. (2022). Precariedad laboral de los jornaleros agrícolas del cultivo de la fresa en el municipio de Purépero, Michoacán. *Horizontes Territoriales*, 2(3), 1-19. <https://doi.org/10.31644/HT.02.03.2022.A13>
- Azamar Alonso, A. (2026). La política agrícola en México y la nueva estrategia del programa *Sembrando Vida*. *Argumentos*, 37(105), 135-152. <https://doi.org/10.24275/uamx/arg/2024105-07>
- Calle, M. B., Velasquez, J. M., Luy, A., & Carrasco, G. M. (2023). Implicaciones del clima organizacional en el desempeño laboral de los empleados del sector agrícola de la provincia del Oro, Ecuador. *Revista Científica FIPCAEC (Fomento de la investigación y publicación en Ciencias Administrativas Económicas y Contables)*, 8(3), 374-392. <https://doi.org/10.23857/fipcaec.v8i3>
- Cuevas Corona, N. G. (2025). *La relación interpersonal y su papel en el bienestar laboral. Un encuentro entre gerentes de empresas multinacionales con sus colaboradores interculturales* (tesis de maestría, Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente). Repositorio institucional. <https://rei.iteso.mx/items/497a8ac8-f578-46ff-8954-f126ccfdbdd7>
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Flores-Mariscal, J. (2021). Determinantes de la precariedad del trabajo jornalero agrícola en México: Un análisis histórico-institucional. *Región y Sociedad*, 33, 1-28. <https://doi.org/10.22198/rys2021/33/1487>
- García, R., & López, A. (2022). *Un recorrido por la evolución teórica del enfoque centrado en la persona*. *Revista Espacio ECP*, 3(1), 77-97. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.14941411>
- Guerra, L. (2020). Análisis de la relación entre el clima organizacional y la productividad en el sector agrícola. Caso de estudio: Productora de brócoli «Ponce Ponce & Merlo CÍA», Provincia de Cotopaxi, Ecuador. *UTC Prospectivas Revista de Ciencias Administrativas y Económicas*, 3(2), 76-87.
- Keyes, C. L. M. (2005). Mental Illness and/or Mental Health? Investigating Axioms of the Complete State Model of Health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(3), 539-548. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.73.3.539>

- Lafarga, J. y Gómez del Campo, J. (1981). *Desarrollo del potencial humano: Aportaciones de una psicología humanista* (Vol. 1). México: Trillas.
- Leiva-Peña, V., Rubí-González, P., & Vicente-Parada, B. (2021). Determinantes sociales de la salud mental: Políticas públicas desde el modelo biopsicosocial en países latinoamericanos. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 45, 1-7. <https://doi.org/10.26633/RPSP.2021.158>
- Manterola, C., Rivadeneira, J., Delgado, H., Sotelo, C., & Otzen, T. (2023). ¿Cuántos tipos de revisiones de la literatura existen? Enumeración, descripción y clasificación. Revisión cualitativa. *International Journal of Morphology*, 41(4), 1240-1253. <https://doi.org/10.4067/S0717-95022023000401240>
- Morales, J. A. (2024). Martha Nussbaum y Amartya Sen. Un análisis en torno al desarrollo humano, las libertades individuales y la capacidad de agencia. *Revista Científica Integración*, 8(2), 57-63. <https://doi.org/10.36881/ri.v8i2.957>
- Muñóz, C. O., Cardona, D., Restrepo-Ochoa, D. A., & Calvo, A. C. (2022). Salud mental positiva: Entre el bienestar y el desarrollo de capacidades. *CES Psicología*, 15(2), 151-168. <https://doi.org/10.21615/cesp.5275>
- Nussbaum, M. (2012). *Crear capacidades: Propuesta para el desarrollo humano*. Paidós.
- Ortea, R. M. (2023). La mirada de Amartya Sen sobre el bienestar. *Divulgatio. Perfiles Académicos de Posgrado*, 7(21), 112-123. <https://doi.org/10.48160/25913530di21.392>
- Rangel-Zaragoza, J. L., Fuentes-Flores, N. A., Aguilar-Ávila, J., Valdivia-Alcalá, R., & Leos-Rodríguez, J. A. (2022). Preferencias laborales en un enclave agroexportador hortofrutícola de Baja California, México. *Agricultura, Sociedad y Desarrollo*, 19(3). <https://doi.org/10.22231/asyd.v19i3.1377>
- Rogers, C. (1961). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Houghton Mifflin Company.
- Rujano, M., Delfín, C., Nuñez, O., & De la Rosa, Y. (2025). Impacto en la salud mental, física y social de los trabajadores agrícolas en México. *Revista de Ciencias Sociales*, 31(11), 125-137. <https://produccioncientificaluz.org/index.php/rcs/index>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>

- Saldaña Contreras, J. L. y Cantero Ramírez, M. (2024). Trayectorias laborales femeninas en la agroindustria aguacatera de Michoacán, México. *Revista de Estudios Regionales y Mercado de Trabajo*, 20, 1-20. <https://doi.org/10.24215/27969851e055>
- Salgado-Viveros, C. (2023). El ocaso laboral: Trabajo y vejez en los cultivos de berries del sur de Jalisco. *Región y Sociedad*, 35, 1-26. <https://doi.org/10.22198/rys2023/35/1765>
- Sen, A. (1999). *Development as Freedom*. Oxford University Press.
- Stabridis, O. (2022). La semilla de la vulnerabilidad: Desventajas acumuladas en jornaleros de la agroindustria mexicana de exportación. *Región y Sociedad*, 34, 1-25. <https://doi.org/10.22198/rys2022/34/1656>
- Tennant, R., Hiller, L., Fishwick, R., Platt, S., Joseph, S., Weich, S., Parkinson, J., Secker, J., & Stewart-Brown, S. (2007). The warwick-edinburgh mental well-being scale: Development and UK validation. *Health and Quality of Life Outcomes*, 5(1), 63. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-5-63>