

Año 29 No. 105, 2024
ENERO-MARZO



Año 29 No. 105, 2024

ENERO-MARZO

Revista Venezolana de Gerencia



UNIVERSIDAD DEL ZULIA (LUZ)
Facultad de Ciencias Económicas y Sociales
Centro de Estudios de la Empresa

ISSN 1315-9984

Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons
Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 Unported.
http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/deed.es_ES

Como citar: Reyes Loperena, E., Medina Sánchez, E. P., y León Cavero, F. R. (2024). Productividad laboral y consumo de la cafeína de los trabajadores en México. *Revista Venezolana De Gerencia*, 29(105), 229-238. <https://doi.org/10.52080/rvgluz.29.105.15>

Universidad del Zulia (LUZ)
Revista Venezolana de Gerencia (RVG)
Año 29 No. 105, 2024, 229-238
enero-marzo
ISSN 1315-9984 / e-ISSN 2477-9423



Productividad laboral y consumo de la cafeína de los trabajadores en México

Reyes Loperena, Eduardo*
Medina Sánchez, Elvia Patricia**
León Cavero, Francisco Rafael***

Resumen

Las investigaciones sobre la productividad laboral cobran importancia en las últimas décadas, focalizadas hacia la salud de los trabajadores. El objetivo del estudio fue analizar la productividad laboral y el consumo de la cafeína en los trabajadores del sector público y privado en México. La metodología utilizada fue documental apoyada en fuentes bibliográficas, dirigida a profundizar el estudio de la productividad laboral vinculada al consumo de la cafeína por parte de los trabajadores en diferentes organizaciones. Los resultados revelan que los rasgos de la productividad laboral están asociados a estímulos direccionados a mejorar algunas funciones cognitivas, acelerar los procesos cerebrales y mejorar la memoria de los trabajadores en México, siendo el consumo de cafeína el medio utilizado por los trabajadores para presentar resultados favorables a las organizaciones. Se concluye que, a pesar de existir un consumo significativo de café, el mismo se convierte en un estimulante de la ansiedad laboral, lo cual está vinculada a las tareas o responsabilidades desarrolladas en los cargos que ocupan los trabajadores tanto en organizaciones públicas como privadas.

Palabras clave: productividad laboral; trabajadores; cafeína; ansiedad laboral.

Recibido: 18.10.23

Aceptado: 04.12.23

* Doctor en Psicología. Unidad Académica de Trabajo Social y Ciencias para el Desarrollo Humano. Universidad Autónoma de Tamaulipas. México. Email: ereyes@uat.edu.mx. ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-2249-3071>

** Magister en Administración. Ingeniera Comercial. Funcionaria con nombramiento y Coordinadora de Gestión de la Universidad Técnica "Luis Vargas Torres" de Esmeraldas. Ecuador. Email: patimedinasanchez@hotmail.com; patriciamedina@utelvt.edu.ec. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2975-2164>

*** Doctor en Contabilidad y Finanzas. Docente Investigador en la Universidad San Pedro, Chimbote, Perú. Email: francisco.leon@usanpedro.edu.pe ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5955-4495>

Labor productivity and caffeine consumption of workers in Mexico

Abstract

Research on labor productivity has gained importance in recent decades, focused on the health of workers. The objective of the study was to analyze work productivity and caffeine consumption in workers in the public and private sectors in Mexico. The methodology used was documentary supported by bibliographic sources, aimed at deepening the study of labor productivity linked to caffeine consumption by workers in different organizations. The results reveal that the traits of labor productivity are associated with stimuli aimed at improving some cognitive functions, accelerating brain processes and improving the memory of workers in Mexico, with caffeine consumption being the means used by workers to present favorable results to organizations. It is concluded that, despite there being a significant consumption of coffee, it becomes a stimulant of work anxiety, which is linked to the tasks or responsibilities carried out in the positions held by workers in both public and private organizations.

Keywords: work productivity; workers; caffeine; work anxiety.

1. Introducción

La productividad laboral se encuentra asociada a una diversidad de factores tales como clima organizacional, teletrabajo, satisfacción laboral que indiscutiblemente desde la gestión generan condiciones para su ampliación, al respecto Ortiz et al, (2019), señalan que el desarrollo del clima organizacional condicionan efectos positivos en la productividad laboral, demostrando niveles óptimos en la rotación del personal y en la creatividad e iniciativa de los trabajadores (Belitz y Mölders, 2016; Acevedo et al, 2020).

Las organizaciones para estimular la productividad de sus trabajadores crean condiciones favorables, lo cual beneficiará el crecimiento, desarrollo y sostenibilidad organizacional, lo

cual es asociada con la productividad de manera general, por la cantidad producida y los insumos empleados en el proceso productivo. Desde esta perspectiva, la productividad laboral, es planteada desde el proceso de evaluación que, mediante la relación entre la producción obtenida y las diversas responsabilidades cumplidas y que contribuyen al proceso productivo en un periodo establecido en el proceso de planificación organizacional (Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI], 2012; Abramova & Grishchenko, 2020).

La producción, comercialización y transportación del café, atañe a dinámicas de los sistemas productivos de muchos países, lo cual han generado, expansión y competitividad en el consumo del café, entre ellos se destaca

que América Latina realiza procesos de importación del café desde Surinam y las Antillas Francesas, países en los cuales el cultivo es económicamente relevante y se diferencia por la explotación comercial, también destaca un predominio desde la competitividad en países como Brasil y Colombia para su producción y consumo, sin embargo, el Consejo Mexicano del Café, plantea que los primeros cafeteros en México se evidencia entre los años 1792 y 1795, convirtiéndose en una actividad económica principal de la región (Carrera y Bustamante, 2012).

Bajo tales condiciones, se desprende dificultades para los países productores, entre ellos los que están en vía de desarrollo, con algunas excepciones, los mismos presentan dificultades en la capacidad tecnológica y en las exigencias internas del producto, particularmente en el procesamiento del grano de café y su posterior comercialización al interior de sus economías, es decir colocarlo en el mercado internacional (Flores, 2015).

Según cifras que son presentadas por los organismos que regularizan la producción del café y los que generan las estadísticas en México, particularmente el Consejo Mexicano del Café dependiente de la Secretaría de Agricultura en México y el INEGI (2003), ellos plantean que existen aproximadamente casi 282 mil productores de café, lo cual un 80% son indígenas, y los procedimientos utilizados son de escaso uso tecnológico para su proceso productivo. Así mismo, en lo referido a las tierras, el Padrón Nacional Cafetalero, señala que el promedio de tierra por productor es de 2.02 has, es decir que el margen de ingresos económicos para subsistir las familias en cada cosecha, se vincula a la mano de obra y a los costos de

producción del café (Campos et al, 2021).

Otro aspecto importante de resaltar es que el consumo de café es significativo, en la población mexicana, dado que el 80% de la población adulta consume entre 200-300 mg de cafeína, por persona por día (dos a tres tazas de café) (Norma Oficial mexicana NOM 218). En el contexto de la comercialización y consumo del café, presenta grandes retos y desafíos, desde los canales o medios que son ideados para colocarlos en el mercado, hasta su consumo, que es promovido desde las potencialidades que presenta el café y que genera indudablemente transformaciones institucionales en los procesos de trabajo.

A lo interno se suman elementos interesantes como lo es, la productividad laboral, el consumo de cafeína aumenta los niveles de innovación, creatividad y acelera el proceso de trabajo; sin embargo, el consumo del café en exceso crea ansiedad en las personas y particularmente el consumo de la cafeína genera cambios en la salud de los trabajadores, permite el involucramiento y la participación con un estado de alerta ante una diversidad de responsabilidades. De allí que Gómez-Leyva et al, (2021), sugieren que deben aplicarse programas de formación sobre la salud laboral en los diversos niveles gerenciales y de apoyo, fundamentalmente que se implementen estrategias gerenciales adecuadas para asegurar la eficacia y la coordinación entre factores tecnológicos, administrativos y económicos asociados a la productividad laboral.

Por tales motivos, la presente investigación su objetivo fue analizar la productividad laboral y el consumo de la cafeína de los trabajadores del

sector público y privado en México, particularmente se abordó el devenir histórico del consumo de la cafeína en la composición de los pensamientos y las emociones de los trabajadores; las dinámicas de los factores sociales y psicológicos en el uso de los psicoestimulantes; la cafeína y su contribución a la salud de los trabajadores y la necesidad de reflexionar sobre el porqué hablar de la cafeína asociada a la productividad laboral, en esta década.

El estudio fue pertinente por ser un tema innovador y sensible a la construcción de nuevas líneas de investigación sobre lo gerencial asociadas a los trabajadores como elementos clave en la productividad laboral y el consumo de la cafeína es un psicoestimulante que incide en la salud mental de los trabajadores particularmente en su rendimiento y en el cumplimiento de sus tareas.

El enfoque metodológico se orientó bajo un enfoque documental y descriptivo, dirigido al planteamiento de diversas conceptualizaciones sobre productividad laboral y consumo de cafeína en trabajadores, se clasificaron, organizaron y se realizaron revisiones bibliográficas sistematizadas de artículos científicos originales publicados en los últimos 5 años en bases de datos Scopus, Pubmed y SciELO. Devenir histórico del consumo de la cafeína en la composición de los pensamientos y las emociones de los trabajadores.

En la Europa renacentista del Siglo XVII, abrigó a través de los turcos la producción y comercialización del café, más adelante rápidamente se adopta y populariza su consumo y se generó una transculturización al crear sitios de café para mujeres y caballeros para consumirlo, induciendo la composición de los pensamientos y las emociones.

Fundamentalmente, Francia en esa época del florecimiento, generó una moda creciente del café, específicamente en el año 1670, se creó el primer lugar para socializar y culturizar su consumo como bebida diaria, que más adelante en el año 1675, en este auge e innovadora bebida un empleado abre su propio café, llamado “Café Procope”; en este lugar de acuerdo con los señalamientos de Brau (1973), fue espacio para relevantes charlas y conversaciones en la que se destacan los encuentros entre Denis Diderot y Jean d’Alembert, lo cual nació la idea de la Cyclopaedia (Enciclopedia), dando cuenta del ambiente filosófico que ilustraba los momentos, más adelante destaca a Don Juan, el de la ópera de Mozart, al filósofo alemán E. Kant, al igual que Montesquieu y el pintor holandés Van Gogh, todos se destacaron por ser unos aficionados al consumo del café, es decir que el consumo de la cafeína, se asocia a momentos de inspiración donde las personas logran grandes estímulos para realizar acciones y cumplir con las tareas a su cargo (Universitat de Valencia, 2014).

2. Dinámicas de factores sociales y psicológicos en el uso de los psicoestimulantes en los trabajadores

Desde el inicio se reflexiona sobre la genética como rasgos característicos físicos de los seres humanos que logran transmitirse de una generación a otra, para poder entender el proceso de la adicción a los psicoestimulantes y de la adicción a la cafeína, siendo un genoma humano, que como determinismo genético se justifican algunas conductas humanas, lo cual implica condiciones

humanas particulares asociadas a la personalidad, tales como infidelidad, rabia, pereza, mal humor, tabaquismo e improductividad entre otras (Téllez, 1995).

Bajo esta perspectiva, las debilidades laborales que las sociedades habían planteado al inconsciente (Freud, 1986); ahora admitido desde la contingencia que era expresada desde la genética, no obstante, la ciencia develó mediante descubrimientos relevantes que no solo es la genética también deben ser considerados en la interpretación de fenómenos conductuales a los factores sociales y psicológicos de las personas.

En este contexto, la dopamina juega un papel importante, se localiza en el sistema nervioso autónomo, encargada de propagar señales nerviosas, lo cual es generada entre las personas, buscando una relación con significado estadístico se seleccionó una muestra de 124 personas normales, que dieron cuenta de una mayor longitud del gen D4DR, que significa que las personas tienen un deseo mayor de experimentar situaciones nuevas mediante estímulos (Cooper et al, 1974), si bien está muy relacionada con nucleus accumbens siendo un relevante centro neurológico que da origen al placer y se encuentra ubicado en el medio basal de la cabeza (López, 1979).

La dopamina no produce placer, sin embargo, crea cambios en la bioquímica cerebral para tal efecto, influye en el comportamiento humano, específicamente en la actividad motora y en la cognición que está asociada a las emociones, los proceso de motivación, estímulos y recompensa, logran tal como lo señalan Peña y Villón (2018), en el ámbito laboral, la motivación está asociada a la voluntad del individuo a la realización de esfuerzos propios para

lograr las metas y objetivos planteados en la organización, en este sentido, se obtiene satisfacción en las necesidades personales, lo cual genera placer en la obtención de logros. En este sentido, lo genético al combinarse con factores sociales y psicológicos mejora la atención y el aprendizaje en las personas.

La serotonina o 5-hidroxitriptamina (5-HTP), es otro neurotransmisor asociado al sueño, estado de ánimo, dieta, conducta sexual, algunos tipos de depresión y la conducta suicida de los seres humanos, es decir, la serotonina incide en la personalidad particularmente que los desequilibrios producen ansiedad (Brailowssky, 1992).

Es importante mencionar que existen una diversidad de factores que crean ansiedad en los trabajadores de organizaciones públicas y privadas, la misma está relacionada con desequilibrios en la producción de neurotransmisores como la dopamina y la serotonina, lo que genera que su visión personal así como organizacional en muchos casos se encuentre sesgada por temores irracionales, ansiedad, pensamientos negativos y fobias, en la mayoría de los casos estos trabajadores recurren a tomar café para buscar calma y recuperar la salud mental, en este orden de idea es favorecedor la creación en colectivo de ambientes sociales tranquilos y saludables.

3. Cafeína y su contribución a la salud de los trabajadores

La cafeína es un alcaloide psicoestimulante, el más consumido en el mundo, refiere a una sustancia de sabor amargo (Mesa et al, 2020), algunos países disponen de legislaciones particulares para regir su consumo en las personas, su estructura química

destaca que tiene un peso molecular de 194.19 y está constituida por un 49.48% de carbono, 5.19% hidrógeno, 28.85% nitrógeno y 16.48% de oxígeno (Ganong, 1998; Murrai et al, 2000).

El proceso de absorción en las personas a partir del consumo, es excelente vía oral, siendo procesada en el hígado, siendo eliminadas vía fecal y urinaria, esta función le corresponde un aumento de la producción de ácido clorhídrico y pepsina (Montoya, 2002), en este sentido, los efectos sobre el cerebro de los trabajadores, son más rápidos que sobre el resto del sistema nervioso.

El proceso de eliminación de la cafeína del cuerpo, es un factor que desvía la atención desde las características adictivas de la misma, su consumo no se consideran factores tales como la edad, cargo que ocupa, estado de salud y horas de consumo, además que se encuentra en diversas presentaciones por mencionar algunas el café, té, chocolate, refresco de cola, analgésicos adicionados con cafeína (Biblioteca Nacional de Medicina, 2005; Ramírez, 2010).

Entre los efectos que destaca el consumo de la cafeína, está en el mantenimiento de la vigilia por parte de las personas por su capacidad psicoestimulante, es necesario enfatizar desde la investigación que no sustituye al tiempo de dormir de manera natural en las horas establecidas de 6 a 8 horas diarias (Téllez, 1995).

El consumo de cafeína en exceso, limita al cuerpo restaurar o recuperar las energías mediante una actividad anabólica, su desequilibrio conduce a intranquilidad, distracción y baja capacidad productiva, lo cual está asociado al consumo diario que las personas realizan desde su vida y el

trabajo, en este sentido, los trabajadores desde los puestos de trabajo que ocupen cargos gerenciales estratégicos y representen un consumo excesivo de cafeína en su jornada laboral, incidirá en su comportamiento y rendimiento de manera proporcional lo cual se vincula al tipo de actividad que desarrolle (López, 2001).

Se señala otro efecto en la salud de los trabajadores, como es el impacto en la densidad ósea, particularmente este alcaloide beneficia la disminución de calcio en el cuerpo humano. Diversos estudios señalan que existe un incremento en la excreción de calcio en la orina mediante el consumo desproporcionado de la cafeína (Benítez-García, 2015).

Otro efecto sobre la salud está asociado, a la correlación a enfermedades del corazón, lo cual han generado una producción significativa de estudios, al respecto (Frieden et al, 2022), señala que el consumo excesivo de cafeína tiene vinculaciones sobre la elevación de la presión arterial en las personas, particularmente que el consumo de café, no inciden en la frecuencia de arritmias cardíacas, taquicardias ventriculares, y los niveles de colesterol (Camargo, 2020).

Indiscutiblemente, surgen grandes preguntas referidas a la ansiedad y cada vez mayor es mayor el grupo de personas con problemas mentales y cardiovasculares, al respecto, refiere Berrios (2008), los estados de ansiedad producen alteraciones del ritmo cardíaco, lo cual genera crisis de pánico, y un mayor consumo de dependencia excesiva de cafeína generando estados anímicos que contempla el DSM-IV TR como Trastorno de Ansiedad inducido por sustancias.

Son diversas las opiniones

al respecto, el Dr. Charalambos Vlachopoulos del Hospital Henry Dunant en Grecia, sostiene que el mínimo consumo de café (una taza), puede generar rigidez en arterias durante horas, lo que incrementa el padecimiento a afecciones cardiovasculares o accidente cerebrovascular, considerando que las personas hipertensas y ancianas deben evitarla para evitar trastorno de ansiedad, crisis de pánico, fobias, trastornos obsesivo-compulsivos y trastornos por estrés postraumático (López, 2001),

En este contexto, existen criterios a favor y en contra del consumo de la cafeína en los puestos de trabajos y en la vida personal de cada uno, los efectos adversos en los trabajadores que repercute en la productividad laboral; sin embargo, en sus diversos usos en edades diferentes, inciden de manera continua. (Hernández, 2021).

En este sentido, es necesario que desde esta investigación se reflexione sobre la salud de los trabajadores, lo cual es incida por el consumo de la cafeína, y que esta se encuentra vinculada a la productividad laboral, es decir, de las personas que cumplen tareas y tienen responsabilidades desde sus cargos.

4. Relevancia de la Cafeína en la productividad laboral?

Es una pregunta significativa, y más aún, se debe hacer desde las adiciones, que conlleva desde las primeras horas del día a la ingesta de café, que es la acción deseada para el despertar de muchas personas, o sencillamente para iniciar la jornada laboral diaria, ayudando a la aceleración y un rendimiento mayor en la jornada de trabajo. También, es muy propicia luego de la comida por su incidencia en los procesos de digestión y también al

planteamiento de ideas en reuniones organizacionales.

Es necesario que los trabajadores tomen consciencia y se enfoquen en el cumplimiento de responsabilidades desde sus cargos, y así direccionen el cumplimiento de metas, apoyados en el pensamiento, actuación, gratificaciones, planeación y organización (Brandstätter, 2011), es decir al rasgo de la consciencia, es clave para la preservación de la salud mental en los trabajadores.

El consumo de la cafeína en los trabajadores del sector público y privado permite diferentes condiciones, entre ellas mayores oportunidades de rendimientos y aguante físico, teniendo así efecto sobre la memoria, permitiendo soportar mayores jornadas por el cansancio del trabajo físico; a los choferes les permite estar despiertos al conducir por la noche el transporte incrementando la ganancia; también permite desde el consumo la sustitución de algunos alimentos aminorando la sensación de apetito, siendo un potente diurético natural.

En este sentido, existe un reconocimiento de sus bondades, así como de las debilidades en cuanto a regulaciones integrales sobre el consumo y calidad en la producción desde los países productores de café, sin embargo, admitir su naturaleza química, la cual pertenece al grupo de los psicoestimulantes, por su efecto en la bioquímica cerebral que genera comportamientos particulares en las personas. La cafeína, en este sentido, no acelera la creación de nuevas ideas y prolonga la memoria de los trabajadores, tampoco sustituye el necesario descanso o reposo por las jornadas necesarias de dormir.

La cafeína como alcaloide estimula las funciones cognitivas y

psíquica del cerebro, fundamentalmente del inconsciente, no obstante, las organizaciones buscarán medios satisfactorios para la motivación, rendimiento y productividad de sus trabajadores, lo cual requiere identificación con los procesos y resultados que genere, tal como lo señala Quispe (2023), una organización con personal desmotivado está condenada a baja productividad y al fracaso

Por tanto, es fundamental valorar los diversos condicionantes que tienen los trabajadores, la motivación de los trabajadores respecto a la organización laboral, tanto pública como privada, es clave, dado que la misma representa un condicionante en el desempeño y productividad del trabajador y en la calidad de los bienes y servicios que ofrecen de manera general en los mercados nacionales e internacionales.

5. Conclusiones

Resalta la capacidad de la productividad laboral asociada al consumo de la cafeína en los trabajadores, lo cual está vinculado a factores sociales y psicológicos, específicamente en el uso continuo y prolongado de psicoestimulantes por parte de los trabajadores, independientemente se encuentren en las organizaciones públicas o privadas.

Los trabajadores son una entidad bio-socio-psíquica, que se relacionan demostrándose efectos positivos, desde la orientación biológica, responde a información que como especie humana se tiene, lo social, cuyo aprendizaje está vinculado a valores y creencias que desde los grupos de personas, familia o la sociedad incide en su personalidad y lo psicológico que busca un equilibrio biológico, esta tríada busca superar los

desafíos y mantener y superar un estado de bienestar asociados a la salud mental.

Como se analiza a lo largo de la investigación, la cafeína es un alcaloide que de acuerdo a múltiples investigaciones no genera modificaciones en la conducta del ser humano, sin embargo, genera excitación y ansiedad. Estas reflexiones facilitan una orientación para la productividad laboral y en el consumo de la cafeína, fortaleciendo potenciales ideas con valor para incorporar en los procesos y resultados del trabajo, que son necesarias para orientar las tareas y responsabilidades de los trabajadores para promover el crecimiento personal y crear condiciones para generar procesos de control de la ansiedad.

Referencias bibliográficas

- Abramova, N., & Grishchenko, N. (2020). ICTs, labour productivity and employment: Sustainability in industries in Russia. *Procedia Manufacturing*, 43, 299–305. <https://doi.org/10.1016/j.promfg.2020.02.161>
- Acevedo Amorocho, A., Ramirez Carreño, F. E., Salcedo Blanco, D. D., & Román Ordoñez, J. A. (2020). Pronóstico del precio del café: Una propuesta desde los modelos econométricos. *Revista Venezolana De Gerencia*, 25(4), 564-578. <https://www.produccioncientificaluz.org/index.php/rvrg/article/view/35210>
- Belitz, H., & Mölders, F. (2016). International knowledge spillovers through high-tech imports and R&D of foreign-owned firms. *The Journal of International Trade & Economic Development*, 25(4), 590–613. <https://doi.org/10.1080/09638199.2015.1106575>

- Benítez-García, E., Jaramillo-Villanueva, J. L., Escobedo-Garrido, S., & Mora-Flores, S. (2015). Caracterización de la producción y del comercio de café en el municipio de Cuetzalan, Puebla. *Agricultura Sociedad y Desarrollo*, 12(2), 181. <https://doi.org/10.22231/asvd.v12i2.147>
- Berrios, G. (2008). *Historia de los síntomas de los trastornos mentales: la psicopatología descriptiva del siglo*. Fondo de Cultura Económica
- Biblioteca Nacional de Medicina. (2005). *Food and Nutrition*. <https://medlineplus.gov/spanish/caffeine.html>
- Boget, L.T. y Penadés, R.R. (1999). *Sustancias favorecedoras y perniciosas para la memoria*, Trastornos de la memoria. Editorial Océano.
- Brailowssky (1992). *El cerebro averiado. Plasticidad cerebral y recuperación funcional*. México. Fondo de Cultura Económica.
- Brandstätter, H. (2011). Personality aspects of entrepreneurship: A look at five meta-analyses. *Personality and Individual Differences*, 51(3), 222-230. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.07.007>
- Brau, J. L. (1973). *La historia de las drogas*. Editorial Bruguera.
- Camargo Barrero, J. A., Castañeda Polanco, J. G., & Segura Patiño, D. P. (2020). Sentido de vida, depresión y ansiedad en población rural de Cundinamarca, Colombia. *Revista De Ciencias Sociales*, 26(4), 206-216. <https://doi.org/10.31876/rcs.v26i4.34658>
- Campos Trigoso, J.-A., Murga Valderrama, N. L., Rituay Trujillo, P.-A., & García Rosero, L. M. (2021). Sostenibilidad del café: revisión sistemática de la literatura. *Revista Venezolana De Gerencia*, 26(95), 943-961. <https://doi.org/10.52080/rvgluz.27.95.30>
- Carrera Chávez, B., & Bustamante Lara, T. (2013). ¿Es la ganadería bovina de carne una actividad competitiva en México? *Nóesis Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 22(43-1), 18-51. <https://doi.org/10.20983/noesis.2013.1.1>
- Consejo Mexicano del Café (s/n) *El cultivo del café en México*. Pág. WEB del C.M.C.
- Cooper, J. R., Bloom, F. E., y Roth, R. H. (1974) *Las bases bioquímicas de la neurofarmacología*. (segunda reimpresión). Manual Moderno.
- Flores Vichi, F. (2015). La producción de café en México: ventana de oportunidad para el sector agrícola de Chiapas. *Espacio I+D, Innovación más Desarrollo*, 4(7). <https://doi.org/10.31644/IMASD.7.2015.a07>
- Freud, A. (1986). *Sigmund Freud, Textos fundamentales del Psicoanálisis*. (1ª. Reimpresión). Alianza Editorial.
- Frieden, T. R., Moran, A. E., & Garg, R. (2022). HEARTS en las Américas: salvar vidas de la enfermedad más letal del mundo. *Revista panamericana de salud pública [Pan American journal of public health]*, 46, 1. <https://doi.org/10.26633/rpsp.2022.189>
- Ganong, W. F. (1998). *Fisiología médica*. (16ª. Ed.). Manual Moderno.
- Gómez-Leyva, B., Díaz-Armas, M., Valdés-Cabodevilla, R., y Miguel-Cruz, M. (2021). Efectos del consumo de café sobre la salud. *Medisur*, 19(3). <http://www.medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/4951>
- Hernández, G. (2021, octubre 1). *¿Existe alguna relación entre el*

- consumo de café y la productividad laboral? El Economista. <https://www.economista.com.mx/capitalhumano/Existe-alguna-relacion-entre-el-consumo-de-cafe-y-la-productividad-laboral-20210930-0100.html>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía -INEGI (2003). *El sector alimentario en México. Dirección General de difusión*. Aguascaliente-México.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía -INEGI (2010). *Compendio de información geográfica municipal Santa María Yucuhiti, Oaxaca*. http://www3.inegi.org.mx/contenidos/app/mexicocifras/datos_geograficos/20/20446.pdf
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía -INEGI (2012). Cálculos de los índices de productividad laboral y del costo unitario de la mano de obra 2012. Metodología. Sistema Nacional de Información Estadística y Geográfica. INEGI. México.
- López Antúnez, L. (1979). *Anatomía funcional del Sistema Nervioso*. (1ª. Reimpresión). Editorial Limusa.
- López, O. (2001). *Cafeína, ansiedad y sensibilidad al dolor. Resultados de algunos estudios en ratones*. U.A.B.
- Mesa Rodríguez, N., Medrano Montero, J., Martínez Pérez, M., Grave de Peralta, M., & Cabrera Hechavarria, Y. (2017). Efecto anticariogénico del café. *Correo Científico Médico*, 21(3). <https://revcocmed.sld.cu/index.php/cocmed/article/view/2671/1146>
- Montoya, M.A. (2002). *Toxicología clínica*. (3ª edición). Méndez Editores.
- Murray, R.K., Mayes, P.A., Granner, D.K. y Rodwell, V.W. (2000). *Bioquímica de Harper*. (15ª ed). Manual Moderno.
- Ortiz Campillo, L., Ortiz Ospino, L. E., Coronel Cuadrado, R. D., Hamburger Madrid, K., & Orozco Acosta, E. (2019). Incidencia del clima organizacional en la productividad laboral en instituciones prestadoras de servicios de salud (IPS): un estudio correlacional. *Revista Latinoamericana de Hipertensión*, 14(2), 187-193. https://www.revhipertension.com/rlh_2_2019/colombia_incidencia%20del%20clima%20organizacional.pdf
- Peña Rivas, H. C., & Villón Perero, S. G. (2018). Motivación Laboral. Elemento Fundamental en el Éxito Organizacional. *Revista Scientific*, 3(7), 177–192. <https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2018.3.7.9.177-192>
- Quispe Gonzales, G. C., Durán Herrera, V. H., Benites Aliaga, A. A., & Bringas Rios, V. Y. (2023). Motivación laboral en pymes del sector construcción, Lima. *Revista Venezolana De Gerencia*, 28(101), 113-125. <https://doi.org/10.52080/rvgluz.28.101.8>
- Ramírez Prada, D. M. (2010). Café, cafeína vs. Salud revisión de los efectos del consumo de café en la salud. *Universidad y Salud*, 12(1), 156-167. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-71072010000100017&lng=en&lng=es.
- Téllez, A. (1995) *Trastornos del sueño: diagnóstico y tratamiento*. (2da. ed.). Trillas.
- Universitat de Valencia. (2014). *Autonomía y expresión en la arquitectura. La antinomia de la modernidad al hilo de Claude-Nicolas Ledoux*. [Mobiroderic.uv.es](https://mobiroderic.uv.es). <https://mobiroderic.uv.es/bitstream/handle/10550/41729/RUBIO-Autonom%C3%ADa%20y%20expresi%C3%B3n-redux.pdf?sequence=1&isAllowed=y>