

Fecha de elaboración: 27.09.2021 [del RAI]			
Tipo de documento	TID:	Obra creación:	Proyecto investigación: X
Título: Identificar los factores de riesgo psicosocial por el trabajo en casa debido al confinamiento por el covid-19 en algunos sectores educativos de la ciudad de Barrancabermeja			
Autor(es): Anyi A. Guerrero Cupacan, Emilse Ascencio Castiblanco y, Marcela Correa Chaves			
Tutor(es): Laura Belkis Parada Romero			
Fecha de finalización: 27.09.2020 [del proyecto de investigación]			
Temática: Riesgo psicosocial			
Tipo de investigación: Mixta			
Resumen:			
<p>Los factores de riesgo psicosocial describen las condiciones cuando se presenta una opción de tener efectos nocivos sobre la salud de un trabajador, la manera más común de identificar y diagnosticar esos factores de riesgo es principalmente por medio de un instrumento (batería de factores de riesgo psicosocial), establecida por el Ministerio del trabajo en la resolución 2404 del 2019, la cual permite evaluar las condiciones de salud psicosociales de dicha población (Unda, M; y Urrego, M. 2021).</p> <p>En Colombia, el trabajo en casa se encuentra regulado por la ley 1221 del 2008 y el decreto 884 del 2012 en la cual se pretende la protección de todos los derechos de los trabajadores. Esta nueva modalidad de trabajo busca organizar el trabajo a distancia con el uso de las TIC (Tecnología de la información y las comunicaciones). Por lo tanto, el trabajo en casa cuenta con el SG-SST (Sistema de Gestión en Seguridad y salud en el trabajo) logrando así contribuir la mejora en las prácticas relativas a la prevención y control de los accidentes de trabajo y enfermedades laborales.</p> <p>los problemas descritos anteriormente serán analizados con el fin de estudiar las causas y consecuencias que conllevan a riesgo psicosocial, en éste caso se va a enfocar en los docentes de algunos sectores educativos; para dicho desarrollo se pretende observar esto desde el perfil sociodemográfico de todos los docentes de los sectores económicos, planteando así encuestas en una muestra representativa de trabajadores que esté en la modalidad de trabajo en casa con el propósito de observar las distintas causas de riesgo psicosocial con el fin de establecer la existencia de riesgos a los que están expuestos y los síntomas que presentan al momento de estar en esta modalidad de trabajo.</p>			
Palabras clave: Prevención, riesgo laboral, daños derivados del trabajo en casa, evaluación de riesgos, confinamiento, prevención y SARS covid-19.			

Planteamiento del problema:

El coronavirus es un virus que causa enfermedades que provoca síntomas desde el resfriado común hasta enfermedades graves como la neumonía y síndromes respiratorios agudos graves (SARS). El covid-19 es una enfermedad infecciosa causada por el coronavirus, enfermedad que dio a conocer debido al brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019, el cual rápidamente a principios de enero, las autoridades de este país identificaron la causa como una nueva cepa de coronavirus, en donde la enfermedad se expandió a nivel mundial (Bupasalud 2021).

La Organización mundial de la Salud (OMS) el 11 de marzo del 2020 declaró la enfermedad coronavirus Covid-19 como una pandemia por la velocidad de propagación (OMS, 2020), Colombia mediante la resolución 385 del 12 de marzo 2020 establece emergencia sanitaria por el Covid-19 (Ministerio de salud y protección social, 2020). Por esta razón, se ordenó la prestación del servicio a través del trabajo en casa y/o trabajo desde casa (Bernal et al. 2021). En sí, el trabajo en casa y/o trabajo en casa consiste en ejecutar las actividades laborales en un lugar diferente a la empresa por lo general es el hogar (Peiró & Soler,2020).

En la crisis mundial que se vive por la pandemia por el Covid-19, la salud y la seguridad en el trabajo ha sido resaltada por la importancia al trasladar los trabajadores de las empresas a las viviendas, resaltando que esto fue de manera inmediata, donde se cambió abruptamente las rutinas laborales y familiares, presentando como consecuencias afectación en la calidad de vida y bienestar psicosocial (Sierra, 2020). No obstante, el trabajo en casa ha desencadenado un medio donde se destaca la sobrecarga laboral, los conflictos familiares, la incertidumbre y el miedo (Sierra, 2020). Se determina, la relación del trabajador con el trabajo en casa de acuerdo con características y variables referentes a la edad, estado civil, el número y edades de los hijos, composición familiar entre otros (Sierra, 2020). Por lo tanto, el confinamiento en el hogar afecta a las personas por las diferentes situaciones estresantes que se presentan con la duración no determinada; De este modo, se aumentan los niveles de estrés y ansiedad durante el día logrando afectar el descanso de los trabajadores, el sueño; este al sufrir alteración constante afecta en la regulación de las emociones de las personas (Ramírez, et al. 2020).

Con la suspensión de las actividades diarias tanto para los trabajadores de todas las áreas, como también para los estudiantes, regresaron a sus hogares haciendo actividades tanto del hogar como laborales y estudiantiles, por lo tanto, se redujo el contacto con personas cercanas (familiares y amigos) y se le dio más uso a la tecnología, pasando a ser la comunicación de forma virtual. Debido a la pandemia y

aislamiento como prevención del covid-19, tanto estudiantes como docentes presentaron estrés por los cambios drásticos en los métodos de enseñanza. El gobierno con el fin de controlar la transmisión del virus implementó medidas de protocolos de bioseguridad, cuyo efecto alteró las rutinas familiares, laborales y sociales. Los cambios fueron rápidos e impredecibles, teniendo en cuenta que, en diciembre de 2019, se conoció el virus en la ciudad china de Wuhan. En marzo de 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró al nuevo coronavirus una pandemia (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2020a) (Xavier, B., Camarneiro, A., Loureiro, L, Menino, E., Oliveira, Aliete., & Moteiro, A.).

Pregunta: ¿De qué manera el confinamiento genera un riesgo psicosocial en el desarrollo de las actividades educativas en casa debido al Covid-19 en Barrancabermeja?

Objetivos:

1.1 Objetivo General

Identificar los factores de riesgo psicosocial en algunos docentes del sector educativo debido al trabajo en casa por el confinamiento durante la pandemia por el Covid-19 en Barrancabermeja.

1.2 Objetivos Específicos

- Diseñar e implementar encuestas para determinar los factores de riesgo psicosocial generados durante el trabajo en casa debido al confinamiento por el Covid-19 en el sector educativo, en la ciudad de Barrancabermeja.
- Involucrar las percepciones de algunos docentes en el sector educativo de la ciudad de Barrancabermeja, frente al riesgo psicosocial debido al confinamiento.
- Plantear propuestas de intervención para los docentes, a partir del diagnóstico obtenido, para minimizar los factores de riesgo psicosocial.

Marco teórico:

En Colombia, la normatividad ha buscado identificar, evaluar, prevenir, intervenir y monitorear los factores de riesgo psicosocial. En ese sentido, se han evidenciado categorías relevantes como: Gestión organizacional (estilos de mando, pago y contrato), Características de la organización del trabajo (demandas de la labor), Características del grupo social del trabajo (trabajo en equipo y relaciones laborales), Condiciones de la tarea (carga mental y emocional), Interfaz persona-tarea (dinámica de la relación laboral y el desempeño) y jornada de trabajo (tiempos y ejecuciones). Posteriormente, con la expedición de la Ley 1616 de 2013 de Salud Mental, se reconocen otros factores de riesgo psicosocial presentes en el trabajo como lo son los intralaborales, extralaborales e individuales los cuales incluyen: Carga física (esfuerzo fisiológico que demanda la ocupación), Medioambiente de trabajo (aspectos físicos), Uso del tiempo libre, Transporte casa – trabajo y viceversa, Redes de apoyo, Acceso a servicios de salud, Características sociodemográficas, Características de personalidad y estilos de afrontamiento, y Condiciones de salud (evaluadas por medio de los exámenes ocupacionales) (Medina, D., Guzmán, O., y Moreno, J. 2020).

Los dominios intralaborales y cómo fueron concebidos en los instrumentos de la batería del Ministerio de Trabajo de Colombia, se definen a continuación:

- **Demandas del trabajo:** se refieren a las exigencias que el trabajo impone al individuo. Pueden ser de diversa naturaleza, como cuantitativas, cognitivas o mentales, emocionales, de responsabilidad, del ambiente físico laboral y de la jornada de trabajo.

- **Control sobre el trabajo:** posibilidad que el trabajo ofrece al individuo para influir y tomar decisiones sobre los diversos aspectos que intervienen en su realización. La iniciativa y autonomía, el uso y desarrollo de habilidades y conocimientos, la participación y manejo del cambio, la claridad de rol y la capacitación son aspectos que le dan al individuo la posibilidad de influir sobre su trabajo.

- **Liderazgo y relaciones sociales en el trabajo:** el liderazgo alude a un tipo particular de relación social que se establece entre los superiores jerárquicos y sus colaboradores. El concepto de relaciones sociales en el trabajo indica la interacción que se establece con otras personas en el contexto laboral y abarca aspectos como la posibilidad de contactos, los aspectos funcionales de las interacciones como la retroalimentación del desempeño, el trabajo en equipo y el apoyo social.

- **Recompensas:** este término trata de la retribución que el trabajador obtiene a cambio de sus contribuciones o esfuerzos laborales. Este dominio comprende diversos tipos de retribución: la financiera (compensación económica por el trabajo), de estima (compensación psicológica, que comprende el reconocimiento del grupo social y el trato justo en el trabajo) y de posibilidades de promoción y seguridad en el trabajo. Otras formas de retribución que se consideran en este dominio comprenden las posibilidades de educación, la satisfacción y la identificación con el trabajo y con la organización.

Dentro de este marco teórico, el objetivo general de nuestra investigación consiste en evaluar los riesgos psicosociales e identificar las áreas de mejora para la salud con enfoque al sector educativo. Como objetivos específicos se establecen tres (3): 1) Identificar los factores de riesgos psicosocial en trabajadores del sector educativo en la ciudad de Barrancabermeja, 2) Realizar comparativos entre favores de riesgo intralaboral y extralaboral generados durante el confinamiento por el Covid-19 en los participantes, y 3) Plantear recomendaciones según los resultados obtenidos. Los efectos psicológicos negativos para el trabajador de jornadas prolongadas, dejándolos con una menor cantidad de tiempo libre para su desarrollo personal y una menor participación en la vida familiar, que a la larga ocasionará alteraciones en su salud y una satisfacción laboral muy débil. Para evaluar el nivel de riesgo psicosocial, se tendrá en cuenta los modelos típicos de evaluación a través de encuestas y entrevistas que se va a realizar a los trabajadores. Se hará un comparativo entre diferentes tipos de personas de sexo masculino y femenino, madres docentes, padres docentes, solteros, etc.

Las condiciones extralaborales comprenden los aspectos del entorno familiar, social y económico del trabajador. A su vez, abarcan las condiciones del lugar de vivienda, que pueden influir en la salud y bienestar del individuo, entre ellos: tiempo fuera del trabajo, relaciones familiares, comunicación y relaciones interpersonales, situación económica del grupo familiar, características de la vivienda y de su entorno, influencia del entorno extralaboral sobre el trabajo y el desplazamiento entre vivienda, trabajo y regreso a la vivienda (Jiménez, E. Caicedo, S. Joven R. 2015).

Se evidencia la relación que existe entre los riesgos psicosociales, sus alteraciones y las características del trabajo como la organización, las tareas, los grupos sociales, la relación de trabajo y capacidad, entre otras; estas relaciones ahora se ven más claras con las estadísticas, ya que estas permiten divisar un panorama de alteraciones mentales, comportamentales y actitudinales relacionadas directamente con el trabajo. Las formas en que se organiza el trabajo, su ritmo e intensidad, el grado de control sobre los procesos laborales, el sentido de justicia y la seguridad laboral, entre otras cosas, pueden ser tan tóxicos para la salud de los trabajadores como los químicos que hay en el ambiente. Dichos aspectos del trabajo son riesgos del ambiente psicosocial que funcionan como estresores laborales.

Los tratados de libre comercio (TLC), han hecho que la salud y los riesgos ocupacionales cobren importancia en la economía global internacional por medio de exigencias traducidas en normas sociales y cláusulas de calidad para proteger a los trabajadores contra los riesgos ocupacionales y enfermedades profesionales. Realizar trabajos excesivos disminuye las condiciones de salud ocupacional, ya que el trabajo precario expone al trabajador a condiciones especiales de riesgo, tanto en los procesos técnicos, organizativos psicosociales, de sistemas y procedimientos de trabajo, así como a factores externos al medio ambiente laboral que contribuyen a determinar sinergias o potencialización de los efectos contra su salud. Las ciencias médicas, la ingeniería y la psicología están haciendo grandes esfuerzos por diagnosticar, tratar y prevenir la enfermedad y los accidentes laborales mediante la práctica, investigación e intervención de la ergonomía (ingeniería) y de la medicina del trabajo con relación a la salud física, lesiones, enfermedades y programas de tratamiento y prevención individuales, colectivos de salud física, ambiental y mental. Sin embargo, no es fácil identificar aquellos aspectos y procesos psicosociales que interactúan entre los trabajadores y las organizaciones, lo cual incluye esferas de la relación persona-trabajo en un concepto de orden psicológico, que afecta a la persona, a la organización y la productividad de todos los actores económicos, es en este punto donde según algunos autores, la psicología del trabajo ha empezado a jugar un lugar trascendental.

Método:

El aporte metodológico está orientado hacia la descripción y asociación de las variables estrés y factores de riesgo psicosociales en las amas de casa durante la pandemia COVID-19. Además, pretende encontrar la existencia o no, de una asociación entre las variables; de cuya culminación se obtenga datos que reflejen las condiciones en las cuales las mujeres desempeñan el rol de amas de casa. Inicialmente para establecer las medidas y los tiempos en los que se ejecutaría el proyecto de investigación, y se identificarían los factores de riesgo psicosocial en algunos de los docentes del sector educativo, se diseñó un cronograma de actividades para obtener resultados de forma eficaz.

Mediante el cronograma de actividades presentado anteriormente, se inicia con la identificación de los factores de riesgo psicosocial que se han visto afectados durante el confinamiento debido al Covid-19 desde el año 2020. En este caso en particular se enfocó en algunos docentes que hacen parte del sector educativo de la ciudad de Barrancabermeja, todo esto se lleva a cabo durante el mes de febrero, en donde finalmente se lleva a la idea de investigación. Se va ejecutando mes a mes cada una de las metas propuestas junto al tutor encargado.

El proyecto de investigación se compone de tres (3) fases importantes:

Su tamaño de la muestra es: hipótesis, error alfa, error beta, poder estadístico, variabilidad, pérdidas en el estudio y el tamaño del efecto. El porcentaje de confianza para la muestra será de 95% y el margen de error es de 5%, por lo que se obtuvo a 80 mujeres amas de casa, de las cuales se procederá a recabar la información.

Resultados, hallazgos u obra realizada:

Por medio de pregunta se puede observar una percepción “subjetiva” referente al trabajo desde casa y el confinamiento debido al covid-19, El 63,9% de los docentes respondió que tienen una buena percepción del confinamiento y trabajo desde la casa mientras que el 36,1% de los docentes contestó que presentan una mala percepción referente al confinamiento respondió la opción “b” con un punto de vista negativo y trabajo desde casa. Se puede decir que esta percepción es subjetiva porque no se evalúa puntos específicos del confinamiento como son relaciones familiares y herramientas metodológicas que faciliten el trabajo desde casa.

Como lo indica la gráfica la percepción de seguridad es mucho más alta cuando los docentes trabajan desde su casa, lógicamente la percepción disminuye a medida que los docentes entren en contacto físico con los diferentes estudiantes alterando de manera negativa su desempeño laboral debido a que su percepción de seguridad será menor. Creando una deficiencia pedagógica y comportamental en el aula de clase por el hecho de “sentirse inseguro o vulnerable” desde el punto de vista de los riesgos de contagio.

Uno de los factores claves que puede afectar el desempeño de la labor docente es el buen manejo de las herramientas informáticas en este caso se puede observar que 58,3% de los docentes puede manejar “perfectamente” un computador, el 36,1% de los docentes se encuentra en estado de aprendizaje afectando de manera proporcional y negativa su desempeño, y el 5,6% respondió la opción “b” que no sabe manejar un computador concluyendo el manejo de las herramientas informáticas es importante para el desempeño en la labor docente desde casa.

En este caso se observa que solo el 58 % de los docentes pueden manejar de manera óptima un computador, pero esta pregunta solo se tiene en cuenta el manejo de herramientas informáticas básicas como son manejo de plataformas para clases virtuales y herramientas ofimáticas, se puede observar que también hay una gran parte de docentes que no maneja y

están aprendiendo el buen uso de un computador, esta práctica puede causar ciertos niveles de ansiedad y frustración debido a que no puede usar todo su potencial para poder impartir sus conocimientos, además al tener que aprender el manejo de computadores en su vida cotidiana implementa una nueva actividad adicional, en este caso, labores del hogar, labores académicas y labores de aprendizaje. Lógicamente tendrán más actividades en comparación con los docentes que ya saben manejar un computador.

Conclusiones:

Este trabajo de investigación se llevó a cabo para identificar los factores de riesgo psicosocial debido a los cambios experimentados por las personas durante el confinamiento debido a la pandemia del Covid-19, mediante un formato de encuesta validado por profesionales de psicología. Se logró identificar los cambios de actitudes, conductas y síntomas que fueron claves para conocer los riesgos psicológicos generados por el trabajo en casa por la pandemia, para cumplir con los protocolos de bioseguridad al máximo y minimizar las tasas de contagio.

Como objetivo generar se pudo identificar los factores de riesgo psicosociales de los docentes en el sector educativo teniendo en cuenta el confinamiento causado por la pandemia producida por Covid – 19 en Barrancabermeja. A medida que se analizó los resultados de la encuesta, se identificaron distintos factores psicosociales causantes de un nivel de ansiedad

como, los factores ambientales (debido a la incertidumbre tecnológica), los factores organizacionales (debido a más funciones delegadas, puestos de trabajos, bajo conocimiento de las TICs), y factores individuales (debido a problemas familiares, problemas económicos y problemas en la salud).

Se identificó que los principales factores de riesgo presentes en los docentes se deben básicamente a la baja formación académica y conocimiento en el manejo de las diferentes herramientas informáticas. Una causante de percepción de ansiedad (identificada principalmente en los resultados de la encuesta) y bajo rendimiento se debe a que los docentes mezclan labores domésticas con actividades propias de la docencia, además se suma una actividad adicional que es la capacitación autónoma en el manejo de herramientas informática haciendo que haya una mayor inversión de tiempo en sus actividades labores.

Productos derivados:

Encuesta riesgo psicosocial

Identificar los factores de riesgo psicosocial por el trabajo en casa debido al confinamiento por el covid-19 en algunos sectores educativos de la ciudad de Barrancabermeja

Anyi A. Guerrero Cupacan

Cod. 11213202

Emilse Ascencio Castiblanco

Cod. 11213116

Marcela Correa Chaves

Cod. 11213015

Corporación Universitaria Unitec

Escuela de Ciencias Económicas y Administrativas

Especialización en Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo

Bogotá Distrito Capital

Noviembre de 2021

Identificar los factores de riesgo psicosocial por el trabajo en casa debido al confinamiento por el covid-19 en algunos sectores educativos de la ciudad de Barrancabermeja

Anyi A. Guerrero Cupacan

Cod. 11213202

Emilse Ascencio Castiblanco

Cod. 11213116

Marcela Correa Chaves

Cod. 11213015

Laura Belkis Parada Romero

Phd Educación

Director

Corporación Universitaria Unitec

Escuela de Ciencias Económicas y Administrativas

Especialización en Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo

Bogotá Distrito Capital

Noviembre de 2021

Dedicatoria y agradecimientos

Quiero expresar mi gratitud primero a Dios por a verme dado la vida y permitirme haber llegado hasta este momento tan importante de mi formación profesional. A mi madre por ser mi guía y por demostrarme siempre su cariño y apoyo incondicional, a mis compañeras por el esfuerzo y dedicación para el cumplimiento y la culminación de este proceso.

Alejandra guerrero

Primeramente, doy gracias a Dios por él es que puedo obtener este triunfo, Él es el quien me ayudó en todo desde el momento que inicie con esta especialización como hasta el día de hoy que culmino este proceso en mi vida.

A mi mamá mi mayor orgullo y admiración por ser la mujer valiente quien con su amor, dedicación y apoyo siempre ha estado ahí para mí con su amor incondicional, para ti también es este logro amor de mi vida.

A mis compañeras de proyecto, Marcela Correa y Alejandra Guerrero, con quienes nos pudimos entender, tolerarnos y sacar unidas este proyecto sin importar la distancia.

Emilse Ascencio Castiblanco

Agradecida primeramente con Dios, por permitirme culminar éste proceso de formación. A mis padres Ana Chaves y Ariel Correa, por cada día apoyarme a cumplir mis metas, a mi tía Elba Correa por ser mi guía siempre, a mis hermanos por cada palabra de aliento que me brindan y finalmente a mis compañeras de proyecto por terminar de la mejor manera esta investigación.

Marcela Correa Chaves

Tabla de contenido

	Pág.
1.1 Objetivo General	3
1.2 Objetivos Específicos	3
Resumen.....	13
Introducción	15
2. Planteamiento del problema.....	16
3. Justificación	18
4. Objetivos	20
4.1 Objetivo General	20
4.2 Objetivos Específicos	20
5. Marco referencial	21
5.1 Antecedentes investigativos	21
6. Marco legal	28
7. Marco conceptual	30
8. Marco Teórico.....	33
9. Hipótesis	41
9.1 Hipótesis de trabajo	42
9.2 Hipótesis nula.....	42
9.3 Hipótesis alternativa.....	42
10. Marco metodológico	43
11. Resultados	49
11. Discusión.....	73
12. Conclusiones	74
13. Recomendaciones	76
14. Referencias bibliográficas.....	78

Lista de tablas

	Pág.
Tabla 1. Cronograma de actividades.....	43
Tabla 2. Edad promedio de los docentes encuestados.....	49
Tabla 3. Sexo (femenino / masculino) de las personas encuestadas.....	50

Tabla de figuras

	Pág.
Figura 1. Resultado promedio del sexo de las personas encuestadas.....	49
Figura 2. Resultado promedio de la pregunta número 1.....	50
Figura 3. Resultado promedio de la pregunta número 2.....	51
Figura 4. Resultado promedio de la pregunta número 3.....	52
Figura 5. Resultado promedio de la pregunta número 4.....	52
Figura 6. Resultado promedio de la pregunta número 5.....	53
Figura 7. Resultado promedio de la pregunta número 6.....	54
Figura 8. Resultado promedio de la pregunta número 7.....	55
Figura 9. Resultado promedio de la pregunta número 8.....	56
Figura 10. Resultado promedio de la pregunta número 9.....	56
Figura 11. Resultado promedio de la pregunta número 10.....	57
Figura 12. Resultado promedio de la pregunta número 11.....	58
Figura 13. Resultado promedio de la pregunta número 12.....	59
Figura 14. Resultado promedio de la pregunta número 13.....	60
Figura 15. Resultado promedio de la pregunta número 14.....	60
Figura 16. Resultado promedio de la pregunta número 15.....	61
Figura 17. Resultado promedio de la pregunta número 16.....	62
Figura 18. Resultado promedio de la pregunta número 17.....	63
Figura 19. Resultado promedio de la pregunta número 18.....	63
Figura 20. Resultado promedio de la pregunta número 19.....	64
Figura 21. Resultado promedio de la pregunta número 20.....	65
Figura 22. Resultado promedio de la pregunta número 21.....	66
Figura 23. Resultado promedio de la pregunta número 22.....	66
Figura 24. Resultado promedio de la pregunta número 23.....	67

Figura 25. Resultado promedio de la pregunta número 24.....	68
Figura 26. Resultado promedio de la pregunta número 25.....	68
Figura 27. Resultado promedio de la pregunta número 26.....	69
Figura 28. Propuesta de intervención para los docentes.....	71

Resumen

Los factores de riesgo psicosocial describen las condiciones cuando se presentan efectos sobre la salud de un trabajador, la manera más común de identificar y diagnosticar esos factores de riesgo es principalmente por medio de un instrumento (batería de factores de riesgo psicosocial), establecida por el Ministerio del trabajo en la resolución 2404 del 2019, la cual permite evaluar las condiciones de salud psicosociales de dicha población (Unda, M; y Urrego, M. 2021). En Colombia, el trabajo en casa se encuentra regulado por la ley 1221 del 2008 y el decreto 884 del 2012 en la cual se pretende la protección de todos los derechos de los trabajadores., Esta nueva modalidad de trabajo buscó organizar y aprovechar el trabajo a distancia (desde casa) con el uso de las TIC (Tecnología de la información y las comunicaciones).

El 11 de marzo de 2020 se declaró emergencia sanitaria por la Organización Mundial de la Salud (OMS), debido al virus sars Cov-19, en donde se estableció una cuarentena para evitar la propagación, por lo tanto, las personas se vieron obligadas a replantear las actividades diarias, por lo que se pasó a la modalidad de trabajo en casa, en la que se vieron involucrados todas las personas incluyendo los docentes de las instituciones educativas. Los problemas de riesgo psicosocial han ido en aumento debido al trabajo en casa, por lo que los resultados del presente trabajo de investigación se analizarán y se identificarán las causas y consecuencias que esto conlleva.

En este trabajo, se enfocó principalmente en los docentes de las diferentes instituciones educativas ubicados en la ciudad de Barrancabermeja – Santander, en donde el procedimiento que se llevó a cabo para identificar los factores de riesgo psicosocial debido al trabajo en casa por confinamiento fue, en primera instancia, se diseñó e implementó encuestas de riesgo psicosocial por parte de las profesionales encargadas del proyecto de investigación, y adicionalmente se hizo la validación de dicha encuesta con tres (3) profesionales en el área de psicología, en donde se identificó la cantidad y el tipo de preguntas adecuadas para evaluar el riesgo psicosocial.

Luego de contar con la encuesta de riesgo psicosocial, se implementó a algunos docentes de diferentes instituciones educativas, en total fueron encuestados treinta y seis (36) docentes, de los cuales fueron identificados de la siguiente manera: 14 personas entre 20 años y 30 años, 10 personas entre 31

años y 40 años, 6 personas entre 41 años y 50 años, 3 personas entre 51 años y 60 años y, 3 personas entre 61 años y 70 años.

Se involucró las percepciones que tenían los docentes del sector educativo según las preguntas implementadas en la encuesta, en donde se pudo identificar las actividades internas (intra laborales) y actividades externas (extra laborales) como por ejemplo la edad, sexo, cantidad de estudiantes, solteros, casados, con hijos, etc. Y, realizar la respectiva comparación al respecto.

Palabras clave

Prevención, riesgo laboral, daños derivados del trabajo en casa, evaluación de riesgos, confinamiento, prevención y SARS covid-19.

Introducción

A finales del año 2019 durante el mes de diciembre Wuhan-China se convirtió en el epicentro de un agente (2019-nCov) posteriormente clasificado como SARS-CoV2 causante de la enfermedad COVID-19. Debido a esto se declara la emergencia sanitaria el pasado 11 de marzo del 2020 por la Organización Mundial de la Salud (OMS), donde se estableció que los trabajadores de todos los sectores económicos ejercieran su jornada laboral desde casa, dando paso así al trabajo en casa la cual se dio de una manera obligatoria mitigando así el contagio entre trabajadores. Esta nueva forma de trabajo en casa altera de una manera considerable los riesgos psicosociales en los trabajadores en general, modificando así las jornadas de trabajo, afectando la privacidad del trabajador y su familia y generando así problemas en el hogar en algunas ocasiones. Por lo tanto, es necesario determinar las problemáticas que se presentan al momento de desarrollar el trabajo en casa. Adicionalmente, es importante resaltar que el trabajo en casa reduce de manera significativa la comunicación, el aprendizaje y la interacción entre compañeros (Guaranga, 2020).

Se hace necesario conocer los riesgos a los que se encuentran expuestos los docentes que desarrollan la modalidad de trabajo en casa con el fin de determinar si dichos riesgos pueden ser tolerables o si por el contrario deterioran la salud y el bienestar. La identificación temprana de estos riesgos permitirá tomar medidas para prevenir estos riesgos, con el fin de establecer mejores herramientas para mitigar, prevenir, regular y controlar el estrés psicosocial. Por otro lado, se considera que el riesgo psicosocial hace referencia a los factores presentes en el lugar donde se desempeña laboralmente un empleado. Por lo tanto, la sobrecarga laboral conlleva a diferentes implicaciones en la salud producidos por el estrés.

La presente propuesta de investigación tiene como objetivo identificar los factores de riesgo psicosocial que inciden en el bienestar psicológico de algunos docentes pertenecientes al área de la educación. Para identificar esos factores de riesgo, se diseñó e implementó un formato de encuesta, el cual fue validado por dos profesionales en el área de psicología; finalmente se realizó las recomendaciones pertinentes según los resultados obtenidos, dándole importancia a esos factores que pueden ser perjudiciales para la salud.

2. Planteamiento del problema

El coronavirus es un virus que causa enfermedades que provoca síntomas desde el resfriado común hasta enfermedades graves como la neumonía y síndromes respiratorios agudos graves (SARS). El covid-19 es una enfermedad infecciosa causada por el coronavirus, enfermedad que dio a conocer debido al brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019, el cual rápidamente a principios de enero, las autoridades de este país identificaron la causa como una nueva cepa de coronavirus, en donde la enfermedad se expandió a nivel mundial (Bupasalud 2021).

La Organización mundial de la Salud (OMS) el 11 de marzo del 2020 declaró la enfermedad coronavirus Covid-19 como una pandemia por la velocidad de propagación (OMS, 2020), Colombia mediante la resolución 385 del 12 de marzo 2020 establece emergencia sanitaria por el Covid-19 (Ministerio de salud y protección social, 2020). Por esta razón, se ordenó la prestación del servicio a través del trabajo en casa y/o trabajo desde casa (Bernal et al. 2021). En sí, el trabajo en casa y/o trabajo en casa consiste en ejecutar las actividades laborales en un lugar diferente a la empresa por lo general es el hogar (Peiró & Soler,2020).

En la crisis mundial que se vive por la pandemia por el Covid-19, la salud y la seguridad en el trabajo ha sido resaltada por la importancia al trasladar los trabajadores de las empresas a las viviendas, resaltando que esto fue de manera inmediata, donde se cambió abruptamente las rutinas laborales y familiares, presentando como consecuencias afectación en la calidad de vida y bienestar psicosocial (Sierra, 2020). No obstante, el trabajo en casa ha desencadenado un medio donde se destaca la sobrecarga laboral, los conflictos familiares, la incertidumbre y el miedo (Sierra, 2020). Se determina, la relación del trabajador con el trabajo en casa de acuerdo con características y variables referentes a la edad, estado civil, el número y edades de los hijos, composición familiar entre otros (Sierra, 2020). Por lo tanto, el confinamiento en el hogar afecta a las personas por las diferentes situaciones estresantes que se presentan con la duración no determinada; De este modo, se aumentan los niveles de estrés y ansiedad durante el día logrando afectar el descanso de los trabajadores, el sueño; este al sufrir alteración constante afecta en la regulación de las emociones de las personas (Ramírez, et al. 2020).

Con la suspensión de las actividades diarias tanto para los trabajadores de todas las áreas, como también para los estudiantes, regresaron a sus hogares haciendo actividades tanto del hogar como laborales y estudiantiles, por lo tanto, se redujo el contacto con personas cercanas (familiares y amigos) y se le dio más uso a la tecnología, pasando a ser la comunicación de forma virtual. Debido a la pandemia y aislamiento como prevención del covid-19, tanto estudiantes como docentes presentaron estrés por los cambios drásticos en los métodos de enseñanza. El gobierno con el fin de controlar la transmisión del virus implementó medidas de protocolos de bioseguridad, cuyo efecto alteró las rutinas familiares, laborales y sociales. Los cambios fueron rápidos e impredecibles, teniendo en cuenta que, en diciembre de 2019, se conoció el virus en la ciudad china de Wuhan. En marzo de 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró al nuevo coronavirus una pandemia (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2020a) (Xavier, B., Carneiro, A., Loureiro, L, Menino, E., Oliveira, Aliete., & Moteiro, A.).

El virus del covid-19 tuvo consecuencias debido a la rápida propagación, las cuarentenas obligatorias, cierre de lugares de trabajos, establecimientos, restricción en espacio público, redujo considerablemente los ingresos económicos a nivel mundial. El estrés y la ansiedad aumentaron debido al confinamiento por los protocolos de bioseguridad establecidos para reducir el contagio del virus, y desencadenó enfermedades psicosociales en las personas (Araujo. M. 2021).

En Colombia la reglamentación legislativa se limita a los riesgos físicos, químicos y biológicos, pero debido a los problemas de estrés que presentan algunos trabajadores se ve en la necesidad de implementar esta normativa. Es importante resaltar que algunas empresas colombianas a pesar de conocimiento de estrés laboral que existe y la necesidad de intervenir no cuentan con tácticas de diagnóstico y monitoreo del riesgo psicosocial las cuales ayuden a la mano de obra de estas organizaciones.

Se identificó que el departamento de Santander en la ciudad de Barrancabermeja algunos docentes como consecuencia de todo este cambio por el Covid-19, se presentaron trastornos que son consecuencia del estrés de la carga física o mental los cuales son producidos por estímulos laborales (Esteo en relación con un ambiente adverso) se establecen pautas de prevención de identificación, intervención y monitoreo por parte de los diferentes responsables del medio labora.

3. Justificación

Debido a la emergencia sanitaria que se presentó en el mes de marzo de 2020, la población tuvo que realizar cambios en el estilo de vida que estaba acostumbrado para realizar sus actividades diarias, para evitar la propagación, entre los protocolos de bioseguridad implementados surgió el de ejercer las actividades laborales desde la comodidad del hogar (de manera virtual) (Castro, 2020), lo cual según estudios ha aumentado los niveles de estrés y se espera además que aumenten a largo plazo las condiciones psiquiátricas como la depresión, ansiedad y estrés postraumático. Sin embargo, no todas las condiciones son calificadas como enfermedad mental lo que involucra al riesgo psicosocial (Andrade et al. 2020).

El sector laboral es una de las actividades que mayor relevancia ha tenido por la pandemia, debido a que las personas se ven obligadas a convivir de manera frecuente con sus familiares durante el día mientras están trabajando, por lo que sin importar si tienen otras responsabilidades como los hijos, adultos mayores, etc. Deben trabajar y al tiempo realizar otras labores domésticas, lo que ha desencadenado mayores niveles de estrés. (Pulgarin et al. 2020). De acuerdo con lo anterior, se consideró necesario hacer una investigación para medir el nivel de estrés de las personas que trabajan en sus hogares, el rendimiento de este e identificar si existe riesgo psicosocial.

Realizar la investigación del riesgo psicosocial que pueden tener los trabajadores trabajando de forma virtual, puede reducir enfermedades, aumentar el rendimiento de los trabajadores, mejorar la calidad del trabajo, reducir el conflicto entre compañeros debido al estrés, reducir las alteraciones fisiológicas (enfermedades cardiovasculares, alteraciones gastrointestinales, afecciones cutáneas, etc.), psicológicas (alteraciones en la conducta o de las capacidades cognitivas) o emocionales y además, en casos mayores puede evitar sanciones ante la supervisión de los organismos estatales.

Actualmente, las nuevas tecnologías brindan herramientas para que los empleados en éste caso docentes, puedan trabajar de manera más cómoda y rápida desde casa, pero, en este caso es importante identificar las consecuencias positivas y negativas, ya que por un lado hay docentes satisfechos con ésta

nueva alternativa, porque se ahorran el tiempo que se gastaban esperando transporte público, ya tenían la comodidad de tener una oficina en la casa y sin actividades adicionales, más sin embargo, otras personas tuvieron un impacto más radical, debido a que no contaban con los equipos o comodidad necesaria para trabajar desde el hogar (computadores, oficina, escritorio, silla cómoda, impresora, etc.), además, muchas de esas personas cuentan con actividades adicionales al trabajo como docente de una institución, como por ejemplo hijo(s) menores, familiares con discapacidad, estar al cuidado de adultos mayores; por lo que es necesario identificar el nivel de riesgo psicosocial en cada caso, comparar y tomar las medidas correspondientes para controlarlo (Miranda, F. 2020).

Este proyecto de investigación busca establecer y generar estrategias las cuales sean de fácil aplicación y positivas al momento de enfrentar las problemáticas que conlleva a alterar el bienestar de los docentes de las instituciones, así mismo se busca identificar los factores de riesgo psicosocial intralaborales y extralaborales. Estos riesgos psicosociales se derivan de las deficiencias en el sistema educativo, así como lo es un escaso contexto social de trabajo como el que se desarrolló por causa del aislamiento preventivo del Covid-19 lo cual llegó a producir resultados psicológicos, físicos y sociales. El Ministerio de salud y protección para la promoción y prevención de la salud mental en las diferentes instituciones de educación, en el cual es la identidad de prestar atención integral a los empleados como un mecanismo que incide en la calidad y la prestación de un buen servicio educativo. Por lo tanto, con este proyecto buscamos el mejoramiento de bienestar psicológico y la calidad de vida de los docentes de las diferentes instituciones de este sector, de igual modo se aportan herramientas para la optimización de los factores de riesgo psicosocial que incide los docentes debido a estos cambios presentados por el Covid-19.

Pregunta de investigación

¿De qué manera el confinamiento genera un riesgo psicosocial en el desarrollo de las actividades educativas en casa debido al confinamiento por Covid-19 en Barrancabermeja?

4. Objetivos

4.1 Objetivo General

Identificar los factores de riesgo psicosocial en algunos docentes del sector educativo debido al trabajo en casa por el confinamiento durante la pandemia por el Covid-19 en Barrancabermeja.

4.2 Objetivos Específicos

- Diseñar e implementar encuestas para determinar los factores de riesgo psicosocial generados durante el trabajo en casa debido al confinamiento por el Covid-19 en el sector educativo, en la ciudad de Barrancabermeja.
- Involucrar las percepciones de algunos docentes en el sector educativo de la ciudad de Barrancabermeja, frente al riesgo psicosocial debido al confinamiento.
- Plantear propuestas de intervención para los docentes, a partir del diagnóstico obtenido, para minimizar los factores de riesgo psicosocial.

5. Marco referencial

En esta investigación se hace una interpretación de diferentes estudios realizados en diferentes países y a nivel nacional para llegar a los resultados a partir de un referente teórico, en donde se permite identificar las condiciones de trabajo favorables para mantener la buena salud de los docentes y analizar hipótesis que ya han sido estudiadas.

5.1 Antecedentes investigativos

Riesgo de estrés psicosocial de trabajadores en casa durante la pandemia por Covid- 19 en Bogotá. (Bernal, Gómez, Suárez, 2021). Como antecedente investigativo a nivel nacional se encuentra. En el año 2021 cuyo objetivo principal era identificar los factores de riesgo para estrés psicosocial de trabajadores en casa durante pandemia por Covid-19 en la ciudad de Bogotá estableciendo políticas públicas y acciones que permitan mejorar las condiciones de vida, salud ocupacional y bienestar de las personas que laboran desde sus hogares. Las categorías principales que se utilizaron para el desarrollo de este proyecto fueron: Comunicación, ergonómico, familiar, identificación, recompensa, intralaboral, psicosocial, sociodemográfico esta investigación tuvo un enfoque cuantitativo la muestra utilizada fue de 121 personas que se encuentran en la modalidad de trabajo en casa.

Como resultados principales se recomiendan los siguientes parámetros como los son: realización de pausas activas durante la jornada laboral con el fin de disminuir riesgos tanto ergonómicos como psicosociales, establecer horarios fuera del horario laboral para la realización de actividades personales las cuales promuevan el equilibrio en diferentes aspectos que componen la cotidianidad, el uso pertinente de herramientas laborales bajo la modalidad de trabajo en casa, además del espacio propio para su realización en los cuales no exista intervención permanente que dificulte su finalización y por último se debe hacer seguimiento y evaluación a las condiciones de trabajo en casa y la exposición y adecuado manejo de los riesgos psicosociales. Esta investigación es importante para el presente estudio ya que muestra los principales riesgos y condiciones a los que se encuentran expuestos las personas que están en la modalidad de trabajo en casa en Colombia afectando así su bienestar, comportamiento en el cual se muestran las causas y consecuencias perjudiciales que se originan en los trabajadores. (Bernal, Gómez, Conrado; y Suárez, 2021).

Plan de intervención para prevenir los riesgos psicosociales generados por los factores extralaborales presentes en la enfermedad del Covid-19 en los trabajadores de Químicos Integrales S.A.S. (Roa, Godoy, Casas, Cruz, 2020). Como antecedente investigativo a nivel nacional se encuentra el trabajo denominado plan de intervención para prevenir los riesgos psicosociales generados por los factores extralaborales presentes en la enfermedad del Covid-19 en los trabajadores de químicos integrales S.A.S. Realizado por Alexandra Roa, Isabela Godoy, July Casas, Maria Cruz desarrollado en el año 2020, cuyo objetivo principal era diseñar una propuesta de intervención que disminuya los efectos ocasionados por los factores extralaborales de riesgo psicosocial en tiempo de Covid-19 presentes en los trabajadores de químicos integrales S.A.S. Las variables principales Sin riesgo o riesgo despreciable, riesgo bajo, riesgo medio, riesgo alto, riesgo muy alto. Esta investigación tuvo un enfoque cuantitativo la muestra utilizada fue de 22 personas de la población de Químicos Integrales S.A.S. Como resultados principales se recomiendan los siguientes parámetros como los son: Implementación de pausas activas y actividades en el área de SST, plan de intervención diseñado para mitigar los aspectos psicológicos negativos y se sugiere comparar los resultados de la presente investigación con resultados previos a la pandemia (Riesgos extralaborales).

Esta investigación es importante para el presente estudio ya que muestra los riesgos extralaborales abarcan estos riesgos como lo son en las relaciones familiares, condiciones del lugar de vivienda, bienestar del trabajador y adaptabilidad al ambiente de trabajo a los que se encuentran expuestos los trabajadores lo cual permite poner en práctica al momento de realizar el proceso de estudio.

Factores de riesgo psicosocial asociados al trabajo en casa, en profesores del colegio nacionalizado femenino de la ciudad de Villavicencio. (Monroy, Lujano, 2021). El trabajo de investigación mencionado anteriormente es de interés por la identificación en los factores de riesgo psicosocial del trabajo en casa, en éste se enfoca principalmente en los profesores, por la alta relevancia en las organizaciones, para mejorar las condiciones de vida laboral del sector docente. De igual forma, se puede tener en cuenta los objetivos de la investigación e implementarlos a nivel general en todos los sectores laborales, dado que no ha sido el único afectado durante la pandemia a causa del Covid-19. Teniendo en cuenta además que el trabajo en casa puede ocasionar problemas psicosociales derivados del aislamiento social, las horas excesivas de trabajo, la falta de apoyo por parte de la organización y una alta

probabilidad de dañar las condiciones de salud física, social y mental. La metodología implementada fue de tipo cuantitativo con un alcance descriptivo.

Causas y consecuencias de los riesgos psicosociales ocasionados por el trabajo en casa en la gerencia de desarrollo del banco de Bogotá. (Parra, Mendoza, Meza, Pérez, 2020). En esta investigación se realiza un diagnóstico de los riesgos psicosociales en los teletrabajadores de la gerencia de Desarrollo del Banco de Bogotá, en donde busca resolver los efectos psicosociales que ha generado el Trabajo en casa en los docentes, se consultó antecedentes de investigación y la normatividad vigente relacionada con el trabajo en casa. En el desarrollo del trabajo se emplea una metodología cuantitativa, de carácter descriptiva se clasifica como no experimental, en donde busca evaluar la situación actual de los teletrabajadores, a través de la aplicación de un cuestionario que busca identificar las causas y efectos psicosociales al realizar el trabajo en casa. En la investigación se identifica las causas y consecuencias de riesgos psicosociales con el manejo del trabajo, la familia, aislamiento social y la asignación de funciones y se dan recomendaciones para eliminar estos riesgos.

Influencia del cambio de modalidad laboral (trabajo en casa) y el aislamiento en el bienestar y calidad de vida durante la emergencia por Covid-19. (Hernández, Avella, Suarez, 2020). Este análisis de investigación se realiza según el cambio ocasionado por el Covid-19 a nivel nacional a los docentes en la modalidad virtual, problemática que influye a todos los sectores en los que respecta a calidad laboral. Se indagó la influencia en el cambio de la modalidad de trabajo en casa y el aislamiento en el bienestar y calidad de vida durante la emergencia por Covid-19. La metodología que se utilizó se basa en el enfoque mixto secuencial (dexplis) exploratorio. Se realizó una encuesta y entrevista a los docentes del Colegio Militar, en ésta investigación los resultados arrojaron un nivel normal de salud mental, en donde se demostró que no se ha visto afectada la calidad laboral, pero demostró que si se han visto afectados en el entorno familiar y personal, debido a que de alguna manera mezclan las actividades laborales con las actividades domésticas; Es importante realizar un acompañamiento del mismo para evitar el riesgo psicosocial en éste y todos los sectores laborales, que se encuentra trabajando en ésta nueva modalidad.

Estrés en los trabajadores de la salud del distrito 10d01 durante la implementación del trabajo en casa en medio de la pandemia covid-19. (Russo, Atilio, Arteaga, Martha 2020). El objetivo principal de esta investigación se debe a realizar un estudio descriptivo de tipo transversal el estrés en los trabajadores de la salud del Distrito 10D01 (Ibarra – Pimampiro – Urcuquí) provocado por el trabajo en

casa en la pandemia del COVID-19. En donde utiliza diferentes métodos de estudios con 45 (cuarenta y cinco) trabajadores del sector salud que se encuentran en modalidad de trabajo en casa.

Se implementó unas encuestas para determinar el nivel de estrés laboral en la que se encuentra cada uno de los trabajadores, método fácil y eficaz para identificar el aumento o disminución del nivel de riesgo psicosocial y estrés laboral. Además, en esta metodología se hace una comparación del sexo femenino y el sexo masculino, finalmente se hace las recomendaciones que se necesita para poder ejecutar actividades más eficientes para disminuir los problemas en la salud de los trabajadores y disminuir el riesgo psicosocial.

Salud mental y trabajo: estudio de depresión y ansiedad ante el covid-19 en el personal de cajas de un hospital privado de Quito-Ecuador 2020. (Flores, Jácome, 2020). Como antecedente investigativo a nivel internacional se encuentra el trabajo denominado salud mental y trabajo: estudio de depresión y ansiedad ante el covid-19 en el personal de cajas de un hospital privado de Quito - Ecuador. Realizado por Ramon Jacome, desarrollado en el año 2020, cuyo objetivo principal es evaluar los niveles de depresión y ansiedad ante el Covid-19 a través del test de Goldberg, a fin de generar medidas preventivas que fortalezcan la salud mental del personal de cajas del hospital. Las variables principales escala sintomática de estrés SEPPO ARO, test de Goldberg, sociodemográfico y laboral, la muestra utilizada fue de 12 cajeros.

Como resultados principales se recomienda los siguientes criterios como los son: Campañas de sensibilización y apoyo social para evitar síntomas de estrés, ansiedad y depresión, capacitar al personal sobre protocolos de bioseguridad frente al Covid-19 y realizar una reevaluación después de 6 meses para conocer la salud mental de los trabajadores. Esta investigación es importante para el siguiente estudio ya que muestra diferentes instrumentos de medición de riesgos psicosociales en los trabajadores con el fin de precisar que es lo que realmente les afecta a todos los trabajadores esta emergencia sanitaria. Por otro lado, muestra las herramientas que se pueden aplicar con el fin de disminuir los estos riesgos.

El trabajo en casa, la utilidad digital por la pandemia del Covid-19. (Camacho, 2020). Esta investigación ayuda a entender la crisis financiera de las empresas y patronos, así como el efecto transversal de la pandemia del Covid-19 y como la utilización de la tecnología es de gran importancia en las organizaciones del trabajo y el soporte técnico. Demuestra, además, cómo el trabajo en casa se ha convertido en la solución para reducir los factores de riesgo del coronavirus tanto en la sociedad como en

los negocios, es decir, pasó de ser un privilegio a una necesidad. La metodología llevada a cabo es de forma analítica y descriptiva para la integración de la información cualitativa, que describe el análisis y síntesis de la información recopilada en diferentes fuentes de investigación, el trabajo presencial conlleva el riesgo generalizado que pone en riesgo la salud de los trabajadores, cambio que da lugar a una forma no común de trabajo en la que han sido factor determinante las tecnologías de la información y la comunicación.

Trabajo en casa direccionado al desempeño laboral. (Quaglia, Gutiérrez, Cinthya. 2020). El artículo de investigación se basa en diagnosticar el trabajo en casa con enfoque al desempeño laboral en diferentes sectores laborales del Perú. Implementa una metodología teórica deductiva, cualitativa y no experimental, respecto a los diferentes estudios documentales. En donde arrojó diferentes resultados en relación directa entre el trabajo en casa y el desempeño laboral. El trabajo en casa abarca compromiso laboral, el nivel jerárquico, la conformación de equipos, la ejecución, el control y la evaluación de los resultados laborales. Los procedimientos comprendidos en el trabajo en casa involucran la identificación de necesidades, los recursos, los aspectos legales y la seguridad. Se concluye finalmente que el trabajo en casa es una opción laboral que genera un cambio cultural favorable, mejora los beneficios económicos la calidad de vida de sus trabajadores, esto según el artículo de investigación, más, sin embargo, es importante no generalizar la información e involucrar a todos los sectores económicos.

El trabajo en casa en el Covid-19. (Washington Santillán Marroquín. 2020). Éste trabajo de investigación da a conocer los cambios presentados por la pandemia en las actividades diarias debido al aislamiento, en donde las personas deben permanecer en las casas para prevenir el contagio del virus Covid-19. El aislamiento generó cambios importantes producto de la convivencia más cercana entre las actividades diarias entre los miembros de la familia, por lo cual debieron aprender a relacionarse más, comunicarse mejor y gestionar sus emociones, sentimientos, anhelos y expectativas; Lo que trajo como consecuencia crisis en diferentes escenarios. En conclusión, los procesos de cambio son importantes en la sociedad e involucra la parte económica y laboral de cualquier país, el trabajo en casa es un nuevo esquema de trabajo utilizando dispositivos virtuales y plataformas de comunicación o tecnológicas utilizados desde la comodidad del hogar.

Evaluación de la calidad de vida, depresión y ansiedad en estudiantes de séptimo y octavo semestre del programa de administración de empresas de la facultad de ciencias Socioeconómicas y

empresariales (FCSE) de las Unidades Tecnológicas de Santander (UTS) sede Barrancabermeja durante la pandemia COVID-19. (García, Marín, Barrios, 2020). Como antecedentes investigativos a nivel contextual se encuentra el trabajo denominado Evaluación de la calidad de vida, depresión y ansiedad en estudiantes de séptimo y octavo semestre del programa de administración de empresas de la facultad de ciencias Socioeconómicas y empresariales (FCSE) de las Unidades Tecnológicas de Santander (UTS) sede Barrancabermeja durante la pandemia COVID-19. Realizado por Jorge García, Sebastián Marín, Jordán Barrios, desarrollado en el año 2020. Cuyo objetivo principal era analizar el impacto de la pandemia COVID-19 sobre la calidad de vida, los niveles de depresión y ansiedad de los estudiantes de la FCSE de la UTS durante el segundo periodo del año 2020. En el desarrollo del trabajo se emplea una metodología cualitativa, en la cual se permite descubrir las condiciones de calidad de vida, los niveles de depresión y ansiedad de los estudiantes. Por lo tanto, se recomienda realizar actividad física, conservar los hábitos diarios en el hogar y realizar cursos virtuales con el fin de aprender en línea y así adquirir fortalecimientos en conocimientos.

Demandas psicológicas, académicas y tecnológicas e impacto psicológico experimentado por estudiantes de psicología de la Universidad Autónoma de Bucaramanga como consecuencia del paso de modalidad presencial a modalidad remota por la pandemia de Covid-19. (Espinosa, Serrano, Peña, 2021). Como antecedentes investigativos a nivel contextual se encuentra el trabajo de grado denominado Demandas psicológicas, académicas y tecnológicas e impacto psicológico experimentado por estudiantes de psicología de la Universidad Autónoma de Bucaramanga como consecuencia del paso de modalidad presencial a modalidad remota por la pandemia de Covid-19. Realizado por Claudia Espinosa, Lesly Serrano, Melany Peña, desarrollado en el año 2021, donde su objetivo principal es analizar las demandas académicas, psicológicas y tecnológicas y el impacto psicológico que las mismas han tenido sobre la salud mental de los estudiantes de Psicología de la Universidad Autónoma de Bucaramanga. Donde se realizó un diseño cuantitativo donde se recogieron datos con el fin de conocer el estado de las variables mencionadas. Donde se concluyó finalmente que la universidad desarrolle medidas pedagógicas que promuevan una evaluación flexible y equitativa para todos los estudiantes y así mismo generar estructuras compensatorias de apoyo de aprendizaje especialmente a los estudiantes que se encuentran en condiciones desfavorables.

Evaluación de la calidad de vida, depresión y ansiedad en estudiantes de séptimo, octavo y noveno semestre del programa profesional en actividad física y deporte de la facultad de ciencias socioeconómicas y empresariales (FCSE) de la Unidades Tecnológicas de Santander (UTS) durante la pandemia COVID-19. (Franco, Puentes, Salcedo, 2020). Evaluación de la calidad de vida, depresión y ansiedad en estudiantes de séptimo y octavo semestre del programa de administración de empresas de la Facultad de Ciencias Socioeconómicas y Empresariales (FCSE) de las Unidades Tecnológicas de Santander (UTS) sede Barrancabermeja durante la pandemia. Donde se desarrolló una metodología cualitativa. Por lo tanto, del presente estudio se puede concluir la relación entre las implicaciones que presenta el confinamiento y las alteraciones de manera negativa a nivel mental que sufre la población encuestada, donde los índices de calidad de vida de la muestra analizada han disminuido en tiempos de pandemia, donde algunos estudiantes se sienten insatisfechos con su estado de salud mientras que otro tanto algún temor, esto ha generado un aumento de ansiedad, estrés y depresión.

6. Marco legal

En la legislación colombiana se tienen varias normas y jurisprudencia las cuales protegen los derechos de los trabajadores del sector educativo donde se reconoce su labor y por ende se tienen las garantías necesarias para su implementación y desarrollo.

Resolución 2404 de 2019: Por la cual se adopta la batería de instrumentos para la evaluación de factores de riesgos psicosocial, la guía técnica general para la promoción, prevención e intervención de los factores psicosociales y sus efectos en la población trabajadora. Esta resolución establece las baterías con el fin de identificar, evaluar y monitorear e intervenir los riesgos psicosociales en las empresas.

Resolución 666 de 2020: Por medio de la cual se adopta el protocolo general de bioseguridad para mitigar, controlar y realizar el adecuado manejo de la pandemia del coronavirus COVID-19. Permite conocer las medidas generales de bioseguridad en el marco de la pandemia para adaptar en los diferentes sectores con el fin de disminuir el riesgo.

Ley 1221 de 2008: Esta ley promueve y regular el trabajo en casa como un instrumento de generación de empleo y autoempleo mediante la utilización de tecnologías de la información y telecomunicaciones (TIC). Este modelo de trabajo cumple con los elementos de subordinación y salario establecidos en el contrato de trabajo por ende genera la confianza para el empleador y trabajador así vari el espacio o locación para ejercer sus funciones esto genera confianza emanando de todas las formalidades del contrato laboral. Esta ley busca promover las opciones laborales las cuales beneficien a la sociedad dándole paso así al trabajo en casa.

Decreto 0884 del 2012: El objeto del presente decreto es establecer las condiciones laborales especiales del trabajo en casa que regirán las relaciones entre empleadores y teletrabajadores y que se desarrolle en el sector público y privado en relación de dependencia. Por medio del cual se garantiza la igualdad laboral de los teletrabajadores frente a los demás trabajadores del sector privado y público.

Resolución 385 de 2020: Por la cual se declara la emergencia sanitaria por causa del coronavirus COVID-19 y se adoptan medidas para hacer frente al virus. Esta resolución nos presenta las medidas higiénicas que se tomarán a partir de la declaración de pandemia el cual nos indica la suspensión de eventos con afro de más de 500 personas lo cual le aplica al sector educación generando así clases virtuales con el fin de evitar contagio entre profesores y alumnos.

Decreto 539 del 2020: Por el cual se adopta medidas de bioseguridad para mitigar, evitar la propagación y realizar el adecuado manejo de la pandemia del coronavirus COVID-19 en el marco del estado de emergencia económica, social y ecológica. Por lo tanto, en el sector educación tenemos aglomeraciones de estudiantes lo cual puede llegar a ser un foco potencial de contagios.

Decreto 470 de 2020: Por el cual se dictan medidas que brindan herramientas a las entidades territoriales para garantizar la ejecución del programa de alimentación escolar y la prestación del servicio público de educación preescolar, básica y media dentro del estado de emergencia económica, social y ecológica. El cual nos presenta el cubrimiento adecuado del servicio con el fin de no suspender el derecho a la educación.

La constitución política de Colombia de 1991: En su artículo 25 sostiene que el trabajo es un derecho y una obligación social y goza, en todas sus modalidades, de la especial protección del estado colombiano. Toda persona que se desarrolle en un ámbito laboral tiene derecho a unas condiciones dignas y justas.

Circular 0021 del 17 marzo de 2020: En esta circular se trata las medidas de protección al empleo con ocasión a la fase de contención de Covid-19 y declaración del estado de emergencia sanitaria. Por lo tanto, se hace una diferenciación entre trabajo en casa y trabajo en casa. En donde el trabajo en casa es ocasional y el trabajo en casa es de forma permanente con el apoyo de las TIC.

7. Marco conceptual

Riesgo: Es la probabilidad de ocurrencia de un evento no deseado, evitable y negativo para la salud del individuo, que puede ser también el empeoramiento de una condición previa o la necesidad de requerir más consumo de bienes y servicios que hubiera podido evitarse (Ministerio de salud, 2018).

Peligro: Es la fuente, situación o acto con potencial de causar daño en la salud de los trabajadores, en los equipos o en las instalaciones. (Decreto 1072, 2015).

Riesgo psicosocial: aquellos factores de riesgo para la salud que se originan en la organización del trabajo y que pueden generar respuestas de tipo fisiológico, emocional (ansiedad, depresión, apatía, etc.), cognitivo (restricción de la habilidad para la concentración o la toma de decisiones, etc.) y conductual (abuso de sustancias, violencia, etc.) y que pueden ser precursoras de enfermedad en ciertas circunstancias de intensidad, frecuencia y duración (Universidad de valencia).

Pandemia: Se llama pandemia a la propagación mundial de una nueva enfermedad (Organización mundial de la salud).

Virus: Los virus son pequeños pedazos de ARN (ácido ribonucleico) o ADN (ácido desoxirribonucleico), muchos están encapsulados en una envoltura hecha a base de proteínas conocida como cápside, otros protegen su material genético con una membrana o envoltura derivada de la célula a la que infectan y algunos otros además rodean su cápside con una membrana celular (Instituto de ecología INECOL).

Covid-19: Los coronavirus (CoV) son virus que surgen periódicamente en diferentes áreas del mundo y que causan Infección Respiratoria Aguda (IRA) de leve a grave, en personas y animales. Los virus se transmiten entre animales y de allí podrían infectar a los humanos. A medida que mejoran las capacidades técnicas para detección y la vigilancia de los países, es probable que se identifiquen más coronavirus (Ministerio de salud).

Cuarentena: El aislamiento y la cuarentena son dos estrategias de salud pública comunes que se utilizan para prevenir la propagación de una enfermedad altamente contagiosa. El aislamiento y la cuarentena mantienen separadas a las personas que están enfermas o que han sido expuestas a una enfermedad altamente contagiosa de las personas que no han sido expuestas (Michigan Department of Community Health).

Emergencia sanitaria: Cuando el brote de una enfermedad afecta a más de un país y se requiere una estrategia coordinada internacionalmente para enfrentarlo. Además, debe tener mayor relevancia en la salud pública y ser "inusual" e "inesperado" (Organización Mundial de la Salud).

Trabajo en casa: Trabajo en casa es trabajo a distancia. Es una modalidad de trabajo mediante la cual el Ministerio de Salud permite a los colaboradores realizar sus tareas y asignaciones fuera de las instalaciones físicas del Ministerio, de forma parcial o total, utilizando diversos medios telemáticos para ejecutar sus proyectos (Ministerio de salud Costa Rica).

Características sociodemográficas: Son el conjunto de características biológicas, socioeconómico y culturales que están presentes en la población sujeta a estudio, tomando aquellas que pueden ser medibles (Tesis UNMSM).

Factor Intralaboral: Es la ejecución de una labor pertenecientes a la gestión organizacional, perfil, manual de funciones, características de la organización del trabajo que está ejerciendo (Meléndez, 2009).

Factor Extralaboral: Están relacionados con la utilización por parte de los individuos en el tiempo libre y relaciones familiares (Meléndez, 2009).

Calidad de vida: Hace referencia a un concepto que puede comprender diversos niveles que pueden visualizar las demandas biológicas, económicas, sociales y psicológicas en forma individual hasta el nivel comunitario (Universidad autónoma del estado de Hidalgo).

Protocolos de bioseguridad: Un protocolo de bioseguridad es un conjunto de normas y medidas de protección personal, de autocuidado y de protección hacia las demás personas, que deben ser aplicadas en diferentes actividades que se realizan en la vida cotidiana, en el ambiente laboral, escolar, etc., que se formulan con base en los riesgos de exposición a un determinado agente infeccioso y, que están orientados a minimizar los factores que pueden generar la exposición al agente y su transmisión (Ministerio de salud).

Estrés: un conjunto de reacciones fisiológicas que se presentan cuando una persona sufre un estado de tensión nerviosa, producto de diversas situaciones en el ámbito laboral o personal: exceso de trabajo, ansiedad, situaciones traumáticas que se hayan vivido, etc. (EPS Sanitas).

8. Marco Teórico

En Colombia, la normatividad ha buscado identificar, evaluar, prevenir, intervenir y monitorear los factores de riesgo psicosocial. En ese sentido, se han evidenciado categorías relevantes como: Gestión organizacional (estilos de mando, pago y contrato), Características de la organización del trabajo (demandas de la labor), Características del grupo social del trabajo (trabajo en equipo y relaciones laborales), Condiciones de la tarea (carga mental y emocional), Interfaz persona-tarea (dinámica de la relación laboral y el desempeño) y jornada de trabajo (tiempos y ejecuciones). Posteriormente, con la expedición de la Ley 1616 de 2013 de Salud Mental, se reconocen otros factores de riesgo psicosocial presentes en el trabajo como lo son los intralaborales, extralaborales e individuales los cuales incluyen: Carga física (esfuerzo fisiológico que demanda la ocupación), Medioambiente de trabajo (aspectos físicos), Uso del tiempo libre, Transporte casa – trabajo y viceversa, Redes de apoyo, Acceso a servicios de salud, Características sociodemográficas, Características de personalidad y estilos de afrontamiento, y Condiciones de salud (evaluadas por medio de los exámenes ocupacionales) (Medina, D., Guzmán, O., y Moreno, J. 2020).

Los dominios intralaborales y cómo fueron concebidos en los instrumentos de la batería del Ministerio de Trabajo de Colombia, se definen a continuación:

- Demandas del trabajo: se refieren a las exigencias que el trabajo impone al individuo. Pueden ser de diversa naturaleza, como cuantitativas, cognitivas o mentales, emocionales, de responsabilidad, del ambiente físico laboral y de la jornada de trabajo.
- Control sobre el trabajo: posibilidad que el trabajo ofrece al individuo para influir y tomar decisiones sobre los diversos aspectos que intervienen en su realización. La iniciativa y autonomía, el

uso y desarrollo de habilidades y conocimientos, la participación y manejo del cambio, la claridad de rol y la capacitación son aspectos que le dan al individuo la posibilidad de influir sobre su trabajo.

- Liderazgo y relaciones sociales en el trabajo: el liderazgo alude a un tipo particular de relación social que se establece entre los superiores jerárquicos y sus colaboradores. El concepto de relaciones sociales en el trabajo indica la interacción que se establece con otras personas en el contexto laboral y abarca aspectos como la posibilidad de contactos, los aspectos funcionales de las interacciones como la retroalimentación del desempeño, el trabajo en equipo y el apoyo social.

- Recompensas: este término trata de la retribución que el trabajador obtiene a cambio de sus contribuciones o esfuerzos laborales. Este dominio comprende diversos tipos de retribución: la financiera (compensación económica por el trabajo), de estima (compensación psicológica, que comprende el reconocimiento del grupo social y el trato justo en el trabajo) y de posibilidades de promoción y seguridad en el trabajo. Otras formas de retribución que se consideran en este dominio comprenden las posibilidades de educación, la satisfacción y la identificación con el trabajo y con la organización.

Dentro de este marco teórico, el objetivo general de nuestra investigación consiste en evaluar los riesgos psicosociales e identificar las áreas de mejora para la salud con enfoque al sector educativo. Como objetivos específicos se establecen tres (3): 1) Identificar los factores de riesgos psicosocial en trabajadores del sector educativo en la ciudad de Barrancabermeja, 2) Realizar comparativos entre favores de riesgo intralaboral y extralaboral generados durante el confinamiento por el Covid-19 en los participantes, y 3) Plantear recomendaciones según los resultados obtenidos. Los efectos psicológicos negativos para el trabajador de jornadas prolongadas, dejándolos con una menor cantidad de tiempo libre para su desarrollo personal y una menor participación en la vida familiar, que a la larga ocasionará alteraciones en su salud y una satisfacción laboral muy débil. Para evaluar el nivel de riesgo psicosocial, se tendrá en cuenta los modelos típicos de evaluación a través de encuestas y entrevistas que se va a realizar a los trabajadores. Se hará un comparativo entre diferentes tipos de personas de sexo masculino y femenino, madres docentes, padres docentes, solteros, etc.

Las condiciones extralaborales comprenden los aspectos del entorno familiar, social y económico del trabajador. A su vez, abarcan las condiciones del lugar de vivienda, que pueden influir en la salud y bienestar del individuo, entre ellos: tiempo fuera del trabajo, relaciones familiares, comunicación y relaciones interpersonales, situación económica del grupo familiar, características de la vivienda y de su entorno, influencia del entorno extralaboral sobre el trabajo y el desplazamiento entre vivienda, trabajo y regreso a la vivienda (Jiménez, E. Caicedo, S. Joven R. 2015).

Se evidencia la relación que existe entre los riesgos psicosociales, sus alteraciones y las características del trabajo como la organización, las tareas, los grupos sociales, la relación de trabajo y capacidad, entre otras; estas relaciones ahora se ven más claras con las estadísticas, ya que estas permiten divisar un panorama de alteraciones mentales, comportamentales y actitudinales relacionadas directamente con el trabajo. Las formas en que se organiza el trabajo, su ritmo e intensidad, el grado de control sobre los procesos laborales, el sentido de justicia y la seguridad laboral, entre otras cosas, pueden ser tan tóxicos para la salud de los trabajadores como los químicos que hay en el ambiente. Dichos aspectos del trabajo son riesgos del ambiente psicosocial que funcionan como estresores laborales.

Los tratados de libre comercio (TLC), han hecho que la salud y los riesgos ocupacionales cobren importancia en la economía global internacional por medio de exigencias traducidas en normas sociales y cláusulas de calidad para proteger a los trabajadores contra los riesgos ocupacionales y enfermedades profesionales. Realizar trabajos excesivos disminuye las condiciones de salud ocupacional, ya que el trabajo precario expone al trabajador a condiciones especiales de riesgo, tanto en los procesos técnicos, organizativos psicosociales, de sistemas y procedimientos de trabajo, así como a factores externos al medio ambiente laboral que contribuyen a determinar sinergias o potencialización de los efectos contra su salud. Las ciencias médicas, la ingeniería y la psicología están haciendo grandes esfuerzos por diagnosticar, tratar y prevenir la enfermedad y los accidentes laborales mediante la práctica, investigación e intervención de la ergonomía (ingeniería) y de la medicina del trabajo con relación a la salud física, lesiones, enfermedades y programas de tratamiento y prevención individuales, colectivos de salud física, ambiental y mental. Sin embargo, no es fácil identificar aquellos aspectos y procesos psicosociales que interactúan entre los trabajadores y las organizaciones, lo cual incluye esferas de la relación persona-trabajo en un concepto de orden psicológico, que afecta a la persona, a la organización

y la productividad de todos los actores económicos, es en este punto donde según algunos autores, la psicología del trabajo ha empezado a jugar un lugar trascendental.

Muchos problemas de salud en el trabajo y productividad laboral se relacionan con problemas de salud mental y factores de riesgo psicosocial, entre ellos se mencionan fenómenos como el estrés, la fatiga, la carga de trabajo, discapacidades por desórdenes psicológicos (fobias, compulsiones, etc.), enfermedades neurológicas, psiquiátricas y psicosomáticas (dolor, trastornos de sueño, depresión, gastrointestinales, ansiedad, fibromialgias, etc.), ausentismo, adicciones como tabaquismo, alcoholismo y otras drogas, mal clima laboral, problemas de liderazgo, insatisfacción, desgaste ocupacional, violencia, falta de compromiso organizacional, etc. que cuando se consideran relacionados con la productividad, relaciones interpersonales familiares, sociales y laborales y con el ambiente de trabajo se convierten en riesgos psicosociales en el trabajo; se puede ver reflejado en disminución de la salud, desempleo, mala calidad de vida, demandas legales y muchos problemas de productividad (Uribe, J. 2020).

Las medidas preventivas tomadas durante periodos de crisis de salud, específicamente en las pandemias, se han asociado constantemente a efectos perjudiciales en la salud mental. El aislamiento y la soledad son efectos indirectos de estas medidas preventivas. Dadas estas premisas, monitorear la conducta de la población ante estas eventualidades cobra importancia. La preocupación como medida indirecta de la ansiedad y el estrés puede permitir reconocer aquellos sujetos que se encuentren en una situación de vulnerabilidad ante fenómenos de alta incertidumbre, por lo que las medidas tomadas para evitar contagios excesivos pueden tener un costo alto para dicha población (Guzmán, Sánchez, Ramírez, Gutiérrez, Palomino, y Telles, 2020).

En las condiciones del medioambiente hay que tener en cuenta aspectos como: la exposición al ruido, y físicos como la iluminación, temperatura, agentes contaminantes como el polvo, humo, gases. Todos estos aspectos, relacionados con el medioambiente en la organización, tienen un efecto directo en la salud del trabajador, teniendo en cuenta la carga física, el horario, las funciones, el nivel de responsabilidad y exigencia.

En general, las investigaciones acerca de las consecuencias psicológicas de un evento altamente estresante se han centrado en las respuestas psicopatológicas de los afectados. Entre ellas, las más

estudiada han sido el trastorno por estrés agudo (TEA) y el trastorno por estrés postraumático (TEPT). El TEA y el TEPT se caracterizan por la presencia de reexperimentación de la vivencia traumática, conductas de evitación y un estado de hipervigilancia tras vivir un acontecimiento que implique la muerte o amenaza para su integridad física o de los demás. Cuando estas reacciones aparecen en el primer mes que sigue al acontecimiento potencialmente traumático se habla de TEA; cuando persisten más allá de ese tiempo, se habla de TEPT. La presencia de sintomatología asociada a estos trastornos, pero sin el cumplimiento de los criterios necesarios para su diagnóstico, se ha denominado sintomatología postraumática (SPT). Se ha demostrado que el TEA o la sintomatología aguda es un fuerte predictor de TEPT. En tal sentido, los accidentes laborales constituyen un evento potencialmente traumático capaz de producir TEA o TEPT. La respuesta postraumática se origina debido a que el accidente, por lo general, ocurre fuera de los acontecimientos normales y esperables de la vida laboral y que el individuo percibe como abrumador (García, y Miranda, 2019).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) calculó que anualmente se producían 160 millones de nuevos casos de enfermedades relacionadas con el trabajo (OMS, 2010), y en 2015 la Organización Internacional del Trabajo (OIT, 2015) informó que anualmente 2.3 millones de trabajadores mueren por accidentes o enfermedades laborales. Así, no cabe duda de que ocuparse de esto constituye una tarea desafiante y necesaria (Mendoza, y Moyano,). No obstante, promover la salud mental ocupacional es una estrategia de intervención importante para fomentar la salud de los trabajadores y, por tanto, de la población. Las condiciones laborales son una exposición crónica a situaciones de riesgo eventual que no son problemas particulares y que escapan al control individual, constituyéndose en un verdadero problema de salud pública cuando su tasa de prevalencia e incidencia resulta alta.

El estrés es el resultado de una relación entre una persona y algún factor adverso físico o mental, agudo o crónico, interno o externo en forma tal que la persona se siente amenazada y pone en peligro su vida. Existen diferencias individuales ante el estrés, lo cual puede traducirse en la magnitud, frecuencia y duración de la respuesta orgánica. Lo anterior desencadena respuestas biológicas de diferentes sistemas orgánicos. Los estímulos o factores adversos a los cuales es sometido el organismo son procesados en 3 centros especializados: Hemisferios cerebrales, Hipotálamo y tallo cerebral y Órganos y tejidos periféricos. Durante el estrés agudo se aumenta la actividad del sistema nervioso autónomo simpático, liberando catecolaminas, representadas principalmente por la noradrenalina y adrenalina. Las catecolaminas cuando son liberadas por las terminaciones nerviosas ejercen su efecto inmediatamente en

el órgano efector, comportándose como neurotransmisores, pero cuando son liberadas por la médula suprarrenal son transportadas por vía sanguínea a otros órganos, comportándose como hormona (Vieco, Caraballo, y Abello, 2018).

Las condiciones de trabajo y la misma naturaleza del trabajo han cambiado rápidamente en las últimas décadas. Los entornos laborales de hoy en día se caracterizan por poner un énfasis creciente en el conocimiento y en el trabajo basado en la información y una cada vez mayor confianza en las nuevas tecnologías. Esto se traduce en un incremento de demandas y exigencias para los profesores, a las que deberán hacer frente en ocasiones sin los recursos suficientes, llegando de este modo a configurar una situación idónea para la aparición de riesgos psicosociales en su entorno laboral. Esta situación ha generado nuevas exigencias para asumir el nuevo rol docente y los retos de una educación con nuevos enfoques pedagógicos, tecnológicos y metodológicos. Las transformaciones que están teniendo lugar afectan a las relaciones personales y a las condiciones salariales, auspiciadas por continuas evaluaciones, y ejercen gran influencia sobre las condiciones de trabajo, el bienestar psicológico y la salud física y mental (Matilde, Iglesias, Saletab, y Romaya, 2016).

El sector educativo se constituye en uno de los más expuestos a las enfermedades de origen psicosocial. Las nuevas tecnologías, la diversidad en el aula, el trato con estudiantes desmotivados e indisciplinados y los constantes cambios curriculares, entre otros aspectos, generan la necesidad de que los docentes realicen un gran esfuerzo para adaptarse a dichos cambios, lo que conlleva a un detrimento en su salud. La edad y los años de experiencia de estos profesionales también pueden ser factores que contribuyan al riesgo psicosocial. Los docentes más jóvenes y con poca experiencia laboral pueden padecer grados más elevados de estrés por no haber adquirido la experiencia necesaria para controlar el trabajo y los alumnos. De otro lado, en los profesores más mayores el problema es la propia enseñanza y las metodologías usadas.

La Resolución 2646 de 2008 expedida por el Ministerio de la Protección Social, señala que los factores psicosociales deben ser evaluados en el trabajo objetiva y subjetivamente, utilizando instrumentos que para tal efecto hayan sido validados en el país. A partir de esta Resolución, el Ministerio de la Protección Social junto con la Pontificia Universidad Javeriana, diseñaron una batería de instrumentos para medir los riesgos psicosociales en el trabajo. Uno de los instrumentos que conforma la batería es el Cuestionario para medir los factores de riesgo psicosocial intralaboral (Múnera, Sáenz, y Cardona, 2013).

El “trabajo en casa” o “trabajo en casa”, no es una modalidad de trabajo nueva; en Colombia, ésta se encuentra en proceso de normalización. Ante la posibilidad de que cada día sean más las organizaciones que se sientan seducidas por su implementación, se requiere determinar las consecuencias en la salud y la calidad de vida de las personas involucradas. En el ámbito mundial, se asume que el trabajo en casa es una oportunidad para generar empleo, incluso para la población vulnerable. Por otra parte, en Latinoamérica, son pocos los países que lo han reglamentado, y en Colombia, específicamente, se han adelantado algunas iniciativas que buscan normalizarlo; es decir, enmarcarlo como una modalidad más de trabajo, donde se apliquen los mismos derechos y deberes que establece el Código Sustantivo del Trabajo, tanto por parte del empleador, como del empleado (Sierra, Sánchez, y Merlo, 2016).

El coronavirus COVID-19 es la última pandemia declarada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en enero del 2020, inició en Wuhan China en diciembre de 2019 y ha tenido una rápida propagación a nivel mundial. Para mediados de junio se contabilizaron en el mundo más de 8,500,000 casos confirmados, la mayoría de estos ubicados en el continente americano con más de 4,300,000 casos y más de 200,000 muertes. Los países que reportaron mayor cantidad de casos en junio del 2020 fueron en orden de mayor a menor Estados Unidos, Brasil, Rusia, India, Inglaterra, Perú, España, Chile, Italia, Irán, Alemania y Turquía. Los cambios debido a la pandemia, en cuanto a salud física, economía, política, entre otras se expanden rápidamente en un mundo globalizado debido a la interrelación entre los países.

Sin embargo, aunque se han incrementado los estudios científicos sobre las consecuencias psicológicas a nivel individual y social asociadas a estas enfermedades pandémicas, aún se requiere ampliar los conocimientos al respecto. Analizando estas consecuencias psicológicas se puede mencionar las relacionadas con una de las medidas adoptadas ante la pandemia del COVID-19 que fue el distanciamiento social y la cuarentena, la cual implica la separación y restricción de movimiento de las personas para evitar el contagio de la enfermedad. Dentro de las acciones que se consideran necesarias para el afrontamiento de las pandemias se encuentra la asistencia psicológica (Valdés, Gonzáles, Hernández, y Sánchez, 2020). El autocuidado son todos aquellos comportamientos enfocados a la promoción, prevención y tratamiento de la propia salud física y mental. Estas conductas de

autocuidado pueden disminuir los efectos adversos ante situaciones de estrés psicológico o malestar en general.

Sugieren también que para que se presente un proceso de estrés son importantes dos elementos: la valoración cognitiva y las estrategias de afrontamiento. Dicha valoración tiene lugar ante una situación potencialmente demandante, donde se realiza un juicio sobre su significado, para calificarla como estresante, positiva, controlable, cambiante o simplemente irrelevante en caso de considerarla como estrés o desbordante una evaluación secundaria determinará los posibles recursos y opciones de que dispone la persona para hacer frente a la situación. Los resultados de esta evaluación modifican la evaluación inicial y predisponen al desarrollo de estrategias de afrontamiento, básicamente en dos direcciones: orientadas al problema y la regulación emocional. Y finalmente se realiza una reevaluación en donde la situación anteriormente valorada adquiere otro carácter que el original, si el entorno cambia o la persona empieza a considerar la situación en forma distinta (González, 2020).

Actualmente el principal factor de riesgo que enfrentan las amas de casa y la población mundial en general se debe a la emergencia sanitaria producto de la pandemia COVID-19, las medidas tomadas por las organizaciones gubernamentales como el confinamiento y la nueva normalidad han tenido grandes consecuencias en la salud mental de las personas, las repercusiones emocionales del miedo, frustración, preocupación, aburrimiento han desencadenado cuadros de ansiedad y depresión, cuyo denominador común es el estrés, originado en los esfuerzos y reajustes del sujeto por adaptarse a las nuevas demandas del medio.

Como se menciona en el trabajo de investigación de Espinosa (2015), prevalencia de riesgo psicosocial en un grupo de docentes y directivos del distrito capital, donde indican lo siguiente: Los factores de riesgo psicosocial no solo afectan a los trabajadores sino también el rendimiento de la empresa, por lo que se hace importante monitorearlos con el fin de intervenir las condiciones de riesgo que puedan afectar la salud del trabajador y mantener los factores protectores que ofrece el trabajo y el entorno. El trabajo en casa en Colombia ha aumentado de forma significativa, e innovadora, el autor en su investigación menciona también que los beneficios del trabajo en casa son mayores, para las organizaciones ya que lo ven desde la perspectiva costo beneficio y esto favorece a las empresas, pero perjudica al trabajador por los riesgos a los expuestos al trabajar de forma remota (Purgarín, Salamanca, y Manrique, 2020).

El trabajar desde casa, puede generar ciertos comportamientos que a simple vista no son tan fáciles de identificar, y menos cuando en el hogar se mezclan tantas realidades, dando como resultado fragilidad en el estado emocional y mental. El confinamiento en el hogar es una situación sin precedentes recientes en el país, y es previsible que tenga un importante impacto en el bienestar físico y psicológico. La paralización de la actividad económica, el cierre de centros educativos y el confinamiento de toda la población durante meses ha supuesto una situación extraordinaria y con múltiples estímulos generadores de estrés. Durante el confinamiento, los dos factores que más afectan al bienestar físico y psicológico son la pérdida de hábitos y rutinas y el estrés psicosocial, de acuerdo con el primer estudio que analiza los factores de riesgos psicológicos de la cuarentena por Covid-19.

9. Hipótesis

Según Sampieri, (2010) existen diferentes tipos de hipótesis, con características distintivas que el investigador puede establecer al diseñar un protocolo de indagación cuantitativa, entre las que se cita entre otras las siguientes: hipótesis de investigación o de trabajo, nulas, alternativas, estadísticas y otras más que se derivan de las características y utilidad que brinda en el desarrollo de la misma investigación.

En conclusión, el investigador es el que establece que tipo de hipótesis requiere el proceso de investigación, cual le permitirá poder comprobar el planteamiento del problema, al establecer el plan metodológico en la recolección de datos que requiere el Protocolo de Investigación Cuantitativa.

Según Williams, (2003) las hipótesis deben formularse a manera de proposiciones, y que tienen relación directa con las variables, y las cuales se definen como la propiedad sujeta de ser medible y observable en el fenómeno de estudio.

9.1 Hipótesis de trabajo

Cuando se construye una hipótesis de trabajo lo importante no es que explique el proceso verídicamente (en la etapa inicial, esta faceta interesa poco al investigador), sino que proporcione datos que permitan seguir analizando este proceso, que le ayude a encauzar el pensamiento hacia un estudio más detallado y profundo del objeto observado. La hipótesis de trabajo es una estructura totalmente provisional, una de las armas posibles y necesarias del investigador, que puede admitirse y desecharse en consonancia con las necesidades que presente la investigación del objeto.

La hipótesis de trabajo es una de las primeras suposiciones que se hacen al principio de la investigación científica; se convierte en hipótesis real o científica después de su precisión, y sirve para explicar todos los hechos compilados de la realidad, hechos que pretende demostrar.

Hi: El trabajo en casa a causa del confinamiento del Covid-19 ha generado consecuencias en los factores de riesgo psicosocial en docentes del sector educativo de la ciudad de Barrancabermeja.

9.2 Hipótesis nula

Se denomina hipótesis nula H_0 , a la hipótesis que se desea contrastar. El nombre de nula indica que H_0 , representa la hipótesis que mantendremos a no ser que los datos indiquen su falsedad, y puede entenderse, por tanto, en el sentido de neutra. La hipótesis H_0 , nunca se considera probada, aunque puede ser rechazada por los datos.

Ho: El trabajo en casa a causa del confinamiento del Covid-19 ha generado consecuencias positivas en los factores de riesgo psicosocial en docentes del sector educativo de la ciudad de Barrancabermeja. Expresan la negación de las relaciones supuestas entre las variables, expresadas en las hipótesis de investigación. Se utilizan en el procedimiento de refutación de las hipótesis y se basan en el test estadístico de la hipótesis nula y solamente en los estudios cuantitativos.

9.3 Hipótesis alternativa

Como su nombre lo indica, son posibilidades alternas de las hipótesis de investigación y nula: ofrecen una descripción o explicación distinta de las que proporcionan éstas. Si la hipótesis de investigación establece: “esta silla es roja”, la nula afirmará: “esta silla no es roja”, y podrían formularse una o más hipótesis alternativas: “esta silla es azul”, “esta silla es verde”, “esta silla es amarilla”, etc. Cada una constituye una descripción distinta de las que proporcionan las hipótesis de investigación y nula. Las hipótesis alternativas se simbolizan como H_a y sólo pueden formularse cuando efectivamente hay otras posibilidades.

Ha: El trabajo en casa a causa del confinamiento del Covi-19 ha mantenido los niveles de riesgo psicosocial en docentes del sector educativo de la ciudad de Barrancabermeja como se encontraba antes de la pandemia.

10. Marco metodológico

El aporte metodológico está orientado hacia la descripción y asociación de las variables estrés y factores de riesgo psicosocial en los docentes de algunas instituciones educativas, durante la pandemia COVID-19, el cual se llevó a cabo en varias instituciones educativas pertenecientes en el Municipio de Barrancabermeja – Santander, el tipo de estudio es mixto debido a que se incluyen resultados cuantitativos y cualitativos. Además, de encontrar la existencia o no, de una asociación entre las variables; de cuya culminación se obtenga datos que reflejen las condiciones en las cuales las mujeres desempeñan el rol de amas de casa. Inicialmente para establecer las medidas y los tiempos en los que se ejecutaría el proyecto de investigación, y se identificarían los factores de riesgo psicosocial en algunos de los docentes del sector educativo, se diseñó un cronograma de actividades para obtener resultados de forma eficaz (ver tabla 1).

Tabla 1. Cronograma de actividades.

IMPACTO EN FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL POR TRABAJO EN CASA A CAUSA DEL CONFINAMIENTO DEL COVID-19 EN EL SECTOR EDUCATIVO DE LA CIUDAD DE BARRANCABERMEJA																																				
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES																																				
ACTIVIDADES/SEMANAS	FEBRERO				MARZO				ABRIL				MAYO				JUNIO				JULIO				AGOSTO				SEPTIEMBRE				OCTUBRE			
	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4
IDENTIFICACIÓN DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL AFECTADOS DURANTE EL CONFINAMIENTO																																				
ELABORACIÓN DE INTRODUCCION, PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA, JUTIFICACIÓN, PREGUNTA DE INVESTIGACION OBJETIVOS																																				
ENTREGA DE PRIMER AVANCE																																				
CORRECCIONES PRIMER AVANCE																																				
ELABORACIÓN DEL MARCO REFERENCIAL, MARCO LEGAL Y MARCO CONCEPTUAL																																				
ENTREGA DE SEGUNDO AVANCE																																				
CORRECCIONES SEGUNDO AVANCE																																				
ELABORACIÓN DE MARCO TEORICO, HIPOTESIS, MARCO METODOLOGICO																																				
ENTREGA DE TERCER AVANCE																																				
CORRECCIONES TERCER AVANCE																																				
DISEÑO DEL TEST DE RIESGO PSICOSOCIAL																																				
AVAL DE TEST																																				
IMPLEMENTACIÓN DEL TEST A LOS DOCENTES																																				
ELABORACIÓN DE LOS RESULTADOS, SEGÚN LO OBTENIDO EN EL TEST DE EVALUACIÓN																																				
ENTREGA DE PROYECTO																																				
CORRECCIONES PROYECTO Y ENTREGA FINAL																																				

Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

Mediante el cronograma de actividades presentado anteriormente, se inicia con la identificación de los factores de riesgo psicosocial que se han visto afectados durante el confinamiento debido al Covid-19 desde el año 2020. En este caso en particular se enfocó en algunos docentes que hacen parte del sector educativo de la ciudad de Barrancabermeja, todo esto se lleva a cabo durante el mes de febrero, en donde finalmente se lleva a la idea de investigación. Se va ejecutando mes a mes cada una de las metas propuestas junto al tutor encargado.

El proyecto de investigación se compone de tres (3) fases importantes:

Fase I. En primera instancia se diseñó e implementó un formato de encuesta que fue validado por dos profesionales del área de psicología, para determinar los factores de riesgo psicosocial generados durante el trabajo en casa debido al confinamiento por el Covid-19, que influyen en los docentes del sector educativo en la ciudad de Barrancabermeja.

Para realizar un test de riesgo psicosocial que determinaran los factores que influían en los docentes, se tuvo en cuenta el siguiente esquema de procedimientos:

- a. **Decisión de la información a buscar.** Para elaborar el cuestionario, en primer lugar, se escogió la información que debía ser recolectada y los factores de riesgo psicosocial que requerían ser

diagnosticados, para lo cual se tuvo en cuenta los objetivos de la investigación y se determinan los docentes entrevistados, y así adecuar el formato general y el de preguntas.

- b. Decisión sobre la forma de administración de los cuestionarios a utilizar:** Luego de evaluar los ítems, se consideró que tipo de cuestionario era el más adecuado para acceder a la información. Entonces, con ayuda de dos profesionales en el área de psicología, se tuvo en cuenta los puntos fuertes y débiles en el formato de evaluación.

Dado a que la virtualidad se ha convertido en la modalidad de estudio con mayor auge a nivel mundial, principalmente desde el año 2020 en donde, debido al Covid-19 hay confinamiento en la mayoría de los países, hasta la actualidad (año 2021). Se realizó una encuesta web, además para cumplir con los protocolos de bioseguridad, en donde el docente desde la comodidad de su casa, tendría la facilidad de responder las preguntas en cuestión (Balbi, P; Magdalena, P; y Roussos, A, 2008).

Guía para la construcción de las preguntas:

- Decisiones sobre el contenido de la pregunta. Antes de llegar a profundidad de una pregunta en el cuestionario, se tuvo que responder las siguientes preguntas:
 - ¿Es estrictamente necesario realizar esa pregunta?
 - ¿Se justifica realizar la pregunta?
 - ¿La pregunta responde al objetivo de la investigación?
 - ¿Los docentes accederán a brindar esa información?
 - ¿Esta pregunta me da información respecto a los factores de riesgo psicosocial?
 - ¿Los docentes se sienten cómodos respondiendo esa pregunta?
 - ¿Cuántas preguntas son suficientes para diagnosticar los factores de riesgo psicosocial?
 - ¿Cuántos docentes debería entrevistar?

Luego de tener claro lo que se quería llegar en el momento de implementar el test, se validó la información con dos profesionales en el área de psicología (ver anexo A). Al iniciar el test se encuentra un aviso de confidencialidad, en donde se le da a conocer al docente, que la información obtenida en la encuesta es confidencial; el cual, con el propósito de garantizar la rigurosidad de la información suministrada, se registró la custodia y no trasmisión a terceros de la información distribuida por el divulgador (docente) al receptor (estudiantes encargadas de determinar el nivel de riesgo psicosocial), así como los derechos y obligaciones de cada una de las partes (ver anexo B).

Enseguida, se dan unas indicaciones y el paso a paso que debe seguir para continuar con el diligenciamiento de la encuesta, se les pide marcar con una “X” la respuesta que el docente considera correcta (ver anexo B).

Fase II. Para la segunda fase, se involucró la percepción de algunos docentes en el sector educativo de la ciudad de Barrancabermeja. La selección de las temáticas y variables corresponde, en primer término, a la relevancia que poseen para el desarrollo de capacidades físicas, cognitivas, emocionales y sociales de las niñas, niños y adolescentes y protección de sus derechos. Se debe tener en cuenta los resultados obtenidos en el test de riesgo psicosocial realizado por los docentes, para llegar a plantear recomendaciones en beneficio de todos, y que se mejoren las condiciones laborales para que se reduzca el nivel de riesgo psicosocial.

Fase III. Durante la fase tres, se planteó propuestas de intervención para los docentes, a partir del diagnóstico que se obtuvo en el test de evaluación, para minimizar los factores de riesgo psicosocial. Se hará recomendaciones acordes al diagnóstico final y con la ayuda de los profesionales en psicología,

Criterios de evaluación que se tendrán en cuenta:

- Mujeres/Hombres entre 20 y 60 años.
- Mujeres/Hombres que realizan labores domésticas (aparte de laborar en casa).
- Mujeres/Hombres que no realizan labores domésticas.
- Mujeres/Hombres que tienen hijos menores de edad.

- Mujeres/Hombres solteros (sin hijos).
- Mujeres/Hombres que residen en la ciudad de Barrancabermeja.
- Aceptar voluntariamente participar en el proyecto investigativo, previa firma del consentimiento informado.

Tipo y diseño del estudio

Según Hamui Alicia en el trabajo de investigación denominado “Un acercamiento a los métodos mixtos de investigación en educación médica”, los métodos de investigación mixtos (MM) combinan la perspectiva cuantitativa y cualitativa en un mismo estudio, con el objetivo de darle profundidad al análisis cuando las preguntas de investigación son complejas. Más que la suma de resultados cuantitativos y cualitativos, la metodología mixta es una orientación con su cosmovisión, su vocabulario y sus propias técnicas, enraizada en la filosofía pragmática con énfasis en las consecuencias de la acción en las prácticas del mundo real.

El presente trabajo de investigación tiene como temática medir los factores de riesgo psicosocial que ha generado el trabajo en casa a causa del confinamiento del covid-19 enfocado en el sector educativo de la ciudad de Barrancabermeja, por lo cual según el concepto anterior de tipo de investigación mixto, se concluye que se trataría de la misma, por lo que en ésta investigación se pretende obtener resultados cuantitativos (numéricos) que hacen parte de las encuestas que se van a realizar, en donde se hará comparación de edad, se sacará valores porcentuales y numéricos, y resultados cualitativos que hacen parte de la información teórica de los entrevistados, la experiencia de cada uno y las diferentes versiones.

Participantes o fuentes de datos

Por otro lado, la investigación va dirigida con enfoque en los docentes del sector educativo de la ciudad de Barrancabermeja, mayores de 20 años, de sexo masculino y femenino, que se encuentran trabajando en casa debido al confinamiento presentado desde el mes de marzo de 2020, por el Covid-19. Por otro lado, la información suministrada de los participantes respecto al lugar de trabajo se mantendrá bajo estricta confidencialidad.

Recolección de datos

La investigación tiene enfoque en algunos docentes del sector educativo de la ciudad de Barrancabermeja, de sexos masculinos y femeninos, con diferentes actividades en el hogar, el cual se va a hacer una comparación de cada uno y su respectiva recomendación., por tratarse de una actividad educativa.

Validación de instrumentos

El instrumento que se va a utilizar para obtener los resultados de investigación de los factores de riesgo psicosocial es un formato de encuesta, realizado por los mismos estudiantes, el cual se va a validar ese formato con profesionales en el área de psicología (Anyi Alejandra Guerrero Cupacan, Nury Talia Rivera Taques y Mayra Marcela Calderón Ramírez) y corroborar que la información suministrada sea correcta para implementar a los docentes.

Cálculo de muestra probabilística

Un aspecto importante en la metodología de la investigación es el cálculo de la cantidad de participantes que deben incluirse en un estudio. El tamaño de muestra permite a los investigadores saber cuántos individuos son necesarios estudiar, para poder estimar un parámetro determinado con el grado de confianza deseado, o el número necesario para poder detectar una determinada diferencia entre los grupos de estudio, suponiendo que existiese realmente. El cálculo del tamaño de la muestra es una función matemática que expresa la relación entre las variables, cantidad de participantes y poder estadístico (García, Bernal, y López)

Muestra para población finita:

$$n = \frac{N \cdot Z^2 \cdot p \cdot q}{e^2(N - 1) + (Z^2 \cdot p \cdot q)}$$

N= Tamaño de la población o universo

e= Valor entre el 1% (0,01) y 9% (0,09)

p= Cuando no se conoce generalmente se le da el valor de 0,5

q= $1 - p$

Z= Constante que depende del nivel de confianza que asignemos y corresponde a una distribución

Normal

o

de

Gauss.

Z(K)	1,28	1,65	1,96	2,17	2,24	2,33	2,58
Nivel de confianza	80%	90%	95%	97%	97,5%	98%	99%

Los factores estadísticos que determinan el tamaño de la muestra son: hipótesis, error alfa, error beta, poder estadístico, variabilidad, pérdidas en el estudio y el tamaño del efecto. El porcentaje de confianza para la muestra será de 95% y el margen de error es de 5%, por lo que se obtuvo a 80 mujeres amas de casa, de las cuales se procederá a recabar la información.

11. Resultados

Se realizó un formato de encuesta que consistía en 26 preguntas, en donde fueron encuestadas 36 personas. Antes de iniciar a resolver las preguntas de la encuesta, se les da a conocer a las personas un aviso de confidencialidad, en el que aceptan los términos y condiciones de privacidad para proceder a diligenciar la encuesta. Seguido a aceptar los términos y condiciones la persona debe tener en cuenta las indicaciones para contestar las preguntas con el fin de identificar o medir el nivel de riesgo psicosocial que manejan los docentes desde el trabajo en casa.

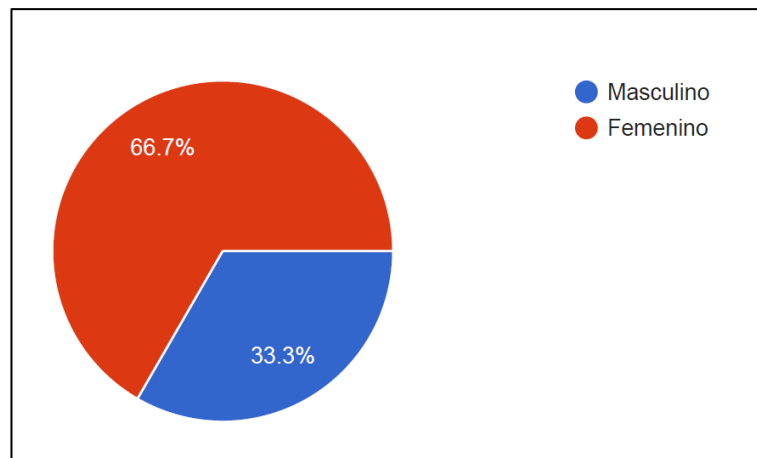
Para medir el nivel de riesgo psicosocial y comparar las condiciones en las que se encuentran los diferentes docentes, se preguntó inicialmente la edad, el sexo, si era madre o padre de familia, dando como resultado inicial la siguiente información:

Tabla 2. Edad promedio de los docentes encuestados.

EDAD				
20 - 30 años	31 – 40 años	41 – 50 años	51 – 60 años	61 – 70 años
14 personas	10 personas	6 personas	3 personas	3 personas

Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

Figura 1. Resultado promedio del sexo de las personas encuestadas.



Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

Entre los resultados que se obtuvo en la realización de la encuesta, el 66,7% de los docentes fueron de sexo femenino, mientras que el 33,3% de los docentes hacen parte del sexo masculino, es decir la mayoría de los encuestados eran de sexo femenino, con un total de 24 mujeres y 12 hombres (ver tabla número 3).

Tabla 3. Sexo (femenino / masculino) de las personas encuestadas.

SEXO DE DOCENTES ENTREVISTADOS	
FEMENINO	MASCULINO

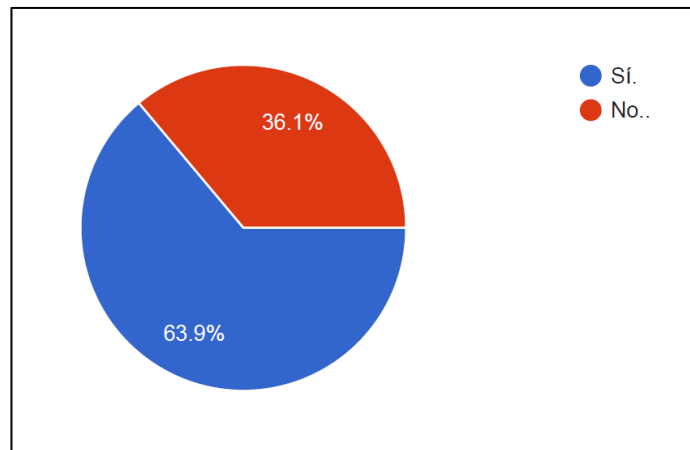
24 mujeres	12 hombres
------------	------------

Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

A continuación, los resultados obtenidos en la encuesta para determinar los factores de riesgo psicosocial, en donde cada una de las preguntas tiene su resultado cuantitativo y el análisis cualitativo que es llevado cabo por las encargadas del proyecto de investigación y dos profesionales en el área de psicología.

1. ¿Eres madre/padre de familia?

Figura 2. Resultado promedio de la pregunta número 1.

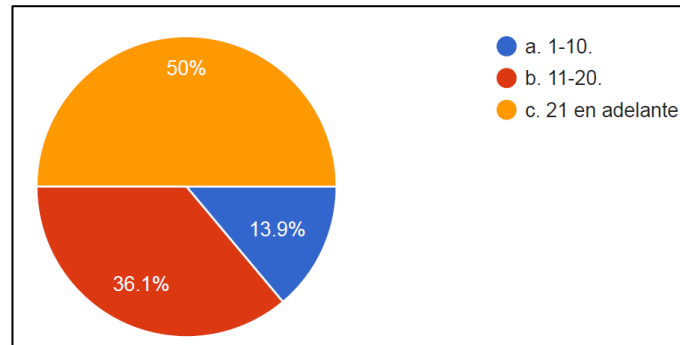


Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

Como se puede observar en la gráfica, a la pregunta realizada a los docentes de si son padres o madres de familia el 63.9% contestó de manera afirmativa “Sí” este valor corresponde a 23 personas encuestadas que son padres o madres de familia, mientras que el 36.1% correspondiente a 13 docentes aproximadamente que respondió la opción negativa “No”, por medio de la gráfica se puede concluir que la mayoría de los docentes encuestados son madres o padres de familia.

2. ¿Cuántos estudiantes hay en una sola clase?

Figura 3. Resultado promedio de la pregunta número 2.



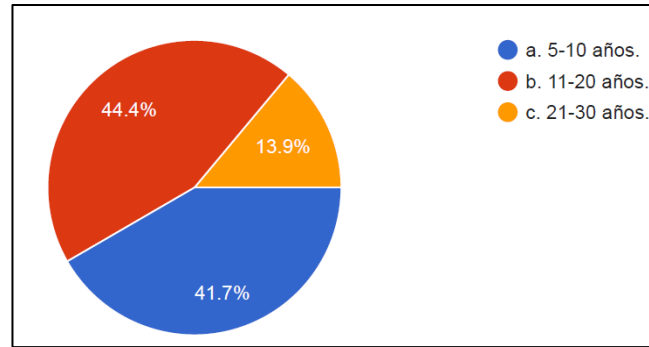
Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

Esta pregunta se realizó con el fin de identificar el número de estudiantes por cada clase, obteniendo diferentes rangos por cada grupo o clases de la siguiente manera entre 1-10 estudiantes se obtuvo un porcentaje de 13.9%, seguido de un rango de 11-20 con un porcentaje de 36.1% y finalmente se obtuvo un rango de más de 21 estudiantes por grupo correspondiente al 50 %, se puede concluir que a medida que aumenta el número de estudiantes por cada grupo aumenta el porcentaje de docentes que tienen dicha cantidad de estudiantes en este caso más de 21 estudiantes por cada grupo o clase.

Como se puede observar en la gráfica y teniendo en cuenta la opinión de los psicólogos, existe un mayor porcentaje de riesgo a medida que aumenta el número de estudiantes por aula, el número de estudiantes en cada grupo puede causar una percepción de inseguridad por parte de los docentes, ya que a mayor cantidad de personas por áreas lógicamente habrá mayor riesgo de contagio, esta percepción será vera disminuida y la percepción de seguridad aumentar entre menos estudiantes por grupo, esta situación puede afectar de manera positiva o negativa el desempeño laboral de los docentes.

3. ¿Cuál es el rango de edad de sus estudiantes?

Figura 4. Resultado promedio de la pregunta número 3.

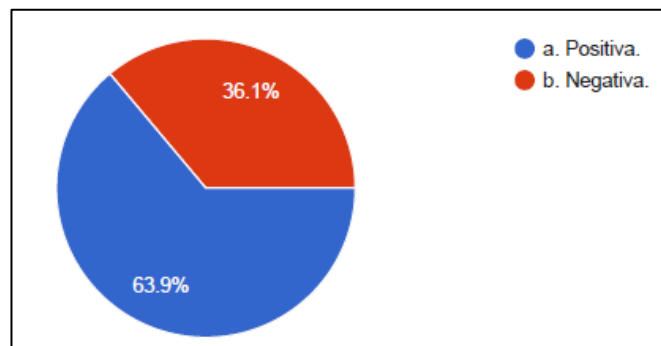


Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

El rango de edad de los diferentes estudiantes que se obtuvo por medio de la encuesta en su mayoría corresponde a un rango de 11 a 20 años obteniendo un porcentaje de 44.4%, seguido de un rango de edad comprendido entre 11 y 20 años, obteniéndose un porcentaje de 41.7%, finalmente un rango de edades entre 21 y 30 años con un porcentaje de 13.9%. de esta manera se puede concluir que a medida que aumenta la edad de los estudiantes disminuye el porcentaje es decir el rango de edad es inversamente proporcional a la cantidad de estudiantes que maneja cada docente.

4. ¿Desde su punto de vista, qué percepción tiene sobre el confinamiento y su vida trabajando desde casa?

Figura 5. Resultado promedio de la pregunta número 4.



Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

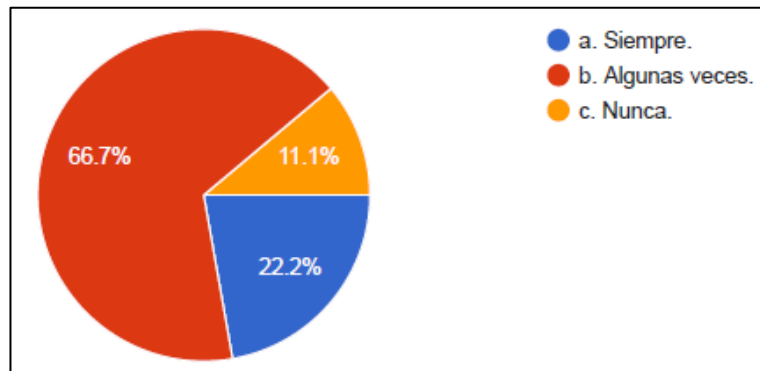
Por medio de pregunta se puede observar una percepción “subjetiva” referente al trabajo desde casa y el confinamiento debido al covid-19, El 63,9% de los docentes respondió que tienen una buena percepción del confinamiento y trabajo desde la casa mientras que el 36,1% de los docentes contestó que presentan una mala percepción referente al confinamiento respondió la opción “b” con un punto de vista

negativo y trabajo desde casa. Se puede decir que esta percepción es subjetiva porque no se evalúa puntos específicos del confinamiento como son relaciones familiares y herramientas metodológicas que faciliten el trabajo desde casa.

Como lo indica la gráfica la percepción de seguridad es mucho más alta cuando los docentes trabajan desde su casa, lógicamente la percepción disminuye a medida que los docentes entren en contacto físico con los diferentes estudiantes alterando de manera negativa su desempeño laboral debido a que su percepción de seguridad será menor. Creando una deficiencia pedagógica y comportamental en el aula de clase por el hecho de “sentirse inseguro o vulnerable” desde el punto de vista de los riesgos de contagio.

5. ¿Puedo separar las funciones laborales de las del hogar?

Figura 6. Resultado promedio de la pregunta número 5.



Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

La gráfica muestra por medio de respuestas cualitativas como los docentes pueden separar el trabajo desde sus casas en este caso se observa que el 66.7% de los docentes solo en algunos casos pueden separar las funciones laborales de las del hogar, esto puede disminuir su desempeño laboral con respecto a sus funciones específicas como docentes.

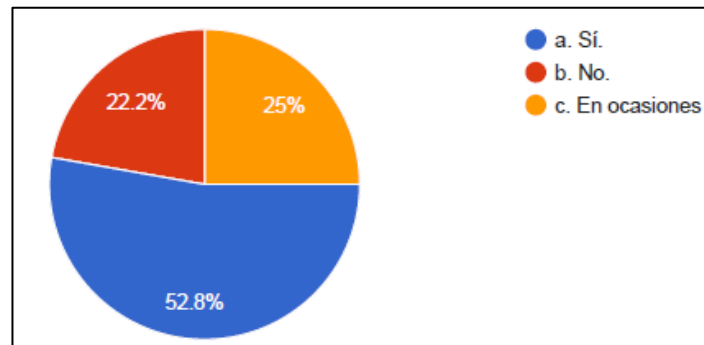
El 22.2% de los docentes respondieron que, si pueden separar las funciones laborales de las del hogar, con esta respuesta podemos concluir que en este rango los docentes podrían desempeñar mucho mejor las funciones laborales propias de su oficio como docentes. el 11,1% de los docentes respondió la

opción “c” es decir no pueden separar sus funciones laborales de las funciones del hogar, se puede concluir que pueden tener un desempeño relativamente bajo en comparación con los demás debido a que influye mucho el no poder separar sus funciones laborales de las del hogar.

El gráfico nos indica que la mayoría de los docentes no puede separar su labores académicas de las labores domésticas, indicando que hay un conflicto laboral al realizar el trabajo desde casa, debido que no presentar una concentración adecuada, se pueden presentar niveles de ansiedad al no poder organizar de manera óptima el horario de trabajo ya que se les cruzaran sus labores académicas con las dementicas, a pesar de tener mayor percepción de seguridad en la casa el desempeño académico y laboral de los docentes se verá afectado por el hecho de no establecer horarios definidos para su práctica académica.

6. ¿Tengo un horario fijo para trabajar en casa?

Figura 7. Resultado promedio de la pregunta número 6.



Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

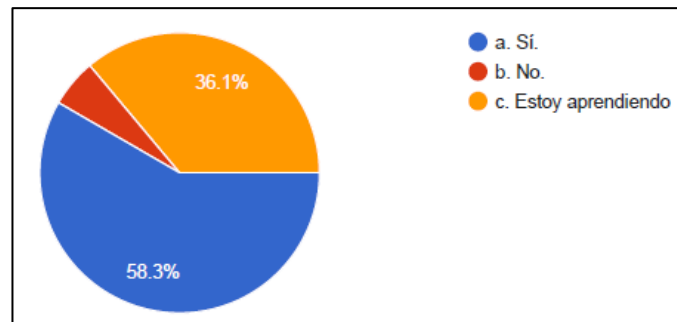
La grafica muestra como los docentes establecen un horario de trabajo en sus casas, esto puede incluir de manera significativa en su desempeño debido a que sus labores poder más ordenadas y planeadas de manera más efectiva, se puede observar que el 52,8% de los docentes respondió que si tienen un horario fijo para trabajar mientras que el 25% de los docentes respondió la opción “c” que en ocasiones tienen horario fijo y el 22,2% respondió la opción “b” que no tienen un horario fijo, al no poseer un horario establecido puede influir de manera negativa en su desempeño como docentes.

Se observa que a pesar de que los docentes presentan un horario definido como se muestra en la figura 8, la gráfica número 7 confirma o reitera que esta práctica realizada por parte de los docentes

puede generar un mejor desempeño y al establecer un horario de trabajo no habrá cruce de actividades laborales y actividades del hogar.

7. ¿Sé manejar perfectamente los computadores/tecnología?

Figura 8. Resultado promedio de la pregunta número 7.



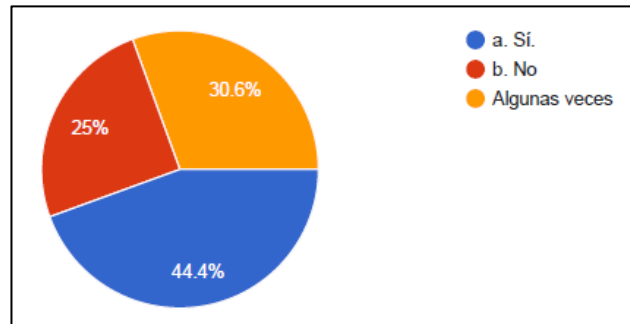
Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

Uno de los factores claves que puede afectar el desempeño de la labor docente es el buen manejo de las herramientas informáticas en este caso se puede observar que 58,3% de los docentes puede manejar “perfectamente” un computador, el 36,1% de los docentes se encuentra en estado de aprendizaje afectando de manera proporcional y negativa su desempeño, y el 5,6% respondió la opción “b” que no sabe manejar un computador concluyendo el manejo de las herramientas informáticas es importante para el desempeño en la labor docente desde casa.

En este caso se observa que solo el 58 % de los docentes pueden manejar de manera óptima un computador, pero esta pregunta solo se tiene encuentra el manejo de herramientas informáticas básicas como son manejo de plataformas para clases virtuales y herramientas ofimáticas, se puede observar que también hay una gran parte de docentes que no maneja y están aprendiendo el buen uso de un computador, esta práctica puede causar ciertos niveles de ansiedad y frustración debido a que no puede usar todo su potencial para poder impartir sus conocimientos, además al tener que aprender el manejo de computadores en su vida cotidiana implementa una nueva actividad adicional, en este caso, labores del hogar, labores académicas y labores de aprendizaje. Lógicamente tendrán más actividades en comparación con los docentes que ya saben manejar un computador.

8. ¿Desde el momento en el que inició a trabajar desde el hogar ha tenido acompañamiento/apoyo por parte de la institución?

Figura 9. Resultado promedio de la pregunta número 8.

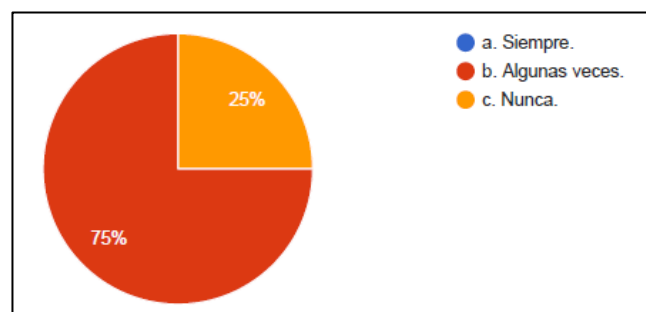


Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

Con la pregunta número 7 se puede identificar si los docentes reciben acompañamiento por parte de la institución donde se encuentran laborando hecho que puede afectar su desempeño debido a que es la primera vez que se realiza este tipo de labores desde la casa, un apoyo adecuado puede influenciar de manera positiva en los docentes haciendo que se sientan más motivados se puede observar que el 44,4% de los docentes respondió que si reciben apoyo de la institución en donde ejerce, el 30,6% respondió la opción “c” que algunas veces ha tenido acompañamiento, y el 25% respondió la opción “b” que no ha tenido acompañamiento, con esta pregunta solo se puede medir si ha recibido o no acompañamiento mas no se puede medir ni cualificar el tipo de acompañamiento por parte de la institución.

9. ¿Considero que los usos de la tecnología para dictar las clases me han generado ansiedad, irritabilidad o frustración?

Figura 10. Resultado promedio de la pregunta número 9.



Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

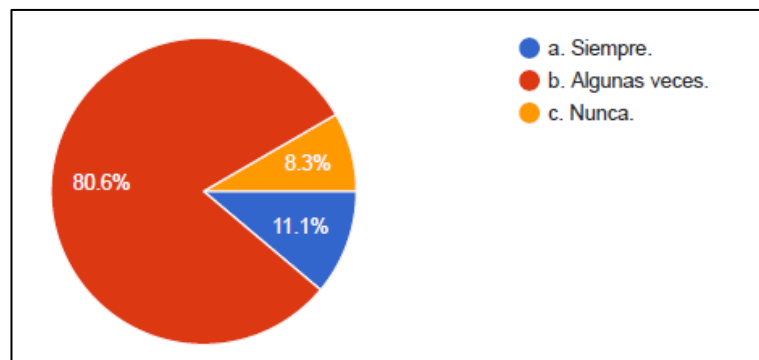
Como se puede observar en la gráfica , el 75% de los docentes respondió que el manejo de las herramientas informáticas algunas veces producen emociones negativas esto puede deberse a que no

realizan un buen manejo de las herramientas informáticas, también a que no reciben apoyo por parte de las instituciones donde laboran mientras que el otro 25% respondió la opción “c” que nunca le ha generado emociones negativas, puede deber a que son docentes que planean bien sus clases, presentan horarios definidos y tienen un buen manejo de las herramientas informáticas.

Esta grafica nos confirma que la ansiedad aumenta a medida que se trabaja desde casa, pero en este caso la ansiedad se puede generar ya no por la percepción de inseguridad con respecto a un contagio sino por el manejo de las diferentes herramientas informáticas con las que tiene que trabajar en su parte académica, además, se puede decir que este nivel de ansiedad aumenta cuando se cruza la jornada laboral con las actividades del hogar.

10. ¿Me genera cansancio y agotamiento mental el uso de la tecnología en mi trabajo?

Figura 11. Resultado promedio de la pregunta número 10.



Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

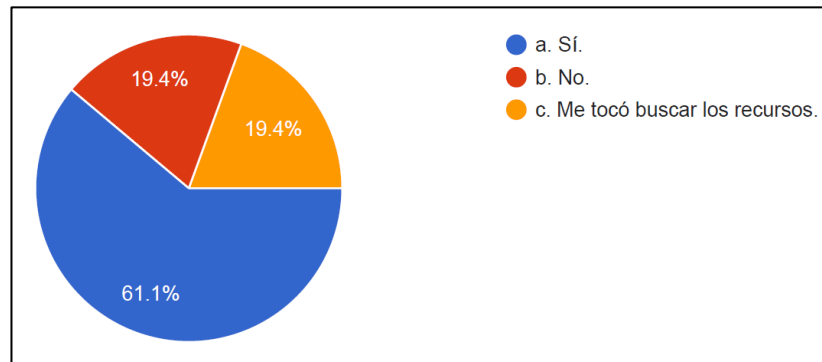
En la pregunta número 10, el 80,6% de los docentes respondió la opción que algunas veces le genera cansancio y agotamiento mental el uso de la tecnología, puede deberse a que no tiene una estrategia definida de trabajo no establece horarios adecuados de trabajo, el 11,1% respondió que siempre se cansa al usar la tecnología en su trabajo y el 8.3% respondió que nunca se agota, esto puede verse a que tiene un horario establecido y también que al hacer un uso adecuado de las herramientas informáticas es más eficiente y se agotará menos.

El patrón de comportamiento del docente se evidencia con esta figura, debido a que, a mayor carga de trabajo, cruces de actividades laborales con las del hogar además de la actividad adicional de aprender

el manejo de herramientas informáticas causa un gran nivel de ansiedad y cansancio físico y en este caso un alto grado de agotamiento mental.

11. ¿Se encontraba usted con los recursos tecnológicos (computador, internet) suficientes en el momento de pasar a trabajo en casa debido a confinamiento por Covid-19?

Figura 12. Resultado promedio de la pregunta número 11.



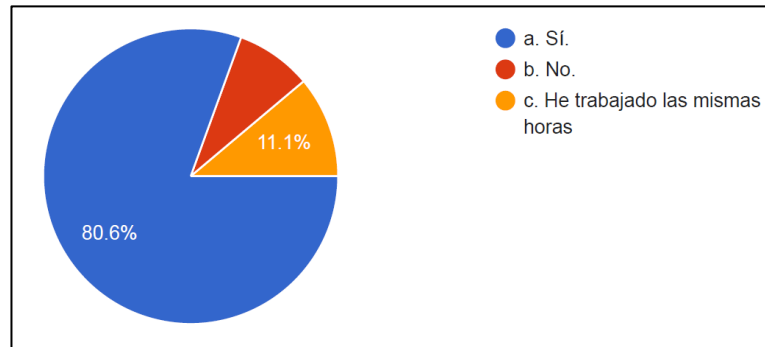
Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

Se puede observar que el 61.1% de los docentes sí contaban con las herramientas informáticas antes del confinamiento, puede indicar que ya poseían conocimientos en el uso de este tipo de herramientas facilitando su trabajo desde casa, el 19.4% respondió que no poseían herramientas informáticas antes del confinamiento, el 19.4% respondió la opción “c” (me tocó buscar recursos), al realizar una conclusión de la gráfica más del 50% de los docentes pueden desempeñarse de manera más eficiente en el trabajo desde casa debido a que ya contaban con herramientas antes del confinamiento facilitando así su trabajo, se puede decir que también contaban con conocimiento básico en el uso de este tipo de herramientas.

La gráfica muestra que un gran porcentaje de los docentes ya contaba con diferentes herramientas informáticas en su casa, pero al mirar los niveles de ansiedad y cansancio se puede decir que no hacían uso adecuado o simplemente no usaban estas herramientas de manera tan prolongada.

12. ¿Considera usted que ha tenido que trabajar el doble desde casa?

Figura 13. Resultado promedio de la pregunta número 12.



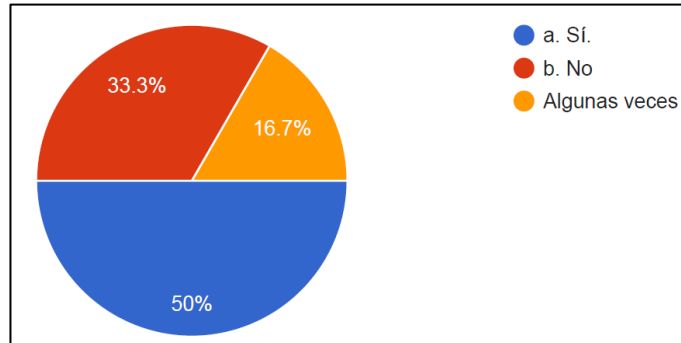
Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

Como se puede observar en la gráfica el 80.6% de los docentes si han trabajado el doble desde casa, se puede decir que este trabajo no es necesariamente horas laborales sino que más bien pudieron optar y contar horas de trabajo en su mismo aprendizaje de las diferentes herramientas informáticas, el 11.1% respondió la opción “c” ha trabajado las mismas horas, puede deberse a que es más eficiente en su trabajo, maneja de manera adecuada las herramientas informáticas y tiene una buena planeación de su horario de trabajo generando de esta manera menos emociones negativas, el 8,3 % consto que no ha tenido que trabajar el doble es decir puede ser los docentes con mejor desempeño en el uso de las herramientas informáticas y el que mejor plena su horario de trabajo.

Por medio de esta gráfica se puede concluir que a mayor cantidad de trabajo mayor nivel de ansiedad, en la gráfica se puede observar el mas del 80% de los docentes considera que trabaja el doble confirmado una vez más que los niveles de ansiedad aumentan a medida que la carga de trabajo aumenta , y esta carga no puede deberse al desempeño como tal sino más bien a una percepción de mayor tiempo, debido a que si el docente no sabe usar de manera adecuada un computador lógicamente tardara más tiempo en realizar su trabajo.

13. ¿Realiza varias actividades al tiempo, mientras se encuentra en horario laboral?

Figura 14. Resultado promedio de la pregunta número 13.

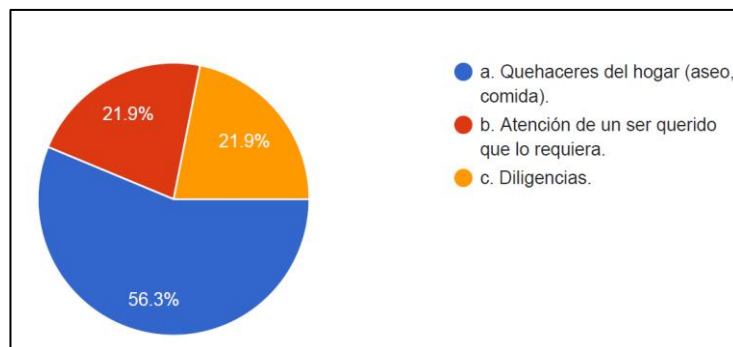


Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

Se puede observar que el 50% de los docentes realizan actividades de manera paralela a sus labores académicas confirmando por qué pueden tener emociones negativas así como se observó en las gráficas anteriores, el 33.3% respondió la opción “b” no realizan actividades paralelas en horario de trabajo, lo que indica que son más eficientes y menos propensos a sufrir emociones negativas y el 16.7% respondió la opción “c” algunas veces realizan actividades paralelas en su horario de trabajo indicando que no poseen un horario establecido para su trabajo como docentes.

14. ¿Qué tipo de actividades adicionales realiza mientras se encuentra en horario laboral?

Figura 15. Resultado promedio de la pregunta número 14.



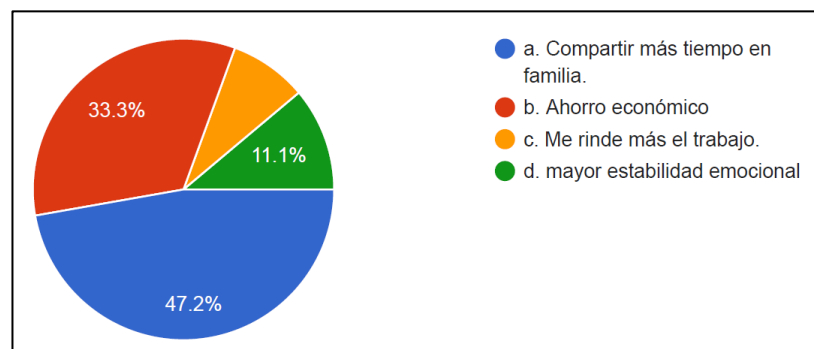
Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

Según la respuesta a la pregunta anterior el 56.3% de las personas respondió la opción “a” (quehaceres del hogar ase comida), el 21.9% respondió la opción “b” (atención a un ser querido), el 21.9% respondió la opción “c” (diligencias).

Los resultados y la gráfica muestran que mientras los docentes están en horarios de trabajo se dedican a realizar actividades propias del hogar, se puede decir que no puede existir un desempeño del 100% en sus actividades ya sea por motivos de otras labores, mal manejo de herramientas informáticas y sobre todo una marcada deficiencia en el establecimiento adecuado de los horarios de trabajo.

15. ¿Cuáles crees que son las ventajas de trabajar en casa?

Figura 16. Resultado promedio de la pregunta número 15.



Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

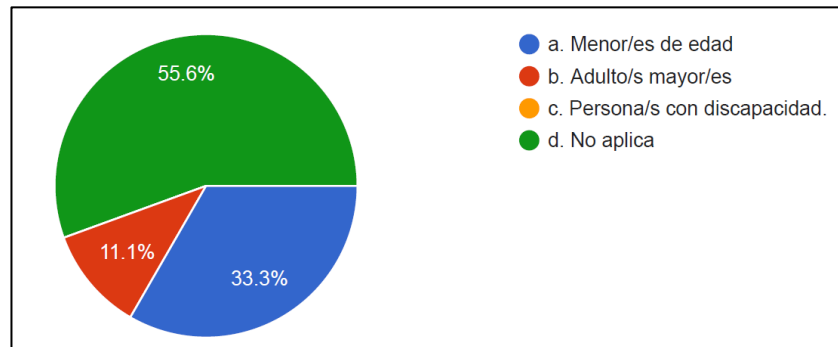
Según la respuesta a la pregunta anterior el 47.2% de las personas respondió la opción “a” (compartir más tiempo en familia), el 33.3% respondió la opción “b” (ahorro económico), el porcentaje respondió la opción “c” (me rinde más el trabajo) el 11.1% respondió “d” (mayor estabilidad emocional).

Por medio de esta grafica se puede confirmar el porqué de la deficiencia en el manejo de horario, en el aumento de ansiedad y por qué los docentes realizan actividades paralelas con su trabajo, se puede observar que el 47,2% de los docentes respondió que comparten más tiempo con la familia indicando que dedican menos tiempo o no establecen horarios adecuados para el trabajo, produciendo de manera inconsciente mayores emociones negativas, y disminuyendo su eficiencia.

Es interesante observar que a pesar de que la mayoría contestó que comparte más tiempo con la familia solo el 11.1% posee mayor estabilidad emocional. Es decir, se puede concluir que en las aulas de clase hay mayor eficiencia en el trabajo porque no hay distractores.

16. ¿Tiene bajo cuidado a persona con una de las siguientes características?

Figura 17. Resultado promedio de la pregunta número 16.



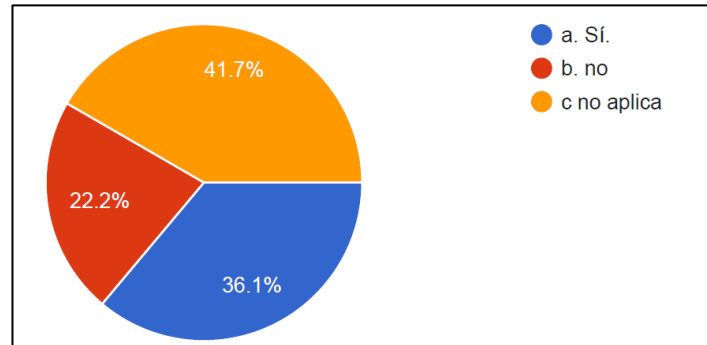
Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

Según la respuesta a la pregunta anterior el 55.6% de las personas respondió la opción “d” (no aplica), el 33.3% respondió la opción “a” (menores de edad), el 11.1% respondió la opción “b” (adultos mayores) el 0 % respondió “c” (personas con discapacidad).

Unas de las variables que puede afectar la eficiencia laboras al trabajar desde la casa es el cuidado de personas o actividades adicionales a las labores propias como docentes, en este caso podemos observar que el 55,6% no tiene personas a su cargo, esto hace que el docente pueda desempeñarse de manera eficiente y concentrada en su trabajo, el 33.3% contestó que tiene menores de edad a su cargo indicando que realiza labores adicionales en horarios de trabajo disminuyendo así su concentración y eficiencia.

17. ¿Cómo madre/padre de familia, atiende a su(s) hijo/a(s) mientras se encuentra en horario laboral?

Figura 18. Resultado promedio de la pregunta número 17.



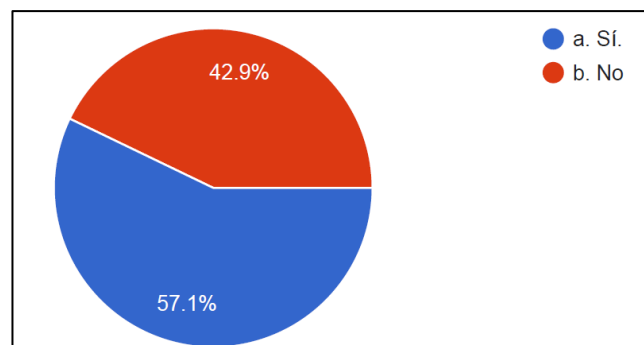
Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

Según la respuesta a la pregunta anterior el 41.7% de las personas respondió la opción “c” (no aplica), el 36.1% respondió la opción “a” (sí), el 22.2% respondió la opción “b” (no).

Por medio de estos valores y su respectiva grafica se puede confirmar de manera indirecta que los docentes que tienen menores a su cargo realizan esta actividad de manera paralela con su actividad docente en la pregunta número 16 se observó que es el 33.6% en este caso es del 36.1%, estas labores adicionales pueden genera deficiencia en el desempeño docente y emociones negativas como se observó en la pregunta número 8.

18. ¿Se presenta desinterés en sus estudiantes a la hora de presentar la clase?

Figura 19. Resultado promedio de la pregunta número 18.



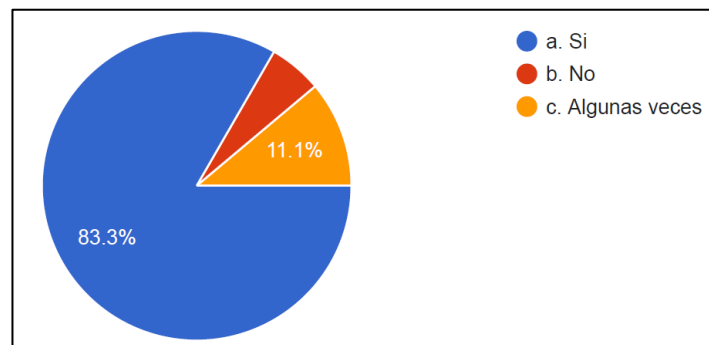
Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

Según la respuesta a la pregunta anterior el 57.1% de las personas respondió la opción “a” (si), el 42.9% respondió la opción “b” (no). Por medio de la gráfica se puede observar que la mayoría de los estudiantes presentan desinterés por las clases, una de las razones es que no se presentan de manera adecuada las clases, porque los docentes no tienen un buen manejo de las herramientas informáticas disminuyendo así la calidad de sus clases, además al no poseer el conocimiento adecuado la didáctica de las clases hace que el estudiante no se vea atraído por el aprendizaje.

En ésta grafica podemos observar que hay un gran porcentaje de estudiantes que presentan desinterés en las clases, estos valores pueden causar un cierto grado de desmotivación hacia los docentes incrementando su ansiedad y bajo rendimiento en su práctica académica.

19. ¿Invierto más tiempo calificando y preparando clases en esta nueva modalidad?

Figura 20. Resultado promedio de la pregunta número 19.



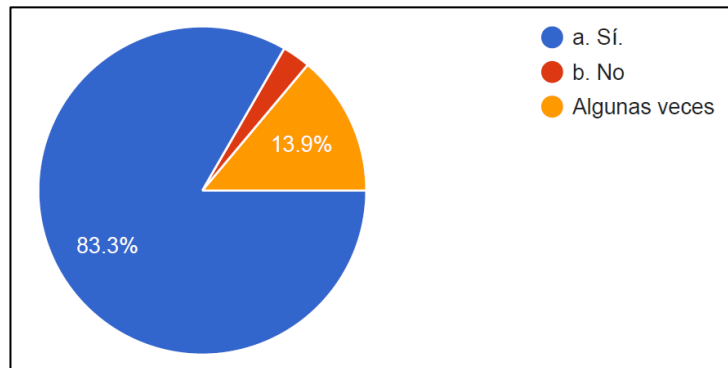
Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

Según la respuesta a la pregunta número 19, el 83.3% de las personas respondió la opción “a” (si), el 11.1% respondió la opción “c” (algunas veces) y en una minoría, siendo el 5.6% respondió la opción “b” (no). La grafica muestra que los docentes utilizan la mayoría de su tiempo calificando y preparando sus clases, este tiempo se puede decir que aumenta a medida que has menos apoyo por parte de las instituciones y menos manejo de herramientas informáticas, se puede llegar a la conclusión de que el tiempo usado por los docentes es inversamente proporcional al conocimiento de herramientas informáticas, a mayor conocimiento de herramientas informáticas menor tiempo empleado para preparar sus clases.

Esta grafica ayuda a concluir que el desinterés por parte del estudiante puede deberse a que los docentes no preparan de manera adecuada sus clases, ya que la mayor cantidad de tiempo usado es para calificar exámenes o trabajos.

20. ¿Los materiales que necesito para el trabajo son adquiridos con mi propio salario?

Figura 21. Resultado promedio de la pregunta número 20.



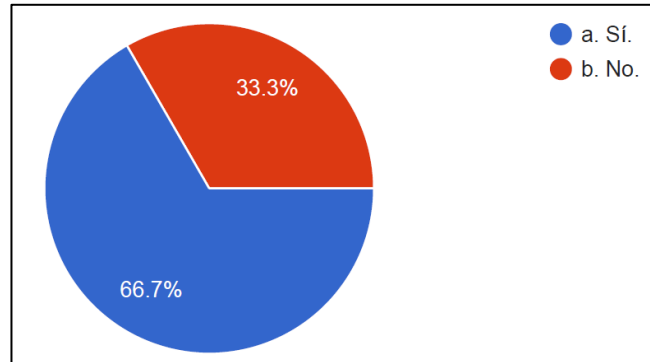
Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

Según la respuesta a la pregunta número 20, el 83.3% de las personas respondió la opción “a” (sí), el 13.9% respondió la opción “c” (algunas veces) y en una menoría, siendo el 2.8% respondió la opción “b” (no).

Por medio de los datos obtenidos en esta pregunta podemos confirmas que las instituciones ofrecen muy poco apoyo a los docentes, en este caso el internet y las herramientas de cómputo son provistas por los propios docentes además no se observó ningún tipo de capacitación por parte de las instituciones a los docentes respecto al uso de herramientas informática, además no se evidencia que no hay buena metodología pedagógica por parte delos docentes es por eso que los estudiantes no presentan interés en las diferentes clases impartidas.

21. ¿En el trabajo en casa los hombres y las mujeres tienen las mismas oportunidades laborales?

Figura 22. Resultado promedio de la pregunta número 21.

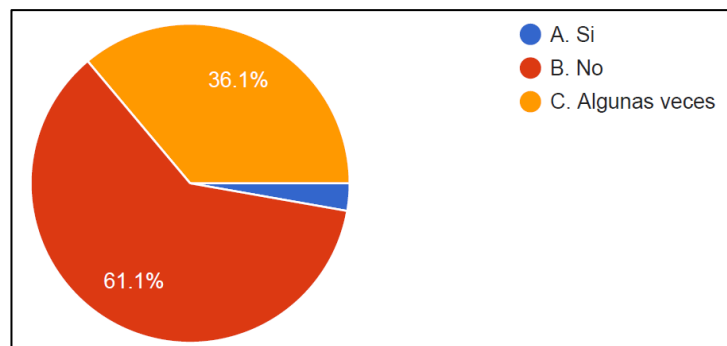


Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

Según la respuesta a la pregunta número 21, el 66.7% de las personas respondió la opción “a” (sí), y un 33.3% respondió la opción “b” (no). Al observar los datos anteriores se observa que la mayoría de los docentes contestó que los hombres y las mujeres presentan las mismas oportunidades, la eficacia o deficiencia en la enseñanza no depende del género sino más bien en la capacidad de cómo se maneja horarios y el hacer un buen uso de las herramientas informáticas esta grafica confirma esta conclusión, la eficiencia laboral desde casa no depende directamente del género.

22. ¿Recibe con frecuencia cambios laborales sin su conocimiento?

Figura 23. Resultado promedio de la pregunta número 22.



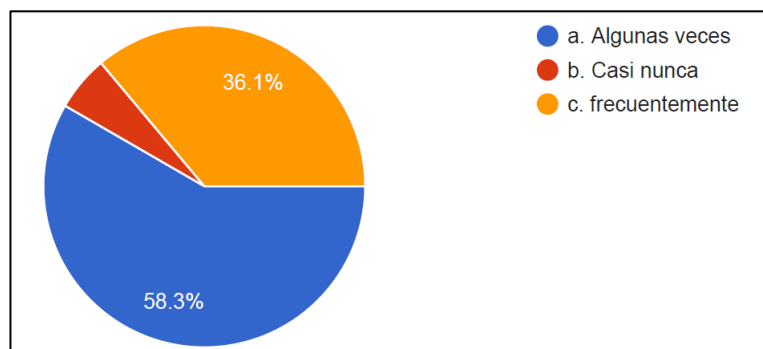
Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

Según la respuesta a la pregunta número 22, el 61.1% de las personas respondió la opción “b” (no), el 36.1% respondió la opción “c” (algunas veces) y en una menoría, siendo el 2.8% respondió la opción “a” (si).

Debido a que los docentes tienen autonomía de trabajo desde su casa se observa que no presentan cambios laborarles por parte de las instituciones en sus horarios, en este caso son ellos mismos los que deben realizan una buena planeación de su tiempo para de esta manera aumentar la eficiencia y disminuir la aparición de emociones negativas.

23. ¿Debe atender asuntos del trabajo cuando ya ha terminado su jornada laboral?

Figura 24. Resultado promedio de la pregunta número 23.



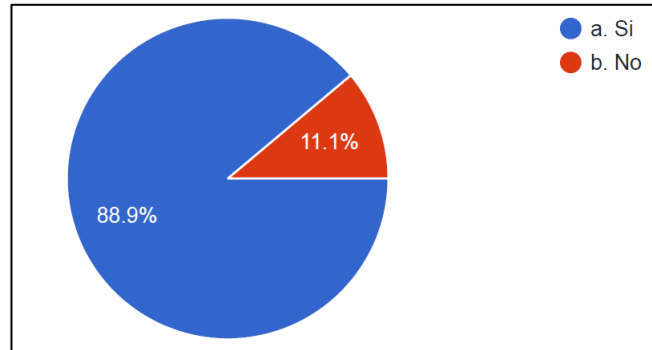
Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

Según la respuesta a la pregunta número 23, el 58.3% de las personas respondió la opción “a” (algunas veces), el 36.1% respondió la opción “c” (frecuentemente) y en una menoría, siendo el 5.6% respondió la opción “b” (casi nunca). Debido a que no se ha establecido un horario de manera adecuada la mayoría de los docentes contesto que algunas veces atiende asuntos laborales fuera de horario de clase, se puede deber que al no presentar un horario definido no se tienen encueta que horas es libre de su jornada laborar.

Por medio de esta grafica ayuda a entender que la jornada de trabajo se amplía cuando es realizada desde el hogar confirmando la percepción que tienen los docentes cuando contestaron que trabajan más desde la casa.

24. ¿Su trabajo le permite tomar pausas para descansar?

Figura 25. Resultado promedio de la pregunta número 24.

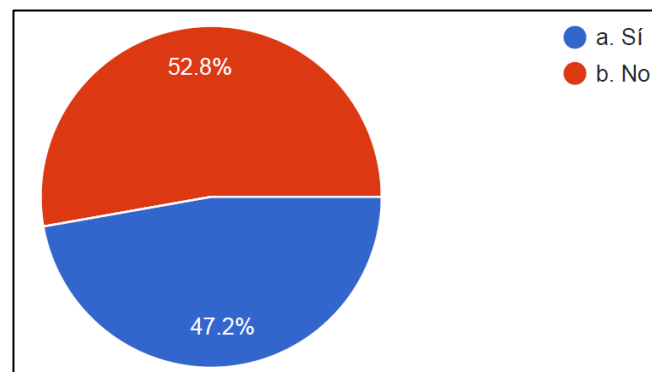


Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

Según la respuesta a la pregunta número 24, el 88.9% de las personas respondió la opción “a” (sí), y un 11.1% respondió la opción “b” (no). Una vez más se confirma que los horarios por parte de los docentes no están planeados de manera correcta debido a que tiene “espacios libres para otras actividades” esto se debe principalmente a una deficiencia en el establecimiento de horarios adecuados de trabajo. A pesar de que la mayoría de los docentes pueden tomar recesos y hacer pausas en sus jornadas no implica que sus niveles de ansiedad bajen de lo contrario no habría esa percepción de cansancio mental, o simplemente el descanso por parte de los docentes no es el adecuado.

25. ¿Su salud se ha visto afectada por los cambios en su trabajo (trabajo en casa)?

Figura 26. Resultado promedio de la pregunta número 25.

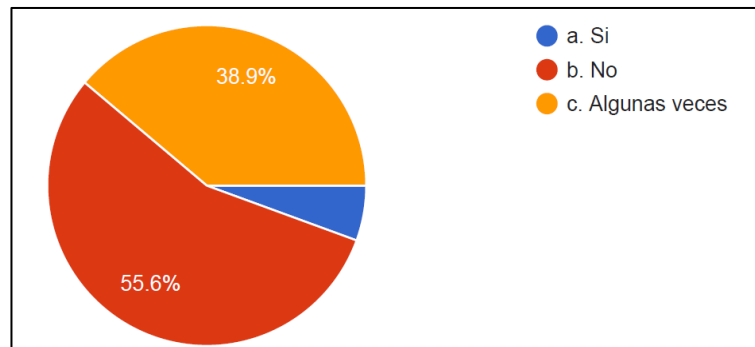


Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

Según la respuesta a la pregunta número 25, el 52.8% de las personas respondió la opción “a” (si), y un 47.2% respondió la opción “b” (no). Como se puede observar la salud física no se ve afectada por el trabajo desde casa mientras que la salud emocional si, anteriormente se observó que al realizar trabajo desde casa se generan emociones negativas como la ansiedad, a largo plazo si puede cambiar este tipo de patrón porque la salud emocional ya puede hacer efecto en la salud física.

26. ¿su nivel de estrés laboral en trabajo en casa le genera conflictos familiares?

Figura 27. Resultado promedio de la pregunta número 26.



Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

Según la respuesta a la pregunta número 26, el 55.6% de las personas respondió la opción “b” (no), el 38.9% respondió la opción “c” (algunas veces) y en una menoría, siendo el 5.5% respondió la opción “a” (si).

Los datos de la gráfica nos muestran que los niveles de estrés no generan conflicto de manera significativa en el hogar, pero a medida que transcurre el tiempo puede presentarse una variante en este comportamiento porque la respuesta negativa solo está por encima del 50%, adema, con la gráfica se mide la relación del conflicto con otras personas no si tiene o no tienen ansiedad o estrés, emoción negativa que se va presentado a medida que trascurre el tiempo.

- **Limitantes encontradas en los resultados de la encuesta de riesgo psicosocial:**

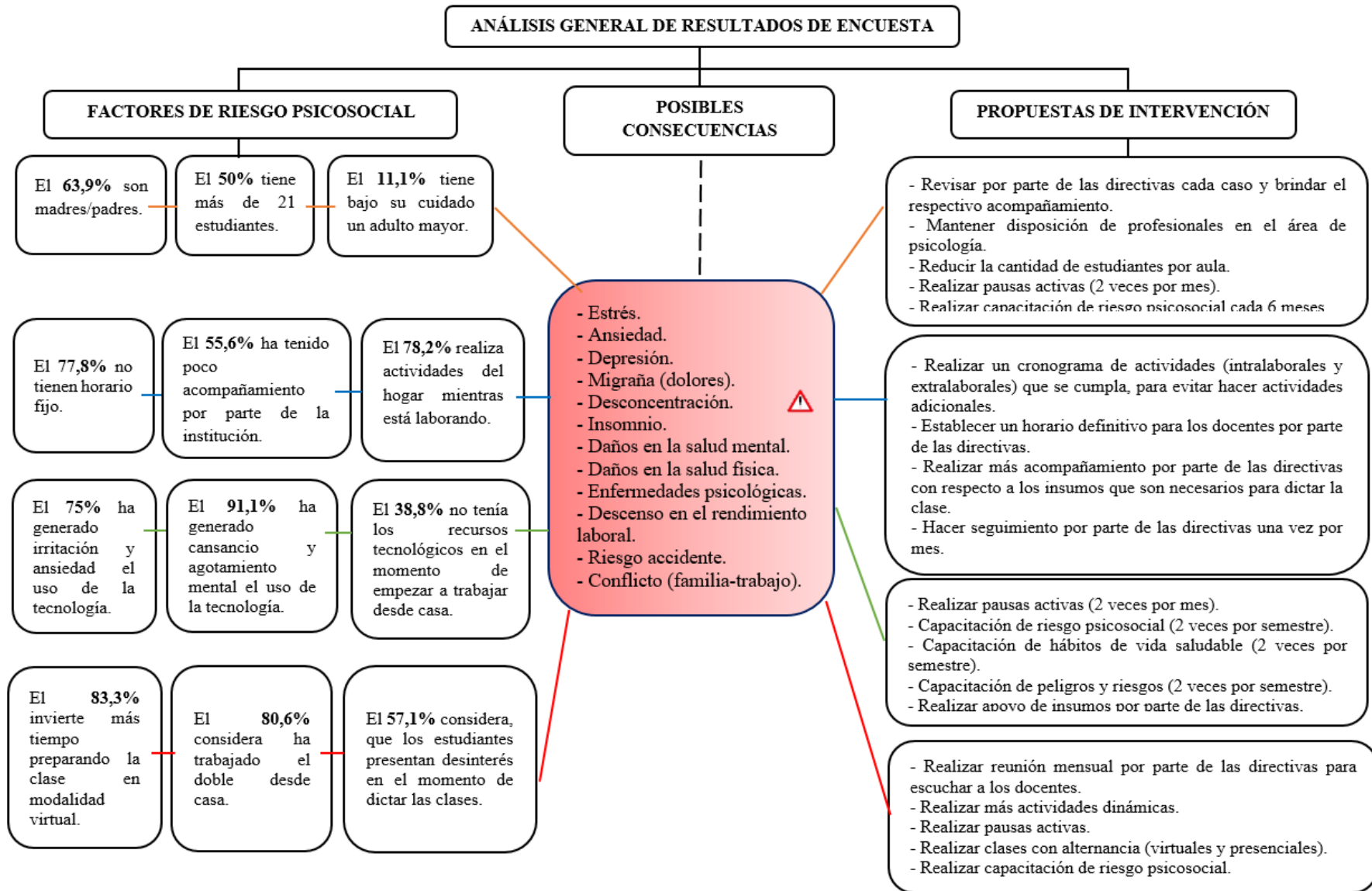
Según los resultados de la encuesta se encontró que, en el área de trabajo, pueden afectar alguna de las siguientes circunstancias que pueden limitar las tareas a desarrollar por los docentes:

- En desorden en el área de trabajo.
- La situación familiar.
- Responsabilidades extras como por ejemplo hijos o personas mayores a cargo en el hogar.
- El aislamiento social y confinamiento.
- Los miedos e incertidumbres laborales y socioeconómicos.
- Los espacios y los recursos compartidos por varias personas ante las mismas circunstancias en los domicilios. Ello requiere un esfuerzo extra de organización del trabajo, de comprensión, de paciencia, de flexibilidad y de tener informados a los trabajadores.

- **Propuestas de intervención para los docentes:**

Las siguientes propuestas de intervención se realizan con el fin de implementarlas en las instituciones educativas por parte de los directivos, se realiza teniendo en cuenta varias opciones de preguntas y respuestas implementadas en la encuesta de riesgo psicosocial, que se considera son más relevantes para prevenir el riesgo, ésta propuesta de intervención se realizó junto con los tres profesionales en psicología (Anyi Alejandra Guerrero Cupacan, Nury Talia Rivera Taques y Mayra Marcela Calderón Ramírez) y adicionalmente a las profesionales de otras áreas que también hacen parte del proyecto de investigación (Emilse Ascencio Castiblanco y Marcela Correa Chaves).

Figura 28. Propuesta de intervención para los docentes.



Fuente: Ascencio, E; Correa, M; y Guerrero, A. (2021) Autores personales.

11. Discusión

Se pudo evidenciar que al estar en confinamiento los docentes aumentaron los niveles de carga laboral, al mezclar actividades domésticas con laborales, adicionalmente aumentaron las actividades escolares, los talleres, evaluaciones y calificaciones; Manifestaron que trabajan más horas desde la casa, que al hacerlo desde la institución en donde desempeñaban como docentes. Los efectos de este desequilibrio que puede llegar al conflicto son, por ejemplo, Frone, Yardley y Markel (1997) encontraron que el conflicto familia-trabajo se relacionaba negativamente con el rendimiento laboral, en este caso se demostró que hay un conflicto por parte de los docentes al realizar sus actividades desde casa. Además de afectar al rendimiento, si no se encuentra un equilibrio entre ambas esferas, pueden darse otra serie de consecuencias. Por ejemplo, se ha demostrado que aquellas personas que experimentan un alto nivel de conflicto entre el trabajo y la familia, muestran mayores deseos de abandonar el trabajo (Anderson, Coffey y Byerly, 2002).

Se evidenció que conflicto de trabajo y familia se debe básicamente a un equilibrio funcional entre las demandas laborales y las familiares, y la incapacidad para equilibrar la atención en ambos contextos en este caso no tener una buena organización de los horarios. La incapacidad para cumplir y satisfacer las demandas de uno y otro supone habitualmente la aparición de problemas en la organización del tiempo personal, y de forma más amplia e íntima, en el propio equilibrio personal. Los problemas subsiguientes suelen ir en la línea de una desorganización y conflictividad amplia de la propia conducta esto implica una gran desmotivación que se verá transmitida los estudiantes como se pudo observar en los resultados de la encuesta. Ante las dificultades para organizar estos dos contextos tan importantes de la vida, el bienestar físico y psicológico de las personas disminuye, dando lugar, entre otros, a problemas de estrés, ansiedad y depresión. Por ejemplo, se ha demostrado que las personas en una situación de conflicto entre las tareas familiares y las laborales experimentan mayores niveles de estrés al tener dificultades para desempeñar sus tareas laborales (Anderson et al., 2002; Frone et al., 1992). Cuando se han tomado medidas indicadoras del bienestar general, los resultados han ido en la misma dirección. Por ejemplo, Noor (2003) midió síntomas de estrés y encontró una relación positiva entre ambas direcciones del conflicto y los síntomas de estrés.

12. Conclusiones

Este trabajo de investigación se llevó a cabo para identificar los factores de riesgo psicosocial debido a los cambios experimentados por algunos docentes de diferentes instituciones de la ciudad de Barrancabermeja trabajando desde casa durante el confinamiento debido a la pandemia del Covid-19, mediante un formato de encuesta validado por profesionales de psicología. Se logró identificar los cambios de actitudes, conductas y síntomas que fueron claves para conocer los riesgos psicológicos generados por el trabajo en casa por la pandemia, para cumplir con los protocolos de bioseguridad al máximo y minimizar las tasas de contagio.

Se logró identificar los factores de riesgo psicosociales de los docentes en el sector educativo teniendo en cuenta el confinamiento causado por la pandemia producida por Covid – 19 en Barrancabermeja. A medida que se analizó los resultados de la encuesta, se identificaron distintos factores psicosociales causantes de un nivel de ansiedad como, los factores ambientales (debido a la incertidumbre tecnológica), los factores organizacionales (debido a más funciones delegadas, puestos de trabajos, bajo conocimiento de las TICs), y factores individuales (debido a problemas familiares, problemas económicos y problemas en la salud). Una causante de percepción de ansiedad (identificada principalmente en los resultados de la encuesta) y bajo rendimiento se debe a que los docentes mezclan labores domésticas con actividades propias de la docencia, además se suma una actividad adicional que es la capacitación autónoma en el manejo de herramientas informática haciendo que haya una mayor inversión de tiempo en sus actividades labores.

El proyecto de investigación concluyó en tres fases importantes, en donde la fase número I, era diseñar un formato de encuesta para identificar los factores de riesgo psicosocial en los docentes de algunas instituciones educativas de la ciudad de Barrancabermeja, el formato de encuesta se validó con tres profesionales en el área de psicología (Anyi Alejandra Guerrero Cupacan, Nury Talia Rivera Taques y Mayra Marcela Calderón Ramírez), en donde revisaron que el formato fuera apto, tuviera las preguntas precisas y necesarias, y lograr el objetivo de evaluar el nivel de riesgo. La fase número II, consistió en involucrar las percepciones de los docentes a través de los resultados de esa encuesta, en donde se identificó que los docentes debido al trabajo en casa por confinamiento, ha aumentado sus niveles de estrés y ansiedad por diferentes causas como por ejemplo: realizar actividades adicionales (del hogar) al

mismo tiempo que actividades laborales, también se logró identificar un alto porcentaje de docentes en el que no tiene suficiente conocimientos con el manejo de las TIC's, docentes que tienen hijos o adultos mayores bajo su cuidado y docentes que no tenían los elementos suficientes para trabajar desde casa por lo cual llevaron a cabo gastos adicionales., Finalmente la fase número III, consistió en plantear propuestas de intervención para implementar a los docentes con el apoyo y acompañamiento de las directivas de cada institución, para así reducir los factores de riesgo psicosocial.

Finalmente, es necesario intervenir en los docentes a partir de capacitaciones, acompañamientos, charlas, pausas activas, para de ésta disminuir los factores de riesgo psicosocial, que a largo plazo pueden ser perjudiciales para la salud. Se plantea como primera instancia la aplicación de herramientas para disminuir la ansiedad y la percepción de aumento en las actividades de trabajo a raíz de los bajos conocimientos en el manejo de herramientas informáticas. Se debe intervenir en los rectores de cada institución educativa para que cada una de las actividades se dé acorde al cronograma, y no agregar ni quitar más actividades de lo que ya se encuentra establecido.

13. Recomendaciones

- Para la prevención del estrés y la ansiedad en los docentes de las instituciones educativas se propone una capacitación puntual en el manejo de horarios y herramientas para el manejo de tiempo, generar un horario adecuado de trabajo, tanto práctico como en el área de calificaciones y uso adecuado de herramientas pedagógicas.
- Se recomienda brindar capacitaciones en el manejo de herramientas informáticas para de esta manera disminuir la percepción de un trabajo laboral excesivo por parte de los docentes, este tipo de estrategias se manejarán desde el punto de vista preventivo.
- Practicar técnicas de inoculación contra el estrés (instruye cómo manejar un momento de estrés).
- Aprender técnicas de relajación por medio de la respiración profunda y la relajación muscular diferencial y rápida, con el fin de que la tensión se pueda manejar en el momento que se presente.
- Se recomienda utilizar el cuestionario de evaluación del estrés confiable y validado para identificar los niveles de estrés, síntomas de tipo fisiológico, del comportamiento social, intelectual y laboral.
- Tener más acompañamiento por parte de las instituciones educativas en donde hacen parte cada uno de los docentes.
- Intervención por parte de los rectores de cada una de las instituciones educativas para cumplir con lo establecido en el cronograma de actividades.
- Realizar con frecuencia capacitaciones, charlas, talleres, y pausas activas para prevenir el riesgo psicosocial en los docentes.
- Garantizar una carga de trabajo equilibrada a cada uno de los docentes, de manera que no se vean obligado a extenderse por largas horas laborales.
- Realizar pausas activas que puedan hacer desde casa, actividades lúdicas, para motivar a los docentes y evitar la preocupación constante, estrés, irritabilidad, mal humor y problemas de concentración.
- Capacitar a los docentes en los programas tecnológicos, para que tengan fácil acceso a los programas institucionales.
- Promover el bienestar emocional a través de actividades lúdicas.
- Mantener un profesional del área de psicología con una disponibilidad y apoyo constante para los docentes (para cuando necesite apoyo).

- Dar recomendaciones a los docentes de mantener una buena área de trabajo en casa, para ubicarse en donde haya buena iluminación, mantener buena postura, medidas de prevención de la fatiga mental, gestión del estrés.
- Establecer un medio específico (programa, canal, aplicación) para que los docentes informen la existencia de un riesgo o situación especial que perjudique su salud mental.
- Evitar hacer varias actividades al tiempo mientras se encuentra en horario laboral.
- Tener una comunicación asertiva entre docentes y estudiantes, para que por cada una de las partes haya una buena relación y evitar el estrés.
- Dar a conocer a la institución si se encuentra colapsado de actividades laborales.

14. Referencias bibliográficas

Andrade, M, Campo, D., Díaz, V., Flórez D., Mayorca, L., Ortiz, M., & Yosa P. (2020). Descripción de las características psicológicas relacionadas con la salud mental en la situación de emergencia de salud pública originada por el Covid-19.

Arias, F. (2012). Proyecto de investigación: introducción a la metodología científica (5° ed.) Caracas: Espíteme.

Balluerka, N., Gómez, J., Hidalgo, D., Gorostiaga, A., Espada, J., Padilla, J., y Santed, M. (2020). Las consecuencias psicológicas de la covid-19 y el confinamiento. Recuperado de: <https://n9.cl/j6myy>

Boletín Científico de la Escuela Preparatoria No. 4. Recuperado de: <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/prepa4/article/view/5231>

Bernal, M, Gómez, C, & Suárez, F.(2021). Riesgo de estrés psicosocial de trabajadores en casa durante la pandemia por Covid 19 en Bogotá.

Bernal, M, Gómez, A., Suárez, A. 2021 (2021). Riesgo de estrés psicosocial de trabajadores en casa durante la pandemia por Covid 19 en Bogotá. Recuperado de: <https://repositorio.ecci.edu.co/handle/001/836>

Bernal, M., Gómez A., Suárez A. (2020). Plan de intervención para prevenir los riesgos psicosociales generados por los factores extralaborales presentes en la enfermedad del Covid-19 en los trabajadores de Químicos Integrales SAS (Doctoral dissertation, Corporación Universitaria Minuto de Dios). Recuperado de: <https://hdl.handle.net/10656/10950>

Castro, L. (2020). Coronavirus, una historia en desarrollo. Revista médica de Chile, 1.

Coduti, P, Gattás, Y, Sarminento, S., & Schmid, R. (2013). Enfermedades laborales: cómo afectan el entorno organizacional (Doctoral dissertation, Universidad Nacional de Cuyo. Facultad de Ciencias Económicas).

Camacho, J., (2020). El trabajo en casa, la utilidad digital por la pandemia del Covid-19. Universidad Nacional Autónoma de México. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7799546>

El 62% de los colombianos ha sufrido de estrés por el trabajo en casa (2020, 19 de junio). Revista Semana. Recuperado de: <https://n9.cl/o8yx>

Franco, Y. (2011). Research Thesis. Methodological framework. Venezuela. Recuperado de: <http://tesisdeinvestig.blogspot.com/2011/06/marcometodologico-defunción.html>

Guananga, S. (2020). Factores de riesgo psicosociales del personal de salud que atiende pacientes covid del hospital Alfredo Novoa Montenegro de junio a agosto del 2020. Universidad estatal de bolívar facultad de ciencias de la salud y del ser humano escuela de enfermería. Recuperado de: <https://n9.cl/luljr>

Guzman, J., Sanchez, F., Ramirez, S., Gutierrez, F., Palomino, D., y Telles, A. (2020). Preocupación y riesgo de contagio percibido durante la cuarentena por COVID-19 en población jalisciense: estudio preliminar. Recuperado de: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252020000600253&lang=es

García, F y Miranda, F. (2019). Predictores de sintomatología postraumática aguda y crecimiento post-estrés tras un accidente laboral reciente. Recuperado de: https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2215-35352019000100117&lang=es

González, J. (2020). Estrés y factores de riesgo psicosociales en amas de casa durante la pandemia COVID-19. Recuperado de: <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/22654/1/T-UCE-0007-CPS-309.pdf>

García, J., Bernal, A., y López, J. Cálculo del tamaño de la muestra en investigación en educación médica. Disponible en: <http://www.scielo.org.mx/pdf/iem/v2n8/v2n8a7.pdf>

Hernández, C., Avella, J., Suarez, I., (2020). Influencia del cambio de modalidad laboral (trabajo en casa) y el aislamiento en el bienestar y calidad de vida durante la emergencia por Covid-19. Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano. Recuperado de: <https://alejandria.poligran.edu.co/bitstream/handle/10823/2095/Proyecto.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Hernández, S. Metodología de la investigación. Sexta edición. Recuperado de: <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

Ibarra, O. (2020). ¿Qué son las Hipótesis en la Investigación Cuantitativa? Vida Científica.

Jiménez, E. Caicedo, S. Joven R. (2015). Factores de riesgo psicosocial y síndrome de burnout en trabajadores de una empresa dedicada a la recreación y el entretenimiento educativo infantil en Bogotá D.C. Recuperado de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-08072015000100007&lang=es

Jácome, A. (2020). Salud mental y trabajo: estudio de depresión y ansiedad ante el covid-19 en el personal de cajas de un hospital privado de Quito-Ecuador 2020. Recuperado de: <http://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/3857>

Ministerio de Salud y Protección Social. (2020). Resolución 385 de 2020. Por la cual se declara la emergencia sanitaria por causa del coronavirus COVID-19 y se adoptan medidas para hacer frente al virus. Monroy, Y., Lujano, M. (2021). Factores de riesgo psicosocial asociados al trabajo en casa, en profesores del colegio nacionalizado femenino de la ciudad de Villavicencio. Recuperado de: <https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/33169>

Mendoza, V., Meza, D., Parra, N., Pérez, M. (2020). Seminario de investigación – especialización. Causas y consecuencias de los riesgos psicosociales ocasionados por el trabajo en casa en la gerencia de desarrollo del banco de Bogotá. Universidad EAN. Recuperado de:

https://repository.ean.edu.co/bitstream/handle/10882/10361/ParraNancy_2020?sequence=1&isAllowed=y

Ministerio de Trabajo. (2019). Resolución 2404 de 2019. Por la cual se adopta la batería de instrumentos para la evaluación de factores de riesgos psicosocial. Recuperado de: <https://www.mintrabajo.gov.co/documents/20147/59995826/Resolucion+2404+de+2019-+Adopcion+bateria+riesgo+psicosocial%252C+guia+y+protocolos.pdf>

Ministerio de Salud y Protección Social. (2020). Resolución 666 de 2020. Por medio de la cual se adopta el protocolo general de bioseguridad. Recuperado de: https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%20No.%20666%20de%202020.pdf

Ministerio de trabajo. (2012). Decreto 0884 de 2012. Establece las condiciones laborales especiales del trabajo en casa. Recuperado de: https://www.mintrabajo.gov.co/documents/20147/36491/decreto_0884_de_2012.pdf/317004d2-cb38-5088-b719-5ed047bec077

Ministerio de trabajo. (2008). Ley 1221 de 2008. Regula el trabajo en casa. Recuperado de: http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1221_2008.html

Ministerio de salud y protección social. (2020). Decreto 539 de 2020. Adopta medidas de bioseguridad para mitigar y evitar la propagación del Covid-19. Recuperado de: <https://dapre.presidencia.gov.co/normativa/normativa/DECRETO%20539%20DEL%2013%20DE%20ABRIL%20DE%202020.pdf>

Ministerio de educación. 2020. Decreto 470 de 2020. Ejecución de la prestación del servicio público de educación. Recuperado de: https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma_pdf.php?i=110861

Ministerio de trabajo. 2020. Circular 0021. Medidas de protección al empleo con ocasión de la fase de contención de Covid-19. Recuperado de: <https://www.mintrabajo.gov.co/documents/20147/0/Circular+0021.pdf/8049a852-e8b0-b5e7-05d3-8da3943c0879?t=1584464523596>

Medina, D., Guzman, O., y Moreno, J. (2020). Estrategias de intervención de los factores de riesgo psicosocial de origen laboral: una visión desde terapia ocupacional. Recuperado de: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2526-89102020000200436&lang=es

Mendoza, R y Moyano, E. (2019). Hacia la validación del SUSESISTAS 21 versión breve en trabajadores de hospitales públicos. Recuperado de: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082019000100015&lang=es

Matilde, M., Iglesias, S., Saletab, M., y Romaya, J. (2016). Riesgos psicosociales en el profesorado de enseñanza universitaria: diagnóstico y prevención. Recuperado de: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1576-59622016000300173&lang=es

Múnera, M., Sáenz, M., y Cardona, D. (2013). Nivel de riesgo psicosocial intralaboral de los docentes de la Facultad de Medicina, Universidad CES. Recuperado de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-87052013000200004&lang=es

Organización Mundial de la Salud. (2020). Alocución de apertura del Director General de la OMS en la rueda de prensa sobre la COVID-19 celebrada el 11 de marzo de 2020 OMS Recuperado de: <https://n9.cl/qejpo>

Pulgarín, J., Salamanca, E., y Manrique, J. (2020). Factores psicosociales individuales generados por los cambios laborales en familias de clase. Recuperado de: <https://repositorio.ecci.edu.co/bitstream/handle/001/651/Trabajo%20de%20grado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Pájaro, D. (2002). La Formulación de Hipótesis. IRENAT-CP. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/101/10101506.pdf>

Peiró, J. M., & Soler, A. (2020). El impulso al trabajo en casa durante el COVID-19 y los retos que plantea. *IvieLAB*, 1, 1-10.

Pulgarin, J, Salamanca, E, & Manrique, J. (2020). Factores psicosociales individuales generados por los cambios laborales en familias de clase media debido al COVID-19. Recuperado de: <https://n9.cl/nodu>

Quaglia, A., Gutiérrez, C., (2020). Trabajo en casa direccionado al desempeño laboral. Universidad Nacional de Piura. Recuperado de: <http://repositorio.unp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12676/2407/FCAD-QUA-GUT-2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Russo M., Arteaga M. (2020). Estrés en los trabajadores de la salud del distrito 10d01 durante la implementación del trabajo en casa en medio de la pandemia covid-19. Universidad Internacional SEK. Recuperado de: <https://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/3981>

Ramírez, J., Castro, D., Lerma, C., Yela, F., & Escobar, F. (2020). Consecuencias de la pandemia Covid 19 en la salud mental asociadas al aislamiento social. Recuperado de: <https://n9.cl/t5peg>

Sierra, Y. (2021). Los riesgos psicosociales y el trabajo en casa | Universidad El Bosque. Recuperado de: <https://n9.cl/1wanb>

Sierra, Y., Sánchez, S., y Merlo, A. (2016). Trabajo en casa y calidad de vida: una aproximación conceptual. Recuperado de: <https://revistas.unbosque.edu.co/index.php/CHP/article/view/1345/967>

Sutton, A. (2013). Un acercamiento a los métodos mixtos de investigación en educación médica. Disponible de: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2007505713727145>

Uribe, J. (2020). Riesgos psicosociales, burnout y factores psicosomáticos en servidores públicos. Recuperado de: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-76782020000100003&lang=es

Velázquez, Y., Zamorano, B., Ruiz, L., Moreal, O., y Vázquez, H. (2014). El horario laboral como elemento de riesgo psicosocial en los profesionales de la salud. Recuperado de: <http://ve.scielo.org/pdf/saber/v26n4/art06.pdf>

Vieco, G., Caraballo, D., y Abello, R. (2018). Factores de riesgo psicosocial de origen ocupacional, estrés y enfermedad coronaria. Recuperado de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-417X2018000100049&lang=es

Valdés, K., Gonzáles, J., Hernández, A., y Sánchez, M. (2020). Regulación emocional, autocuidado y burnout en psicólogos clínicos ante el trabajo en casa por confinamiento debido al COVID-19. Recuperado de: https://revistas.unilibre.edu.co/index.php/rc_salud_ocupa/article/view/6430/5964

Washington S., (2020). El trabajo en casa en el Covid-19. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7746439>

Documentos de trabajo. Balbi, P; Magdalena, P; y Roussos, A. (2008). Universidad de Belgrano. Disponible en internet: https://www.researchgate.net/publication/215711436_Disenio_y_preparacion_de_cuestionarios_para_investigacion_en_psicologia_clinica

Formato cesión de derechos: **Anyi Alejandra Guerrero.**



Por intermedio del presente documento en mi calidad de autor o titular de los derechos de propiedad intelectual de la obra que adjunto, titulada “Identificar los factores de riesgo psicosocial por el trabajo en casa debido al confinamiento por el covid-19 en algunos sectores educativos de la ciudad de Barrancabermeja”, autorizo a la Corporación universitaria Unitec para que utilice en todas sus formas, los derechos patrimoniales de reproducción, comunicación pública, transformación y distribución (alquiler, préstamo público e importación) que me corresponden como creador o titular de la obra objeto del presente documento.

La presente autorización se da sin restricción de tiempo, ni territorio y de manera gratuita. Entiendo que puedo solicitar a la Corporación universitaria Unitec retirar mi obra en cualquier momento tanto de los repositorios como del catálogo si así lo decido.

La presente autorización se otorga de manera no exclusiva, y la misma no implica transferencia de mis derechos patrimoniales en favor de la Corporación universitaria Unitec, por lo que podré utilizar y explotar la obra de la manera que mejor considere. La presente autorización no implica la cesión de los derechos morales y la Corporación universitaria Unitec los reconocerá y velará por el respeto a los mismos.

La presente autorización se hace extensiva no sólo a las facultades y derechos de uso sobre la obra en formato o soporte material, sino también para formato electrónico, y en general para cualquier formato conocido o por conocer. Manifiesto que la obra objeto de la presente autorización es original y la realicé sin violar o usurpar derechos de autor de terceros, por lo tanto, la obra es de mi exclusiva autoría o tengo la titularidad sobre la misma. En caso de presentarse cualquier reclamación o por acción por parte de un tercero en cuanto a los derechos de autor sobre la obra en cuestión asumiré toda la responsabilidad, y saldré en defensa de los derechos aquí autorizados para todos los efectos la Corporación universitaria Unitec actúa como un tercero de buena fe. La sesión otorgada se ajusta a lo que establece la ley 23 de 1982.

Para constancia de lo expresado anteriormente firmo, como aparece a continuación.

Firma,

ALEJANDRA GUERRERO

Anyi Alejandra Guerrero Cupacan
CC: 1087423899

Formato cesión de derechos: **Emilse Ascencio Castiblanco.**



Por intermedio del presente documento en mi calidad de autor o titular de los derechos de propiedad intelectual de la obra que adjunto, titulada "Identificar los factores de riesgo psicosocial por el trabajo en casa debido al confinamiento por el covid-19 en algunos sectores educativos de la ciudad de Barrancabermeja", autorizo a la Corporación universitaria Unitec para que utilice en todas sus formas, los derechos patrimoniales de reproducción, comunicación pública, transformación y distribución (alquiler, préstamo público e importación) que me corresponden como creador o titular de la obra objeto del presente documento.

La presente autorización se da sin restricción de tiempo, ni territorio y de manera gratuita. Entiendo que puedo solicitar a la Corporación universitaria Unitec retirar mi obra en cualquier momento tanto de los repositorios como del catálogo si así lo decido.

La presente autorización se otorga de manera no exclusiva, y la misma no implica transferencia de mis derechos patrimoniales en favor de la Corporación universitaria Unitec, por lo que podré utilizar y explotar la obra de la manera que mejor considere. La presente autorización no implica la cesión de los derechos morales y la Corporación universitaria Unitec los reconocerá y velará por el respeto a los mismos.

La presente autorización se hace extensiva no sólo a las facultades y derechos de uso sobre la obra en formato o soporte material, sino también para formato electrónico, y en general para cualquier formato conocido o por conocer. Manifiesto que la obra objeto de la presente autorización es original y la realicé sin violar o usurpar derechos de autor de terceros, por lo tanto, la obra es de mi exclusiva autoría o tengo la titularidad sobre la misma. En caso de presentarse cualquier reclamación o por acción por parte de un tercero en cuanto a los derechos de autor sobre la obra en cuestión asumiré toda la responsabilidad, y saldré en defensa de los derechos aquí autorizados para todos los efectos la Corporación universitaria Unitec actúa como un tercero de buena fe. La sesión otorgada se ajusta a lo que establece la ley 23 de 1982.

Para constancia de lo expresado anteriormente firmo, como aparece a continuación.

Firma,

Emilse Ascencio C.

Emilse Ascencio Castiblanco
CC: 1096237036

Formato cesión de derechos: **Marcela Correa Chaves.**



Por intermedio del presente documento en mi calidad de autor o titular de los derechos de propiedad intelectual de la obra que adjunto, titulada “Identificar los factores de riesgo psicosocial por el trabajo en casa debido al confinamiento por el covid-19 en algunos sectores educativos de la ciudad de Barrancabermeja”, autorizo a la Corporación universitaria Unitec para que utilice en todas sus formas, los derechos patrimoniales de reproducción, comunicación pública, transformación y distribución (alquiler, préstamo público e importación) que me corresponden como creador o titular de la obra objeto del presente documento.

La presente autorización se da sin restricción de tiempo, ni territorio y de manera gratuita. Entiendo que puedo solicitar a la Corporación universitaria Unitec retirar mi obra en cualquier momento tanto de los repositorios como del catálogo si así lo decido.

La presente autorización se otorga de manera no exclusiva, y la misma no implica transferencia de mis derechos patrimoniales en favor de la Corporación universitaria Unitec, por lo que podré utilizar y explotar la obra de la manera que mejor considere. La presente autorización no implica la cesión de los derechos morales y la Corporación universitaria Unitec los reconocerá y velará por el respeto a los mismos.

La presente autorización se hace extensiva no sólo a las facultades y derechos de uso sobre la obra en formato o soporte material, sino también para formato electrónico, y en general para cualquier formato conocido o por conocer. Manifiesto que la obra objeto de la presente autorización es original y la realicé sin violar o usurpar derechos de autor de terceros, por lo tanto, la obra es de mi exclusiva autoría o tengo la titularidad sobre la misma. En caso de presentarse cualquier reclamación o por acción por parte de un tercero en cuanto a los derechos de autor sobre la obra en cuestión asumiré toda la responsabilidad, y saldré en defensa de los derechos aquí autorizados para todos los efectos la Corporación universitaria Unitec actúa como un tercero de buena fe. La sesión otorgada se ajusta a lo que establece la ley 23 de 1982.

Para constancia de lo expresado anteriormente firmo, como aparece a continuación.

Firmas,

Marcela Correa Chaves

CC: 1096234928