

Seguridad y salud ocupacional en el teletrabajo docente

Mg. Sidar Edgardo Solórzano Solórzano

sidar.solorzano@unesum.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-6950-8397>

Universidad Estatal del Sur de Manabí

Mg. Jaqueline Beatriz Delgado Molina

jaqueline.delgado@unesum.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0003-0711-0934>

Universidad Estatal Del Sur de Manabí

Mg. Letty Soraida Quimi Cobos

letty.quimi@unesum.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-8577-5205>

Universidad Estatal Del Sur de Manabí

Mg. Delia Georgina Bravo Bonoso

delia.bravo@unesum.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0003-4787-8403>

Universidad Estatal Del Sur de Manabí

RESUMEN

La detección y atención de factores psicosociales que afectan al sector laboral docente, resulta prioritario ya que no es un aspecto que preocupe al nivel directivo de las instituciones de educación superior y aunque las exigencias en seguridad y salud ocupacional obliga a la detección, identificación, prevención y adopción de medidas para garantizar la salud y neutralizar los riesgos ocupacionales, en la práctica no surgen acciones concretas para abordar y tratar los factores de riesgo psicosocial que afectan a los docentes del sistema de educación superior. El *objetivo* de esta investigación es identificar los riesgos de la salud ocupacional en el teletrabajo docente, *métodos* se realizó un estudio de tipo descriptivo de cohorte transversal, el universo se constituyó por docentes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Manabí en un total de 65 docentes. La muestra se conformó por 54 docentes, 33 de la carrera de Psicología y 21 de la carrera de Nutrición. Los resultados de la investigación se obtuvieron mediante la aplicación de encuestas online, mismos que se tabularon en Excel y se presentaron tablas estadísticas con su respectivo análisis, se *concluye* que se hay factores como carga y fatiga mental en docentes que superan los 39 años de edad por actividades de teletrabajo.

Palabras Claves: ergonomía; enfermedades laborales; docencia virtual

Occupational health and safety in teaching telework

ABSTRACT

The detection and attention of psychosocial factors that affect the teaching labor sector is a priority since it is not an aspect that worries the managerial level of higher education institutions and although the requirements in occupational health and safety require detection, identification, prevention and adoption of measures to guarantee health and neutralize occupational risks. In practice, there are no concrete actions to address and treat psychosocial risk factors that affect teachers in the higher education system. The objective of this research is to identify the risks of occupational health in teaching telework, methods a descriptive study of a cross-sectional cohort was carried out, the universe was constituted by teachers of the Faculty of Health Sciences of the Technical University of Manabí in a total of 65 teachers. The sample was made up of 54 teachers, 33 from the Psychology career and 21 from the Nutrition career. The results of the research were obtained through the application of online surveys, which were tabulated in Excel and statistical tables were presented with their respective analysis, it is concluded that there are factors such as load and mental fatigue in teachers who are over 39 years of age for telework activities.

Key Words: Ergonomics; occupational diseases; virtual teaching

Artículo recibido: 10 Agosto. 2021

Aceptado para publicación: 07. Setiembre. 2021

Correspondencia: sidar.solorzano@unesum.edu.ec

Conflictos de Interés: Ninguna que declarar

INTRODUCCIÓN

La innovación en las tecnologías de la información y las comunicaciones, TIC, ha generado que cada día el teletrabajo sea una herramienta necesaria en la transformación laboral, económica y social a nivel nacional e internacional, convirtiéndose así en un fenómeno de desarrollo en la organización del trabajo. El análisis de las condiciones de trabajo y salud del personal docente, en un ambiente como el de las instituciones educativas, presenta características especiales, dado que en este escenario confluyen diversas dimensiones sociales, individuales y biológicas. (Rodríguez Arboleda & Cevallos Jarro, 2019) Las condiciones de trabajo integran aspectos del ambiente físico y aspectos individuales y biopsicosociales del trabajador, así como condiciones de la organización del trabajo y de la tarea; además, se incluyen aspectos extralaborales, como la familia, la recreación y el transporte, entre otros.

La pandemia de COVID-19 se declaró emergencia sanitaria y social mundial, que ha supuesto distintas implicancias, entre ellos la paralización de actividades en el centro o espacio habitual de trabajo; por tanto la información científica por diversos medios de comunicación, tanto impresa como digital incluyendo las redes sociales y que son de dominio mundial, nos hacen ver esta realidad, donde una de tantas medidas para evitar la transmisión o contagio de la enfermedad es el teletrabajo, como recurso eficaz de distanciamiento social (García Castro & Muñoz Sánchez, 2013)

En las últimas décadas el uso de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC`s) en el ámbito laboral se ha incrementado de manera acelerada reconociendo estos cambios como un proceso complejo, brusco y acelerado, a nivel global, de cambios con efectos muy acentuados en la economía, el trabajo y la sociedad (Ortega Alarcón, 2020) Mediante la herramienta informática internet se ha desarrollado considerablemente la figura laboral del teletrabajo, constituyéndose en una modalidad de trabajo novedosa puesto que, obedece a las nuevas tecnologías de la información y comunicación que avanzan cada vez con mayor rapidez.

La tensión derivada del tiempo que un profesor, le dedica según el rol que desempeña, a diseñar sus actividades, su Metodología de clase, puede generar en el individuo una sensación de malestar e insatisfacción, dado que impacta de manera negativa en el tiempo que deja de dedicar a su familia; presentándose como un factor determinante en la calidad de vida de las personas al tener que equilibrar trabajo y familia y al disponer de su tiempo,

este malestar se da cuando el espacio de trabajo se encuentra dentro del hogar. De igual manera, la sobre carga e intensidad de trabajo, sumado a la responsabilidad del rol que desempeña, conllevaría a consecuencias de tipo emocional, cognitivas y conductuales que se traducen en estrés y se asocian a los factores psicosociales del teletrabajo (Lujano García & Monroy Bejarano, 2021)

Sin embargo, si bien el teletrabajo referido en esta revisión al trabajo desde casa que tiene aspectos positivos para quien lo realiza, no está exento de exponerlo a una serie de riesgos, mismos que interesan a la salud ocupacional o laboral, al repercutir en una afectación del bienestar de la persona. (Lagoueyte Gómez, 2015) La situación actual de pandemia por COVID-19 ocasionó inasistencia al lugar de trabajo habitual; el teletrabajo surgió, entonces, como una modalidad necesaria para un sector de personas obligadas a cumplir con los compromisos laborales y económicos. El teletrabajo no es una profesión en sí misma, sino que constituye una modalidad de trabajo transversal a varias profesiones y actividades que pueden realizarse en relación de dependencia, o en forma independiente o autónoma (Molina Bravo, 2021)

La importancia de establecer una línea base para detección y atención de factores 2 psicosociales que afectan al sector laboral de la docencia resulta prioritario ya que no es precisamente un aspecto que preocupe al nivel directivo de las instituciones de educación superior y aunque las exigencias en seguridad y salud ocupacional obliga a la detección, identificación, prevención y adopción de medidas para garantizar la salud y neutralizar los riesgos ocupacionales, en la práctica no surgen acciones concretas para abordar y tratar los factores de riesgo psicosocial que afectan a los docentes del sistema de educación superior y menos aún se sabe que grupo es el más sensible y necesita actuación (Teran Villacis, 2021).

El trabajo remoto de los profesores en la emergencia sanitaria COVID-19 implica: “conocer a los estudiantes y sus familias, lo que necesitan y quieren, lo que poseen y pueden contribuir a experiencias de aprendizaje continuo, aprender a enseñar a los estudiantes a distancia” y ser pacientes por las circunstancias (Rivera Porras, Carrillo Sierra, & Forgiony Santos, 2018) Igualmente, promover la unidad, recibir los aportes de los alumnos, identificar las dificultades, reflexionar de la práctica, sobrellevar la tecnología: operar los equipos de videoconferencia, las conexiones, sonido; compartir presentaciones, imágenes, videos y otros recursos, le corresponde al docente estar

familiarizado con tales innovaciones pues la enseñanza de la clase se da a través de ellas. Los docentes no estaban capacitados para sostener la enseñanza de otro modo que no sea presencial, las áreas no estaban adaptadas, las tecnologías en el servicio educativo eran poco usuales, ahora la carga horaria es de lunes a domingo, la comunicación ha llegado a ser en horas inopinadas o dejando de hacer actividades de casa, tanto con los padres, los colegas y los cuerpos directivos, existe poco apoyo de los padres, por el pobre nivel educativo o las ocupaciones que tienen que cumplir, los docentes han tenido que aprender autodidácticamente o mediante capacitaciones de último momento, mientras se conectan para enseñar a sus educandos hasta por llamada o mensaje de texto (Méndez, Figueredo, & Chirinos, 2020)

Si bien la medición del teletrabajo es un proceso emergente, incluso para los países más desarrollados, algunos países han logrado avances importantes tanto en la medición como en la adopción de esta práctica laboral (Holanda, Estados Unidos, Inglaterra, Alemania, etc.). En contraste, América Latina aparece como una región que no ha logrado un consenso en la temática y por ende no ha encontrado un camino fácil para la medición del fenómeno (Terán Villacís, Córdova Suárez, Muquinche Puca, & Gordón Villalba, 2021) La frecuencia del teletrabajo en el mundo antes de la pandemia de COVID-19 y en base a una serie de datos estadísticos muestran que en Estados Unidos se estipuló que un 25% de la población trabajadora realizaban teletrabajo en 2007 y según una encuesta en la Unión Europea realizada en el año 2000, 9 millones de personas son teletrabajadores regularmente. Estadísticas de la oficina del trabajo en Estados Unidos en 2011, reportan que el 24% de los norteamericanos trabajan desde casa algunas horas a la semana, índices muy parecidos a los reportados en Europa. Datos de encuestas realizadas en Estados Unidos en el año 2014, muestran que el 59% de los empleadores permiten alguna forma de teletrabajo en sus compañías. (Stolkiner, 2008).

Una mala organización del trabajo aumenta en gran medida la posibilidad de que el docente se exponga a riesgos ocupacionales y dicha exposición puede generar estrés, lo cual, puede desencadenar o agravarse con enfermedades, por tal razón, surge la necesidad de identificar la Seguridad y salud ocupacional en el teletrabajo docente (García Salirrosas & Sánchez-Poma, 2020) Estos factores son complejos y difíciles de entender, se pueden englobar en aquellos relacionados con la trabajadora y trabajador, los ligados a las condiciones y al medio ambiente de trabajo; los asociados a las influencias

económicas y sociales fuera del ambiente laboral que también tienen impacto sobre las trabajadoras y trabajadores.

En la presente investigación el objeto de estudio es el Teletrabajo, el campo de estudio es la Salud Ocupacional, la variable dependiente es Riesgo de la Salud Ocupacional, la variable Independiente es Teletrabajo, en base a lo antes mencionado se plantea como objetivo general: Identificar los riesgos ocupacionales en el teletrabajo en los docentes de la Facultad de Ciencias de la Salud, como objetivos específicos se han establecido los siguientes: Caracterizar los datos sociodemográficos de los docentes de la Carrera de Psicología y Nutrición de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Manabí. Investigar la situación actual laboral del teletrabajo de los docentes. Analizar signos o síntomas producto del teletrabajo que describen los docentes.

DESARROLLO

La presente investigación fue aplicada a los docentes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la carrera de Psicología y de Nutrición de la Universidad Técnica de Manabí, los cuales se encuentran registrados en un total de 60 docentes, de acuerdo a los criterios de inclusión y exclusión la muestra se encuentra constituido por 33 docentes 21 de la carrera de psicología y 26 de nutrición para el estudio, se aplica 1 encuesta validada con 10 preguntas, se recolectó información para describir las características sociodemográficas y laborales de los docentes, y de esta forma realizar una amplia comparación y análisis de los resultados obtenidos; a continuación se podrá observar la información recopilada en base a las respuestas obtenidas.

Tabla N°1. Datos Sociodemográficos de los docentes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Manabí.

VARIABLE	ALTERNATIVA	FRECUENCIA F	PORCENTAJE %	TOTAL
Edad	25 a 35 años	8	14,82	100,00
	36 a 45 años	12	22,22	
	46 a 55 años	24	44,45	
	Más de 56 años	10	18,51	
Género	Masculino	19	35,19	100,00
	Femenino	35	64,81	
Estado Civil	Soltero	3	5,56	100,00
	Casado	29	53,70	
	Viudo	2	3,70	

	Divorciado	2	3,70	
	Unión libre	18	33,34	
Horas que duermen al día	4 a 5 horas	17	31,48	100,00
	6 a 7 horas	28	51,85	
	8 horas o más	9	16,67	
Tiempo Libre	Labores Domésticas	16	29,63	100,00
	Recreación y deporte	14	25,93	
	Estudios	5	9,26	
	Descanso	12	22,22	
	Otro trabajo	7	12,96	
Actividad Física	Siempre	16	29,63	100,00
	Ocasionalmente	18	33,33	
	Nunca	20	37,04	

Fuente: Encuesta aplicada en línea.

En esta tabla se evidencia la edad de los docentes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Manabí, destacando que el riesgo de la salud ocupacional en el teletrabajo docente influye en cualquier edad, los resultados revelan que el 18,51 % de los docentes se encuentran en un rango de edad comprendido de más de 56 años, la edad es un factor de riesgo no modificable ya que los riesgos aparecen a medida que las personas alcanzan la edad adulta mayor, representando un riesgo potencial para la salud laboral, el 64,81% de los docentes son de sexo femenino, lo que indica que las mujeres están más expuestas a sufrir riesgos de salud ocupacional en el teletrabajo, dado que las docentes además de sus funciones laborales también desempeñan roles familiares dentro del hogar y al mismo tiempo, motivo por lo que su rol es más destacado, el 53,70 indica estar casado, componente importante que deja a la vista que las responsabilidades aumentan y con ello el nivel de estrés por muchos factores, en cuanto a las horas que concilian el sueño se logró evidenciar que el 51,85% de los docentes duermen de 6 a 7 horas, lo que indica que en su mayoría los docentes logran conciliar el sueño requerido por lo que permite un mejor desempeño de sus funciones laborales, a lo que el tiempo libre de los docentes se refiere, se logró determinar que el 29,63 % realizan labores domésticas, mismo que concuerda con el mayor porcentaje de docentes son mujeres, por lo que para muchas las actividades del hogar se han incrementado debido a la emergencia sanitaria que atraviesa el país y el mundo, no obstante, la falta de tiempo podría ser considerado un factor negativo

para la realización de sus actividades docentes, en relación a la actividad física, se logró evidenciar que solo el 29,63% de ellos realizan actividad física.

Tabla 2. Distribución por Riesgo de Contagio por COVID-19 que sienten los docentes al desempeñar sus actividades laborales.

VARIABLE	FRECUENCIA	%
Riesgo bajo	32	59,26
Riesgo moderado	15	27,78
Riesgo alto	7	12,96

Fuente: Encuesta aplicada en línea.

El 59,26 % equivalente a 32 docentes tienen un riesgo bajo de contagio puesto que no tienen ningún otro trabajo que demande riesgo eminente, el 27,78 % equivalente a 15 docentes sienten un riesgo moderado de contagio ya que tienen cargas familiares que laboran en diferentes dependencias y el 12,96 % que resta equivale a 7 docentes sienten un riesgo alto de contagio ya que tienen otras dependencias laborales en hospitales, clínicas y unidades operativas de salud

Tabla N°3. Situación actual laboral del teletrabajo en los docentes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica Manabí.

VARIABLE	ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE	%
Años de servicio Institucional	Menos de 1 año	2	3,70	100,00
	1 a 5 años	25	46,30	
	6 a 10 años	18	33,33	
	Más de 10 años	9	16,67	
Tiempo de dedicación laboral	Tiempo Completo	30	55,56	100,00
	Medio Tiempo	19	35,19	
	Tiempo Parcial	5	9,25	
Otros trabajos	Si	7	12,96	100,00
	No	47	87,04	
Afectación económica por Covid-19	Si	45	83,33	100,00
	No	9	16,67	
Riesgo de contagiarse de Covid-19	Riesgo Alto	24	44,44	100,00
	Riesgo Moderado	20	37,04	
	Riesgo Bajo	10	18,52	

Frecuencia de capacitaciones recibidas	Siempre	28	51,85	100,00
	Ocasionalmente	18	33,33	
	Nunca	8	14,82	
Capacidad de los docentes de manejar las herramientas	Sí	43	79,63	100,00
	No	11	20,37	
Nivel de manejo de las herramientas	Alto	8	14,81	100,00
	Moderado	42	77,78	
	Bajo	4	7,41	

Fuente: Encuesta aplicada en línea.

En la Tabla N° 3, nos revela la realidad de lo que se enfrenta un docente al realizar el teletrabajo, conocer el tiempo que llevan trabajando los docentes de esta Institución de Educación Superior, evidencia que el 46,30% de los docentes llevan trabajando en la Institución entre 1 a 5 años, coincidiendo con estadísticas antes mencionadas en que su mayoría son del género femenino, que muchas veces podría ser considerado como exceso de carga laboral incrementándose el estrés y la fatiga social, y emocional ya que el incremento de las actividades por ende exige una demanda física y mental que repercute en su desempeño, a esto se suma el tiempo de dedicación de los docentes, donde se evidencia que el 55,56 % de ellos trabajan a tiempo completo, lo que conlleva a que requerir más horas diarias de trabajo junto a la plataforma virtual, razón que al estar demasiado tiempo frente a un ordenador el docente se expone a riesgos ergonómicos, ocasionando trastornos musculoesqueléticos o problemas visuales, afectando la salud física del docente, es importante conocer que el 87,04 % de ellos No tiene otro trabajo, lo que indica que la mayor parte de los docentes están dedicados por completo a la docencia, mientras que los docentes que tienen otro trabajo se les incrementa el riesgo de enfermarse o estar expuesto a COVID-19 y producto a ello repercutiren las funciones laborales como docente, asimismo el incremento de trabajo u horas extracurriculares, lo que causa al mismo tiempo sensación de ansiedad y depresión orillándonos a sufrir riesgos ocupacionales.

Este estudio también revela que el 83,33 % de los docentes sí se vio afectado en sus ingresos económicos por la situación actual de COVID-19, por lo que se convierte en un riesgo mental lleno de mucha preocupación y desespero, ya que no solo es una crisis sanitaria si no también una crisis social y económica de los cuales nos hace vulnerables como personas, es importante recalcar que el 91% de los docentes sienten que el trabajar

en casa trabajan más, a pesar de que la percepción laboral es alta en los docentes, el teletrabajo no solo trajo consigo la percepción de más trabajo y más horas invertidas en las actividades laborales si no también la carga conjunta de actividades del hogar.

Tabla N°4. Fatiga Mental en los docentes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Manabí

VARIABLE	ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE	%
Dificultad para pensar y nerviosismo	Siempre	33	61,11	100,00
	Ocasionalmente	17	31,48	
	Nunca	4	7,41	
Autopercepción de cansancio al hablar	Siempre	24	44,45	100,00
	Ocasionalmente	18	33,33	
	Nunca	12	22,22	
Incapacidad de fijar la atención y sensación de olvido	Siempre	4	7,41	100,00
	Ocasionalmente	36	66,67	
	Nunca	14	25,92	
Falta de confianza y sentimiento de ansiedad	Siempre	16	29,63	100,00
	Ocasionalmente	12	22,22	
	Nunca	26	48,15	
Autopercepción de perder fácilmente la paciencia	Siempre	17	31,48	100,00
	Ocasionalmente	26	48,15	
	Nunca	11	20,37	

Fuente: Encuesta aplicada en línea.

Esta tabla evidencia que el 61,11% de los docentes ocasionalmente sienten dificultad para pensar y nerviosismos a la vez durante sus labores, este síntomas está relacionado a sufrir fatiga mental, además existen diversos factores que nos impide la facilidad de pensar correctamente mientras desempeñamos alguna tarea especial, el estrés, el cansancio y agotamiento son 3 factores importantes que perjudican radicalmente nuestra salud mental durante el teletrabajo.

Tabla N°5. Fatiga Física de los docentes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Manabí.

VARIABLE	ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE	%
Frecuencia de dolor de cabeza, hombros	Siempre	17	31,48	100,00
	Ocasionalmente	28	51,85	

y espalda	Nunca	9	16,67	
Autopercepción de dificultad para respirar	Siempre	7	12,96	100,00
	Ocasionalmente	20	37,04	
	Nunca	27	50	
Autopercepción de Sed, mareos, temblor de parpados	Siempre	14	25,93	100,00
	Ocasionalmente	27	50	
	Nunca	13	24,07	
Autopercepción de voz ronca	Siempre	9	16,67	100,00
	Ocasionalmente	12	22,22	
	Nunca	33	61,11	
Autopercepción de temblor de miembros inferiores	Siempre	4	7,40	100,00
	Ocasionalmente	27	50	
	Nunca	23	42,60	
Autopercepción de sentirse enfermo	Siempre	20	37,04	100,00
	Ocasionalmente	28	51,85	
	Nunca	6	11,11	

Fuente: Encuesta aplicada en línea

Se logró evidenciar que el 51,85 % de los docentes ocasionalmente se sienten enfermos durante las actividades de docencia, estos resultados revelan que el teletrabajo actualmente si influye en la salud llevándolos a sufrir riesgos ocupacionales, dado que la constante presión y exigencias que ejerce el teletrabajo en nuestro país y el mundo demanda en los docentes es de mayor desgaste físico como mental, incrementando síntomas cada vez más frecuentes como el estrés, ansiedad, agotamiento producto del teletrabajo.

Tabla 6. Frecuencia y porcentaje de las respuestas afirmativas a los ítems sobre teletrabajo

VARIABLE	FRECUENCIA		TOTAL	%
	SI	NO		
¿Siente que el teletrabajo es más cansado que el trabajo presencial?	43	11	54	100,00
¿Invierte menos tiempo en el teletrabajo que en la jornada de trabajo presencial?	14	40	54	100,00
¿Está bien definida su jornada de teletrabajo?	23	31	54	100,00
¿Se siente cómodo de trabajar desde su hogar?	16	38	54	100,00
¿El espacio en el que ejecuta el teletrabajo es adecuado?	18	36	54	100,00

Fuente: Encuesta aplicada en línea

Para describir las condiciones de teletrabajo actual, se advirtió que sólo 14 docentes consideran que el teletrabajo requiere menos tiempo que el trabajo presencial. También se preguntó a los participantes con respecto a su opinión sobre el cansancio durante el teletrabajo, lo cual 43 coincidieron que era más cansado que el trabajo presencial, de 54 docentes, 23 consideran que está bien definida su jornada de teletrabajo. Un dato relevante es que 38 docentes no están cómodos trabajando desde el hogar. Por último, 36 docentes manifestaron que el espacio en el que ejecutan el teletrabajo (hogar) es inadecuado. Los docentes que ejercen el teletrabajo a tiempo completo están más expuestos a sufrir riesgos ergonómicos por el mobiliario no idóneo, y posturas no adecuadas, producto a ello se incrementan dolores lumbares y cervicales por el número de horas excesivas en el teletrabajador ocasionando el aumento de lesiones musculoesqueléticas.

Tabla N°7. Exigencias físicas del teletrabajo en los docentes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Manabí.

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Muy bajas	0	0
Bajas	1	1,85
Moderadas	11	20,37
Altas	12	22,22
Muy altas	30	55,56
TOTAL	54	100

Fuente: Encuesta aplicada en línea

Las exigencias físicas en el teletrabajo son muy altas, estos datos revelan que los docentes están físicamente expuestos a una serie de riesgos ergonómicos que contribuyen a deteriorar su salud.

Tabla N° 8. Aspectos de salud afectados por el teletrabajo en los docentes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Manabí.

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Aspecto Físico	24	44,44
Aspecto Mental	30	55,56

Fuente: Encuesta aplicada en línea

La salud mental de los docentes se ve más afectada, dejando claro que el teletrabajo sí influye en un 55,56% en la salud ocupacional del docente, dado que, se encuentran expuestos a múltiples factores de riesgos ocasionados por el entorno laboral siendo los problemas musculoesqueléticos la principal causa de ello.

DISCUSIÓN

A pesar de que se ha investigado sobre este tema y la inclusión de esta modalidad laboral, se observó durante la revisión que aún falta más literatura y más interés de los entes gubernamentales en cuanto a la regulación jurídica, legal y la implementación de medidas de seguridad tanto para el teletrabajo en general como para los teletrabajadores que realizan labores específicas. (Muchinsky, 1993) Sin embargo, también se identificó que en cuanto a la salud de los teletrabajadores y a sus riesgos, son las instituciones las que asumen en la mayoría de casos, aunque aún hay aspectos en los cuales los estudios son muy pocos para la magnitud de la problemática de los teletrabajadores como, por ejemplo, los problemas que se generan por aislamiento, conductas de adicción al trabajo y demás problemáticas asociadas al riesgo psicosocial, que si bien en muchas ocasiones no son fáciles de identificar en un trabajador en condiciones normales, en un teletrabajador su identificación y tratamiento puede llegar a ser más complejo (Cabanillas Moruno, 2017) En un Artículo Científico de la Universidad Tecnológica Equinoccial titulado “Teletrabajo desde el Hogar” publicado en el año 2020, Washington Santillán Marroquín, menciona que la Pandemia dio lugar a muchos cambios en el convivir diario, uno de los principales tiene que ver con el aislamiento, en donde las personas y sus familias permanecen en sus casas para no estar expuestos al COVID-19, se sugiere que el lugar donde se desempeñen funciones laborales sea aquello que uno como trabajador sea capaz de ambientar al puesto de trabajo, y que no se encuentre limitado a estar en zona incompatible con la comodidad en beneficio de su salud, dado esto, el tener una zona propia propicia al trabajador diversos factores que son posibles para trabajar desde casa: se constata que factores como el acceso a Internet de banda ancha y la probabilidad de que las personas posean una computadora personal, sean determinantes importantes para trabajar desde el hogar, mientras que aquellos que no posean dichos factores tienen menos posibilidades de hacerlo. (Santillán-Marroquín, 2021)

Por otra parte, falta dar más importancia a la regulación legal y jurídica para la implementación del teletrabajo; en muchos de los países donde se realizaron las investigaciones y estudios aún no se ha definido el teletrabajo como una relación laboral, evidenciando como el sector educativo, por su necesidad de cambio e innovación (Hernández Herrera, 2021). Si se determinara con claridad el marco legal para el teletrabajo, se requeriría establecer aspectos contractuales, responsabilidades de las instituciones educativas, definición de horarios y tiempos máximos de trabajo,

condiciones de salud y seguridad, la vigilancia y acompañamiento de los trabajadores; asimismo, la necesidad de crear capacitaciones específicas para el teletrabajador en materia de autocuidado de la salud y prevención de riesgos, como también en aspectos inherentes a su labor, autocontrol, manejo del tiempo de trabajo y tiempo libre; a su vez, orientar a las instituciones a que adopten esta modalidad laboral, a fin de que puedan crear planes y estrategias para el manejo de su personal y control de la salud y la seguridad de sus trabajadores, con el fin de lograr la eficacia al momento de cumplir estos propósitos (Feldman & Blanco, 2021)

En un Artículo Científico publicado en el año 2020 titulado “Influencia del Estrés Laboral en el Desempeño de las Actividades de los Docentes en tiempos de Pandemia” Marco Antonio Ramos Rúales autor señala que la docencia ha sido considerada como una profesión estresante debido a la responsabilidad y compromiso que entregan los profesionales a favor de la educación. (Basset Machado & Estévez Ramos, 2012)

Esta crisis permite y motiva a la reflexión sobre el uso de las nuevas tecnologías como herramientas necesarias e imprescindibles en el nuevo escenario de enseñanza aprendizaje presentado (López, Nagham Ngwessitcheu, M., & Vázquez Ubago, 2014)

Según un modelo pedagógico denominado conectivismo, el mundo actual demanda docentes y estudiantes cuya educación se base en la conexión a internet. No obstante, debe ir más allá de considerar solo las herramientas digitales disponibles para hacer posible la educación. En tal sentido, queda demostrado que el docente juega un rol preponderante en la interacción social que tienen los individuos y la sociedad en general, por lo que es urgente monitorear su salud física y mental en términos de agotamiento (Secretaría de Gestión de Riesgos, 2017)

CONCLUSIONES

- El impacto ocupacional del trabajo remoto en docentes durante la emergencia sanitaria en la institución, fue más positivo que negativo para la mayoría de los profesores, los factores psicosociales/ambientales que interfirieron el desempeño docente hasta ahora de lo que llevamos de pandemia, fueron la rutina diaria, la percepción del ambiente físico, la falta de ejercicio físico y sobretodo el reconocimiento del exceso de carga laboral.

- Es importante generar propuestas en torno a la reducción de la fatiga especialmente en los docentes que presentan niveles severos. En este caso, se recomienda trabajar especialmente con aquellos que tienen cargas familiares como hijos pequeños, así como con los docentes que han ingresado a la tercera edad. Sería importante que en ellos se disminuya la carga laboral pues la fatiga podría disminuir su desempeño docente y afectar por ende su salud.
- Una detección precoz de los estados iniciales de estrés y Burnout que están íntimamente relacionados con el absentismo, ausentismo laboral de tipo psiquiátrico. Esto potenciaría una mejor salud mental del docente y una disminución del gasto personal y económico que en la actualidad padece gran parte de las instituciones de educación en el país.

REFERENCIAS

- Basset Machado, I., & Estévez Ramos, R. A. (2012). Síndrome de Burnout en el personal docente de enfermería. *Enfermería Neurologica*, 14. Recuperado el 19 de 08 de 2021, de <https://www.medigraphic.com/pdfs/enfneu/ene-2012/ene121h.pdf>
- Feldman, L., & Blanco, G. (2021). Una aproximación al estudio de los factores psicosociales laborales en Venezuela. *Scielo*, 9. Recuperado el 20 de 08 de 2021, de http://ve.scielo.org/scielo.php?pid=S1315-01382012000100007&script=sci_arttext
- García Castro, C. M., & Muñoz Sánchez, A. I. (2013). Salud y trabajo de docentes de instituciones educativas distritales de la localidad uno de Bogotá. *Scielo*, 13. Recuperado el 17 de 08 de 2021, de <http://www.scielo.org.co/pdf/aven/v31n2/v31n2a04.pdf>
- Hernández Herrera, C. A. (2021). La motivación y satisfacción laboral de los docentes en dos instituciones de enseñanza media superior. *Scielo*, 12. Recuperado el 20 de 08 de 2021, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2448-76782011000200069&script=sci_arttext
- Lujano García, E., & Monroy Bejarano, Y. N. (2021). *Factores de Riesgo Psicosocial Asociados al Teletrabajo, en Profesores del Colegio*. Universidad cooperativa de Colombia, Villavicencio. Recuperado el 17 de 08 de 2021, de https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/33169/2/2021_riesgo_psicosocial_teletrabajo.pdf

- Ortega Alarcón, J. A. (2020). Importancia de la seguridad de los trabajadores en el cumplimiento de procesos, procedimientos y funciones. *Dialnet*, 12. Recuperado el 20 de 08 de 2021, de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6713605>
- Santillán-Marroquín, W. (2021). El teletrabajo en el COVID-19. *CienciAmérica*, 15. Recuperado el 8 de 08 de 2021, de <http://cienciamerica.uti.edu.ec/openjournal/index.php/uti/article/view/289>
- Terán Villacís, D. A., Córdova Suárez, M. A., Muquinche Puca, J. P., & Gordón Villalba, P. d. (2021). Evaluation of the mental burden and fatigue in teachers by teleworking caused by covid-19. *Ciencia Digital*, 12. doi:<http://dx.doi.org/10.33262/cienciadigital.v5i1.1515>
- Cabanillas Moruno, J. L. (2017). Salud laboral: conceptos y técnicas para la prevención de riesgos laborales. *Scielo*, 11. Recuperado el 20 de 08 de 2021, de https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57272007000300009
- García Salirrosas, E. E., & Sánchez-Poma, R. A. (2020). Prevalencia de trastornos musculoesqueléticos en docentes universitarios que realizan teletrabajo en tiempos de COVID-19. *Scielo*, 9. Recuperado el 20 de 08 de 2021, de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1025-55832020000300301&script=sci_arttext&tlng=en
- Lagoueyte Gómez, M. I. (2015). El cuidado de enfermería a los Grupos Humanos. *Revista de la Universidad Industrial de Santander. Salud*. Recuperado el 18 de 11 de 2020, de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-08072015000200013
- López , N. W., Nagham Ngwessitchou, C., M , S., & Vázquez Ubago, M. (2014). Teletrabajo, un enfoque desde la perspectiva de la salud laboral. *Scielo*, 11. doi:<https://dx.doi.org/10.4321/S0465-546X2014000300009>
- Méndez, E., Figueredo, C., & Chirinos, E. (2020). Cultura preventiva del riesgo laboral del docente. *Redalyc*. Recuperado el 20 de 08 de 2021, de <https://www.redalyc.org/pdf/904/90418851006.pdf>
- Molina Bravo, M. E. (2021). *Teletrabajo y los riesgos psicosociales en la salud de los trabajadores*. Universidad San Gregorio de Portoviejo, Portoviejo. Recuperado el

- 19 de 08 de 2021, de <http://repositorio.sangregorio.edu.ec/bitstream/123456789/2058/1/TELETRABAJO%20Y%20LOS%20RIESGOS%20PSICOSOCIALES%20EN%20LA%20SALUD%20DE%20LOS%20TRABAJADORES.pdf>
- Muchinsky, P. (1993). Psicología aplicada al trabajo: Introducción a la psicología industrial y organizacional. *Psicología Aplicada*, 10. Recuperado el 19 de 02 de 2021, de <https://psycnet.apa.org/record/1993-99126-000>
- Rivera Porras, D. A., Carrillo Sierra, S. M., & Forgiony Santos, J. O. (2018). Fortalecimiento del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo en el Ámbito Psicosocial desde la Perspectiva del Marco Lógico. *Revista Científica Simon Bolívar*, 16. Recuperado el 20 de 08 de 2021, de <http://bonga.unisimon.edu.co/handle/20.500.12442/2307>
- Rodríguez Arboleda, V. E., & Cevallos Jarro, H. Y. (2019). *Diseño de una política de seguridad de la información para el área de TICS del Instituto Tecnológico Superior Central Técnico , basado en la norma de seguridad ISO/IEC 27002:2013*. Universidad Internacional SEK, Ecuador. Recuperado el 20 de 08 de 2021, de <https://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/3320>
- Secretaria de Gestion de Riesgos. (2017). *Manual del Comité de Operaciones Especiales*. Secretaria de Gestion de Riesgos, Quito. Recuperado el 23 de 02 de 2021, de <https://www.gestionderiesgos.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/09/Manual-del-COE.pdf>
- Stolkiner, A. (2008). Tiempos posmodernos ': ajuste y salud mental'. *Digital Repository*, 14. Recuperado el 17 de 08 de 2021, de https://digitalrepository.unm.edu/lasm_es/298/
- Teran Villacis, D. A. (2021). *valuacion de la craga y fatiga mental en docentespor teletrabajo a causa del Covid-19*. UNIVERSIDAD REGIONAL AUTÓNOMA DE LOS ANDES UNIANDES, Quito. Recuperado el 17 de 08 de 2021, de <https://dspace.uniandes.edu.ec/bitstream/123456789/12642/1/UTACMSAOC009-2021.pdf>