



UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA

SEDE QUITO

CARRERA DE PSICOLOGÍA

**"TELETRABAJO EN DOCENTES UNIVERSITARIOS DEL ECUADOR, UN
ESTUDIO CON REFERENCIA A LA PANDEMIA DEL 2020"**

Trabajo de titulación previo a la obtención del

Título de Licenciadas en Psicología

AUTOR: Joselyn Vanessa Naranjo Rojas

AUTOR: Ana Fernanda Terán Gallardo

TUTORA: Ximena Alexandra Ramírez Ocaña

Quito - Ecuador

2022

**CERTIFICADO DE RESPONSABILIDAD Y AUTORÍA DEL TRABAJO DE
TITULACIÓN**

Nosotras, **Joselyn Vanessa Naranjo Rojas** con el documento de identificación N° **1750268151**
y **Ana Fernanda Terán Gallardo** con el documento de identificación N° **1754487328**
manifestamos que:

Somos las autoras y responsables del presente trabajo; y, autorizamos a que sin fines de lucro
la Universidad Politécnica Salesiana pueda usar, difundir, reproducir o publicar de manera total
o parcial el presente trabajo de titulación.

Quito, 15 de marzo del año 2022

Atentamente,



Joselyn Vanessa Naranjo Rojas

1750268151



Ana Fernanda Terán Gallardo

1754487328

**CERTIFICADO DE CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE
TITULACIÓN A LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA.**

Nosotras, **Joselyn Vanessa Naranjo Rojas** con el documento de identificación N° **1750268151** y **Ana Fernanda Terán Gallardo** con el documento de identificación N° **1754487328** expresamos nuestra voluntad y por medio del presente documento cedemos a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que somos las autoras de la sistematización de experiencias prácticas de investigación y/o intervención: **“Teletrabajo en docentes universitarios del Ecuador, un estudio con referencia a la pandemia del 2020”**, el cual ha sido desarrollado para optar por el título de: **Licenciadas en Psicología**, en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En concordancia con lo manifestado, suscribimos este documento en el momento que hacemos la entrega del trabajo final en formato digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, 15 de marzo del año 2022

Atentamente,



Joselyn Vanessa Naranjo Rojas

1750268151



Ana Fernanda Terán Gallardo

1754487328

CERTIFICADO DE DIRECCIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, **Ximena Alexandra Ramírez Ocaña** con documento de identificación N° **1716245822**, docente de la Universidad Politécnica Salesiana, declaro que bajo mi tutoría fue desarrollado el trabajo de titulación: "**TELETRABAJO EN DOCENTES UNIVERSITARIOS DEL ECUADOR, UN ESTUDIO CON REFERENCIA A LA PANDEMIA DEL 2020**", realizado por **Joselyn Vanessa Naranjo Rojas** con documento de identificación N° **1750268151** y por **Ana Fernanda Terán Gallardo** con documento de identificación N° **1754487328**, obteniendo como resultado final el trabajo de titulación bajo la opción **Sistematización de experiencias prácticas de investigación y/o intervención** que cumple con todos los requisitos determinados por la Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, 15 de marzo del año 2022

Atentamente,



Ximena Ramírez Ocaña

1716245822

En el 2017 una nueva historia se comenzó a escribir y hoy después de 4 años y medio está llegando a su capítulo final, es así como quiero extender un agradecimiento a las personas que durante todo este tiempo formaron parte de este camino. Agradezco a mis padres **Amanda Rojas** y **Raúl Naranjo** quienes han guiado mi caminar y me han permitido crecer a mi manera para que hoy pueda culminar esta etapa de mi vida; a mi sista, **Yanara Naranjo** la base fundamental de mi vida, quien me recuerda las cosas que puedo llegar a hacer aun cuando yo no las crea ¡Gracias por eso, Te amo!; a mis amigos de la universidad con quienes compartí los mejores momentos de la carrera.

- Vanessa Naranjo

Nosotras queremos presentar nuestro agradecimiento a la Magister Ximena Ramírez una de las mejores docentes que pudimos conocer al final de la carrera y quien a pesar de las limitaciones del tiempo supo brindarnos su predisposición para la ejecución de este trabajo de titulación.

Profe gracias por la paciencia.

Resumen

La pandemia de Covid-19 ocurrida a inicios del 2020 en el Ecuador generó que las modalidades de trabajo cambien de una manera abrupta sobre todo en el área de la docencia universitaria pues se encontraban iniciando el periodo académico y las cátedras no podían detenerse, el objetivo de esta investigación fue identificar las consecuencias del teletrabajo en la salud laboral de los docentes universitarios del Ecuador en el contexto de la pandemia del 2020; al mismo tiempo se veía reflejada la problemática con respecto a la falta de conocimiento de la modalidad sobre todo con relación al uso de tecnologías de la información y comunicación (TICs), la falta de instalaciones e implementación adecuadas para el desarrollo de la modalidad generando consecuencias físicas (problemas ergonómicos, visuales, trastornos musculoesqueléticos) y consecuencias psicosociales (problemas para dormir, estrés laboral y aislamiento social). Esta sistematización se emplea bajo un enfoque cualitativo- interpretativo con un diseño no experimental de carácter exploratorio, simultáneamente para la organización de la información se utilizó la metodología PRISMA, la cual nos dejó evidenciar la similitud de nuestro tema de investigación con las temáticas, problemáticas, metodologías y posibles soluciones que los artículos científicos, tesis y bibliografías planteaban; finalmente como producto de esta investigación de sistematización se pudo obtener pautas y recomendaciones para prevenir los riesgos laborales físicos, ergonómicos y psicosociales de teletrabajadores en contexto universitario.

Palabras claves: teletrabajo, pandemia, docentes universitarios, problemas físicos y psicosociales.

Abstract

The pandemic of Covid-19 occurred at the beginning of 2020 in Ecuador generated that the modalities of work change in an abrupt way especially in the area of university teaching because they were starting the academic period and the chairs could not stop, the objective of this research was to identify the consequences of telework in the occupational health of university teachers in Ecuador in the context of the pandemic of 2020; at the same time was reflected the problem with respect to the lack of knowledge of the modality especially in relation to the use of information and communication technologies (ICTs), the lack of facilities and adequate implementation for the development of the modality generating physical consequences (ergonomic problems, visual, musculoskeletal disorders) and psychosocial consequences (sleep problems, work stress and social isolation). This systematization is used under a qualitative-interpretative approach with a non-experimental design of exploratory character, simultaneously for the organization of the information was used the PRISMA methodology, which let us evidence the similarity of our research topic with the themes, problems, methodologies and possible solutions that scientific articles, theses and bibliographies raised; finally as a product of this systematization research could obtain guidelines and recommendations to prevent the physical, ergonomic and psychosocial occupational hazards of teleworkers in university context.

Keys words: telework, pandemic, university teachers, physical and psychosocial problems.

Índice de contenido

Índice de tablas

Índice de figuras

Índice de anexos

Primera parte	1
1. Datos informativos del proyecto	1
1.1. Nombre de la práctica de investigación	1
1.2. Tema que aborda la experiencia	1
1.3. Localización	1
2. Objetivo	1
3. Eje de la investigación	1
4. Objeto de la práctica de investigación	3
5. Metodología	4
6. Preguntas claves	6
6.1 Preguntas de inicio.	6
6.2. Preguntas interpretativas.	6
6.3. Preguntas de cierre.	6
7. Organización y procesamiento de la información	7
8. Análisis de la información	10
Segunda parte	24
1. Justificación	24
2. Caracterización de los beneficiarios	25
3. Interpretación	25
4. Principales logros del aprendizaje	37
5. Conclusiones	41
6. Recomendaciones	42
7. Referencias	44
8. Anexos	50

Índice de tablas

<i>Tabla 1: Criterios de inclusión y exclusión</i>	9
<i>Tabla 2: MORA para la descripción y análisis de documentos</i>	10
<i>Tabla 3: MORA para la descripción y análisis de documentos (continuación)</i>	11
<i>Tabla 4: MORA para la descripción y análisis de documentos (continuación)</i>	12
<i>Tabla 5: MORA para la descripción y análisis de documentos (continuación)</i>	13
<i>Tabla 6: MORA para la descripción y análisis de documentos (continuación)</i>	14
<i>Tabla 7: MORA para la descripción y análisis de documentos (continuación)</i>	15
<i>Tabla 8: MORA para la descripción y análisis de documentos (continuación)</i>	16
<i>Tabla 9: MORA para la descripción y análisis de documentos (continuación)</i>	17
<i>Tabla 10: MORA para la descripción y análisis de documentos (continuación)</i>	18
<i>Tabla 11: MORA para la descripción y análisis de documentos (continuación)</i>	19
<i>Tabla 12: MORA para la descripción y análisis de documentos</i>	20
<i>Tabla 13: Condiciones adecuadas para la prevención de riesgos laborales físicos</i>	32
<i>Tabla 14: Condiciones adecuadas para la prevención de riesgos laborales físicos</i> <i>(continuación)</i>	33
<i>Tabla 15: Condiciones adecuadas para la prevención de riesgos laborales físicos</i>	34
<i>Tabla 16: Recomendaciones para la prevención de riesgos laborales psicosociales</i>	35
<i>Tabla 17: Recomendaciones para la prevención de riesgos laborales psicosociales</i> <i>(continuación)</i>	36

Índice de figuras

<i>Figura 1: Temáticas</i>	21
<i>Figura 2: Formulación de la problemática</i>	22
<i>Figura 3: Soluciones propuestas</i>	23
<i>Figura 4: Posición correcta al realizar teletrabajo</i>	34

Índice de anexos

<i>Anexo 1: Matriz del estado del arte</i>	48
---	-----------

Primera parte

1. Datos informativos del proyecto

1.1. Nombre de la práctica de investigación

Teletrabajo en docentes universitarios del Ecuador, un estudio con referencia a la pandemia del 2020.

1.2. Tema que aborda la experiencia

Aborda la experiencia psicosocial enmarcada en la psicología laboral organizacional, enfocada en la salud laboral de los docentes universitarios, en modalidad de teletrabajo durante la pandemia.

1.3. Localización

Quito - Ecuador.

2. Objetivo

Identificar las consecuencias del teletrabajo en la salud laboral de los docentes universitarios del Ecuador en el contexto de la pandemia del 2020.

3. Eje de la investigación

El eje seleccionado para esta sistematización es un eje interpretativo donde según de Pacheco (2016), se rechaza la idea de estudiar las ciencias sociales con la misma racionalidad que se estudian las ciencias naturales; sino más bien se basa en la comprensión, interpretación, y/o construcción de la realidad como una “verdad relativa”, entendiéndose a esta como un axioma que comprende de una manera subjetiva las realidades múltiples, holísticas y que se construyen a partir de los contextos sociales, políticos o históricos en los que se desenvuelven los fenómenos (González, 2009).

Este enfoque interpretativo se lo va a ver desde 3 tipos de dimensiones que permitirá tener una mayor comprensión es así que abordaremos la dimensión ontológica la cual beneficiará a dar respuestas razonables ayudará a proporcionar elementos necesarios como

respuestas razonables ante las preguntas, con grandes visiones como constructivista, holística, divergente, y múltiples; la dimensión epistemológica, la cual pretende encontrar cuál es la naturaleza de la relación de quién busca conocer y lo que puede ser conocido junto a la interacción activa del sujeto, objeto y fenómeno donde se mantendrá una relación inseparable y; la dimensión axiológica la cual propone un rol de valores los cuales influyen en la solución del problema, la teoría y el método de análisis realizado (López, 2012).

Desde el punto de vista como investigadores interpretativos se quiere analizar los cambios y la intensificación de las consecuencias que el teletrabajo deja, entendiendo que esta modalidad apareció en la crisis petrolera de 1973 en Estados Unidos, pero debido al paso del tiempo y específicamente a causa la pandemia generada por Covid-19 se ha vuelto el método de trabajo más usado por los docentes universitarios y demás empleados.

Los primeros indicios de SARS-CoV-2 o comúnmente llamado Covid-19 aparecieron en la ciudad de Wuhan a finales del mes de diciembre de 2019 y se extendió a todo el mundo a inicios del 2020 ocasionando una severa crisis económica, social y de salud nunca antes vista (Maguiña, Gastelo y Tequen, 2020). El primer caso de SARS-CoV-2 detectado en Ecuador fue en la ciudad de Guayaquil en marzo de 2020, como medida para contener la propagación el expresidente de la República Lenin Moreno decretó confinamiento y cese de las actividades laborales en modalidad presencial, en consecuencia esta medida supuso una amenaza a la estabilidad económica y la permanencia de muchos empleados en sus puestos de trabajo (Chauca, 2021).

El sector de la docencia universitaria se vio en la obligación de generar una rápida adaptación para continuar con el proceso formativo y de aprendizaje de los estudiantes durante el confinamiento (Quiroz y Vega, 2020); a fin de evitar la deserción académica por falta de iniciativa en la ejecución de cátedras de las diferentes universidades.

Esta nueva adaptación dio paso a nuevas cargas laborales y un mayor uso de tecnologías de la información y la comunicación (TICs) en los docentes manifestando riesgos psicosociales, repercusiones en la organización del tiempo en su vida familiar - laboral y la relación alumno - maestro (Meo y Dabenigno, 2021); de la misma manera puede producir problemas por el aislamiento social, la disminución del apoyo por parte de la organización en la supervisión y control del trabajo (Monroy y Lujano, 2021).

La motivación de los trabajadores es una parte fundamental para que por voluntad propia se dé el cumplimiento y desarrollo de los objetivos propuestos (Cueva Cerdán, 2018), y básicamente es así como se consigue el sentimiento de ser parte valiosa y fundamental del lugar; así mismo al saber que su puesto de trabajo se encuentra en un clima laboral apto.

Existen necesidades que ayudarán a influir en el desempeño personal y laboral de los trabajadores y con el objetivo de llegar a los niveles de exigencia propios. Ramírez (2012), realiza una interpretación de la teoría de las necesidades de David McClelland la misma que se tomara como base pertinente del trabajo de sistematización donde se da a entender que los seres humanos en el ámbito laboral se ven regidos bajo necesidades que ayudan al cumplimiento y la motivación, estas se representan en la necesidad de logro que busca la eficacia en la resolución de problemas, alcanzar metas o el éxito en situaciones difíciles; la necesidad de afiliación se caracteriza por ser bien aceptado y pertenecer a un grupo social, se opta por la colaboración antes que por la competencia; y la necesidad de poder se ve reflejado en quienes logran tener un impacto vívido en los demás, sienten satisfacción en situaciones de competición.

4. Objeto de la práctica de investigación

El objeto de estudio en esta revisión sistemática está dirigido al teletrabajo en docentes universitarios en el contexto de la pandemia, esta temática tuvo mayor amplitud puesto que la sociedad se vio afectada por las normativas del COE nacional de un

confinamiento total transformando la vida del colectivo más que nada el de la educación superior a su vez enfocándose en el uso de las herramientas tecnológicas exigiendo esta competencia para la formación de las clases netamente virtuales en cuanto a la utilidad progresiva sin que el uso intensivo y desmedido afecte al docente en aspectos físicos y psicosociales “porque se requiere atender a las necesidades de cada uno de los docentes en la competencia digital para interactuar adecuadamente con los estudiantes en modalidad virtual a distancia” (Monzón, 2020).

Con base en lo mencionado, fue pertinente plantear la pregunta que direccionó el trabajo de investigación.

¿Cuáles son las repercusiones laborales que los docentes universitarios en Ecuador presentaron al realizar teletrabajo en la pandemia del 2020?

5. Metodología

La sistematización de este proyecto se manejó bajo un enfoque cualitativo - interpretativo, el mismo que se alinea al eje de sistematización; y siguiendo a Fernández, Baptista y Hernández (2014), este enfoque produce resultados descriptivos que se generan con base en la realidad cambiante por la observación; pretende describir, comprender e interpretar los fenómenos por medio de las percepciones y significados producidos por las experiencias; así mismo maneja una lógica inductiva, yendo de lo particular a lo general de los datos observados/percibidos admitiendo la subjetividad.

La investigación maneja un diseño no-experimental, de carácter exploratorio que tiene como fin el estudio de variables independiente que ya ocurrieron y donde el investigador no tuvo control directo sobre las mismas (Agudelo, Aigner y Restrepo, 2008); así mismo este

diseño es de carácter más flexible en el proceso de desarrollo, se conocen las causas de las variables pero se estudian los efectos que dejaron.

De la misma manera para la organización de la información se decidió usar la metodología PRISMA o también llamada declaración PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses*) según explica Rodrigo (2012), esta metodología fue publicada en julio de 2009, como una actualización y ampliación de QUOROM con fines más pedagógicos y es aplicable a todo tipo de revisiones sistemáticas, no se limita a los meta análisis constituyéndose como una herramienta para contribuir a mejorar la claridad y la transparencia en la publicación de revisiones sistemáticas.

Según Page et al (2020), la declaración PRISMA tiene el potencial de beneficiar a muchos grupos de interés debido a que las publicaciones completas de revisiones sistemáticas permiten a los lectores evaluar la idoneidad de los métodos y, por lo tanto, la fiabilidad de los hallazgos contribuye a una síntesis que permite a los responsables de generar políticas públicas que se enfoquen en el bienestar del teletrabajador

El proyecto de investigación contó con una población de 66 artículos científicos los mismos pasaron por un proceso de lectura rápida de los resúmenes, la introducción y las palabras claves con el fin de empezar a reducir la cantidad de artículos, libros o proyectos de grado; de la misma manera como otro método de descarte se aplicaron criterios de inclusión y exclusión explicados en el apartado de organización de la información de esta manera se pudo contar con una muestra definitiva de 36 documentos entre artículos científicos, libros y proyectos de grado universitario o de posgrado; la exploración y análisis de los textos científicos fue realizada entre diciembre de 2021 y enero de 2022.

Una parte fundamental del proyecto fue el uso de la herramienta MORA (véase Tabla 2) en la cual se clasifica, analiza e interpreta de forma exhaustiva los diferentes artículos científicos utilizados a lo largo del documento.

6. Preguntas claves

El planteamiento de las siguientes preguntas permite al investigador direccionar de forma más clara el actuar del trabajo, procurando una mejor comprensión del proyecto a ser sistematizado desde su planificación hasta la consecución:

6.1 Preguntas de inicio.

¿Cuál es el impacto que tendrá el análisis de información con respecto al teletrabajo en docentes universitarios?

¿Cuáles son los aspectos negativos que afectan al teletrabajador?

¿Cuál es la importancia del manejo de las TICs en la actualidad para los docentes universitarios?

6.2. Preguntas interpretativas.

¿Cuáles son las políticas del teletrabajo que se emplean en nuestro país?

¿Cuáles son las nuevas adaptaciones que enfrentan los docentes en el teletrabajo?

¿En qué medida afecta el teletrabajo en el ámbito psicosocial y en la salud física?

6.3. Preguntas de cierre.

¿Qué impacto tuvo el manejo de las herramientas tecnológicas, en los docentes universitarios?

¿Qué se pudo prevenir para mejorar la condición laboral del docente universitario en el teletrabajo?

¿Cómo se puede mejorar las condiciones laborales que dejó la pandemia en los docentes universitarios?

7. Organización y procesamiento de la información

Para la organización de la información se utilizó la metodología PRISMA la cual permite buscar los diferentes documentos en diferentes bases de datos como: Redalyc, ResearchGate, Scielo, Dialnet, Google Académico y ciertos repositorios digitales a fin de obtener artículos científicos que generen confiabilidad y brinden mejores resultados.

Para la obtención de los diferentes artículos se utilizaron palabra claves como: “Paradigma interpretativo”, “dimensiones del paradigma”, “ontología en la investigación”, “epistemología en la investigación”, “axiología en la investigación”, “Teoría de David McClelland”, “Necesidades en el trabajador”, “metodología cualitativa”; “aportes cualitativos”; “Trabajo”, “Desarrollo del trabajo”, “Trabajo antes y después”, “El trabajo en el siglo XXI”, “Trabajo y su definición”, “Trabajo en la actualidad”, “Trabajo asalariado”, “Teletrabajo”, “Como surgió el teletrabajo”, “Trabajo a distancia”, “Teletrabajo antes y después”, “Teletrabajador”, “Teletrabajo en Ecuador”, “Relación teletrabajador y empleador”, “Pandemia”, “Pandemia 2020”, “Covid-19”, “SARS-CoV-2”, “Coronavirus en Ecuador”, “Ministerio de Salud Pública y la pandemia”, “Estado de excepción en Ecuador por la pandemia del 2020”, “Consecuencias del teletrabajo en docentes”, “Teletrabajo en docentes”, “Teletrabajo en docentes universitarios”, “Docentes y el Covid-19”, “Docentes universitarios y pandemia 2020”, “Salud laboral”, “Calidad del ambiente físico en el teletrabajo”, “Estabilidad laboral en el teletrabajo”, “Teletrabajo y salud”, “Covid-19 en Ecuador”, “Riesgos del uso de dispositivos electrónicos en docentes universitarios”, “Docentes universitarios y sus nuevos problemas en la pandemia del 2020”, “Uso prolongado de las TICs en docente”, “Riesgos psicosociales”, “Riesgos físicos”, “afecciones oculares”, “riesgos psicosociales en el teletrabajo”, “Estrés laboral”, “Tecnoestrés”, “Prevención de riesgos físicos” y se realizó una pequeña búsqueda con caracteres en inglés, para esto se usaron

palabras como: “Teleworking”, “Healthy and Teleworking”, “Teleworking during the covid-19 crisis”, “Telework and health effects”.

Así también, para que la búsqueda se apegue a los objetivos de la investigación se establecieron criterios de inclusión y exclusión, tal como se observa en la siguiente tabla:

Tabla 1:

Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión	Criterios de exclusión
Artículos de revistas con fechas de publicación entre 2011 - 2021.	Artículos de revistas con fecha de publicación menor a enero de 2011.
Libros o resúmenes de libros referentes al tema sin excepción de la fecha de publicación	Extractos de documentos que no contengan autor, fecha, nombre del documento.
Proyectos de grado que contengan o sean referentes en un 50% al tema en cuestión.	Proyectos finales de grado que contengan o sean referentes del tema en cuestión sea menor al 50%.
Documentos con datos cualitativos.	Documentos con idioma diferente al inglés y español.
Documentos en idioma español o inglés.	Documentos que se encuentren en sitios buscadores académicos, repositorios digitales.
Documentos descargables.	Documentos que se encuentren en sitios diferentes a los buscadores académicos, repositorios digitales como en sitios de redes sociales, páginas libres de editar de internet.
Documentos que estén dentro de los buscadores académicos, repositorios digitales.	Documentos que no tengan nada de referencia a la pandemia del 2020, teletrabajo en docente universitarios, salud en el teletrabajo de docentes universitarios.
Documentos referentes a la pandemia del 2020, teletrabajo en docente universitarios, salud en el teletrabajo de docentes universitarios.	

Fuente: (Naranjo y Terán, 2022).

8. Análisis de la información

El análisis de la información se la hizo con base en la herramienta de construcción propia denominada como MORA (Metodología, Objetivos, Resultados y Análisis) con esta herramienta se pudo clasificar los artículos científicos basados en el año de publicación, título del documento, autor o autores, la fuente donde se los encontró y el URL se pudo analizar la metodología, el objetivo y los resultados de los artículos con el fin de conocer similitudes, diferencias. Así mismo constatar si el planteamiento de los principales hallazgos permite dar cumplimiento a los objetivos planteados y respuesta a la pregunta de investigación.

Tabla 2:

MORA para la descripción y análisis de documentos

Año	Artículo	Autor/es	Fuente	URL del documento	Metodología	Objetivo	Resultados	Análisis con respecto a la pregunta de investigación
2014	Teletrabajo y su Relación con la Seguridad y Salud en el Trabajo.	Liliana Bonilla Prieto, Diana Plaza Rocha, Gladys Cerquera y Martha Riaño-Casallas	Scielo Ciencia & trabajo	http://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492014000100007	Metodología cualitativa con un diseño no experimental	El artículo busca mostrar cuáles han sido los avances en investigación del teletrabajo, particularmente en lo relacionado con la seguridad y salud en el trabajo.	Como resultado se evidencia la falta de regulación jurídica, legal y medidas de seguridad para la salud del teletrabajador.	El artículo implementa una metodología similar a la de este trabajo y es de ayuda en cuanto a entender cuáles son los motivos por los que se generan afecciones en la salud de los docentes en modalidad de teletrabajo.

Fuente: (Naranjo y Terán, 2022).

Tabla 3:

MORA para la descripción y análisis de documentos (continuación)

Año	Artículo	Autor/es	Fuente	URL del documento	Metodología	Objetivo	Resultados	Análisis con respecto a la pregunta de investigación
2015	Salud y seguridad en el teletrabajo. Caso: Argentina.	Lubiza Osio Havriluk	Redalyc	https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=465545899009	Se realiza un arqueo heurístico de las fuentes	El artículo tiene como objetivo explorar y conocer las experiencias y los logros en el teletrabajo alcanzados por Argentina; enfatizando en la salud y la seguridad.	Se logró definir la adaptación en Latinoamérica del teletrabajo, pero así mismo se generan consecuencias de tipo ergonómicas, psicosociales por falta de regularización de leyes.	Este método abarca la explicación del teletrabajo en el mundo, quien lo regula y el riesgo este análisis se afianza con nuestra metodología puesto que permite construir la realidad del teletrabajador en la docencia.
2018	El teletrabajo en salud laboral.	M ^a Teofila Herrero, José Ignacio Alberich, Alfonso Vicente y Luisa García,	Dialnet	https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6805230#	Investigación cualitativa con un diseño no experimental	La revisión plantea definir conceptos básicos y las clasificaciones más relevantes con relación al teletrabajo; así mismo describir los riesgos laborales asociados a esta modalidad de actividad laboral.	Se plantean resultados de beneficios de seguridad y salud en el teletrabajo cuando las normativas están reguladas y la aparición de riesgos ergonómicos, psicosociales por falta de estas; así como estrés por aislamiento y la complicación de separar la vida familiar de la vida laboral.	Este artículo maneja un diseño e investigación que se relaciona directamente con el trabajo es así como las aportaciones son factibles para entender como el teletrabajo puede generar diversas afecciones a las personas que ejecutan su trabajo bajo esta modalidad.

Fuente: (Naranjo y Terán, 2022).

Tabla 4:

MORA para la descripción y análisis de documentos (continuación)

Año	Artículo	Autor/es	Fuente	URL del documento	Metodología	Objetivo	Resultados	Análisis con respecto a la pregunta de investigación
2020	Formación docente universitaria y crisis sanitaria COVID-19	Noemí Suárez Monzón	Dialnet	https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7746429	Artículo reflexivo no experimental.	Tiene un discurso reflexivo sobre los retos de la formación del docente universitario y las condiciones de virtualización.	Consideran que la transformación del aprendizaje de los docentes universitarios radica en la adaptación de las herramientas tecnológicas y la realidad de los estudiantes.	La metodología de nuestro trabajo comparte el aspecto reflexivo puesto que de esa forma se evidencia la descripción de las variables más frecuentes.
2020	El teletrabajo y su influencia en el bienestar emocional de los docentes en el periodo de confinamiento por el covid-19.	Ginger Lisbeth Quiroz-Zambrano, Jisson Oswaldo Vega-Intriago	Polo del Conocimiento	https://polodiconocimiento.com/ojs/index.php/es/articulo/view/2058	Enfoque correlacional; variable de teletrabajo y bienestar emocional de los docentes.	Establece lo siguiente: determinar la influencia del teletrabajo en el bienestar emocional de los docentes universitarios.	Los indicadores demuestran que el 60% de los participantes tienen burnout y un 14% despersonalización.	En este artículo si hay diferencia puesto que es de aspecto correlacional; y nuestro enfoque es interpretativo.

Fuente: (Naranjo y Terán, 2022).

Tabla 5:

MORA para la descripción y análisis de documentos (continuación)

Año	Artículo	Autor/es	Fuente	URL del documento	Metodología	Objetivo	Resultados	Análisis con respecto a la pregunta de investigación
2020	El nuevo Coronavirus y la pandemia del Covid-19	Ciro Maguiña Vargas; Rosy Gastelo Acosta; Arly Tequen Bernilla	Scielo	http://dx.doi.org/10.20453/rmh.v3i2.3776	Metodología deductiva no experimental enfocada en el desarrollo del Covid-19	Explica la aparición, desarrollo y composición del nuevo coronavirus; la influencia dentro del periodo de la pandemia en el mundo.	El artículo logra explicar las consecuencias que se desencadenan en la salud de las personas y las repercusiones en el sistema de salud que ocurrieron a raíz de la aparición del Covid-19 en el mundo.	Se maneja un enfoque similar al planteado para este proyecto y en base a este artículo se pudo identificar el inicio y desarrollo de la pandemia.
2020	Principales consecuencias para la salud derivadas del uso continuado de nuevos dispositivos electrónicos con PVD.	Eva González-Menéndez, María López-González, Silvia González, Guillermo García y Teresa Álvarez.	Scielo Revista Española de Salud Pública	https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-5727201900100011	Metodología cualitativa con un diseño no experimental	El artículo pretende analizar el impacto del uso de los nuevos dispositivos electrónicos y las tecnologías de la información y la comunicación en el entorno laboral y señalar las principales consecuencias para la salud.	Se demuestra el gran impacto que generó el uso de TICs, y las consecuencias que estas producen a nivel ergonómico, psicosocial y mental.	La metodología guarda relación directa con este trabajo pues se enfoca en el estudio de literatura aportando información clave acerca de las consecuencias que los teletrabajadores padecen por la modalidad y el uso de TICs.

Fuente: (Naranjo y Terán, 2022).

Tabla 6:

MORA para la descripción y análisis de documentos (continuación)

Año	Artículo	Autor/es	Fuente	URL del documento	Metodología	Objetivo	Resultados	Análisis con respecto a la pregunta de investigación
2020	El teletrabajo en el Distrito Metropolitano de Quito (Ecuador): Normativa y características sustanciales.	Miguel Muriel Páez, María Eulalia Chávez, Roberto Apunte, y Roberto Rosales	Revista espacios Researc hgate	http://es.revis taespacios.com/a20v41n17/a20v41n17p07.pdf	Investigación exploratoria de carácter descriptivo, documental y cuantitativo	La investigación tiene como fin analizar la viabilidad de la aplicación de la normativa del teletrabajo en la ciudad de Quito.	Como resultados de esta investigación se da a conocer que en el Ecuador no existe una formalización del teletrabajo; se ha evidenciado una educación digital en los últimos 10 años.	El artículo al ser descriptivo guarda estrecha relación al enfoque interpretativo que se maneja en este trabajo es así como el artículo proporciona información clara en relación al teletrabajo y su viabilidad en el DMQ.
2020	Estudio de los factores de riesgo psicosocial en profesoras de universidades online: Una mirada desde adentro.	Mariluz García-González, Fermín Torrano, Guillermo García-González	Revista de psicología y ciencias afines	doi.org/10.16888/interd.2020.37.1.18	Investigación cuantitativa tomando en cuenta el modelo de Seidman.	El artículo pretende conocer y analizar los principales factores de riesgo psicosocial a los que están expuestas las profesoras que trabajan en universidades online.	Los aspectos más mencionados fueron los intensos periodos de trabajo que generan una sobrecarga mental, afecciones motivacionales, la monotonía de tareas, el aislamiento entre docentes y la escasez de comunicación entre docente y alumno.	El artículo se maneja de manera cualitativa mismo enfoque de este trabajo aportando con los riesgos psicosociales que afectan a los docentes que trabajan bajo la modalidad de teletrabajo.

Fuente: (Naranjo y Terán, 2022).

Tabla 7:

MORA para la descripción y análisis de documentos (continuación)

Año	Artículo	Autor/es	Fuente	URL del documento	Metodología	Objetivo	Resultados	Análisis con respecto a la pregunta de investigación
2020	Pandemia: los desafíos múltiples que en el presente le plantea al porvenir.	Manuel Alberto Solanet	SciELO	http://www.anfyb.com.ar/2020/12/03/pandemia-a-los-multiples-desafios-que-el-presente-le-plantea-al-porvenir-ix-encuentro-interacademico-2020/	Metodología histórica enfocada en la pandemia y el teletrabajo.	Transición inmediata hacia modelos de teletrabajo en Argentina modificando transversalmente los procesos de organizaciones	En base a sus resultados, establecen la aparición de psicopatologías específicas asociadas con las TICs; tecnoestrés, tecnofatiga el nivel físico y ergonómico.	En base a este artículo científico su metodología es histórico porque abarca varios aspectos a nivel social y económico de Argentina, el cual aporta bastante para el análisis con respecto a nuestro enfoque interpretativo de la pandemia en el teletrabajo.
2021	Impacto del teletrabajo y el aislamiento social en el estrés laboral: un diagnóstico preliminar para la Argentina.	Regina Moirano, Lisana Ibarra, Valentín Riera, Fausto Baritoli	Escritos Contables y de Administración	https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8009631	Metodología cuantitativa de corte transversal junto a una investigación exploratoria y descriptiva.	Pretende diagnosticar el estrés laboral de los trabajadores argentinos que han cambiado a modalidad de teletrabajo a raíz de la pandemia	Se describe el estrés laboral; se indaga el tema de teletrabajo, la adaptación de los teletrabajadores a la nueva modalidad y se reconocen los efectos generados por el aislamiento social.	Este artículo plantea una metodología similar a la del trabajo y es así como se puede interpretar las consecuencias psicosociales que los teletrabajadores sufren a causa del estrés laboral.

Fuente: (Naranjo y Terán, 2022).

Tabla 8:

MORA para la descripción y análisis de documentos (continuación)

Año	Artículo	Autor/es	Fuente	URL del documento	Metodología	Objetivo	Resultados	Análisis con respecto a la pregunta de investigación
2021	La educación en tiempos del COVID desde la epistemología social de Thomas Popkewitz.	Marlon Alexis Oviedo	Colección de Filosofía de la Educación	doi.org/10.17163/soph.n31.2021.08	Artículo basado en una epistemología social, y la metodología/teoría del estadounidense Thomas Popkewitz	Abordar la educación ecuatoriana a partir de la aparición del Covid-19; interpretar el fenómeno educativo en tiempo de Covid-19 y las oportunidades que brinda este evento.	La aparición repentina de la Covid-19 generó en la sociedad el replanteamiento del sistema educativo, la planificación pedagógica de la escolaridad debe adaptarse a las necesidades de los estudiantes; así mismo evitar generar futuros riesgos de salud tanto para los estudiantes como los docentes.	El artículo maneja una metodología diferente a la de este trabajo pero su información tiene un efecto claro y necesario para poder comprender como el sistema educativo es un influir en el correcto desempeño tanto de docentes como estudiante y efectuar impactos en la salud de los docentes.
2021	Teletrabajo: nueva modalidad laboral para los docentes de UNIANDES sede Santo Domingo ante la Covid-19.	Leonardo Hurtado, Franklin Armijo, Rosa Jaramillo, Karina Teruel.	Revista Conrado	https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/articulo/view/2142	Metodología cualitativa con un diseño no experimental con corte transversal.	Dar a conocer si el desempeño laboral de los docentes de Uniandes sede Santo Domingo se vio afectado por aplicar la modalidad de teletrabajo.	Se da a conocer la buena gestión por parte de la universidad al brindar capacitaciones continuas sobre TICs; la limitación en torno a la veracidad del aprendizaje en los estudiantes y el desembolso económico que la modalidad representó para los docentes.	El artículo al ser cualitativo no experimental ayuda a la explicación de cuáles son las principales incompetencias del teletrabajo con la salud de los docentes universitarios y cuáles son las acciones que generan positividad en la modalidad.

Fuente: (Naranjo y Terán, 2022).

Tabla 9:

MORA para la descripción y análisis de documentos (continuación)

Año	Artículo	Autor/es	Fuente	URL del documento	Metodología	Objetivo	Resultados	Análisis con respecto a la pregunta de investigación
2021	Factores de riesgo psicosocial asociados al teletrabajo, en profesores del colegio nacionalizado femenino de la ciudad de Villavicencio	Yeimi Nathalia Monroy Bejarano, Michel Estefany Lujano Garcia,	Repositorio institucional	http://hdl.handle.net/20.500.12494/33169	Enfoque cuantitativo con diseño no experimental transversal.	En este artículo se plantea identificar los factores de riesgos psicosociales asociados al teletrabajo en los docentes.	Con base en la entrevista enfocada en 73 mujeres que tienen a su cargo dependiente se visualiza una sobrecarga laboral.	La metodología de nuestro trabajo es de aspecto cualitativo por tal razón difieren con el enfoque planteado.
2021	La covid-19 en Ecuador: fragilidad política y precariedad de la salud pública.	Roberto Chauca	Scielo	https://doi.org/10.1590/S0104-59702021005000003	Metodología descriptiva.	Las condiciones de vida en particular por la crisis económica, social y política que afectaron al Ecuador frente a la crisis sanitaria del covid-19.	En base al análisis se enfatiza que la situación de la pandemia puso en jaque al sistema político y sanitario del Ecuador más que nada en la región de Guayaquil.	La metodología descriptiva que empleamos ayuda afianzar con el carácter descriptivo que maneja nuestra metodología interpretativa.

Fuente: (Naranjo y Terán, 2022).

Tabla 10:

MORA para la descripción y análisis de documentos (continuación)

Año	Artículo	Autor/es	Fuente	URL del documento	Metodología	Objetivo	Resultados	Análisis con respecto a la pregunta de investigación
2021	Teletrabajo y pandemia en Chile.	Rodrigo Palomo Vélez	Scielo	http://www.cielolaboral.com/wp-content/uploads/2021/04/chile_palomo_noticias_cielo_n4_2021.pdf	Síntesis del esquema legislativo Chileno enfocado en la ley de trabajo a distancia.	El impacto de la pandemia que ha tenido este cambio precipitado hacia el teletrabajo en Chile.	La importancia de generar leyes que respalden al teletrabajador.	La metodología propuesta ayuda por el enfoque en las leyes del teletrabajo en Chile, de ahí es muy distinto con el nuestro.
2021	Health and Telework: New Challenges after COVID-19 Pandemic.	Giuseppe Buomprisco, Serafino Ricci, Roberto Perri, Simone De Sio	European Journal of Environment and Public Health	https://doi.org/10.21601/ejeph/9705	Metodología cualitativa con un diseño no experimental	Esta revisión plantea retomar conocimientos sobre los efectos del teletrabajo en la salud y seguridad de los teletrabajadores, y señalar implicaciones tras el desarrollo de la pandemia del Covid-19.	Como resultados se arrojan los problemas relacionados con la salud laboral tomando los aspectos ergonómicos, psicosociales relacionados por el uso continuo de TICs, el aislamiento.	La metodología de este artículo beneficia de manera clara a la interpretación de su información puesto que se explica cuáles son las implicaciones en salud y seguridad de teletrabajadores que por pandemia se vieron en la necesidad de acoplarse a esta modalidad.

Fuente: (Naranjo y Terán, 2022).

Tabla 11:

MORA para la descripción y análisis de documentos (continuación)

Año	Artículo	Autor/es	Fuente	URL del documento	Metodología	Objetivo	Resultados	Análisis con respecto a la pregunta de investigación
2021	Teletrabajo docente durante el confinamiento por COVID19 en Argentina. Condiciones materiales y perspectivas sobre la carga de trabajo, la responsabilidad social y la toma de decisiones.	Analia Inés Meo, Valeria Dabeni	Revista de Sociología de la Educación- RASE	doi.org/10.7203/RASE.14.1.18221	Investigación correlacional; condiciones de trabajo y salud docentes.	El presente artículo determina las condiciones materiales y temporales del teletrabajo docente en el confinamiento.	En base a la encuesta aplicada la mitad de los docentes no cuentan con las condiciones de espacio y acceso a una computadora exclusiva, siendo estos los recursos para la continuidad pedagógica.	La metodología propuesta permite que entendamos las variables expuestas y esto aporta a nuestro trabajo para comprender e interpretar los fenómenos del teletrabajo.
2021	Teletrabajo y docencia frente a la COVID-19.	Ma. Eugenia Serrano	Iberopuebla	http://repositorio.iberopuebla.mx/bitstream/handle/20.500.11777/4952/PIT_SERRANO_Ma_Eugenia_FH.pdf?sequence=3&isAllowed=y	Investigación descriptiva.	Bajo esta nueva normalidad que impuso la pandemia exige reinventar las actividades de los docentes universitarios	Se llega con el objetivo de analizar las diferentes índoles; económico, social y políticas en particular sobre la pedagogía atendiendo los impactos psicosociales en conjunto con la enseñanza-aprendizaje.	Esta metodología abarca los hechos de la pandemia tal y como fueron observados este aporte nos beneficia en las consecuencias que enfrentan los docentes y entrelaza con nuestra metodología en sentido de la descripción contextual.

Fuente: (Naranjo y Terán, 2022).

Tabla 12:

MORA para la descripción y análisis de documentos

Año	Artículo	Autor/es	Fuente	URL del documento	Metodología	Objetivo	Resultados	Análisis con respecto a la pregunta de investigación
2021	El teletrabajo y su impacto en el estrés de los trabajadores.	Victoria Chuco	Neuman n Busines s Review	https://doi.org/10.22451/3006.nbr2021.vol7.1.10059	Metodología deductiva no experimental.	Plantea lo siguiente: determinar si el teletrabajo es una causa de estrés y si esa consecuencia tiene brechas de género.	A fin de los resultados de esta investigación se verifica que los estresores si afectan de forma personal en el teletrabajador a pesar de la flexibilidad de trabajo-familia.	Esta metodología parte de la premisa general para saber si el teletrabajo causa estrés para lo cual se afianza con la nuestra puesto que partimos con la premisa de identificar las consecuencias del teletrabajo en docentes.
2021	Teletrabajo como estrategia emergente en la educación universitaria en tiempos de pandemia.	Duque, Á. E. A., Díaz, R. G., Delard, C. G., y Díaz, L. S.	Revista de ciencias sociales	https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8090633	Es una investigación descriptiva a través del SPSS 25.	El uso de la tecnología en la pandemia por parte de los docentes considerando sus consecuencias.	Presenta una estrategia emergente para la educación universitaria por la búsqueda del mejoramiento del trabajo remoto manteniendo estándares de calidad y productividad.	La metodología empleada es de carácter descriptivo y esto tiene que ver con recolectar información y en ese caso se asemeja con nuestro trabajo por el carácter descriptivo del enfoque interpretativo.

Fuente: (Naranjo y Terán, 2022).

Como segunda herramienta y a modo de diagnóstico se realizó una matriz denominada Estado del Arte (Anexo 1) en donde, a través de esta es posible verificar las temáticas que más se están investigando, así mismo se puede verificar las distintas problemáticas y soluciones detectadas. En los diferentes artículos con la realización de esta matriz se logró obtener una comparativa entre los ítems antes mencionados.

Figura 1:

Temáticas

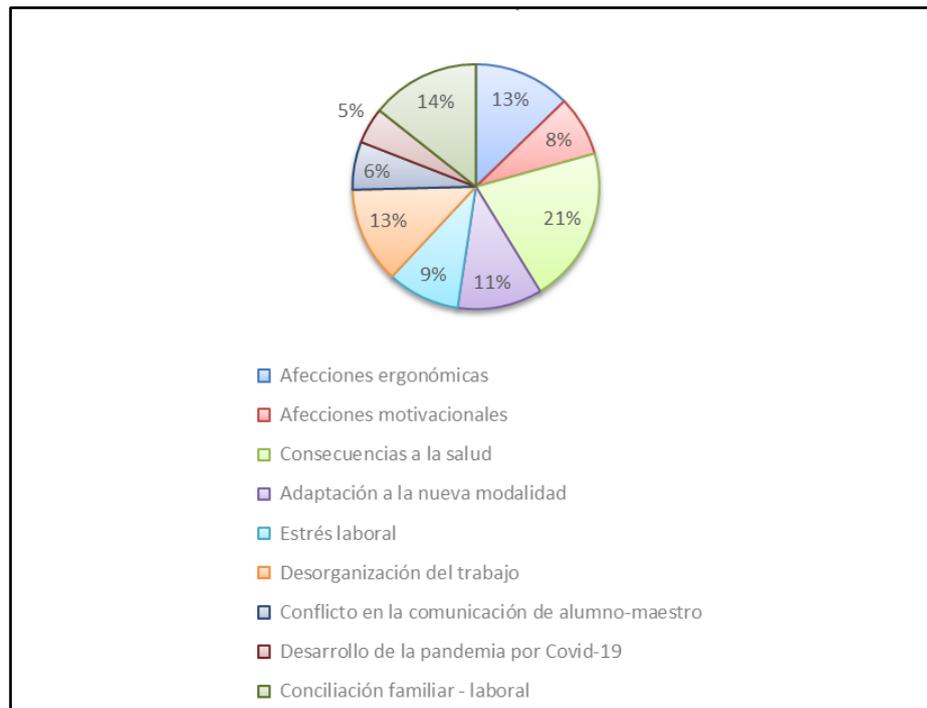


Fuente: (Naranjo y Terán, 2022).

Los resultados arrojados por la matriz del estado del arte nos permite determinar que la temática más mencionada y relevante del total de los artículos revisados fue el teletrabajo con 76,19% es decir fue nombrado en 16 de 21 artículos, en cuanto a la temática menos destacada fue la regulación jurídica teletrabajo con 9,52% es decir fue nombrada en 2 de 21 artículos.

Figura 2:

Formulación de la problemática

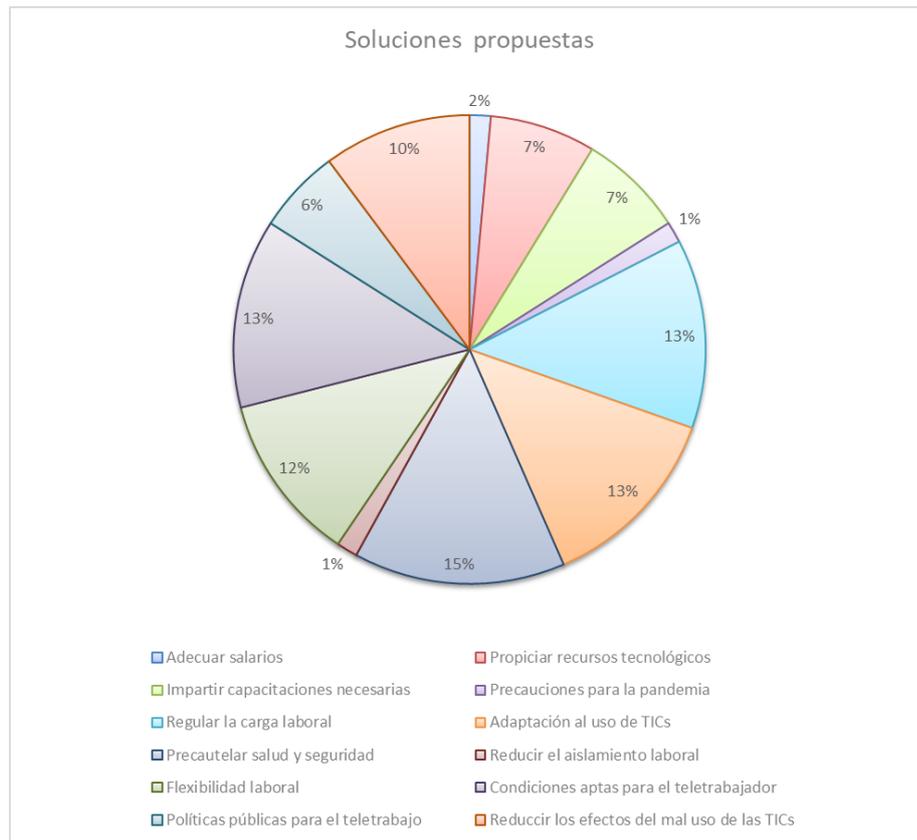


Fuente: (Naranjo y Terán, 2022).

Los resultados arrojados por la matriz del estado del arte nos permite determinar que la problemática más mencionada del total de los artículos revisados fue referente a las consecuencias de la salud con 21% es decir fue nombrada en 13 de 21 artículos, en cuanto a la problemática menos notable fue desarrollo de la pandemia por Covid-19 con el 5% es decir fue nombrada en 3 de 21 artículos.

Figura 3:

Soluciones propuestas



Elaborado por: (Naranjo y Terán, 2022).

Los resultados arrojados por la matriz del estado del arte nos permite determinar que la solución propuesta más mencionada del total de los artículos revisados fue referente a precautelar la salud y seguridad con un 13% es decir fue mencionado en 10 de 21 artículos, en cuanto a la solución propuesta menos abordada es la reducción del aislamiento laboral con un 1% es decir fue mencionada en 1 de 21 artículos.

Segunda parte

1. Justificación

La modalidad del teletrabajo no es actual e incluso en algunos contextos laborales permite la flexibilidad y contrarresta el absentismo laboral, se logra afianzar la productividad en el aspecto económico para ganancia del lugar en el que se trabaja; de la misma manera, el teletrabajador se beneficia al disponer de mayor tiempo en el hogar, pero debido al contexto de la pandemia de Covid-19 se ha magnificado el teletrabajo, y muchos sectores productivos como el cuerpo de docencia que se vio en la necesidad de innovar y aprender de manera radical a utilizar plataformas virtuales y herramientas tecnológicas para continuar con la formación y el aprendizaje de los estudiantes; esto generó en ellos el incremento o la aparición de malestares físicos, mentales y ergonómicos; sin embargo el punto clave radica en cómo el trabajador sobrelleva su carga laboral y pausas activas con el fin del cumplimiento laboral en conjunto con el bienestar psicosocial.

En la relación trabajo-salud, Hipócrates señaló la importancia del medio ambiente laboral, social y familiar para mantener la salud y prevenir las enfermedades, de la misma manera, destaca el modo de vivir y trabajar de los hombres así como los efectos del ejercicio físico tanto en la vida diaria como en el trabajo Velandia y Pinilla (2013) y para Bonilla Prieto, Plaza Rocha, Cerquera y Riaño-Casallas (2014) “es importante hablar sobre la salud y seguridad en el trabajo, la cual, según la OIT, es un principio de protección de los trabajadores respecto de las enfermedades y de los accidentes del trabajo.”

Por esta razón la relevancia de este proyecto se enfoca en la prevención de los malestares físicos y mentales que un teletrabajador en este caso los docentes universitarios

ecuatorianos puedan desarrollar al momento de impartir su cátedra mediante la modalidad virtual y sus actividades relacionadas con la vida familiar.

2. Caracterización de los beneficiarios

Este proyecto no maneja beneficiarios directos, sino más bien en gran medida serviría para el grupo de docentes universitarios que laboran en época de pandemia bajo una modalidad de teletrabajo a fin de contribuir con la mejora de condiciones tanto físicas y psicosociales.

3. Interpretación

Según Serrano (2021), en el contexto del teletrabajo se denotan exigencias para su manejo puesto que se establecen medidas y normas que respalden esta actividad siendo las organizaciones privadas como públicas que han llevado esta iniciativa por lo cual en el ámbito académico se requiere de este proceso para su continuidad a su vez la utilidad que se ejerce con las herramientas tecnológicas convirtiéndose en una modalidad indispensable al mismo tiempo, para Monzón (2020), los docentes en la actualidad se enfrentan a la nueva formación y a su capacitación constante para reconfigurar sus competencias y habilidades que se enfocan en las demandas académicas tecnologizadas.

A partir de Chuco (2021), se plantea la existencia de una serie de problemas que se normalizan en el teletrabajo como el estrés, ansiedad y agotamiento mental sin permitir la visibilidad para el seguimiento debido todas estas observaciones se relacionan con Duque, Díaz, Delard y Díaz (2021), puesto que en definitiva el uso de las TICs generan malestar psicosocial y encaminan a la falta de motivación, sobrecarga laboral, el conflicto familia-trabajo y brechas de género.

Cabe recalcar que el afrontamiento de vida laboral-familia también es un referente de la falta de igualdad de género que enviste en Latinoamérica y se visualiza, a su vez para Vélez

(2021), en Chile es tangible la brecha de género puesto que se enmarca por leyes laborales machistas, que carga preferentemente sobre las mujeres el peso de las labores de la casa, crianza y cuidados, lo que se evidencia durante la pandemia. El teletrabajo con jornadas flexibles, la suspensión de clases presenciales en guarderías y colegios, y las restricciones coyunturales a los trabajos de apoyo doméstico han detonado, en muchos casos, escenarios extenuantes.

Siendo el motivo para emplearse la desconexión esta norma nace en Francia con la finalidad de equilibrar el tiempo de trabajo, los tiempos fuera para brindar seguridad psicosocial. Los niveles de estrés de afrontamiento laboral son de carácter subjetivo puesto que es percibido como réplica positiva o negativa en el momento que realizan sus actividades laborales; en el aspecto positivo; una respuesta pronta hacia una solución y esto permite que cumplan con los objetivos planteados, el estrés en su lado negativo afecta la salud se extiende con el tiempo y se desarrolla un cuadro patológico por la afección que ejerce en la desmotivación, fatiga, pérdida de capacidad de decisión y desilusión con baja productividad o rendimiento.

Para tener una visión más global es importante verificar a nivel de Sudamérica cómo se ejerce la vida laboral a través de la pandemia a su vez los efectos tanto negativos como positivos que ejercen en los teletrabajadores, según Solanet (2020), en Argentina se visualiza al teletrabajo de manera acelerada entre sus beneficios; equilibrar la vida laboral-familia, la reducción de los tiempos y los gastos de movilización, reducir los problemas de tránsito. Sin embargo, la práctica del teletrabajo reviste ciertos desafíos como prevalecer las nuevas tecnologías y su modalidad: la accesibilidad a internet, permanencia en niveles educativos superiores y una regulación que proteja al trabajador.

Como señala Páez, Chávez, Apunte y Rosales (2020), desde inicios del 2016 el país emitió dos acuerdos ministeriales en los cuales se involucra al sector privado y al sector público donde se decidió definir un marco regulatorio dirigido específicamente a los teletrabajadores a nivel nacional; de la misma manera se dio a conocer las cifra del Ministerio del Trabajo del Ecuador donde al 2019 se especifica que 15.200 personas se han acogido a la modalidad de teletrabajo oficialmente y esta suma pretende crecer a 76.000 en los próximos dos años.

La Constitución de la República del Ecuador (2008), en el artículo 325 se especifica que: “El estado Ecuatoriano garantizará el derecho al trabajo. Se reconoce todas las modalidades de trabajo, en relación de dependencia o autónomas (...)”; en el artículo 326 en el numeral 5 establece que: “Toda persona tiene derecho a realizar sus labores en un ambiente adecuado y propicio, donde se garantice su salud, integridad, seguridad y bienestar”.

En la reformatoria primera de la Ley Orgánica de Apoyo Humanitario para combatir la Crisis Sanitaria Derivada del Covid-19 (2020), se agrega un artículo a continuación del artículo 16 del código de trabajo en el cual describe que: “El teletrabajo consiste en el desempeño de actividades remuneradas o prestación de servicios utilizando como soporte las TICs para el contacto entre el trabajador y la empresa sin requerirse la presencia física en un sitio específico de trabajo (...)”.

La implementación de estas nuevas normativas en el Ecuador favorece de manera exponencial a aquellos trabajadores que tienen grados de discapacidad, mujeres a las que por diversas circunstancias la modalidad les agiliza las cosas hogar - familia de igual manera a todos aquellos que por la pandemia de Covid-19 se vieron en la necesidad de cambiar a esta modalidad.

En el Acuerdo Ministerial Nro. MDT - 2020-181 del Ecuador (2020), se reforman directrices para la aplicación del teletrabajo en donde se explica en el artículo 3 que: “El teletrabajo no afecta ni altera las condiciones esenciales de la relación laboral, no es causal para despidos, no puede vulnerar los derechos y se podrá aplicar en jornada parcial o completa”; el artículo 4 dice que: “El empleador deberá proveer de los materiales e insumos necesarios; así como el empleado deberá custodiar y responder por el buen estado de dichos insumos”; en el artículo 5. Se reafirma que: “El derecho a la desconexión de los teletrabajadores, debe ser un periodo continuo de 12 horas en un lapso de 24 horas donde no se establecerá contacto alguno; así mismo mantendrá los descansos de una jornada presencial”.

La pandemia de Covid-19 y la inesperada suspensión de la enseñanza presencial supuso en los diferentes gobiernos el replantearse la eficacia de su sistema educativo; así mismo como menciona Hurtado, Armijo, Jaramillo y Teruel (2021), los docentes y las instituciones a nivel superior vieron la necesidad de generar una rápida adaptación a la modalidad de teletrabajo con el fin de impartir las cátedras de forma virtual, se implementaron capacitaciones para actualizar a docentes en el uso de zoom, Microsoft teams, Moodle, paquetes de office entre otros; sin embargo se sobreentiende que estas capacitaciones requieren de un tiempo extra Oviedo (2021), aborda esta situación y expone que a los docentes les significaba estar y dedicar más horas del día las mismas que eran efectuadas fuera de los horarios laborables sin ser reconocidas dentro de sus roles de pago.

Solo el hecho de teletrabajar no manifiesta que se generen consecuencias buenas ni malas; sino más bien, esto dependerá de diversos factores como un trabajo en cualquier otra modalidad es así que Moirano, Ibarra y Baritoli (2021), manifiestan que esta modalidad debería ser considerada dentro de las políticas institucionales situación que se ha visto

modificada a raíz de los acuerdos incorporados por el Ministerio del Trabajo a la Ley Orgánica de Apoyo Humanitario para combatir la Crisis Sanitaria Derivada del Covid-19 pues las instituciones se vieron en la obligación de proteger a sus teletrabajadores.

Havriluk (2015), explica que a pesar de que el teletrabajo permite una relación trabajo-familia sino se puede separar de forma correcta es un eje que influye de manera negativa donde se generará altos niveles de estrés y bajos de productividad; así mismo Herrero, Alberich, Vicente y García (2018), concuerdan y explican que esta modalidad extiende grandes posibilidades a las instituciones que la aplican, pero aun así se mantienen las mismas posibilidades de generar grandes riesgos para la salud del teletrabajador por la influencia de las malas condiciones medioambientales y ergonómicas del puesto de trabajo.

Para González-Menéndez, López-González, González, García, y Álvarez (2020), aquellos teletrabajadores que se encuentran en constante exposición a dispositivos electrónicos y mecánicos son quienes desarrollan problemas de salud físicos siendo los más comunes los problemas visuales como la sequedad, ardor, visión borrosa o doble, irritación o dolor en los ojos; los trastornos músculo esqueléticos (TME) o trastornos de las extremidades, por movimientos repetitivos y largos periodos de trabajo continuo los cuales no permiten hacer pausas de salud.

Existen también otros riesgos los cuales son nombrados y descritos por Buomprisco, Ricci, Perri y De Sio (2021), como riesgos psicosociales dando referencias más comunes a los problemas para dormir, estrés laboral y aislamiento social desarrollado por cargas de excesivas de trabajo, falta de autonomía en la toma de decisiones, falta de apoyo por parte de los compañeros o superiores ocasionando algunos casos de ansiedad y depresión, intentos de suicidio, fatiga crónica, problemas digestivos, enfermedades autoinmunes, deterioro de la

función inmunitaria, enfermedades cardiovasculares, hipertensión y úlceras pépticas como los más comunes.

Estos riesgos aparecen debido a la escasez o nulas normas de seguridad y salud laboral que las instituciones manejaban antes de la pandemia de Covid-19 pues no era tan común el emplear en las instituciones bajo esta modalidad con la excepción de aquellas instituciones que manejan programas donde se ofertan carreras en modalidad a distancia teniendo en cuenta que estas cátedras no eran impartidas todos los días sino más bien bajo videos pregrabados o tutorías de no más de cuatro horas.

Es así que los teletrabajadores en el campo de la docencia expusieron que los factores psicosociales que más les afectaron al momento de desempeñar sus labores tienen que ver con la sobrecarga de trabajo por el desempeño de múltiples tareas; se mencionó también que existen estresores muy marcados como la falta de reconocimiento, baja remuneración versus el tiempo de trabajo hecho pues existe una alta demanda de procesos cognitivos superiores (atención, memoria, percepción y el análisis de resolución de problemas); los profesionales de la docencia también expusieron problemas de aspectos emocionales y de relaciones interpersonales por el distanciamiento social, todos los factores mencionados recaen en el estrés (García-Gonzalez, Torrano y García-Gonzalez, 2020).

Como forma de prevención para las diferentes condiciones a las que los teletrabajadores están expuestos Havriluk (2015), afirma que se deben tener en cuenta ciertos requisitos iniciales como lo son: a) la voluntariedad del empleador y el teletrabajador para la el consenso y acuerdo de la realización de la modalidad, b) la protección de datos personales como el lugar en el cual se realizará el teletrabajo, c) la vida privada, d) la salud y seguridad, e) las capacitaciones previas al desempeño de la modalidad, f) el equipamiento por parte de la institución o el reconocimiento del usos de los propios implementos del teletrabajador, g)

organización de la carga laboral asignada por el empleador y el teletrabajador, h) obligaciones que el teletrabajador deberá realizar sin excederse o incumplir.

Tomando en cuenta la *guía de salud ocupacional y prevención de los riesgos en el teletrabajo, implementada en Costa Rica en 2018*, se explica de forma reducida en la tabla 3 la información acerca de cuáles serían las condiciones adecuadas para prevenir los problemas físicos de salud que se genera por la incorrecta realización del teletrabajo:

Tabla 13:

Condiciones adecuadas para la prevención de riesgos laborales físicos

Espacio físico	Debe contar con un área de 2.5 m ² para la libre movilidad del teletrabajador, los colores de las paredes deberán ser tonos claros pero neutros y mates.
Escritorio de trabajo	Acondicionado para colocar equipos e insumos necesarios sin causar incomodidad; debe ser acorde a las dimensiones corporales de la persona teletrabajadora y a las funciones que va a desempeñar, con bordes redondeados o biselados para prevenir lesiones por presión de contacto, debe tener suficiente espacio para la movilidad de piernas.
Silla de trabajo	Debe tener dimensiones adecuadas de acuerdo con las características antropométricas del teletrabajador, asiento, respaldo y descansabrazos ajustables en altura, base giratoria, bordes redondeados y apoyo adecuado a la espalda, principalmente en la zona lumbar y torácica.
Monitores o dispositivos electrónicos visuales	La pantalla debe estar ubicada frente al teletrabajador y el borde superior de esta estar a la altura de los ojos con el fin de evitar movimientos constantes del cuello; se mantendrá una distancia de 50 a 60 cm entre la pantalla y los ojos; el brillo y el contraste queda a consideración del teletrabajador teniendo en cuenta que no le obligue a cambiar la postura de sus ojos (cerrarlos) o su postura corporal.

Fuente: *(Ministerio de Trabajo y Seguridad Social de Costa Rica y Consejo de Salud ocupacional, 2018).*

Tabla 14:

Condiciones adecuadas para la prevención de riesgos laborales físicos (continuación)

Teclado y mouse	Deberán ser colocados al mismo nivel procurando mantener el brazo en un ángulo de 90°; el mouse deberá tener un tamaño acorde al tamaño de la mano del teletrabajador incluso debe permitir su posición neutral con apoyo adecuado es decir, el mouse se manejará utilizando los dedos pulgares y anular para moverlo, el índice y el tercer dedo para los botones; el teclado deberá ser colocado de manera paralela al borde de escritorio y se debe evitar el uso de las patas posteriores; es recomendable mantener una alineación continua de mano, muñeca y antebrazo.
Teléfonos o dispositivos auditivos	En caso de uso constante del teléfono se deberá adquirir una diadema (headset), para prevenir posturas incorrectas las mismas que serán para los dos oídos, cubriendo toda la zona externa de la oreja y manteniendo el volumen al mínimo.
Ventilación	Se deberá contar con ventilación natural (ventanas o puerta) o ventilación mecánica (aires acondicionados) para generar un ambiente térmico confortable.
Iluminación	Evitar el deslumbramiento frontal o reflejos incómodos en los monitores tanto de la luz natural como artificial y usar protección regulable para las ventanas del sitio de trabajo.
Ruido	Lugar aislado de ruidos externos (sonidos de la calle y sonidos propios generados por la familia).

Fuente: *(Ministerio de Trabajo y Seguridad Social de Costa Rica y Consejo de Salud ocupacional, 2018).*

Con respecto a las diferentes posturas que los teletrabajadores deben tener al momento de ejecutar sus funciones sobre todo con computadores o portátiles son:

Figura 4

Posición correcta al realizar teletrabajo



Imagen tomada de pronectis 2021

Tabla 15:

Posiciones correctas al momento de ejecutar el teletrabajo

1. Cabeza y cuello erguido en línea con el torso, evitar girar o inclinar el cuerpo.
2. La articulación del codo debe estar flexionado entre 70 y 135°
3. El brazo y antebrazo deben mantener una flexión de 90°
4. El brazo y antebrazo deben mantener una flexión de 90
5. El tronco en relación con el muslo debe ser igual o mayor a 90°
6. Dispositivos (mouse y teclados) deben estar a un nivel neutro y cercano a la mano.
7. Mantener una distancia de 50 a 60 cm de distancia del rostro.
8. Muslos y piernas con una flexión de 90°
9. Uso de un reposapiés elevado a unos 20° en caso de no tocar el suelo.

Fuente: (*Ministerio de Trabajo y Seguridad Social de Costa Rica y Consejo de Salud ocupacional, 2018*).

Tomando en cuenta la Guía para empresas de prevención de riesgos laborales en el Teletrabajo, implementada en Barcelona - España en octubre del 2020, se explica de forma reducida en la Tabla 16 las recomendaciones para prevenir los problemas psicosociales que se pueden generar.

Tabla 16:

Recomendaciones para la prevención de riesgos laborales psicosociales.

	Precautelar:
Limitaciones de las exigencias cuantitativas del trabajo	Carga laboral con disponibilidad de tiempo. Tiempo para la ejecución y entrega del trabajo. Posibles interferencias tecnológicas que causen retraso. Aplicación de incentivos por resultados pues genera periodos de ansiedad, estrés e incremento de la carga laboral.
Ritmo y pausa	Ritmo o intensidad de trabajo debe ser complementado con pausas activas para evitar el cansancio mentalmente; se recomienda cambiar de actividades cada 2 horas o realizar pausas activas de 5 minutos por cada 45 minutos que se trabaje frente a un dispositivo electrónico.
Exigencias emocionales	Las instituciones deberán facilitar herramientas, cursos, talleres para control y gestión de emociones y así evitar que comportamientos o emociones de terceros afecten al estado emocional; los teletrabajadores deberán contar con un sistema de apoyo, puesto que se encontrarán aislados de la interacción con sus compañeros o jefes.

Fuente: (Secretaría de Estado de la Seguridad Social y Pensiones et al., 2020)

Tabla 17:

Recomendaciones para la prevención de riesgos laborales psicosociales. (Continuación)

Control sobre el trabajo	<p>Mantener un margen de manera autónoma donde se tenga flexibilidad en el desarrollo de los horarios laborales del teletrabajador; así mismo se recomienda organizar el trabajo y las decisiones compartidas cuando todos los involucrados puedan participar.</p> <p>Los teletrabajadores deben tener las mismas oportunidades que los trabajadores presenciales; evitar la desvalorización del trabajo realizado bajo esta modalidad.</p>
Apoyo social	<p>Reforzar la comunicación, la distribución de funciones, responsabilidades, autoridad entre compañeros y superiores para evitar que surjan conflictos de roles o funciones; así mismo establecer reuniones semanales o al menos mensuales para que superiores puedan dar seguimiento de las actividades realizadas.</p>
Compensaciones del trabajo	<p>Establecer mecanismos de refuerzo transparentes para comunicar el reconocimiento del trabajo realizado a distancia y las políticas laborales debe tener igual consideración independientemente de la modalidad; así mismo generar seguridad del empleo en horarios, tareas, salario...</p>
Conflicto trabajo – familia	<p>Al tener exigencias simultáneas de tipo familiar y laboral los teletrabajadores pueden ser susceptibles a episodios de cansancio mental, y agotamiento físico por eso, es recomendable dejar claro que deben separar el tiempo de trabajo del tiempo personal/familiar.</p>

Fuente: *(Secretaría de Estado de la Seguridad Social y Pensiones et al., 2020)*

4. Principales logros del aprendizaje

- ¿Qué es lo que se aprendió con el proyecto de investigación?

En la realización del proyecto de investigación sistemática se aprendió acerca de la importancia que generan las afecciones físicas y psicosociales que enfrentan los docentes al manejar una modalidad de teletrabajo para la cual no tenían conocimiento previo y mucho menos una adaptación idónea de la utilización de herramientas tecnológicas puesto que esta temática no se manejaba como prioridad en el ámbito laboral; así mismo se generó conocimiento sobre la manera de prevenir consecuencias que representen gravedad en la salud laboral de los docentes universitarios a largo plazo.

- ¿Cómo aportó mi formación académica a entender las prácticas psicosociales desde distintos ámbitos de intervención? Se describen las experiencias positivas y negativas. Finalmente se proponen alternativas para situaciones similares. ¿Qué se haría igual? ¿Qué cambiaría?

A lo largo de nuestra formación académica hemos recibido materias que afianzaron los conocimientos bases para la creación de este trabajo de investigación sistemática de una manera donde las prácticas psicosociales fueron un eje fundamental que se insertaron en la intervención laboral a un nivel que nos permite comprender en este caso cuales son los límites al que un teletrabajador llegaría antes de que su salud física y psicosocial se vea comprometida.

Al realizar este trabajo se puede tomar como una experiencia negativa la falta de una muestra poblacional de docentes universitarios puesto que esto hubiese permitido evidenciar de forma cuantitativa y tangible las consecuencias del teletrabajo; sin embargo podemos

destacar que el enfoque interpretativo-cualitativo cumple la función de evidenciar las consecuencias del teletrabajo basado en el análisis de literatura como artículos científicos, tesis de postgrados, bibliografía.

Como una alternativa a futuro proyectos de esta magnitud sería factible que se puedan manejar las dos metodologías para la obtención de resultados tanto cualitativos como cuantitativos y de esta manera generar resultados más cercanos a la realidad de la población de estudio.

- ¿Qué productos generó el proyecto de investigación?

Se procuró integrar el enfoque cualitativo-interpretativo, con la teoría de necesidades de David McClelland a fin de comprender cuales son los impulsos para que los teletrabajadores se sientan motivados para ejecutar sus actividades en una modalidad distinta a la habitual y así poder dar una respuesta a los objetivos y a la pregunta de este trabajo partiendo de la búsqueda, clasificación, análisis e interpretación exhaustiva de artículos científicos indexados a revistas de impacto a nivel nacional, regional e internacional.

Es así como en este trabajo se generó información necesaria que se basa en una guía para mejorar las condiciones laborales a partir de la modalidad planteada por la pandemia.

- ¿Cuáles objetivos de los que se plantearon se lograron? ¿Cuáles no? ¿Por qué?

Como objetivo general del proyecto se planteó:

- Identificar las consecuencias del teletrabajo en la salud laboral de los docentes universitarios del Ecuador, a fin de proponer estrategias para la prevención de malestares.

Mediante el desarrollo del proyecto se pudo indagar acerca de las diferentes consecuencias que la modalidad de teletrabajo realizado en el contexto de la pandemia dejó en los docentes universitarios del Ecuador.

Los objetivos específicos planteados para el desarrollo del proyecto fueron:

- Identificar las causas por las que el teletrabajo realizado en la pandemia del 2020 afectó en la salud laboral de los docentes universitarios del Ecuador
- Describir las consecuencias del teletrabajo en la salud laboral de los docentes universitarios del Ecuador en el contexto de la pandemia del 2020.
- Proponer estrategias que contribuyan al bienestar físico y psicosocial de los docentes en la modalidad del teletrabajo mediante una guía que ayude a prevenir estos malestares con el propósito de generar mejores condiciones al momento de teletrabajar.

Se puede decir que los tres objetivos específicos planteados con anterioridad se cumplieron pues en el desarrollo del proyecto y junto a la revisión de diferentes artículos científicos, tesis, libros ayudaron a la identificación de las diferentes causas por las que la modalidad de teletrabajo afectó en la salud laboral de los docentes universitarios; así mismo se pudo identificar las consecuencias que repercuten sobre los teletrabajadores sacando dos grandes grupos como las consecuencias físicas y las psicosociales a lo cual cumpliendo con el objetivo final se logró hacer una guía para mejorar o prevenir dichas consecuencias tanto físicas como psicosociales.

- ¿Identificaron elementos de riesgo en algún momento de la experiencia con el proyecto de investigación?

Una vez analizada la información de este proyecto de investigación sistemática se pudo evidenciar que existen elementos de riesgo para los docentes universitarios bajo la modalidad de teletrabajo los cuales afectan a nivel físico como afecciones visuales, ergonómicas entendidas como trastornos musco-esqueléticos por movimientos repetidos; a su vez riesgos psicosociales como problemas para dormir, aislamiento social, estrés laboral, ansiedad, depresión y desmotivación para cumplir con sus objetivos laborales.

- ¿Qué elementos innovadores identifican en la experiencia?

De acuerdo al proyecto de investigación sistemática podemos destacar como elementos innovadores el uso de herramientas tecnológicas puesto que han permitido que la comunicación sea de forma sincrónica y asincrónica; así mismo la utilidad de las nuevas plataformas digitales como Google meet, Zoom, Microsoft teams...las cuales permiten la transmisión de conocimiento maestro-alumno y viceversa hay que mencionar, además que se otorga beneficios a los individuos para formarse y ser autodidactas siendo adaptables para nuestra generación y la adaptación curricular que requieren los docentes universitarios.

- ¿Qué impacto tiene esos elementos innovadores para los grupos poblacionales para el grupo de investigación?

Para el grupo al cual es referido este proyecto el uso de plataformas digitales y herramientas tecnológicas se volvió indispensable, pero así mismo les representó un reto el hecho de tener que aprender a usarlas de una manera tan fugaz con el paso del tiempo, y gracias a las diferentes capacitaciones o autoaprendizaje se logró afianzar grandes adaptación a las TICs y así cambiar la manera de dar una cátedra.

- ¿Qué impacto a nivel de la salud mental se evidenció como consecuencia del proyecto o para los beneficiarios de la investigación?

Se evidencio desgaste, estrés y problemas físicos que aquejan a los teletrabajadores en la actualidad puesto que la carga laboral, los tiempos de desconexión y equilibrio con las actividades domésticas no son adaptados al bienestar psicosocial y físico de los docentes universitarios.

5. Conclusiones

En esta investigación de revisión bibliográfica sobre el teletrabajo en docentes del Ecuador, se puede concluir lo siguiente:

La selección del eje interpretativo se ajustó a la revisión sistemática de información documentada sobre el teletrabajo a partir de la pandemia en el Ecuador, dando lugar a una explicación y descripción de los artículos científicos, permitiendo analizar las realidades a las que se enfrentan los docentes.

El enfoque cualitativo-interpretativo seleccionado en este trabajo permitió analizar artículos científicos, libros y proyectos de grado dando así una amplia comprensión, descripción e interpretación de las variables del teletrabajo, pandemia, docentes universitarios en el Ecuador.

En este proyecto de revisión y sistematización de documentos se determinó que el teletrabajo que desempeñan los docentes universitarios del Ecuador género secuelas a nivel físico, ergonómico y psicosocial debido al desconocimiento de la modalidad, deficiente manejo de la TICs, falta de implementación de espacios adecuados para dictar cátedras, intensas jornadas de trabajo y el conflicto para organizar de tiempo laboral – familiar los mismos que ayudaron a dar respuesta a la pregunta de investigación y a los objetivos planteados.

Finalmente, como producto de esta investigación de sistematización se pudo obtener pautas y recomendaciones que hacen alusión a la prevención de riesgos laborales físicos implementando un correcto espacio físico el mismo que debe contar con ventilación natural o mecánica y aislado de los ruidos externos; que permitan una libre movilidad, manteniendo equipos, insumos y muebles de oficina acordes a las dimensiones corporales, características antropométricas del teletrabajador; controlando que los dispositivos electrónicos se encuentren a una distancia de 50 a 60 cm de los ojos con un brillo y contraste óptimo. En cuestión para la prevención de riesgos psicosociales laborales se debe precautelar el tiempo para la ejecución de tareas, la aplicación de incentivos por resultados, pausas activas para evitar fatiga mental, se deben brindar talleres para control y gestión de emociones, precautelar un sistema de apoyo cercano.

6. Recomendaciones

Con base a la investigación realizada se puede interpretar que el teletrabajo a futuro va ser una constante activa siempre y cuando en instituciones públicas y privadas se considere implementar los siguientes aspectos: capacitaciones continuas acerca del manejo de TICs, actualizaciones para mejorar las cátedras, aportar a los trabajadores con equipos tecnológicos para su debida utilidad, conexión de internet óptima, se controle y se regularice las actividades de trabajo, se permiten las desconexiones de 12 horas continuas para equilibrar su vida laboral con la familiar, así mismo con una planificación a futuro para precautelar el bienestar físico y psicosocial de los teletrabajadores es necesario implementar pausas activas de 5 a 10 min cada hora, clases de mindfulness e incluso yoga para liberar niveles de estrés causadas por la actividad laboral, buscar un espacio adecuado en su hogar manteniendo una iluminación adecuada, sin distractores para que sea óptimo su desempeño en el horario establecido.

Se recomienda utilizar el eje interpretativo en proyectos de esta clase, puesto que contribuye con la comprensión y análisis de una muestra poblacional cualitativa basada en revisión de documentos con referencia a los docentes universitarios que son enmarcados en el contexto del teletrabajo para generar un hilo conductor de las causas y consecuencias que son tangibles para esta investigación; de la misma forma se puede emplear la metodología cualitativa, el uso de herramientas que ayuden con la clasificación de documentos en base a un sistema digitalizado por una matriz que arroja gráficas correlacionando variables, problemas y soluciones las cuales permitirán una mejor comprensión para el posterior análisis. Incluso se puede sugerir plantear desde el eje positivista también que invite a tener datos objetivos para hacer un contraste de la información a fin de ver las similitudes y diferencias.

7. Referencias

- Acuerdo Ministerial Nro. MDT-2020-181. (2020). *República del Ecuador*. Ministerio del Trabajo. Recuperado en enero 22, 2022, de <https://www.trabajo.gob.ec/wp-content/uploads/2020/09/AM-MDT-2020-181-TELETRABAJO-14.09.2020-signed.pdf?x42051>
- Agudelo, G., Aignerren, M., & Restrepo, J. R. (2008). Experimental y no-experimental. *La sociología en sus escenarios*, (18). Recuperado de <https://revistas.udea.edu.co/index.php/ceo/article/view/6545/5996>
- Bonilla Prieto, L. A., Plaza Rocha, D. C., Cerquera, D., Soacha, G., y Riaño-Casallas, M. I. (2014). Teletrabajo y su Relación con la Seguridad y Salud en el Trabajo. *Ciencia & trabajo*, 16 (49), 38-42. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492014000100007>
- Buomprisco, G., Ricci, S., Perri, R., y De Sio, S. (2021). Health and Telework: New Challenges after COVID-19 Pandemic. *European Journal of Environment and Public Health*, 5(2) (em0073). <https://doi.org/10.21601/ejeph/9705>
- Constitución de la República del Ecuador. (2008). Registro Oficial 449 de 20 de octubre de 2008. Recuperado de: https://www.oas.org/juridico/pdfs/mesicic4_ecu_const.pdf
- Cueva Cerdan, S. R. (2018). Estudio de la teoría de motivación de McClelland y el desempeño laboral de los colaboradores de la tienda Bambos de Javier Prado. *Tesis de maestría*, 145. Recuperado de: <https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/4341>

- Chauca, R. (2021). La covid-19 en Ecuador: fragilidad política y precariedad de la salud pública. *História, Ciências, Saúde-Manguinhos*. doi.org/10.1590/S0104-59702021005000003
- Chuco, V. (2021). El teletrabajo y su impacto en el estrés de los trabajadores. *Neumann Business Review*, 7(1), 81-98. doi.org/10.22451/3006.nbr2021.vol7.1.10059
- De Pacheco, G. B. (2016). Conocimiento, contexto y método. Aspectos que promueven una postura de investigador. *Compendium*, 19(36), 75-86. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=88046587005>
- Duque, Á. E. A., Díaz, R. R. G., Delard, C. G., y Díaz, L. S. (2021). Teletrabajo como estrategia emergente en la educación universitaria en tiempos de pandemia. *Revista de ciencias sociales*, 27(3), 460-476. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8090633>
- Fernández Collado, C., Baptista Lucio, P., & Hernández Sampieri, R. (2014). Metodología de la Investigación. *Editorial McGraw Hill*. Recuperado de: https://periodicooficial.jalisco.gob.mx/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf
- García-González, M., Torrano, F., y García-González, G. (2020). Estudio de los factores de riesgo psicosocial en profesoras de universidades online: Una mirada desde adentro. *Interdisciplinaria*, 37(1) doi.org/10.16888/interd.2020.37.1.18
- González-Menéndez, E., López-González, M., González Menéndez, S., García González, G., y Álvarez Bayona, T. (2020). Principales consecuencias para la salud derivadas del uso continuado de nuevos dispositivos electrónicos con PVD. *Revista Española de Salud Pública*, 93(e201908062). Recuperado de: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57272019000100011

- González Monteagudo, J. (2009). El paradigma interpretativo en la investigación social y educativa: nuevas respuestas para viejos interrogantes. *Cuestiones pedagógicas*, 15, 227-246. Recuperado de: <https://revistascientificas.us.es/index.php/Cuestiones-Pedagogicas/article/view/10155>
- Havriluk, L. O. (2015). Salud y seguridad en el teletrabajo. Caso: Argentina. *Visión Gerencial*, (2), 410-426. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=465545899009>
- Herrero, M. T. V., Alberich, J. I. T., Vicente, A. T., y García, L. C. (2018). El teletrabajo en salud laboral. *CES Derecho*, 9(2), 287-297. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6805230#>
- Hurtado, L. H. C., Armijo, F. G. N., Jaramillo, R. M. C., & Teruel, K. P. (2021). Teletrabajo: nueva modalidad laboral para los docentes de UNIANDES sede Santo Domingo ante la Covid-19. *Revista Conrado*, 17(S3), 87-94. Recuperado de: <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/2142>
- Ley orgánica de apoyo humanitario para combatir la crisis sanitaria derivada del Covid-19. (2020). Oficio Nro. AN-SG-2020-0355-O. Recuperado de: <https://www.registroficial.gob.ec/index.php/registro-oficial-web/publicaciones/suplementos/item/13070-suplemento-al-registro-oficial-no-229>
- López Suárez, M. G. (2012). Historias de vida en espacios posmodernos: miradas emergentes del conocimiento regional. *Arte, cultura e identidad*. Recuperado de: <https://repositorio.unach.mx/jspui/handle/123456789/2928>
- Maguiña Vargas, C., Gastelo Acosta, R., y Tequen Bernilla, A. (2020). El nuevo Coronavirus y la pandemia del Covid-19. *Revista Médica Herediana*, 31(2), 125-131. doi.org/10.20453/rmh.v31i2.3776

- Meo, A. I., y Dabenigno, V. (2021). Teletrabajo docente durante el confinamiento por COVID19 en Argentina. Condiciones materiales y perspectivas sobre la carga de trabajo, la responsabilidad social y la toma de decisiones. *Revista de Sociología de la Educación-RASE*, 14(1), 103-127. doi.org/10.7203/RASE.14.1.18221
- Monroy Bejarano, Y. N., y Lujano Garcia, M. E. (2021). Factores de riesgo psicosocial asociados al teletrabajo, en profesores del colegio nacionalizado femenino de la ciudad de Villavicencio. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/20.500.12494/33169>
- Monzón, N. S. (2020). *Formación docente universitaria y crisis sanitaria COVID-19. CienciAmérica: Revista de divulgación científica de la Universidad Tecnológica Indoamérica*, 9(2), 109-114. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7746429>
- Moirano, R., Ibarra, L., Riera, V., & Baritoli, F. (2021). Impacto del teletrabajo y el aislamiento social en el estrés laboral: un diagnóstico preliminar para la Argentina. *Escritos Contables y de Administración*, 12(1), 72-102. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8009631>
- MTSS, y CSO. (2018). Guía de salud ocupacional y prevención de los riesgos en el teletrabajo. Recuperado de: https://www.cso.go.cr/documentos_relevantes/manuales_guias.aspx
- Oviedo, Marlon Alexis. (2021). *La educación en tiempos del COVID desde la epistemología social de Thomas Popkewitz. Sophia*, Colección de Filosofía de la Educación, (31), 211-235. doi.org/10.17163/soph.n31.2021.08
- Páez, M. M., Chávez, M. E., Apunte, R., y Rosales, R. (2020). El teletrabajo en el Distrito Metropolitano de Quito (Ecuador): Normativa y características sustanciales. Recuperado de: <http://es.revistaespacios.com/a20v41n17/a20v41n17p07.pdf>

- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D.,... & Moher, D. (2021). Declaración PRISMA 2020: una guía actualizada para la publicación de revisiones sistemáticas. *Revista Española de Cardiología*, 74(9), 790-799. Recuperado de: <https://doi.org/10.1016/j.recesp.2021.06.016>
- Quiroz-Zambrano, G. L., y Vega-Intriago, J. O. (2020). El teletrabajo y su influencia en el bienestar emocional de los docentes en el periodo de confinamiento por el covid-19. *Polo del Conocimiento*, 5(12), 361-373. Recuperado de: <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/2058>
- Ramírez, L.Y. A. (2012). Escala de motivación adolescente (EM1) basada en el Modelo Motivacional de McClelland. *Tesis psicológica*, (7), 128-143. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=139025258006>
- Rodrigo, C. P. (2012). Las revisiones sistemáticas: declaración PRISMA. *Rev. Esp Nutr Comunitaria*, 18(1), 57-58. Recuperado de: https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/Nutr_1-2012%20Taller%20escritura.pdf
- Secretaria de Estado de la Seguridad Social y Pensiones, MISSM, y DGOSS. (2020). Prevención de riesgos laborales en el Teletrabajo [Plan General de Actividades Preventivas de la seguridad social 2020]. In *Riesgos psicosociales* (Mutua Universal ed.). Barcelona, España. Recuperado de: [https://www.mutuauniversal.net/en/export/sites/webpublica/.content/docs/Publicacion es/Teletrabajo_Guia-para-empresas_Octubre-2020_maquetada_v2.pdf](https://www.mutuauniversal.net/en/export/sites/webpublica/.content/docs/Publicacion%20es/Teletrabajo_Guia-para-empresas_Octubre-2020_maquetada_v2.pdf)
- Serrano Miranda, M. (2021). Teletrabajo y docencia frente a la COVID-19. Recuperado de: http://repositorio.iberopuebla.mx/bitstream/handle/20.500.11777/4952/PIT_SERRANO_Ma.%20Eugenia_FH.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Solanet, M. A. (2020). Pandemia: los desafíos múltiples que en el presente le plantea al porvenir. Recuperado de: <http://www.anfyb.com.ar/2020/12/03/pandemia-los->

[multiples-desafios-que-el-presente-le-plantea-al-porvenir-ix-encuentro-interacademico-2020/](#)

Velandia, J. H. M., y Pinilla, N. A. (2013). De la salud ocupacional a la gestión de la seguridad y salud en el trabajo: más que semántica, una transformación del sistema general de riesgos laborales. *Innovar*, 23(48), 21-31.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81828690003>

Vélez, R. I. P. (2021). Teletrabajo y pandemia en Chile. *Noticias CIELO*, (4), 3. Recuperado de: http://www.cielolaboral.com/wp-content/uploads/2021/04/chile_palomo_noticias_cielo_n4_2021.pdf

8. Anexos

Anexo 1:

Matriz del estado del arte

ITEM	DATOS				TEMÁTICA								FORMULACIÓN DEL PROBLEMA							SOLUCIÓN PROPUESTA																		
	AÑO DE PUBLICACIÓN	TÍTULO DEL ARTÍCULO	AUTOR	LOCALIZACIÓN	Uso de TICs	Teletrabajo	Regulación jurídica teletrabajo	Docentes	Covid-19	Sobrecarga mental	Eficiencia laboral	Seguridad y salud	Aislamiento	Aspectos psicosociales	Afecciones ergonómicas	Afecciones motivacionales	Consecuencias a la salud	Adaptación a la nueva modalidad	Estrés laboral	Desorganización del trabajo	Conflicto en la comunicación de alumno-maestro	Desarrollo de la pandemia por Covid-19	Conciliación familiar - laboral	Adecuar salarios	Propiciar recursos tecnológicos	Impartir capacitaciones necesarias	Precauciones para la pandemia	Regular la carga laboral	Adaptación al uso de TICs	Preventar salud y seguridad	Reiterar el aislamiento laboral	Flexibilidad laboral	Condiciones aptas para el teletrabajador	Políticas públicas para el teletrabajo	Reducir los efectos del mal uso de las TICs			
1	2020	El nuevo Coronavirus y la pandemia del Covid-19	Ciro Maguina Vargas; Rosy Gastelo Acosta; Arly Tequen Bernilla	Scielo				X			X										X					X												
2	2014	Teletrabajo y su relación con la seguridad y salud en el trabajo.	Liliana Bonilla Prieto, Diana Plaza Rocha, Gladys Cerquera y Martha Riaño-Casallas	Revista Scielo	X	X	X	X		X		X	X			X	X			X	X					X				X								
3	2021	Health and Telework: New Challenges after COVID-19 Pandemic.	Giuseppe Buomprisco, Serafino Ricci, Roberto Perri, Simone De Sio	European Journal of Environment and Public Health	X	X			X			X	X	X	X		X			X	X		X					X	X				X				X	
4	2021	Teletrabajo: nueva modalidad laboral para los docentes de UNIANDES sede Santo Domingo ante la Covid-19.	Leonardo Hurtado, Franklin Armijo, Rosa Jaramillo, Karina Teruel	Revista Conrado	X	X		X	X		X				X			X		X					X	X		X	X								X	
5	2020	Principales consecuencias para la salud derivadas del uso continuado de nuevos dispositivos electrónicos con PVD	Eva González-Menéndez, María López-González, Silvia González, Guillermo García y Teresa Álvarez	Revista Scielo	X	X						X			X		X		X	X					X				X		X	X					X	
6	2021	La educación en tiempos del COVID desde la epistemología social de Thomas Popkewitz.	Marion Alexis Oviedo Oviedo	Colección de Filosofía de la Educación		X		X	X		X	X				X	X			X	X					X		X					X				X	
7	2015	Salud y seguridad en el teletrabajo. Caso: Argentina	Lubiza Osio Havriluk	Redalyc	X	X						X	X		X	X	X			X			X				X		X			X					X	
8	2018	El teletrabajo en salud laboral.	M ^a Teofila Herrero, Jose Ignacio Alberich, Alfonso Vicente y Laika García.	Dialnet	X	X					X	X	X		X		X			X			X				X	X	X			X					X	
9	2020	El teletrabajo en el Distrito Metropolitano de Quito (Ecuador): Normativa y características sustanciales.	Miguel Muriel Pérez, María Balalía Chávez, Roberto Apunte, y Roberto Rosales	Revista espacios	X	X	X				X		X					X					X				X											X
10	2020	Estudio de los factores de riesgo psicosocial en profesoras de universidades online. Una mirada desde adentro.	Mariluz García-González, Fermín Torrano, Guillermo García-González	Revista de psicología y ciencias afines	X	X		X		X	X	X	X		X	X	X				X		X		X				X									
11	2020	Formación docente universitaria y crisis sanitaria COVID-19	Noemí Suárez Monzón	Dialnet	X	X		X									X	X							X	X		X										
12	2021	La covid-19 en Ecuador: fragilidad política y precariedad de la salud pública.	Roberto Chauca	Revista Scielo					X		X	X									X																X	
13	2021	Teletrabajo y docencia frente a la COVID-19.	Ma. Eugenia Serrano	Repositorio Iberoamericana	X		X							X		X	X											X										
14	2021	Pandemia: los desafíos múltiples que en el presente le plantea al porvenir.	Manuel Alberto Solanet	Revista Scielo	X				X						X		X										X	X										X
15	2021	El teletrabajo y su impacto en el estrés de los trabajadores.	Victoria Chuco	Neumann Business Review		X							X						X				X				X											
16	2020	El teletrabajo y su influencia en el bienestar emocional de los docentes en el periodo de confinamiento por el covid-19.	Ginger Lisbeth Quiroz-Zambrano, Jisson Oswaldo Vega-Intriago	Polo del Conocimiento				X						X		X	X		X							X		X										
17	2021	Teletrabajo docente durante el confinamiento por COVID19 en Argentina. Condiciones materiales y perspectivas sobre la carga de trabajo, la responsabilidad social y la toma de decisiones.	Analia Inés Meo, Valeria Dabénigno	Revista de Sociología de la Educación- RASE		X		X	X									X			X				X									X				
18	2021	Factores de riesgo psicosocial asociados al teletrabajo, en profesores del colegio nacionalizado femenino de la ciudad de Villavicencio.	Yeimi Nathalia Mommy Bejarano, Michel Estefany Lujano García.	Repositorio institucional		X		X					X						X				X				X											
19	2021	Teletrabajo como estrategia emergente en la educación universitaria en tiempos de pandemia.	Duque, Á. E. A., Díaz, R. R. G., Delard, C. G., & Díaz, L. S.	Revista de ciencias sociales	X	X		X	X								X	X							X			X										
20	2021	Teletrabajo y pandemia en Chile.	Rodrigo Palomo Véliz	Revista Scielo		X			X		X							X					X				X											
21	2021	Impacto del teletrabajo y el aislamiento social en el estrés laboral: un diagnóstico preliminar para la Argentina.	Regina Moirano, Lisana Ibarra, Valentín Riera, Fausto Bartoli	Escritos Contables y de Administración	X	X			X			X	X		X				X	X			X					X	X	X	X	X	X				X	