

LA SALUD MENTAL DE LOS DOCENTES DE LA UNIVERSIDAD ECCI ASOCIADOS AL
TRABAJO EN CASA EN TIEMPOS DE CONTINGENCIA COVID 19.

INTEGRANTES

Camacho Gordillo Angie Lizeth

Gómez López Lina Xiomara

Pirajan García Melissa Alexandra

UNIVERSIDAD ECCI

ESPECIALIZACIÓN EN GERENCIA DE LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

2021

LA SALUD MENTAL DE LOS DOCENTES DE LA UNIVERSIDAD ECCI ASOCIADOS AL
TRABAJO EN CASA EN TIEMPOS DE CONTINGENCIA COVID 19.

INTEGRANTES

Camacho Gordillo Angie Lizeth

Gómez López Lina Xiomara

Pirajan García Melissa Alexandra

Trabajo de grado presentado como requisito para optar al título de Especialista en Gerencia
de la Seguridad y Salud en el Trabajo

Director

Mg. Julietha Oviedo Correa

UNIVERSIDAD ECCI

ESPECIALIZACIÓN EN GERENCIA DE LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO 202

Dedicatoria.....	5
Resumen.....	6
Lista de figuras.....	8
Lista de tablas	9
Lista de anexos.....	10
Problema de investigación	14
Descripción del problema	14
Formulación del problema	16
Objetivos de la investigación	17
Objetivo general.....	17
Objetivos específicos:	17
Justificación y delimitación	18
Justificación	18
Delimitación de la investigación.....	20
Limitaciones.....	20
Marco de referencia de la investigación	21
Estado del arte.....	21
Justificación	22
Resultados del estado del arte.....	26
Tendencias del estado del arte	26
Características del estado del arte	29
Trabajo pedagógico docente universitario desde la virtualidad.....	30
Docencia universitaria en tiempos de contingencia del COVID-19.....	32
Marco Teórico.....	34
Síndrome General de Adaptación, estrés laboral	41
Tecnologías de la información y comunicación TIC.....	43
Trabajo pedagógico virtual	43
Innovación educativa	46
Las TIC en la educación superior	48
Metodologías de aprendizaje	49
Docencia Universitaria en tiempos de contingencia COVID-19	52
Marco Legal	55
Marco metodológico de la investigación	61

Recolección de la información	65
Cronograma	67
Análisis de la información	68
Resultados y propuesta de solución	71
Análisis e interpretación de los resultados.....	71
Discusión	82
Propuesta de solución	87
Análisis financiero	92
Conclusiones y recomendaciones	98
Conclusiones.....	99
Recomendaciones	101
Referencias bibliográficas.....	104
Anexo a Ficha Bibliográfica.....	114
Anexo b Encuesta percepción trabajo en casa Docentes	119

Dedicatoria

A nuestros padres por su apoyo, esfuerzo y amor incondicional con el que nos han guiado en cada etapa de nuestras vidas.

A los docentes y a la Universidad ECCI por brindarnos el conocimiento y las herramientas fundamentales para nuestra formación como profesionales.

En general a quienes aportaron para culminar este importante ciclo en la especialización en Gerencia de la Seguridad y Salud en el Trabajo que nos permitirá ser ciudadanos útiles a la sociedad y luchar por el bienestar de nuestro país y la salud de los trabajadores.

En memoria a todas las personas que han partido a causa del Covid 19 y a todas sus familias que hoy lamentan sus pérdidas.

Nota de Aceptación

Resumen

A nivel mundial se han visto los estragos que ha generado la emergencia sanitaria por el COVID 19, en los diferentes medios de comunicación se ha transmitido las afectaciones representadas a la salud por esta emergencia sanitaria y se han documentado las muertes que ha ocasionado la misma, siendo esta una situación sin precedentes que sigue afectando el mundo; es importante entonces que las organizaciones empiecen a evaluar como esta situación afecta la salud y bienestar de sus colaboradores.

Es así como él (Ministerio de Salud y Protección Social, 2021) establece mediante la resolución 385 de 2020 la emergencia sanitaria en Colombia debido a que existe la suficiente evidencia para indicar que el virus se transmite de persona a persona y los mecanismos de transmisión son gotas respiratorias al toser y estornudar, contacto directo por superficies inanimadas y aerosol por microgotas; por consiguiente el (Ministerio de Salud y Protección Social, 2021) siguiendo los lineamientos de la organización mundial de la salud OMS declara el COVID 19 como una pandemia por la velocidad de la propagación y escala de transmisión del virus.

El (Ministerio de Salud y Protección Social, 2021) determina entonces el aislamiento social como la herramienta más efectiva para poder proteger la vida y salud de las personas y el ministerio de educación nacional informa a las universidades que podrán seguir ofertando sus programas apoyados por las diferentes tecnologías que les permitan continuar el semestre académico mientras se cumple el aislamiento preventivo obligatorio.

El presente trabajo de investigación se centra en la Universidad ECCI la cual en esta situación de contingencia debe enfrentar a los docentes a asumir el uso de herramientas virtuales, lo cual puede representar un desafío para algunos de los docentes ya que deben

adaptar de una manera abrupta a las clases por medio de un entorno virtual debido a la contingencia por el COVID 19.

Los factores de riesgo psicosocial se encuentran presentes en la profesión de la docencia, por lo cual el presente trabajo pretende por medio de la investigación documental bibliográfica obtener datos que permitan identificar si los docentes de la universidad ECCI que trabajan desde la virtualidad en tiempos de contingencia se pueden estar viendo afectados en su salud mental. Determinando así posibles soluciones con el fin de generar prácticas preventivas que mantengan el balance entre la vida personal y laboral del colaborador.

La presente investigación es llevada a cabo por una profesional en ingeniería Industrial, una profesional en ingeniería ambiental y una profesional en ingeniería biomédica egresadas de la universidad ECCI y que se encuentran cursando la especialización de Gerencia en la Seguridad y Salud en el Trabajo, dentro de la investigación se aborda la sub línea “Salud, ambiente y trabajo” ya que se busca identificar por medio de una encuesta descriptiva los factores de riesgo psicosocial y estrés laboral a los cuales pueden estar expuestos los docentes debido al trabajo desde la virtualidad en tiempos de contingencia.

Palabras clave: COVID 19, pandemia, riesgo psicosocial, trabajo en casa, docentes, salud, educación, virtual, tecnología.

Lista de figuras

1. Figura Tipos de publicación documental bibliográfica. Fuente: Autores.	28
2. Figura Año de publicación documental bibliográfica. Fuente: Autores.....	29
3. Figura: Pregunta 6 encuesta percepción trabajo en casa. Fuente: Autores.....	73
4. Figura Pregunta 7 encuesta percepción trabajo en casa. Fuente: Autores.....	74
5. Figura Pregunta 8 encuesta percepción trabajo en casa. Fuente: Autores.....	74
6. Figura: Pregunta 9 encuesta percepción trabajo en casa. Fuente: Autores	76
7. Figura: Pregunta 10 encuesta percepción trabajo en casa. Fuente: Autores	77
8. Figura: Pregunta 11 encuesta percepción trabajo en casa. Fuente: Autores	77
9. Figura: Consolidado preguntas 12, 13, 14, 17, 18 y 19 encuesta percepción trabajo en casa. Fuente: Autores.....	78
10. Figura: Pregunta 15 encuesta percepción trabajo en casa. Fuente: Autores.	79
11. Figura: Pregunta 20 encuesta percepción trabajo en casa. Fuente: Autores.	81

Lista de tablas

Tabla 1. Ficha recolección documentos digitales bibliográficos. Fuente: Autores.	25
Tabla 2. Base consolidada referencias bibliográficas. Fuente: Autores	27
Tabla 3. Cronograma de actividades investigación. Fuente: Autores	67
Tabla 4. Relación de los riesgos psicosociales asociados al trabajo desde la virtualidad para los docentes de la universidad ECCI. Fuente: Autores.	83
Tabla 5. Recursos utilizados en el proyecto. Fuente: Autores.....	92

Lista de anexos

Anexo a Ficha Bibliográfica.....	114
Anexo b Encuesta percepción trabajo en casa Docentes	119

Introducción

El uso de las TIC según (Rodríguez, 2007) ha producido una revolución en el aprendizaje, cambiando la forma como las personas aprenden y el rol de los alumnos y maestros, es debido a esto que (MinTIC, 2018) indica en el desarrollo del Plan Nacional de TIC 2008 – 2019, que desde el 30 de julio de 2009 se sanciona por parte del gobierno la ley 1341 donde se convierte el Ministerio de Telecomunicaciones en Ministerio de Tecnologías de la información y las Comunicaciones, por lo cual (MinTIC, 2020) tiene como visión que al año 2022 Colombia sea una sociedad digital en la que todos los ciudadanos, de las zonas urbanas y rurales, adapten las TIC y se beneficien de los servicios digitales.

Debido a esto (Cervantes & Saker, 2013) indican que toda esta revolución digital ha influido en que las instituciones de educación superior hayan venido adaptando algunos de sus procesos presenciales a la modalidad virtual, con el fin de contar con herramientas que sirvan de apoyo didáctico y permitan realizar intercambio de información entre el docente y los estudiantes. Sin embargo, aun vemos que las instituciones de educación superior cuentan en su mayoría con programas presenciales y modelos de enseñanza tradicional.

Por lo cual (Berrío Zapata & Rojas, 2014) indican que el paso en Colombia de la educación superior a la virtualidad se ha realizado a pasos lentos debido a la resistencia al cambio de algunos actores sociales locales, por tanto (Berrío Zapata & Rojas, 2014) indican que se tiene el paradigma de que la educación virtual no tiene la misma calidad de la presencial y que por ende no se puede enseñar de la misma forma, por lo cual no se garantiza el conocimiento del estudiante, esto ligado no solo a la dificultad de acceder a las herramientas para poder recibir la educación virtual, sino a la falta de una construcción de lógica social, cultural y económica compatible.

Por lo cual Colombia se viene adaptando a la implementación de las TIC en sus programas

educativos gradualmente. Sin embargo, este proceso se puede ver afectado por los cambios acelerados generados por la actual Emergencia Sanitaria. (Ministerio de Salud, 2020) decretada por el presidente Iván Duque en el país a partir del 12 de marzo del 2020, según (Gutierrez-moreno, 2020) esta medida tomada a raíz de la declaratoria de pandemia de la organización mundial de la salud, por la rápida propagación del COVID 19 en la población a nivel mundial y sus efectos tanto en morbilidad como mortalidad sino por los efectos colaterales en la productividad, el empleo y los ingresos de las familias.

La salud mental ha venido cobrando importancia en las organizaciones debido a las afectaciones que puede generar en la salud y bienestar de los colaboradores, razón por la cual las organizaciones adaptan dentro de sus modelos de gestión sistemas de vigilancia epidemiológica para cada factor de riesgo que pueda presentar el colaborador en el desempeño de sus funciones; en los docentes de la universidad ECCI el presente estudio se enfoca en la salud mental de los mismos, por lo cual se busca identificar los factores de riesgo psicosocial que pueden estar afectando a los docentes que trabajan desde la virtualidad en tiempos de contingencia y que según manifiesta (García et al., 2016) genera en los docentes un incremento de demandas y exigencias a las que deben hacer frente en ocasiones sin los recursos suficientes, llegándose de este modo a configurar una situación idónea para la aparición de riesgos psicosociales en su entorno laboral.

La presente investigación se divide en 9 fases, en las cuales se realizan unas actividades específicas para poder dar cumplimiento a los objetivos definidos dentro de la misma, por lo cual se realiza un estudio de documentos digitales extraídos de las bases de datos de la universidad ECCI, la biblioteca virtual de la universidad Luis Ángel Arango y herramientas como Mendeley, en las cuales se realiza una recopilación de 87 documentos digitales bibliográficos y se realiza una segmentación delimitando tres líneas de investigación para consolidar una base de datos de

30 documentos digitales bibliográficos que conforman el estado del arte y marco teórico de la investigación. Una vez se tiene la información teórica se define como herramienta de recolección de información la encuesta descriptiva cuantitativa con el fin de recopilar datos específicos que permitan identificar si los docentes se están viendo expuestos a riesgos psicosociales a causa del trabajo desde la virtualidad en tiempos de contingencia.

La encuesta se realiza a los docentes de la universidad ECCI los cuales se encuentran trabajando desde la virtualidad en tiempos de contingencia, esta herramienta se construye por medio de la aplicación Google Forms y se envía a los maestros para poder recopilar la información. Una vez se recopilan los datos de la encuesta se pretende realizar la identificación de los factores que pueden estar generando daños a la salud mental de los docentes, con el fin de poder establecer recomendaciones que la universidad pueda tener como base para implementar dentro de su programa de Seguridad y salud en el trabajo.

Problema de investigación

Descripción del problema

En Colombia el presidente Duque decreto medidas para el manejo de la emergencia sanitaria, entre las cuales se encuentra la cancelación de clases presenciales en la universidad ECCI, debido al riesgo de contagio del COVID-19, por lo cual (Gutiérrez-moreno, 2020) indica que se enfrenta así a la universidad a un abrupto cambio para el que no estaba preparada, generándose con ello la imposibilidad de la educación presencial tradicional y obligando a la comunidad académica universitaria a adoptando en la contingencia a pasar a la educación de forma virtual. Lo cual según (Gutiérrez-moreno, 2020) genera riesgos a la salud mental, como el estrés, y la ansiedad que se podría producir ante el riesgo de contagio del COVID-19, además, sumándole a ello el confinamiento preventivo que restringe la normalidad de la vida de la comunidad universitaria.

El punto central de esta investigación es la posibilidad de que los docentes puedan estar expuestos a factores de riesgo psicosocial que afecten su salud mental debido al trabajo desde la virtualidad a causa de la contingencia, en la cual recientemente se han identificado algunos acercamientos jurídicos y académicos sobre este tema; el Ministerio de Salud y Protección Social en su boletín de prensa N° 105 del 2020 establece algunas recomendaciones

para la salud mental y convivencia durante los días de aislamiento social por el brote de COVID-19. Por tanto (Uribe et al., 2020) afirma que la facultad de Medicina de la Universidad Javeriana identificó que los síntomas de depresión, ansiedad y de somatización de la población colombiana en estos últimos meses se relacionan, entre otros factores, con las nuevas dinámicas de trabajo y la disminución de ingresos económicos, a estos efectos negativos ocasionados a la salud por el trabajo en casa se suma un modelo de educación virtual que no ha sido estructurado e implementado de manera amplia, dicho modelo ha sido simplemente una alternativa para que el sector educativo continúe operando por lo cual no se han tomado en consideración aspectos tales como ritmos de aprendizaje, el rol del docente, métodos de evaluación y seguimiento, ambientes virtuales para el aprendizaje (AVA), entre otros.

Tal y como lo define (Ligarrett, 2020) el trabajo en los espacios asincrónicos (offline) debe ser mayor que los espacios sincrónicos (video llamadas) y esto implica cambios para docente y estudiante, quienes van acompañados de intenciones pedagógicas orientadas a una generación digital, esta dinámica ideal se opone a la dinámica de la educación virtual actual la cual consiste en clases desarrolladas en espacios sincrónicos (video llamadas) que exigen al docente en muchas ocasiones dominio de plataformas digitales, tiempo extra en el desarrollo del contenido de la clase y/o cátedra, entre otros aspectos que implica el trabajo en casa, los cuales si no se controlan pueden tener efectos adversos en la salud mental de los docentes ocasionando por factores como trastornos del sueño, alteraciones del peso, trastornos digestivos, dolores musculares, fatiga visual, entre otros; por tal razón esta investigación tiene como propósito realizar un acercamiento e identificación de los riesgos psicosociales a los cuales se pueden encontrar expuestos los docentes de la universidad ECCI ocasionados por el trabajo desde la virtualidad en tiempos de contingencia debido al COVID-19.

La limitaciones que se presentan en la investigación se generan debido al aislamiento preventivo que está a travessando el país en donde se han tomado diferentes medidas entre las cuales se encuentra el pico y cedula, el distanciamiento social y el evitar asistir a lugares en los cuales haya bastante gente, debido a esto la investigación se realiza de manera virtual, consultando documentos digitales bibliográficos y usando como herramienta de recopilación de datos la encuesta descriptiva, sin embargo, esta no es aplicada de manera presencial sino virtual. Otro factor que puede generar limitaciones en la investigación es la capacidad de la universidad para poder responder de manera oportuna a la solicitud de enviar la encuesta a los docentes para poder realizar la aplicación de la encuesta.

Formulación del problema

¿Cuáles riesgos psicosociales encuentran los docentes de la Universidad ECCI en el trabajo pedagógico desde la virtualidad en la medida preventiva por la emergencia sanitaria del COVID 19?

Objetivos de la investigación

Objetivo general

Identificar la afectación de la salud mental del cuerpo docente en época de pandemia asociado al trabajo desde la virtualidad.

Objetivos específicos:

Describir las tendencias y principales características desde producción bibliográfica sobre la salud mental de los docentes universitarios que vienen trabajando desde la virtualidad en tiempos de contingencia del COVID-19.

Construir una herramienta de medición para identificar la afectación a la salud mental y los factores asociados a esta.

Describir los posibles riesgos psicosociales a los cuales puede estar expuesto el cuerpo docente de la universidad ECCI debido al trabajo en casa.

Justificación y delimitación

Justificación

La presente investigación se enfoca en identificar los posibles factores de riesgos psicosociales que pueden afectar la salud de los docentes en la nueva normalidad de trabajo desde la virtualidad en tiempos de contingencia ocasionados por el COVID-19, por la inmediatez con la cual se debieron adaptar a las nuevas condiciones de trabajo, es posible entonces que las organizaciones en este caso la Universidad ECCI no se haya contemplado los posibles riesgos a los cuales pueden estar expuestos los docentes en esta modalidad de trabajo virtual.

Teniendo en cuenta lo anterior y que actualmente el trabajo está centrado en la línea de investigación de Gerencia de la Seguridad y Salud en el Trabajo, es oportuno el poder realizar una investigación documental bibliográfica y recopilar datos de los docentes de la universidad ECCI que se encuentran laborando en esta modalidad virtual, con el fin de compilar insumos en un tema relativamente nuevo de investigación que puedan ayudar en un futuro a que la universidad pueda, si se requiere, mejorar las condiciones de salud y bienestar de los docentes cuidando de esta forma de su salud mental y obtener un documento de investigación que sirva para futuras consultas sobre los riesgos psicosociales en el entorno del trabajo desde la virtualidad.

El proyecto de investigación busca entonces generar un insumo sobre los posibles factores de riesgo psicosocial a los cuales se pueden ver expuestos los docentes y presentar unas recomendaciones que ayuden a la universidad a identificar dichos factores y ayuden a los docentes desde la perspectiva de que se puedan mejorar las condiciones de trabajo si se requiere, lo cual generar un beneficio tanto para la institución como para el docente.

Es así como (Unda et al., 2016) reconoce que en la última década ha cobrado relevancia la necesidad de dar respuesta a fenómenos que se observan en el campo psicosocial enfermedades vinculadas al trabajo (trastornos psicosomáticos) o que agravan trastornos existentes. Al mismo tiempo (Yano & Chang, 2020) dan una instantánea global de las medidas llevadas a cabo ante la pandemia a fin de aminorar la interrupción educativa, y encuentran que, sin excepción en todos los países, lo primero fue ampliar las modalidades existentes de educación a distancia y difundir los contenidos educativos a través de medios digitales y tradicionales, tales como la televisión.

Según un informe por Affor Prevención Psicosocial de trabajadores en España, realizado a partir de una muestra de más de 400 profesionales de la educación entre los meses de abril y junio, más de la mitad de los encuestados, un 54% de los docentes presenta síntomas de ansiedad. Entre los principales indicios que manifiestan, destacan la alteración del sueño (90%), nerviosismo, irritabilidad o tensión (89,5%), dolor de cabeza (79,2%), retraso en el comienzo de las tareas (62,9%) o sensación de ahogo sin esfuerzo físico (52,1%).

La educación es fundamental para la construcción de sociedades más prosperas, por eso es necesario la implementación de métodos que permitan efectuar medidas que hagan que el personal no sufra desgaste psicológico y se prevengan posibles situaciones de alteraciones de salud.

Delimitación de la investigación

Al establecer el marco teórico de la investigación a través de la lectura de documentos digitales bibliográficos se definen tres líneas de investigación con el fin de delimitar la misma, la primera trabajo pedagógico docente universitario desde la virtualidad, la segunda la salud mental de los docentes universitarios en confinamiento y la tercera docencia universitaria en tiempos de contingencia del COVID-19, con la finalidad de poder dar respuesta a los tres objetivos específicos planteados, para esto se define una población muestra específica a la cual se le aplicara una encuesta descriptiva.

La población en la cual se realiza el estudio son los docentes de la universidad ECCI ubicados en la ciudad de Bogotá y Medellín que se encuentran trabajando desde la virtualidad debido a la contingencia ocasionada por el COVID-19, la presente investigación se da en un periodo de tiempo de un año.

Limitaciones

Las limitaciones que se pueden presentar en el momento de realizar el trabajo de investigación son: primero la participación de la población objeto de esta investigación, ya que no es obligatorio que respondan la encuesta y se debe confiar en que los participantes respondan las preguntas objetivamente, segundo la información documental digital bibliográfica, teniendo en cuenta que la contingencia por el COVID-19 es reciente y no hay muchas investigaciones relacionados a nuestro tema central de investigación, por último el acceso a la base de datos de los docentes de la universidad ECCI para poder enviar la encuesta.

Marco de referencia de la investigación

Estado del arte

La elaboración del siguiente estado del arte tiene como propósito darle sustento teórico al problema de la presente investigación y como objetivo conocer a través de una investigación documental digital bibliográfica sobre el tema de la salud mental de los docentes universitarios que vienen trabajando desde la virtualidad en tiempos de contingencia del COVID-19.

Pregunta central

¿Cuáles son las tendencias y principales características de la producción bibliográfica sobre el tema de salud mental de los docentes universitarios que vienen trabajando desde la virtualidad en tiempos de contingencia del COVID-19?

Preguntas secundarias

¿Cuáles son las tendencias de la producción bibliográfica sobre el tema de salud mental de los docentes universitarios que vienen trabajando desde la virtualidad en tiempos de contingencia del COVID-19?

¿Cuáles son las principales características de la producción bibliográfica sobre el tema de salud mental de los docentes universitarios que vienen trabajando desde la virtualidad en tiempos de contingencia del COVID-19?

El objetivo general de esta investigación es construir un estado del arte sobre: cuáles son las tendencias y principales características de la producción bibliográfica sobre el tema de salud mental de los docentes universitarios que vienen trabajando desde la virtualidad en tiempos de contingencia del COVID-19.

Los objetivos específicos consisten en: primero desarrollar un proceso de investigación documental bibliográfico para cuáles son las tendencias de la producción bibliográfica sobre el tema de salud mental de los docentes universitarios que vienen trabajando desde la virtualidad en tiempos de contingencia del COVID-19 y segundo identificar cuáles son las principales características de la producción bibliográfica sobre el tema de salud mental de los docentes universitarios que vienen trabajando desde la virtualidad en tiempos de contingencia del COVID-19.

Justificación

Al construir este estado del arte se pretende alcanzar conocimientos sobre el tema de la salud mental de los docentes universitarios que vienen trabajando desde la virtualidad en tiempos de contingencia del COVID-19. Para ello se presenta el proceso metodológico de recolección y procesamiento de la información utilizada para la construcción del estado del arte.

El procesamiento bibliográfico de la información sobre cuáles son las tendencias y principales características de la producción bibliográfica sobre el tema de salud mental de los docentes universitarios que vienen trabajando desde la virtualidad en tiempos de contingencia del COVID-19, con sus correspondientes tablas se presenta a continuación en dos momentos. Etapas y actividades. Las etapas del proceso de recolección de la información

de la investigación de estado del arte fueron las siguientes:

Consulta de la información bibliográfica en la red

Lectura crítica de la información bibliográfica encontrada.

Generación de base de datos bibliográficos.

Análisis heurístico y hermenéutico de los datos.

Formular los resultados y conclusiones de la investigación documental del estado del arte.

Presentar el proceso del estado del arte para revisión y evaluación docente.

Dentro de las actividades del proceso de recolección de la información para la construcción del estado del arte se utilizaron escenarios bibliotecarios para la búsqueda de información que se encontró en la red digital. Se consultó la biblioteca Luis ángel Arango, la red de bibliotecas públicas de Bogotá, la biblioteca virtual de la universidad ECCI y algunas plataformas de investigación académica como Mendeley.

En estos escenarios virtuales se consultaron bases de datos con los siguientes criterios de búsqueda: trabajo pedagógico docente universitario desde la virtualidad, la salud mental de los docentes universitarios en confinamiento y, docencia universitaria en tiempos de contingencia del COVID-19.

Tras hacer un contraste en los títulos de los textos encontrados y sus características bibliográficas se descartaron el total de aquellos que se repetían entre una base de datos y otra base de datos consultada, esto arrojó un total de 87 textos. Al tener este acumulado se realiza una revisión y lectura. Las lecturas se hicieron de documentos digitales por la facilidad que da la red digital para encontrar estos documentos. Debido a las dificultades y contingencias en tiempo de

pandemia se descarta la posibilidad de visitar presencialmente estos espacios ya que en gran parte muchos de ellos no están funcionando presencialmente, debido a las medidas adoptadas por la administración de la alcaldía de Bogotá y el Gobierno Nacional.

En la lectura crítica de la información bibliográfica encontrada se buscó constatar que los textos se abordaron en por lo menos alguna de sus partes sobre el tema de la salud mental de los docentes universitarios que vienen trabajando desde la virtualidad en tiempos de contingencia del COVID-19, trabajo pedagógico docente universitario desde la virtualidad, la salud mental de los docentes universitarios en confinamiento y, docencia universitaria en tiempos de contingencia del COVID-19.

Desde la lectura crítica se realiza un proceso hermenéutico interdisciplinar de interpretación que arroja unidades de análisis que permiten dar cuenta del proceso de consecución de los objetivos trazados en el proyecto de investigación documental bibliográfica de estado del arte, ya que los textos digitales se encontraban escritos desde diferentes campos y áreas de estudio de las ciencias.

A la par se realiza la lectura de los textos digitales y se constatan las referencias bibliográficas con el fin de clasificarlos en fichas bibliográficas, en las cuales se deposita información textual relevante como: resumen, referencia bibliográfica, el año, tipo de texto, es decir si es un libro, artículo de una revista indexada, trabajo de grado monográfico, tesis de maestría o doctoral, como se muestra en la ilustración a continuación:

Tabla 1. Ficha recolección documentos digitales bibliográficos. Fuente: Autores.

FICHA BIBLIOGRÁFICA	
Autor:	Tipo de texto:
Año:	URL:
Referencia APA:	
Resumen:	

Tras la lectura de los 87 textos digitales, se depuran gran parte de los mismos, ya que muchos no hacían referencia explícita a los temas definidos en la investigación. Se consolida entonces una base de datos final de 30 documentos digitales, los cuales fundamentaron este estado del arte en todos sus apartes, así como sirvieron de materia prima para la formulación, análisis e interpretación de los resultados del mismo proceso de investigación.

Aunque los procesos de digitalización, lectura crítica, análisis heurístico, hermenéutico y síntesis, fueron transversales a todas las etapas de recolección de información bibliográfica en el estado del arte, es preciso decir que la última etapa del trabajo se volcó hacia la redacción del proceso de investigación documental bibliográfico.

El proceso de síntesis condensa 3 categorías de análisis transversales: trabajo pedagógico docente universitario desde la virtualidad, la salud mental de los docentes universitarios en confinamiento y, docencia universitaria en tiempos de contingencia del COVID-19; las cuales fueron construidas a partir del análisis crítico textual realizado a los textos de la base de datos bibliográficos rastreados que dan cuenta del tema de la salud mental de los docentes universitarios que vienen trabajando desde la virtualidad en tiempos de contingencia del COVID-19.

La primera categoría rastreo textos bibliográficos en la base de datos consolidada respecto al *Trabajo pedagógico docente universitario desde la virtualidad*. La segunda categoría rastreo textos bibliográficos en la base de datos consolidada respecto a *La salud mental de los docentes universitarios en confinamiento*. La tercera categoría rastreo textos bibliográficos en la base de datos consolidada respecto a la *Docencia universitaria en tiempos de contingencia del COVID-19*.

Resultados del estado del arte

Esta segunda parte del estado del arte presenta la formulación, el análisis, la interpretación, los resultados y las conclusiones generales del mismo. Para su mayor comprensión se organiza de la siguiente manera: en primer lugar, las tendencias de la producción bibliográfica sobre el tema de salud mental de los docentes universitarios que vienen trabajando desde la virtualidad en tiempos de contingencia del COVID-19. En segundo lugar, las características de la producción bibliográfica sobre el tema de salud mental de los docentes universitarios que vienen trabajando desde la virtualidad en tiempos de contingencia del COVID-19.

Tendencias del estado del arte

Esta categoría de análisis centra su atención en la descripción de las tendencias de la producción bibliográfica digital encontrada y la misma busca hacer una descripción general de las publicaciones recolectadas en el periodo de referencia de la base de datos consolidada la cual contiene un total de 30 textos digitales que cumplieron con los criterios de búsqueda.

Tabla 2. Base consolidada referencias bibliográficas. Fuente: Autores

Base de datos documentos digitales bibliográficos consolidada.				
#	Nombre del documento	Tipo de texto	Año	Campos y áreas de estudio
1	Virtualidad y educación en tiempos de Covid-19. Un estudio empírico en Argentina; Universidad Simón Bolívar.	Artículo de investigación indexado en la revista Educación y Humanismo	2020	Ciencias de la educación, ciencias sociales, psicología
2	La virtualidad como alternativa de investigación universitaria.	Artículo	2018	TIC
3	La reforma de la virtualización de la Universidad: el nacimiento de la educación digital.	Libro	2012	TIC
4	Repensar la relación entre las TIC y la enseñanza universitaria: Problemas y soluciones	Artículo indexado en la revista profesorado	2011	TIC, sociedad del aprendizaje
5	Los docentes en la Sociedad de la Información: reconfiguración de roles y nuevas problemáticas	Artículo revista iberoamericana de informática educativa	2014	TIC
6	¿Actividades grupales en cursos virtuales? Desafíos para el rol docente.	Artículo	2016	Tecnología en educación, informática
7	Las dos caras de la educación en el COVID-19.	Artículo en revista CienciAmerica	2020	Educación
8	La respuesta mundial a la epidemia del COVID-19: los primeros tres meses.	Artículo revista Boletín sobre COVID-19 Salud Pública y Epidemiología	2020	Salud Pública y Epidemiología
9	Las oportunidades de la digitalización en América Latina frente al Covid19	Coedición	2020	COVID-19, TIC
10	Formación en buenas prácticas docentes para la educación virtual.	Artículo en la revista Iberoamericana de Educación a Distancia	2016	TIC
11	“El estrés y su impacto en la salud mental de los docentes universitarios	Artículo Revista Caribeña de Ciencias Sociales	2018	Ciencias Sociales
12	Estrés, Síndrome General de Adaptación o Reacción + General de Alarma	Artículo en Revista Médico Científica	2010	Salud mental
13	Técnicas y métodos para controlar el estrés docente.	Artículo	2012	Psicología
14	Estrés laboral en los docentes del circuito 03 distrito 13D11 de la zona 04 de educación y estresores psicosociales prevalentes	Artículo en revista Cognosis	2018	Talento humano, ciencias pedagógicas, psicología clínica
15	“Estrés docente y estrategias de afrontamiento en profesores de la universidad técnica de Ambato”.	Trabajo de grado	2018	Psicología clínica
16	Riesgo psicosocial intralaboral y “burnout” en docentes universitarios de algunos países latinoamericanos.	Artículo de revisión	2012	Psicología
17	El Mobbing y los Síntomas de Estrés en Docentes Universitarios del Sector Público	Artículo	2014	Psicología, salud
18	La virtualidad una oportunidad para innovar en educación. Didáctica y Educación.	Artículo	2013	TIC
19	La virtualidad en los procesos educativos: reflexiones teóricas sobre su implementación.	Artículo	2015	Educación virtual, TIC
20	Entornos virtuales de enseñanza-aprendizaje. Evaluación del uso de las herramientas virtuales en el máster de educación para el desarrollo.	Artículo Revista Electrónica de Tecnología Educativa	2012	Educación, entornos virtuales, TIC
21	Docencia Rubic: aprendizajes de la enseñanza universitaria en tiempos de la Covid-19.	Artículo	2020	Educación
22	La docencia desde el hogar. Una alternativa necesaria en tiempos del COVID 19.	Artículo revista polo científico	2020	Ciencias de la educación, TIC
23	Enseñanza en línea durante la crisis del Covid-19 en la educación universitaria camerunesa: logros y desafíos.	Artículo	2020	Educación, TIC
24	Retos educativos durante la pandemia de COVID-19: una encuesta a profesores de la UNAM.	Artículo Revista Digital Universitaria	2020	Educación, pedagogía, TIC
25	Rol de los docentes ante la crisis del COVID-19, una mirada desde el enfoque humano.	Artículo Revista Electrónica	2020	TIC
26	La evaluación online en la educación superior en tiempos de la COVID-19.	Artículo	2020	Ciencias sociales
27	LA EDUCACIÓN SUPERIOR EN TIEMPOS DE COVID-19: ANÁLISIS COMPARATIVO MÉXICO - ARGENTINA.	Artículo científico	2020	Educación, TIC
28	Análisis de las políticas de enseñanza universitaria en España en tiempos de Covid-19. La presencialidad adaptada.	Artículo	2020	Educación, TIC
29	La universidad que viene: de la ‘docencia remota de emergencia’ a la ‘presencialidad adaptada’.	Reporte	2020	Educación
30	Una reflexión al respecto de la pandemia por COVID-19. La educación superior y las acciones emprendidas para el regreso a la	Artículo revista CONAIC	2020	Educación

Para explicar los hallazgos estadísticos encontrados en los datos recolectados y trabajados con la base de datos consolidados se presentan a continuación las siguientes graficas. Como podemos observar en la primera grafica titulada tipo de publicación encontramos que 25 textos bibliográficos corresponden a artículos indexados en revistas de investigación, 1 artículo de revista científica y los 6 restantes corresponden a 1 trabajo de grado, 1 Reporte, 1 Libro y 1 Coedición. Los datos estadísticos arrojados en la investigación bibliográfica muestran resultados significativos hacia el predominio de los artículos indexados en revistas científicas.

1. Figura Tipos de publicación documental bibliográfica. Fuente: Autores.



Respecto al porcentaje de publicaciones por año en la gráfica a continuación se puede visualizar una tendencia que muestra que de los 30 documentos digitales consolidados en la base de datos 14 corresponden a publicaciones realizadas en el año 2020, 4 corresponden a publicaciones realizadas en el año 2018, 2 corresponden a publicaciones realizadas en el año 2016, 1 corresponde a publicaciones realizadas en el año 2015, 2 corresponden a publicaciones realizadas en el año 2014, 1 corresponde a publicaciones realizadas en el año 2013, 4 corresponde

a publicaciones realizadas en el año 2012, 1 corresponde a publicaciones realizadas en el año 2011 y 1 corresponde a publicaciones realizadas en el año 2010. Observando entonces que los textos encontrados comprenden el periodo de producción de 11 años, ubicados entre los años 2010 a 2020, es decir, la última década.

2. Figura Año de publicación documental bibliográfica. Fuente: Autores.



.Dentro de las áreas o campos de estudio de los documentos digitales bibliográficos se encuentran las Ciencias de la educación, ciencias sociales, psicología, TIC, salud ocupacional, talento humano, comportamiento organizacional y epidemiología.

Características del estado del arte

Esta categoría de análisis centra su atención en la descripción de tres características que se delimitaron de la producción bibliográfica digital sobre el tema de salud mental de los docentes universitarios que vienen trabajando desde la virtualidad en tiempos de contingencia del COVID-19, la primera trabajo pedagógico docente universitario desde la virtualidad, la segunda la salud mental de los docentes universitarios en confinamiento y la tercera docencia universitaria en tiempos de contingencia del COVID-19. Esta información se presentará en tres apartes y unas

conclusiones generales.

Trabajo pedagógico docente universitario desde la virtualidad

Según (Expósito, Cristián David; Marsollier, Roxana Graciela, 2020) Exploran estrategias, recursos pedagógicos y tecnológicos utilizados por los docentes en el modelo de educación virtual implementado durante el confinamiento preventivo y cierre de establecimientos educativos dispuesto ante la situación de emergencia sanitaria mundial por la COVID-19. A su vez (Zambrano Acosta, J., Laurencio Leyva, A. y Milán Licea M.R. 2018), analizan la emergencia de la virtualidad como alternativa de formación, a partir de la suplencia o alternancia de los espacios físicos tradicionales por ambientes virtuales, que no demandan la concurrencia física directa de sus actores. Por otra parte, (rama, C. 2012), busca develar las líneas centrales de una gran reforma en curso en los sistemas universitarios en cuanto a la innovación que permiten las tecnologías de la información, Al mismo tiempo (Rodríguez Izquierdo, R. M. 2011), debido a la creciente proliferación de las tecnologías de la educación y el reconocimiento de la importancia de la alfabetización tecnológica en múltiples contextos, amplían la instrucción más allá de las paredes y de las aulas tradicionales. Por su parte (Almirón, M. E., y Porro, S. 2014), analizan el rol de que la escuela ha tenido y sigue teniendo en la Sociedad de la Información.

Asimismo, hacen hincapié en el rol que deben asumir los docentes a hora de la incorporar las TIC en el aula, sumado a esto (Anso, A., Magallan, L., y Vallejos, M. 2016) reflexionan sobre la inclusión de actividades grupales en dos propuestas de formación en línea para profesionales, cuáles son las competencias docentes requeridas y/o recomendadas para implementar estas actividades y cuáles son los desafíos docentes que se presentan, además (Bonilla-Guachamín, J. A. 2020) investiga los estudiantes que se encontraban cursando su proceso educativo a nivel mundial y se han visto afectados por la pandemia COVID-19, enfrentando varios retos, porque de

un momento a otro todo el entorno educativo cambió por completo, sumado a esto (Bravo- García, E., y Magis-Rodríguez, C. (2020) investiga que a finales del 2019 se empezó a conocer el origen y desarrollo de una nueva epidemia que, en tan solo tres meses, habría de convertirse en uno de los mayores desafíos que ha enfrentado la salud global: la epidemia del COVID-19. Por lo tanto, CEPAL. (2020). A partir de la aplicación de las primeras medidas sanitarias, sumadas al temor por el contagio, comenzó a acumular las evidencias que daban cuenta de la importancia de las tecnologías digitales para contrarrestar el aislamiento, difundir medidas profilácticas y facilitar el funcionamiento de sistemas económicos. Por su parte (Durán-Rodríguez, R., y Estay- Niculcar, C. 2016), confrontan problemas de calidad por la falta de planificación y control de indicadores claves tales como la planta docente contratada y las estrategias instrumentadas en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

Salud mental de los docentes universitarios en confinamiento

(Leonor Alexandra Rodríguez Alava, Ider David Bermello Cantos, Eleticia Isabel Pinargote Macías y Ulbio Colón Durán Pico 2018), explora el impacto del estrés en la salud mental de los docentes, entendiéndose que el estrés está afectando a todos los individuos de la sociedad actual, analiza lo que ocurre con los profesionales que se dedican a la docencia universitaria. A su vez (de Camargo, B. 2010) comprueba que la ausencia o el exceso de estrés son dañinos para el organismo; mientras que la cantidad óptima de estrés es esencial para la vida, el crecimiento y la supervivencia, es por eso que (Catalán, A., & Barreda, M. 2012) reconoce que la docencia en una sociedad compleja y plural como es la nuestra es más difícil y problemática.

Además de esto, la fatiga mental y la complejidad de la tarea sitúan a la profesión entre las 10 más estresantes; por consiguiente (UNE. 05 de noviembre de 2012), expone que uno de los problemas por los que atraviesan los trabajadores de las empresas de manera general tanto en el sector público

como privado, es el estrés laboral y las dificultades en la salud física y mental que este genera; por ello (Soria Reinoso, J. K. 2018) determina la relación entre estrés docente y las estrategias de afrontamiento que utilizan los profesores de la Universidad Técnica de Ambato; en el cual se evidencian cuatro correlaciones estadísticamente significativas en: resolución de problemas, apoyo social, retirada social y reestructuración cognitiva. Por un lado (Botero, C. 2012) identifico algunos factores de riesgo psicosocial intralaboral que propician el desarrollo y prevalencia del síndrome de burnout en estos profesionales de algunos países de América Latina, se concluyó ciertos aspectos propios de la organización del trabajo y de su realización. Por otro lado (Lara Sotomayor, Juan Eduardo, & Pando Moreno, Manuel. 2014) trata sobre la presencia de los factores psicosociales en el trabajo. El objetivo del estudio fue identificar la presencia e intensidad de violencia psicológica, acoso laboral, factores sociodemográficos laborales y establecer relación con los niveles de estrés en docentes universitarios y es por esto que (Silva Quiroz, J. E. y Romero Jeldres, Marcela. 2013) demuestra que el uso de las tecnologías de la información y comunicación, especialmente los Learning Management Systems más conocidos como LMS o sistemas para gestión del aprendizaje, posibilitan ampliar la docencia en pre y post grado en las universidades; así mismo (Moreira-Segura, C; Delgadillo-Espinoza, B.) ofrece un esbozo de las cualidades de un aula virtual, las características propias de un proceso de enseñanza-aprendizaje de naturaleza virtual, el papel que tienen los recursos y los participantes y el perfil de un tutor es así como (Torres Barzabal, L., Prieto Jiménez, E., & López Catalán, L.2012). Evalúa el uso de las plataformas virtuales como recurso docente en el ámbito universitario, es una realidad cada vez más generalizada.

Docencia universitaria en tiempos de contingencia del COVID-19

(Fernández-Gubieda, S. 2020) Explica que la docencia presencial, clave en numerosas

universidades, desaparece sin tiempo de reacción por ello pretende convertir la crisis del coronavirus en un aprendizaje compartido en beneficio de la comunidad universitaria. Con un estilo didáctico y ameno; es por ello que (García, M. D. 2020), pretende describir en forma analítica los retos que se imbrican dentro de la alternativa en tiempos de Covid 19, como es la docencia del hogar, desde el punto metodológico se supedita un trabajo cualitativo, basado en el método del análisis de contenido y es así como (Kem-Mekah-Kadzue, O. 2020) da a conocer como en todos los países, la población se ha visto obligada a confinarse y mantener el distanciamiento físico. A nivel educativo, las clases presenciales han sido suspendidas dando lugar a la implementación de innovaciones metodológicas utilizando los recursos que nos brindan las TIC, así mismo (Sánchez-Mendiola, M., Martínez-Hernández, A. M., Torres-Carrasco, R., Agüero-Servín, M., Hernández-Romo, A., Benavides-Lara, M., Jaimes-Vergara, C. y Redón-Cazales, V. 2020) La contingencia provocada por la pandemia de la covid-19 ha generado una situación inédita en los escenarios de la educación superior en México y en el mundo; conjuntamente (Villafuerte, J., Bello, J., Cevallos, Y., y Bermello, J. 2020). Muestra que es natural que muchos de los docentes sientan temor, desesperanza o estrés al estar confinados en sus hogares ante los riesgos de contagio del COVID-19. El objetivo es apoyar la preparación de los docentes para poner en marcha la educación virtual, de hecho (García-Peñalvo, F. J., Corell, A., Abella-García, V., & Grande, M. 2020). Muestra que en el ámbito universitario la transformación urgente de las clases presenciales a un formato online se ha llevado a cabo de una forma que se puede calificar como aceptable en términos generales, si bien las medidas tomadas se han ajustado a la urgencia y no a una planificación pensada a priori para impartir una asignatura con una metodología completamente online, sin embargo (Maldonado Gómez, G., de los Ángeles Miró, M., Stratta, A. E., Antonio Barreda Mendoza, A. B. M., & Zingaretti, L. 2020) realiza un análisis comparativo acerca de las medidas sanitarias

ante la contingencia por el coronavirus SARS-COV2 y el impacto de la virtualidad en el desarrollo del proceso de la enseñanza y el aprendizaje entre universidades de México y Argentina; en consecuencia (Area- Moreira, M., Bethencourt-Aguilar, A. ., Martín-Gómez, S. ., & San Nicolás-Santos, M. B. 2020) analizan las propuestas de política educativa que las universidades públicas españolas han preparado para el nuevo curso escolar 2020-21 condicionado por la pandemia de la pandemia Covid-19. El estudio se basa en las recomendaciones ofrecidas por el Ministerio de Universidades del Gobierno de España; es así que (Sánchez-Carracedo, F. [et al.]. La universidad que viene: de la 'docencia remota de emergencia' a la 'presencialidad adaptada'. 2020.) reflexiona sobre cuáles son las necesidades, problemas y realidades de los diferentes colectivos implicados en la docencia universitaria y es así como (Toscano de la Torre, B. A., Contreras Castillo, j. y Barón Ramírez, N. 2020), analiza, a manera de reflexión, el impacto de la pandemia por el virus COVID-19 con énfasis en la Educación Superior y las acciones académicas y administrativas emprendidas durante la pandemia, pero también el planteamiento de estrategias para la recuperación de la Educación Superior en el país.

Algunas consideraciones finales del estado del arte permiten analizar los diferentes documentos digitales a través de una lectura crítica y encontrar varias categorías conceptuales que permiten construir el marco teórico de la investigación.

Marco Teórico

Salud mental

De acuerdo con el objetivo general de investigación del presente trabajo “Identificar la

afectación de la salud mental del cuerpo docente en época de pandemia asociado al trabajo desde la virtualidad”, es conveniente hablar sobre el concepto de salud mental y la forma en la que se esta se ve afectada por el desarrollo de actividades laborales bajo modalidad virtual a causa de situación actual de contingencia derivada de la pandemia.

Para iniciar, en el informe *invertir en salud mental* de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2004) se define la salud mental como “el estado de bienestar que permite a los individuos realizar sus habilidades, afrontar el estrés normal de la vida, trabajar de manera productiva y fructífera, y hacer una contribución significativa a sus comunidades”, lo cual supone un estado de bienestar individual que repercute en el bienestar social.

Por su parte, (Mebarak et al, 2009 citados por Sánchez & Mejía, 2020), definen la salud mental como el “bienestar físico, psicológico y social, que va más allá del esquema biomédico, donde abarca la esfera subjetiva y del comportamiento del ser humano”, visto además como un concepto que implica “distintos grados de vitalidad y funcionamiento adaptativo”.

Generalmente el termino de “salud mental” es asociado a pacientes con trastornos mentales, sin embargo, según su definición, la salud mental es materia de interés para todas las personas, ya que como lo aclara la OMS en el ya mencionado informe, “La salud es un estado completo de bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” y si bien es cierto que está relacionada con el tratamiento y rehabilitación de personas afectadas por trastornos mentales, es importante considerar que se refiere también a la promoción del bienestar y la prevención de estos trastornos. Como es evidente, la definición de salud mental está estrechamente relacionada a la situación de bienestar, que tal como lo mencionan (Sánchez & Mejía, 2020), puede entenderse primero desde un nivel objetivo asociado a la ausencia de enfermedades o de factores dañinos en el organismo, y segundo desde un nivel subjetivo en el que

cada persona puede asumir el estado general en el que se encuentra. Si bien es claro que, por definición, el término de bienestar se refiere básicamente a “estar bien”, la situación de bienestar depende de las emociones, percepción de la realidad, satisfacción y adaptación del ser con su ambiente.

En medio de lo complejo que puede resultar definir el bienestar para cada persona, debido a la subjetividad y percepción, (Marulanda, 2007) relaciona el bienestar subjetivo con el concepto de satisfacción con la vida, que se refiere específicamente a la “valoración cognitiva que la persona hace sobre su vida en general”. En este sentido, (Diener & Larsen citado por Marulanda, 2007) mencionan que las emociones están fuertemente relacionadas con reportes generales de bienestar, debido que lograr un estado deseado o no, tiene efectos emocionales de satisfacción o sentimientos negativos como dolor o frustración; de manera tal que sentir felicidad y/o satisfacción en las cosas de la vida, constituye una forma de valoración general de bienestar, en la que satisfacer necesidades y expectativas favorece a la percepción positiva de bienestar subjetivo.

Así mismo, (Sánchez & Mejía, 2020) indican que, visto desde la perspectiva psicológica, la situación de bienestar de cada persona corresponde a lo que ellos denominan “un bienestar personal-social”, argumentando que el ser humano como ser social interactúa permanentemente con su medio y por consiguiente el equilibrio social puede verse afectado por el comportamiento de cada persona, así como “cualquier desequilibrio en el medio puede causar un desequilibrio en la salud del individuo”.

En cuanto a la afectación de la salud mental por el desarrollo de actividades laborales bajo modalidad virtual a causa de la pandemia, es pertinente mencionar que según la (OMS, 2004) la salud mental incluye “bienestar subjetivo, autonomía, competencia, dependencia intergeneracional y reconocimiento de la habilidad de realizarse intelectual y emocionalmente”,

ya que como lo expresa (Marulanda, 2007), en una situación de estrés laboral, del que se hablará con detalle más adelante, “el trabajador puede percibir que su habilidad para realizarse intelectual y emocionalmente puede estar en riesgo de ser disminuida o limitada”, e incluso puede llegar a generar sentimientos de “baja autonomía en el desempeño de su labor y falta de equidad entre el esfuerzo que realiza para responder a las exigencias de su trabajo y la recompensa que recibe a cambio del mismo”.

(Alzamora, 2020 citado Sánchez & Mejía, 2020) realiza un estado del arte de los problemas de salud mental de la población mundial con aislamiento social en la pandemia del COVID 19, en el cual menciona que “la duración de la cuarentena, el miedo a la infección, el aburrimiento, la frustración, la falta de suministros necesarios, la falta de información, la pérdida financiera y el estigma parecen aumentar el riesgo de resultados psicológicos negativos”, representando las principales causas de afectación a la salud mental. Frente a ello, la población trabajadora se encuentra en un nivel de incidencia y prevalencia importante de enfermedad mental.

Como se mencionó antes, la adaptación a la virtualidad e implementación de las TIC en programas de educación superior en Colombia ha sido lenta (Berrío Zapata & Rojas, 2014), debido a diversos factores tales como la resistencia al cambio de algunos actores sociales, la falta de cobertura de redes de telecomunicación y disponibilidad de equipos, entre otras; sin embargo, de acuerdo a la tendencia mundial a la globalización, donde los medios de comunicación y tecnología son una base primordial de desarrollo, es importante la migración a este tipo de prácticas educativas y laborales.

Lo anterior representa un reto de adaptación para estudiantes, docentes y trabajadores en general, y de hecho ha venido tomando fuerza en los últimos años, sin embargo, a raíz de la

repentina situación de Emergencia Sanitaria este proceso de adaptación ha tenido que darse de forma acelerada causando, en el caso de los docentes, estrés laboral asociado a la exigencia de dominio de plataformas digitales, nuevas estrategias pedagógicas, tiempo extra en el desarrollo del contenido de la clase y/o cátedra, entre otros aspectos, que pueden afectar su interacción con el medio y que pueden llegar a causar un desequilibrio de su salud mental por la aparición de sensaciones de frustración, ansiedad y falta de equidad entre el esfuerzo realizado para responder a las exigencias de su trabajo y la recompensa que recibe a cambio del mismo; además de otras enfermedades físicas como trastornos del sueño, alteraciones del peso, trastornos digestivos, dolores musculares, fatiga visual, entre otros.

La Organización Internacional del Trabajo (OIT, 2020) ha generado una guía para el teletrabajo durante la pandemia de COVID-19 y después de ella, en la cual menciona que “para un segmento importante de la población activa, la pandemia ha provocado un aumento repentino en la carga de trabajo, así como cambios importantes en los arreglos y condiciones de trabajo, por lo cual se hace necesario tener en cuenta aspectos en la “organización del trabajo” con el fin de “garantizar la salud y la seguridad de los trabajadores”, en este caso de los docentes, que como empleados que trabajan desde casa, según (OIT, 2020) “tienden a trabajar más horas que cuando están trabajando en las instalaciones del empleador”, esto debido principalmente a la “desaparición de los límites entre el trabajo remunerado y la vida personal” y la sustitución de tiempo de desplazamiento al trabajo por otras labores propias del mismo.

Psicología social

Como lo menciona (Ibáñez, 2011) la psicología social es “una disciplina que estudia cómo los fenómenos psicológicos están determinados y conformados por procesos sociales y

culturales”, en la que se pueden distinguir un aspecto psicológico, desde lo individual y un aspecto social, desde lo colectivo; sin embargo, vista como disciplina, en la psicología social cada aspecto depende y condiciona al otro, ya que como lo menciona este autor, “la parte psicológica es primera y constituye la materia básica, mientras que la social viene después y alimenta la psicológica con contenidos concretos y dándole formas particulares”. Así, los estímulos sociales generan un impacto sobre los procesos psicológicos, los cuales, a su vez, han sido la base para dichos estímulos sociales y es por ello es que al hablar de psicología social se debe considerar la interrelación de las dos partes como un solo elemento, que está relacionado con los aspectos que rodean o constituyen la cotidianidad de individuos que hacen parte de un colectivo.

Para el caso del presente trabajo, la psicología social puede verse como un campo de estudio que analiza las relaciones sociales, las conductas, sus patrones y los roles pedagógicos de docentes universitarios que vienen trabajando desde la virtualidad en tiempos de contingencia del COVID-19 y que han tenido un cambio repentino en dichos aspectos que constituyen su forma habitual de trabajo ya que como lo mencionan (Jair & Landa, 2021) los efectos del uso de la tecnología en la cotidianidad familiar, laboral y social se ha convertido en fuente de estrés también denominado Síndrome General de Adaptación (SAG), del que se hablará con mayor detalle más adelante; puesto que más allá de las innegables ventajas de las tecnologías, su uso ha acelerado el ritmo de vida, representando entre otras cosas, un riesgo psicosocial del que se hablará también más adelante.

Es por esta razón que como nos indican (Jair & Landa, 2021) las exigencias en todos los niveles educativos y de manera específica, en la educación superior, escenario de esta investigación, el docente se enfrenta con tareas adicionales a la gestión de aula, tales como la sistematización de información, trabajos de investigación y vinculación con la sociedad, lo que

genera extenuación física, frustración, conflictos laborales y de relaciones interpersonales, aspectos que inciden en el desempeño laboral.

Riesgo Psicosocial

El (Comité Mixto OIT/OMS, 1984 citado por Pérez, 2017) definió los riesgos psicosociales como “aquellas condiciones presentes en una situación de trabajo, relacionadas con la organización, el contenido y la realización del trabajo susceptibles de afectar tanto al bienestar y la salud (física, psíquica o social) de los trabajadores como al desarrollo del trabajo”, en las que se consideran las interacciones entre el medio ambiente de trabajo, el contenido del trabajo, las condiciones de organización y las capacidades, las necesidades y cultura del trabajador, las consideraciones personales externas al trabajo que pueden tener influencia en la salud, el rendimiento en el trabajo y la satisfacción laboral (Hernaiz, 2021).

La Agencia Europea de seguridad y salud en el trabajo indica que los factores de riesgos psicosociales son aquellos aspectos del diseño, organización y dirección del trabajo y de su entorno social que pueden causar daños psíquicos, sociales y físicos en la salud de los trabajadores, es decir, los factores de riesgo psicosociales se pueden entender como las causas que pueden dar lugar a los riesgos psicosociales. Por su parte, la OIT indica que los factores de riesgo psicosocial pueden estar asociados a factores organizativos, factores del entorno y puesto de trabajo, relaciones en el trabajo, seguridad en el empleo y desarrollo de carrera profesional y carga de trabajo.

Por lo anterior y como lo menciona (Lecca et al., 2013) de manera general, los riesgos psicosociales se originan por aspectos ya sean del ambiente laboral o de la organización del trabajo, cuando se producen tienen una incidencia en los colaboradores a través de manifestaciones psicológicas y fisiológicas, la existencia de estos riesgos en el trabajo puede

afectar, además de la salud de los colaboradores el desempeño del trabajo (Hernaiz, 2021) se trata entonces de condiciones de trabajo malas, deficientes o adversas que se convierten en un riesgo laboral, ejemplo de estos factores son el contenido del trabajo, carga y ritmo de trabajo, tiempo de trabajo, participación y control, desempeño del rol, desarrollo profesional y relaciones interpersonales (Unda et al., 2016) Estos factores constituyen un riesgo cuando en determinadas condiciones de intensidad y tiempo de exposición generan estrés y afectan negativamente la salud de los trabajadores a nivel emocional, cognitivo y comportamental.

Finalmente, teniendo en cuenta el concepto de los riesgos psicosociales y su afectación al colaborador, en este caso los docentes de la Universidad ECCI, en relación con su ambiente laboral y las condiciones de trabajo asociadas a la actual emergencia sanitaria, resulta importante considerar los riesgos psicosociales con el fin de que la organización pueda actuar de manera oportuna en su mitigación y/o prevención.

Síndrome General de Adaptación, estrés laboral

(Camargo, 2004) menciona que los términos estrés, Síndrome General de Adaptación (SGA) y reacción general de alarma son sinónimos e indican una respuesta fisiológica que se produce ante estímulos estresantes y que ayuda al organismo a adaptarse para pelear o huir. Este término, acuñado por Hans Selye, refiere que, independientemente del estímulo que ataque al organismo, este responderá de manera estereotipada (movimientos coordinados) lo que representa un esfuerzo del organismo para adaptarse a la nueva condición a la que es sometido; es decir, que cuando la demanda es excesiva (distrés) se produce un desequilibrio sustancial percibido por el individuo, entre la demanda que se le plantea y la capacidad de respuesta que posee, o los recursos con los que dispone.

El SGA según (Otero et al., 2021) reconoce tres fases que son: alarma, resistencia y agotamiento. Durante dichas fases se encuentran funcionando tres ejes fisiológicos que secuencialmente son el eje neural, el eje neuroendocrino y el eje endocrino. El eje neural se caracteriza por el aumento del tono muscular, la paralización corporal, la reacción de alerta cortical y la descarga masiva del simpático. El eje neuroendocrino consiste en la secreción de adrenalina y noradrenalina por la médula adrenal y sus consecuencias corporales. El eje endocrino se caracteriza por la activación del eje funcional hipotálamo-hipótesis corteza suprarrenal-cortisol. (Nugroho et al., 2019) resalta a la docencia como una profesión que muestra alto riesgo de presentar estrés laboral, debido a la naturaleza del puesto y al entorno de trabajo aspecto que confirma la Agencia de Unión Europea, en un estudio sobre las condiciones de trabajo, donde cerca de cuarenta millones de personas en la UE sufrían estrés relacionado con el trabajo; el grupo más amplio de trabajadores que sufrían ansiedad era el de los empleados en el sector de la educación y la salud, por consiguiente (Botero Alvarez, 2013) nos indica que esta evolución se ha traducido en una mayor especialización, ritmos más elevados y acelerados de trabajo, aumento de funciones e incremento de trabajo en equipo, cambios a los que no ha estado ajena la labor docente donde se evidencian día a día los nuevos modelos del desarrollo laboral generados a partir del capitalismo tales como el trabajo individualizado, las estructuras organizativas horizontales, los cambios en los modos de empleo como la subcontratación, el trabajo por hora cátedra, la inestabilidad laboral y el trabajo temporal, con nuevas pautas de horario de trabajo acordes con la demanda existente, aumento de la flexibilidad laboral, aumento de la población activa en el servicio (mayor competitividad), entre otras, que dificultan el equilibrio entre la vida familiar y laboral y que por ende impactan de manera significativa la calidad de vida del empleado docente (Cuenca, 2002 citado por Mejía, Garrido y Peralta, 2008).

Tecnologías de la información y comunicación TIC

Las tecnologías de la información y comunicación (TIC'S) hoy por hoy ofrecen oportunidades de alternar el proceso de adquisición de conocimiento y permite así la integración y acceso a respuesta inmediata al progreso de aprendizaje; así mismo la educación online ha adquirido gran importancia en los sistemas educativos actuales a nivel global, mostrando en evidencia las desigualdades sociales, culturales y económicas de una gran cantidad de países que han sido atacados y afectado debido a la pandemia por COVID-19. Sin embargo, debido a la necesidad y urgencia que trajo consigo la crisis sanitaria actual, los gobiernos tuvieron que cerrar las puertas de las instituciones educativas como una medida para mitigar los efectos de la pandemia, afectando así al 94% de los estudiantes a nivel mundial. (Expósito & Marsollier, 8-2020) y llevando a todas las profesiones a ejercer la virtualidad como medida para cumplir con sus obligaciones laborales y mantener el distanciamiento social.

Trabajo pedagógico virtual

Antes de hablar sobre la necesidad de incluir el trabajo pedagógico en los sistemas de enseñanza virtual, es sustancial reiterar la importancia que desempeña el factor tecnológico en la modalidad de educación virtual a la que se ha venido adaptando repentina, e incluso, forzadamente la comunidad académica a nivel mundial. Como se mencionó con anterioridad, la educación virtual no surgió propiamente como respuesta a la situación de emergencia sanitaria por COVID-19, puesto que desde hace varios años se ha venido implementando, con más éxito en algunos países que en otros; pero en general como un método alternativo a la educación tradicional presencial, tal como lo menciona (Almirón y Porro, 2014 citado por Expósito & Marsollier, 8- 2020) “Hasta

ahora, en términos generales, la educación virtual estaba más bien reservada a experiencias aisladas que aportaban estrategias innovadoras de enseñanza y aprendizaje de manera complementaria a la educación presencial”. Como lo mencionan los autores, esta es justamente una de las principales causas de que las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) han avanzado desde hace unas décadas, puesto que se consideran “herramientas puestas al servicio de la educación”, siendo este, un avance tecnológico que ha sido impulsado por necesidades de la sociedad, y que, a su vez, es promotor del surgimiento de nuevas formas sociales.

Lo anterior supone que la tecnología depende, pero a la vez constituye a la sociedad. Entender esto resulta fundamental para seguir avanzando de manera positiva hacia modos de trabajo y educación virtual que permitan afrontar con éxito situaciones de contingencia como la que vive el mundo hoy a causa del COVID-19, con la cual, tanto la educación como otros sectores, han evolucionado de una manera sin precedentes en la denominada sociedad industrial 4.0, en la que según (Martínez, 2019) se organizan los medios de producción a través de la digitalización y con lo cual, muy seguramente se han dado los primeros pasos, avanzado de manera sustancial, hacia la denominada sociedad industrial 5.0 en la que se tiene una concepción en la que “la generación de conocimiento e inteligencia provendrá de las máquinas a través de la Inteligencia Artificial al servicio de las personas”. Esto, por su puesto, hace parte de una visión futurista que, si bien aun no es real, podría desarrollarse en unos años y más si se tiene en cuenta que la actual emergencia sanitaria ha marcado un antes y después frente al uso de tecnologías de la información su vinculación como complemento en las labores cotidianas.

Por otro lado, los sistemas educativos se ven enfrentados a mantener la virtualidad de la educación y promover el desarrollo de aprendizaje de manera significativa, es por ello que en esta emergencia sanitaria existen dos actores principales como lo son los docentes y las tecnologías de

la información y comunicación, en términos generales el trabajo pedagógico virtual. Los docentes de esta manera tuvieron que formarse en entornos virtuales y a la vez ser responsables de formar estudiantes en este nuevo entorno. Es donde el trabajo pedagógico virtual se convierte en una disciplina que organiza el proceso educativo y que lleva a tener más posibilidades teniendo el contexto social y tecnológico de la época.

La pedagogía virtual se basa en la actividad centrada de transmitir información y conocimientos, y promueve competencias con herramientas informáticas de comunicación e información con programación. (Vallín Gallegos & Rama, 2012). Es por ello que la principal estrategia para mejorar el aprendizaje implica que se haga un uso amplio del internet, generar un enfoque de las competencias, generar estimulación para el trabajo en equipo y así ampliar el conocimiento debido a la diversidad de recursos que implique que sea de forma eficaz y al mismo tiempo impartido por recurso humano capacitado.

El gran reto de la crisis sanitaria es implementar un trabajo pedagógico virtual que permita la inclusión de todos los niveles educativos puesto que esta metodología ha sido efectuada con anterioridad en estudios académicos de contexto universitario; la actualidad transformo la enseñanza presencial a virtual generando estrategias pedagógico-didácticas diversas. Esta situación ha venido a profundizar la desigualdad socioeducativa y la brecha digital, ya que la educación ha quedado supeditada a la virtualidad, donde los recursos tecnológicos y el acceso a internet son imprescindibles. (Expósito & Marsollier, 8-2020).

En las modalidades de formación semipresencial y a distancia, el uso de herramientas tecnológicas debe propender a los objetivos de formación previstos. En función de ello, los ambientes virtuales como entornos de realización educativa, deben propiciar el logro de una interacción efectiva entre el alumno, los docentes, los materiales educativos y los recursos de

aprendizaje. Por ello la importancia del diseño de entornos soportados en la virtualidad, “como apoyo, complemento” (Zambrano Acosta, Laurencio Leyva, & Milán Licea, Abril-Junio 2008).

Innovación educativa

Es pertinente tener en cuenta que la innovación educativa está en constante cambio lo que permite primicia de nuevos productos como los son formación académica interdisciplinaria, carreras profesionales, niveles educativos; nuevas formas de organización y gestión educativas como franquicias, funcionamiento en redes o estructuras departamentalizadas, unidades de problemas o ciclos de estudios generales, incluso hasta nuevas fuentes de acceso a docentes o tutores de otros países. (Vallín Gallegos & Rama, 2012)

Por ello es importante desarrollar ambientes virtuales que permitan el aprendizaje de forma autónoma y que esto tenga como objeto la integración de aspectos teóricos y prácticos de cada una de las áreas. “Con el avance de las TIC es posible dar solución a la necesidad formativa de alumnos y profesionales que necesitan disponer de formación y actualización continua, aquí toma relevancia el diseño de contenidos de calidad en entornos educativos virtuales” (Belloch, 2013).

La transformación de los sistemas educativos se debe a factores tecnológicos ya que constituyen componentes más dinámicos de la educación. La pedagogía virtual es un ámbito relevante debido a la actualización de conocimientos y habilidades derivadas de la tradicional educación permanente generar que el cambio tecnológico promueva la virtualización de la educación, generando cambio de roles en casa uno de los actores principales de la situación como lo es también el cambio de las instituciones, que hacen que el diálogo intercultural, interdisciplinario, Inter social, e Inter tecnológico, o sea, el diálogo de saberes y de perspectivas distintas, de formas de abordajes diferenciados, sean, a su vez, la base de nuevas concepciones

pedagógicas. (Vallín Gallegos & Rama, 2012).

El trabajo pedagógico virtual permite facilitar el cambio de aprendizaje de los medios de enseñanza e interacción, haciendo que estos medios sean didácticos y llamativos en diferentes ámbitos de formación. Es así como el mundo laboral está en constante transición hacia ambientes meramente digitales, donde la herramienta principal de trabajo son un componente informático, todo esto debido a las crecientes economías donde la real competencia es la incorporación de conocimientos por eso es importante y significativo tener conciencia de las herramientas como eje de trabajo para diagnosticar y responder (diseñar, enseñar, prescribir, intervenir), en casi todos los campos laborales y disciplinarios y así realizar sus actividades sobre la base de la información. (Vallín Gallegos & Rama, 2012).

Esta dinámica no se reduce a la educación a distancia como modalidad que usa tecnologías con intensidad, sino que crecientemente impacta en la educación presencial que se transforma a través de su digitalización. (Vallín Gallegos & Rama, 2012), utilizando recursos didácticos, uso y aplicación intensivo de las tecnologías de la información y comunicación (TIC'S). Ahora es importante identificar que el uso de tecnología ha sido visto como añadidura en las practicas educativas tradicionales, esto conlleva a que los procesos de aprendizaje no mejoren y que esto lleve a que la carga pedagógica incremente tanto en docentes como en los mismos estudiantes; por eso es importante aclarar que el uso de las tecnologías como forma pedagógica virtual no es simple añadidura si no un medio y un recurso que funciona de forma didáctica.

Se evidencia que respecto al uso de las tecnologías de la información y la pedagogía virtual se ve con incidencia problemas por parte de los estudiantes como el acceso restringido a la

tecnología, falta de habilidades para el uso de ellas y falta de compromiso con la educación virtual, no obstante, de parte del grupo de docentes se ven problemas como la falta de formación para asumir los retos sobre pedagogía virtual, falta de preparación en la información impartida como también la velocidad con la que se asume cada uno de temas del sistema de aprendizaje de la institución. Cabe resaltar que, aunque estamos en el siglo 21, las personas que se encuentran cursando programas académicos de educación superior son llamados nativos digitales, y aun al ser etiquetados de esta manera se encontró que carecen y les falta competencias aplicativas para el uso de herramientas digitales educativas (Rodríguez, 2011). Lo que hace que sea más complicado llevar a cabo los sistemas pedagógicos implementados por cada institución educativa, formando así una barrera al trabajo pedagógico virtual.

Ultimando así que el uso de las tecnologías de la información y comunicación permiten que el trabajo pedagógico virtual pueda llegar a impactar ya sea de manera positiva o negativa según el receptor educativo, porque como tal la tecnología es un medio por el que se puede interactuar, pero el actor más importante es la pedagogía con la que se abarque cada tema que permita facilitar el aprendizaje respecto a conocimientos, habilidades, actitudes y hábitos.

Las TIC en la educación superior

En el sector educativo en Colombia que incluye la educación de nivel superior como la brindada por la Universidad ECCI las metodologías y espacios de estudio se han transformado como respuesta a la crisis sanitaria del COVID-19 que ha surgido desde mediados del mes de marzo del año 2020, la pandemia ha confirmado que la educación y los docentes deben estimular procesos de investigación y/o proyectos en beneficio de la educación que permitan un mundo

sostenible que sea más solidario con el medio ambiente y la sociedad, así mismo ha dejado la gran incertidumbre de volver a la “normalidad” o a la “educación tradicional” lo cual depende en gran parte de muchos factores característicos de cada territorio como lo son planes de vacunación, oferta y demanda de servicios de salud, dinámica de contagios, entre otros.

Ante esta situación las universidades y los docentes han optado por diferentes ideas y metodologías de educación a distancia que permitan de manera virtual (remota) darles continuidad a los procesos educativos de calidad en todos los niveles, haciendo frente a este gran reto, mediante modelos desarrollados por los centros educativos que permitan la enseñanza de los alumnos fuera del salón de clases.

Metodologías de aprendizaje

A continuación, se describen algunas metodologías de aprendizaje descritas en el documento “Aprendizajes de la enseñanza universitaria en tiempos de COVID–19” de la Universidad de Navarra en España:

El aprendizaje basado en equipos (Team-based Learning, TBL) es una metodología aplicada a grupos pequeños de alumnos que promueve la participación, reflexión y pensamiento crítico de los estudiantes, lo principal en este modelo es plantear casos que lleven a la discusión en los equipos de trabajo, una duración corta de la clase aproximadamente de dos horas, esta metodología permite a los estudiantes ampliar su conocimiento, emitir juicios y tomar decisiones públicamente.

Las Simulaciones Docentes es una metodología basada en elementos de juego, teatrales, conversatorios (debates) o competitivos en el cual se apoyan de situaciones controladas en el ordenador o software que permiten a los alumnos aplicar conocimientos aprendidos, fortalecer el pensamiento crítico y promover el planteamiento de soluciones por parte de los mismos que tenga la suficiente solides teórica y argumentativa.

El modelo de enseñanza “la clase inversa” o “flipped classroom” que incluye cuatro principales pilares: a.) Flexibilidad del entorno de aprendizaje, b.) Cultura de aprendizaje, c.) Los profesores deben determinar los materiales que los alumnos tienen que aprender y d.) El cambio del rol del profesor ya que este ya no sólo transmite información, sino que debe guiar a los alumnos en su aprendizaje, les tiene que proporcionar feedback continuo, volviendo su rol multidisciplinar, teniendo en cuenta estos cuatro pilares la metodología educativa puede facilitar el proceso al docente y a los estudiantes buscando que la experiencia de la educación virtual sea satisfactoria y efectiva siempre dando espacio al dialogo que permita el aprendizaje y desarrollo de competencias por parte de los alumnos.

El modelo Las “rutinas de pensamiento” (RdP) son el resultado de la investigación del Proyecto Zero de la Graduate Educational School of Harvar en esta metodología se fomenta la reflexión de los estudiantes a través de la indagación, la curiosidad, el juego de ideas y el análisis de temas complejos, haciendo uso de preguntas o secuencias de pasos, esta práctica puede ser implementada en todos los niveles educativos y para diferentes contenidos dentro y/o fuera del aula son fáciles de usar para el docente y fomentan la actitud participativa.

El método de caso es una metodología en la cual se define y describe un caso específico, un incidente o un acontecimiento de la vida real, que pueden estar acompañados de estudios, artículos o textos lo cual permite trabajar habilidades en los estudiantes tales como análisis, comprensión, discusión, trabajo en equipo y discusiones para la solución de un problema, suele buscarse en este modelo que el grupo de trabajo llegue a soluciones concretas que permita solucionar el caso planteado inicialmente.

La gamificación es una metodología de aprendizaje basada en los juegos que buscan que se mejoren los procesos de aprendizaje en los estudiantes, es importante al usar este método que se tenga claro el objetivo de aprendizaje que se persigue con el juego, las reglas del juego, el modo de interacción, la metodología, la retroalimentación por parte del docente, los objetos multimedia utilizados, la dinámica del juego virtual.

El aprendizaje colaborativo Robert Slavin define el aprendizaje cooperativo como “un proceso por el cual los estudiantes trabajan juntos en grupos para dominar el material presentado inicialmente por el instructor”, en este modelo se promueve el trabajo en equipo, la interacción entre estudiantes, y la necesidad del trabajo en equipo, es importante que el profesor implemente una metodología que permita la acción cooperativa, es indispensable según (Johnson, Johnson y Holubec, 1999) cinco elementos básicos: a.) Interdependencia positiva es decir deben trabajar en equipo teniendo en cuenta que el éxito del trabajo depende de todos “se salvan juntos o se hunden juntos”, b.) Interacción, c.) Responsabilidad personal es decir cada estudiante es responsable de su parte del trabajo en equipo, d.) habilidades sociales y d.) evaluación del proceso grupal.

El aprendizaje basado en proyectos, esta metodología fortalece en los estudiantes el su conocimiento de tipo individual, en este modelo los estudiantes eligen temas de interés relacionados con su ámbito profesional para dar solución a una problemática específica a través del desarrollo, elaboración y/o implementación de proyectos acercando e involucrando al estudiante al ámbito laboral (vida real).

Todas las metodologías o modelos de aprendizaje descritos anteriormente son algunas de muchas alternativas utilizadas por los docentes ante el cambio repentino de la educación no presencial que han llamado “docencia remota de emergencia” o “presencialidad adaptada” no obstante esta situación no puede evaluarse y analizarse únicamente desde una perspectiva negativa ya que esta crisis también es vista por los docentes y el sector educativo como una oportunidad en la cual se pueden fortalecer y desarrollar técnicas alternativas para la educación diferentes a las tradicionales aplicadas en los salones de clases y por otro lado es una invitación a centros educativos y a los gobiernos locales para desarrollar estrategias que permitan solucionar y dar continuidad a la educación en todo momento, que según la Asociación de Enseñantes Universitarios de la Informática (AENUI) deben enfocarse en no recargar a los docentes ni responsabilizarlos en su totalidad del proceso de aprendizaje, focalizar todos los esfuerzos en el aprendizaje del estudiante rediseñando los métodos sin que estos pierdan la calidad, fortalecer y formar a los docentes en el manejo de herramientas digitales, promover la equidad social disminuyendo las brechas al acceso de recursos y herramientas por parte de los estudiantes.

Docencia Universitaria en tiempos de contingencia COVID-19

La docencia universitaria en tiempos de contingencia del COVID-19 es un trabajo conjunto

entre los diferentes roles del sector educativo y la academia, en primera instancia las instituciones de educación superior acatando las medidas sanitarias dictadas localmente en cada territorio deben desarrollar planes y estrategias para dar continuidad a los procesos educativos con alta calidad, los docentes deben adaptarse a las herramientas remotas y rediseñar sus metodologías educativas a esta nueva titulación sin perder el objetivo principal que es el aprendizaje y finalmente los estudiantes deben adaptarse igualmente a estas metodologías y fortalecer el trabajo autónomo desde casa con las herramientas de trabajo que tengan disponibles y en caso de no contar con ellas manifestarlo a los docentes para desarrollar búsquedas o alternativas para que continúen sus programas profesionales.

El Decreto El Ministerio de Educación Nacional en Colombia estableció los lineamientos para la prestación del servicio de educación en casa y en presencialidad bajo el esquema de alternancia y la implementación de prácticas de bioseguridad en casa en la comunidad educativa el cual tiene como propósito acompañar a las instituciones educativas oficiales y no oficiales fundamentados en el hecho de que la educación protege y sustenta la vida y dignidad de las niñas, niños y jóvenes que hacen parte del sector educativo, este documento desarrolla la estrategia ¡Juntos en casa lo lograremos muy bien! en la cual se establece diferentes orientaciones, resaltando: Identificar los canales de comunicación, Revisar el plan de estudios, tiempos y modo de llevarlo a cabo, identificar y priorizar en el plan de estudios aprendizajes y competencias básicas, fortalecer el desarrollo de hábitos de vida saludables, habilidades socioemocionales y de convivencia, Identificar opciones didácticas pertinentes, ofrecer guía para que en los hogares organicen los tiempos, así como los espacios para facilitar el desarrollo del trabajo académico, abrir y dinamizar espacios de participación de la comunidad educativa de manera remota, adaptar el seguimiento a distancia, valorar los logros y producciones de los estudiantes o del trabajo

académico en casa, la estrategia también define que para que estas orientaciones sean efectivas y exitosas se debe contar con diferentes mediaciones tales como:

Recursos educativos impresos y audiovisuales

Recursos físicos e imprimibles

Recursos audiovisuales

Recursos educativos digitales

Recursos educativos virtuales

Formación y acompañamiento a los docentes.

Esta último método de mediación “Formación y acompañamiento a los docentes”, es importante resaltar el Programa “Todos a Aprender (PTA)” en el cual se realiza un acompañamiento a los docentes para el desarrollo de guías de aprendizaje que se han venido elaborando en el marco de las medidas de contingencia para los grados de transición y básica primaria, este programa también desarrolla el aula virtual “Colombia Aprende” en la que se tiene disponible para estudiantes y docentes; videos, documentos, tutoriales, entre otros, para complementar los procesos de aprendizaje, otro pilar importante en es el desarrollo de la plataforma “Contacto Maestro” través de la cual docentes y directivos docentes pueden continuar su proceso de formación profesional y personal, compartir información, experiencias docentes y formar parte de la construcción colaborativa de conocimiento con sus pares.

El camino que se ha recorrido y que aún queda por recorrer frente a la contingencia COVID 19 en la educación en todos los niveles y en especial en la educación superior depende de necesidades, expectativas y capacidades de los gobiernos, las instituciones, los docentes, los estudiantes y sus familias, finalmente el Ministerio de Educación propone Fases del proceso de

transición progresiva del servicio educativo a la modalidad presencial bajo el esquema de alternancia.

Marco Legal

El día 12 de marzo de 2020 se emite por parte del Ministerio de salud y protección social la Resolución 385 del 2020 mediante la cual se declara la emergencia sanitaria en Colombia, así mismo, el presidente Iván Duque junto con los alcaldes y gobernadores de las ciudades del territorio nacional, toman como medida preventiva ante la actual emergencia sanitaria ocasionado por el COVID-19 el aislamiento preventivo, con el fin de evitar aglomeraciones que impulsen el contagio de los ciudadanos, obligando a las organizaciones públicas y privadas a nivel nacional a cambiar la modalidad de trabajo presencial por teletrabajo o trabajo en casa.

Es importante tener en cuenta que el teletrabajo y trabajo en casa son modalidades diferentes de trabajos, por una parte, se encuentra el teletrabajo el cual en Colombia se maneja a baja escala y son pocas las organizaciones que lo implementan; sin embargo, está regulado por el ministerio del trabajo en el decreto 884 de 2012 el cual reglamenta la ley 1221 de 2008 emitida por el Congreso de la República y decreta normas para promover y regular el teletrabajo mediante la utilización de las TIC (C. de la R. de Colombia, 2008), para desarrollar este modelo

de trabajo no se requiere de que el colaborador se encuentre de forma física en la oficina, se desarrolló desde el hogar pero se determinan condiciones como un espacio exclusivo para realizar la actividad laboral, iluminación del espacio, ergonomía del puesto de trabajo, tiempos de trabajo que no lleguen a exceder la carga laboral, condiciones óptimas de salario para el cargo que no se vean reducidas por el hecho de que se realicen en la modalidad de teletrabajo, seguridad social, espacios para capacitación, ARL, entre otros. Por otra parte, se encuentra el trabajo en casa una modalidad de trabajo ocasional, temporal y excepcional según la circular 21 de 2020 expedida por el Ministerio del trabajo, el cual es reglamentado a partir del inicio de la emergencia sanitaria como una alternativa para evitar las aglomeraciones en espacios cerrados y por lo cual el ministerio de trabajo emite la circular 0041 de 2020 para dar los lineamientos a tener en cuenta para el desarrollo de esta modalidad, dentro de estos lineamientos se encuentra que en el contrato del colaborador continuaran las dos partes el empleado y el empleador, se deben mantener las condiciones de salario, se debe laborar las 8 horas diarias y se debe respetar este horario para garantizar la desconexión digital de los trabajadores con el fin de que puedan tener espacios de cultura y recreación con su núcleo familiar, si hubiese lugar a que el colaborador deba trabajar horas extras el empleador tendrá que pagar estas horas adicionales. Sin embargo, se ha convertido en un reto para las organizaciones el adaptar estas modalidades de trabajo que requieren de una infraestructura en tecnologías de la información y comunicación para poder conectar a sus colaboradores de forma remota, mantener la seguridad de la información, poder adecuar espacios orgánicamente diseñados para evitar la exposición a riesgos físicos y/o psicosociales y lograr cumplir con los objetivos del trabajo dentro de las 8 horas diarias laborales sin tener que sobre exigir al colaborador.

Debido a que el estudio de esta investigación se centra en el ámbito de la educación es importante conocer la normatividad vigente para el mismo y la importancia de que el programa a cursar se encuentre certificado, ya que esto garantiza que la modalidad y sus docentes se encuentran calificados, el decreto 1295 de 2012 del Ministerio de Educación Nacional reglamenta las condiciones para obtener el registro calificado para los programas de educación superior, dentro de los cuales se encuentra la modalidad de educación a distancia o virtual, algunos requisitos a tener en cuenta para poder certificar el programa son: indicar el proceso de diseño, gestión, producción, distribución, uso de materiales y recursos, módulos completamente desarrollados, tener una plataforma tecnológica apropiada, infraestructura de conectividad y herramientas tecnológicas para desarrollar el programa y suministrar información pertinente a la comunidad sobre los requerimientos tecnológicos y de conectividad necesarios para cursarlo (E. P. D. L. R. De Colombia, 2010), Adicional a esto se requiere de personal docente capacitado en el manejo de las TIC y la modalidad de educación virtual. Teniendo en cuenta lo anterior la educación virtual tiene una planeación y estructura diferente a la educación presencial y requiere de docentes con competencias específicas para esta modalidad. Sin embargo, debido a la emergencia sanitaria causada por el COVID-19 y adaptándose a las medidas dispuestas por el Gobierno Nacional, el Ministerio de Educación Nacional por medio del decreto 660 de 2020 dicta medidas para las instituciones educativas públicas y privadas con el fin de atender las disposiciones del aislamiento obligatorio, mediante el cual se adelantaron dos semanas del desarrollo institucional para que los docentes adecuaran una planeación pedagógica y estructuraran los contenidos a desarrollar en un esquema académico de trabajo en casa (Ministerio de Educación Nacional de Colombia, 2020) en el cual se implementen tecnologías de la información y comunicación TIC y se apoye esta metodología con guías de trabajo y talleres.

Transformar la educación presencial a la virtual en dos semanas no es sencillo lo que se convierte en un reto para el Ministerio de Educación, pero sobre todo para los docentes que no tienen un dominio sobre las tecnologías de la información y comunicación, como ya se vio anteriormente el modelo de aprendizaje es distinto y se debe contar con el respaldo de una plataforma tecnológica robusta para conectar a todos los estudiantes, con docentes calificados y capacitados para el manejo de las herramientas virtuales y con espacios de aprendizaje dinámicos y efectivos que garanticen el aprendizaje de la comunidad estudiantil; debido a la premura causada por la emergencia sanitaria se pasan por alto los atributos que debe tener la educación virtual y se brinda una educación desde casa que a pesar de los esfuerzos que los docentes realizan para poder llevar a cabo sus clases, no garantizan en un 100% la calidad del aprendizaje. Esto ha causado a los docentes miedo al cambio, trabajo bajo presión, incertidumbre debido a la permanencia laboral, exposición a más horas de conexión de sus horarios habituales, ya que deben autocapacitarse en el manejo de estas herramientas tecnológicas y adquirir sobre la marcha habilidades para el manejo de los estudiantes por este medio, pudiendo causar a futuro enfermedades laborales. Teniendo en cuenta lo anterior es importante que las instituciones educativas a nivel nacional cuenten con un programa de salud ocupacional que preste apoyo al docente en estos momentos de cambio.

Según la resolución 1016 de 1989 las instituciones públicas y privadas a nivel nacional deben contar con un sistema de salud ocupacional, que se adapte al sector económico y a la actividad específica que se desarrolle en la misma, donde se comprometa tanto el empleador como los empleados a realizar sus actividades de una forma responsable siguiendo los programas de higiene y seguridad industrial para evitar accidentes laborales, prevenir enfermedades profesiones y mitigar riesgos producto de la actividad desarrollada por el colaborador. A partir del 2008 debido a las enfermedades laborales causadas por el estrés ocupacional el ministerio de la protección

social establece disposiciones y define responsabilidades en la resolución 2646 de 2008 referente a la exposición de los colaboradores a factores de riesgos psicosociales en el trabajo y determinación del origen de patologías causadas por el estrés ocupacional (Ministerio protección social, 2008), dentro de este trabajo de investigación se pretende evaluar el impacto que ha causado a los docentes de la universidad ECCI el adaptarse a la educación desde casa respecto a los factores de riesgo psicosocial como sobrecarga cuantitativa, carga laboral excesiva para las horas de trabajo establecidas, trabajo repetitivo, incertidumbre laboral, entre otros, que produzcan a los docentes estados de ansiedad y depresión, infarto del miocardio y otras urgencias cardiovasculares o enfermedades laborales relacionadas con el estrés ocupacional (Ministerio protección social, 2008), es importante que en estos momentos en los que no hay bases robustas sobre el trabajo o estudio en casa, se evalúe por medio de instrumentos los posibles factores de riesgo psicosocial a los que pueden estar expuestos los docentes y que pueden generar impacto sobre su salud mental a futuro, para esto se debe tener en cuenta la resolución 2404 de 2019 que adopta la batería de instrumentos para la evaluación de riesgo psicosociales en la cual se establece que dentro del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo se incluya el monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo para proteger, mejorar y recuperar la salud mental de los trabajadores (Ministerio del Trabajo, 2019), ahora que el colaborador se encuentra en casa se deben adaptar estas medidas para poder realizar seguimiento a los docentes y apoyarlos en estos momentos en donde el estar encerrados de forma obligatoria por más de 6 meses, sumado al estrés ocasionado por el trabajo en casa y el mantener un equilibrio entre la vida laboral, profesional y familiar genera exposición a factores de riesgo psicosocial.

El Decreto 1072 del 2015 (El Decreto Único Reglamentario del Sector Trabajo) es uno de los instrumentos legales que hizo un consolidado de todas las normas que reglamentan el trabajo y orientan

la implementación de un SG- SST (Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo), el decreto en relación con el teletrabajo establece en el capítulo 5 las condiciones laborales especiales del teletrabajo desde el artículo 2.2.1.5.1. hasta el artículo 2.2.1.5.1.14.

El Teletrabajo es entendido como una forma de organización laboral, que se efectúa en el marco de un contrato de trabajo o de una relación laboral dependiente, que consiste en el desempeño de actividades remuneradas utilizando como soporte las tecnologías de la información y la comunicación –TIC– para el contacto entre el trabajador y empleador sin requerirse la presencia física del trabajador en un sitio específico de trabajo, pese a que la mayoría de los docentes no tienen formalmente un “contrato de trabajo” o “relación laboral” pactada con este modelo, si es claro que la Pandemia obligo al sector educativa a usar esta modalidad de trabajo sin requerir la presencia física de docentes y estudiantes en las aulas de clases entre los aspectos importantes a destacar que las universidades o y/o las entidades del sector educativo se encuentran; a.) Garantizar los medios tecnológicos y ambientes requeridos para el desempeño de las actividades laborales, b.) Determinar los horarios laborales de los teletrabajadores que incluye días y horas, c.) Definir las responsabilidades en cuanto a la custodia de los elementos de trabajo y fijar el procedimiento de entrega del trabajador, d.) Establecer y dar a conocer las medidas de seguridad informática que el teletrabajador debe cumplir, e.) El empleador debe promover la igualdad de trato en cuanto a remuneración, capacitación, formación, acceso a mejores oportunidades laborales y demás derechos fundamentales del trabajo en teletrabajadores, f.) los teletrabajadores al igual que los demás trabajadores deben estar afiliados al Sistema de Seguridad Social Integral, es importante que los empleadores y en el caso de estudio las entidades de educación hagan revisión de esta normatividad e implementen medidas que no pongan en riesgo la salud de los docentes por el trabajo en casa o desencadenen en incumplimientos legales por desconocimiento de esta figura de trabajo que se adoptado por la contingencia Covid 19.

Marco metodológico de la investigación

El presente trabajo se desarrolló desde un paradigma de investigación con perspectiva histórico – hermenéutica, que según (Espinosa et. al, 2011), se caracteriza por la “*interpretación del objeto de estudio*” y en la cual, a partir de cuestionamientos propios, lectura de teorías y comparación, se logra una comprensión y, por último, de manera inductiva, una definición de una tesis propia. Bajo esta perspectiva, el tipo de estudio fue cualitativo, propio de lo hermenéutico, y en que se destaca un proceso inductivo que permite una contextualización y planteamiento abierto del tema de estudio, y con ello una amplia facilidad de interpretación. Adicionalmente, considerando una perspectiva hermenéutica y un enfoque de orden cualitativo, se utilizó el estudio bibliográfico como principal método de investigación cualitativa, apoyado con el uso de herramientas de recolección de información, en este caso primaria, como complemento básico para la interpretación del objeto de estudio.

Así, la metodología bajo la cual se realizó la presente investigación, consistió, en primera medida, en la recopilación de información teórica por medio de una investigación documental bibliográfica cuya fuente de información fue principalmente obtenida en medios digitales como bibliotecas virtuales y algunas plataformas de investigación académica como Mendeley, en las cuales se consultaron 87 textos de los cuales se seleccionaron 30 que respondieron a la búsqueda de tendencias y principales características de la producción bibliográfica sobre el tema de salud mental de los docentes universitarios que vienen trabajando desde la virtualidad en tiempos de contingencia del COVID-19.

A partir de lo anterior, se determinaron las siguientes tres líneas de investigación; la primera sobre el trabajo pedagógico docente universitario desde la virtualidad, la segunda sobre la salud mental de los docentes universitarios en confinamiento y la tercera sobre la docencia universitaria en tiempos de contingencia del COVID-19. Al realizar una lectura analítica de los textos seleccionados se establece que el nivel de la investigación es descriptivo, ya que se pretende realizar una interpretación cualitativa

a partir de datos cualitativos obtenidos de una encuesta aplicada a los docentes de la universidad ECCI que trabajan desde la virtualidad, no obstante, se puede considerar un nivel de investigación exploratoria, puesto que el objeto de estudio es un tema que no ha sido suficientemente abordado, constituyéndose como uno de los primeros acercamientos al tema, además de representar un reto como aporte desde el ámbito académico a la situación derivada de la contingencia del COVID-19.

El trabajo se divide en 9 fases que se describen a continuación:

Fase 1: La primera fase para el proyecto de investigación es una reunión del grupo de estudiantes de la especialización en Gerencia de la Seguridad y Salud en el trabajo, en la cual por medio de una lluvia de ideas se determinó que la investigación debería centrarse en la emergencia sanitaria actual que está viviendo el país, la cual podría estar afectando la salud de los colombianos. Se define entonces que se debe buscar información documental bibliográfica que soporte el tema de la investigación, para esta investigación se usaran textos digitales consultados desde la base de datos de la universidad, la biblioteca Luis Ángel Arango y Mendeley con la finalidad de obtener una amplia búsqueda documental aportada por cada una de las investigadoras.

Fase 2: La segunda fase del proyecto consiste en limitar la investigación, con el análisis crítico que se realizó de los 87 textos digitales encontrados por cada una de las investigaciones, para lo cual se define el alcance de la misma con el fin de delimitarla y se definen los objetivos del estado del arte mencionados a continuación.

General: Construir un estado del arte sobre cuáles son las tendencias y principales características de la producción bibliográfica sobre el tema de salud mental de los docentes universitarios que vienen trabajando desde la virtualidad en tiempos de

contingencia del COVID-19.

Específicos: En primer lugar desarrollar un proceso de investigación documental bibliográfico para cuáles son las tendencias de la producción bibliográfica sobre el tema de salud mental de los docentes universitarios que vienen trabajando desde la virtualidad en tiempos de contingencia del COVID-19, en segundo lugar Identificar cuáles son las principales características de la producción bibliográfica sobre el tema de salud mental de los docentes universitarios que vienen trabajando desde la virtualidad en tiempos de contingencia del COVID-19.

Al definir los objetivos del estado del arte, en la investigación se concreta el título de la “La salud mental de los docentes de la universidad ECCI asociados al trabajo casa en tiempos de contingencia COVID 19”; se analiza de forma crítica el título para seleccionar los textos digitales acordes a la investigación y se demarcan tres líneas de investigación:

Trabajo pedagógico docente universitario desde la virtualidad

La salud mental de los docentes universitarios en confinamiento

Docencia universitaria en tiempos de contingencia del COVID-19

Fase 3: En esta fase se define por parte de las investigadoras 30 textos digitales acordes a las tres líneas de investigación y se realiza una lectura analítica de cada uno de ellos, para que se maneje la misma información y se puedan brindar puntos críticos justificados referente al tema de investigación.

Fase 4: En esta fase se delimita el proyecto de investigación a los docentes de la universidad ECCI, con el fin de tener una muestra poblacional sobre la cual poder evaluar la posible afectación de la salud mental por el trabajo desde la virtualidad.

Fase 5: En esta fase las investigadoras teniendo como base la lectura de los documentos digitales plantean y formulan la pregunta problema “¿Cuáles riesgos psicosociales encuentran los docentes de la Universidad ECCI en el trabajo pedagógico desde la virtualidad en la medida preventiva por la emergencia sanitaria del COVID 19?”; teniendo este planteamiento se procede a determinar el objetivo general y los objetivos específicos de la investigación.

Los cuales nos llevan a definir como herramienta de investigación la encuesta descriptiva buscando obtener como resultado un análisis estadístico de los docentes de la universidad ECCI que trabajan desde la virtualidad.

Fase 6: En esta fase se construye la introducción, el resumen y la justificación del proyecto de investigación teniendo como base la investigación realizada en el estado del arte la cual nos ayuda a delimitar la misma teniendo en cuenta que en estos momentos de emergencia sanitaria el acceso a la información debido a las medidas adoptadas como el pico y cedula o el aislamiento preventivo dificultan el poder acercarse de forma presencial a las bibliotecas y a definir que la encuesta debe realizarse de forma virtual debido a la imposibilidad de acercarse a la universidad y realizar la encuesta de forma presencial. Dentro de las limitaciones que se definen en esta fase también se encuentra la percepción de los docentes sobre la encuesta y el que la universidad permita realizar la misma.

Fase 7: En esta fase se construye el marco teórico teniendo como fuente principal para su construcción la base de datos realizada en el estado del arte, es así como el marco teórico se construye con base a la investigación previamente realizada y manteniendo las tres líneas principales de investigación definidas.

Fase 8: En esta fase se da cumpliendo al primer y segundo objetivo general de la investigación por medio de la construcción de una encuesta en la herramienta Google Forms, la cual se enfoca en la construcción de preguntas que lleven a la identificación de la posible presencia de riesgos psicosociales en los docentes de la universidad ECCI que trabajan desde la virtualidad en tiempos de contingencia y la aplicación de la misma.

Fase 9: En esta fase se realiza la recolección de los datos, estos se obtienen en un archivo Excel proporcionado por la herramienta Google Forms y se procede a realizar un análisis crítico de la información con el fin de determinar si los docentes de la universidad ECCI se están o no viendo afectados por riesgos psicosociales que puedan afectar su salud mental debido al trabajo desde la virtualidad en tiempos de contingencia, dando así cumplimiento al tercer objetivo general de la presente investigación

Recolección de la información

La investigación realizada se basa en documentos digitales bibliográficos consultados en fuentes primarias y secundarias como: artículos indexados en revistas científicas, libros, artículos, coediciones, entre otros, tomados de las bases de datos de la universidad ECCI, la biblioteca virtual de la Luis Ángel Arango y de la herramienta Mendeley, de los cuales se realiza una selección inicial de 87 documentos digitales y una vez delimitada la investigación a realizar y definidos los objetivos del estado del arte en tres líneas de investigación se procede a realizar una selección de 30 documentos digitales para la construcción de la base de datos de la investigación.

Para dar cumplimiento con los objetivos generales de la investigación se realizan las actividades definidas a continuación:

Para cumplir con el primer objetivo específico del proyecto se realiza una investigación sobre las tendencias y principales características de la producción bibliográfica digital sobre la salud mental de los docentes universitarios que vienen trabajando desde la virtualidad en tiempos de contingencia del COVID-19, de la cual después de una depuración se seleccionan 87 textos y una vez se genera lectura de los documentos se construye una base de datos con 30 documentos digitales bibliográficos sobre los cuales se fundamentara la investigación; para cumplir con el segundo objetivo se construye una encuesta como herramienta para poder identificar la posible afectación a la salud mental y, para el tercer objetivo específico se busca recolectar la información de la encuesta para poder describir los posibles riesgos psicosociales a los cuales pueden estar expuestos los docentes de la universidad ECCI debido al trabajo en casa.

Con el fin de dar cumplimiento a las actividades mencionadas anteriormente se define dentro del proyecto de investigación que la encuesta se debe delimitar y enfocarse en los siguientes factores específicos:

Población: según la investigación documental bibliográfica los riesgos psicosociales que conllevan a que pueda haber una afectación de la salud mental pueden encontrarse en todas las actividades laborales desarrolladas por los colaboradores, sin embargo, se delimita la investigación a la profesión de los docentes y se delimita la población seleccionando como muestra a los docentes de la universidad ECCI que se encuentran trabajando desde la virtualidad en tiempos de contingencia.

Materiales: Para la presente investigación se utiliza una base de datos conformada por 30 documentos digitales bibliográficos, tomados de las bases de datos de la universidad ECCI, la biblioteca virtual de la Luis Ángel Arango y de la herramienta Mendeley; también se utiliza la herramienta Google Forms y una base de datos de docentes de la

universidad ECCI

Técnica: La técnica utilizada es la encuesta descriptiva ya que se pretende realizar un análisis estadístico por medio de la aplicación de la misma a los docentes de la universidad ECCI que trabajan desde la virtualidad

Procedimientos: Lo primero que se hace en la investigación es recopilar información documental bibliográfica de fuentes como las bases de datos de la universidad ECCI, la biblioteca virtual de la Luis Ángel Arango y de la herramienta Mendeley, lo segundo es delimitar el tema de la investigación para lo cual se definen tres líneas y se delimita la investigación documental realizada a 30 documentos digitales bibliográficos que estén relacionados con las líneas de investigación, a continuación se define la encuesta descriptiva como herramienta de recopilación de información y se construye la misma en la aplicación Google Forms definiendo preguntas que nos ayuden a identificar si los docentes en el trabajo desde la virtualidad en tiempo de contingencia pueden estar expuestos a riesgos psicosociales que afecten su salud mental, por último se realiza la recolección y análisis de los datos para poder dar una posible solución al problema plantado.

Cronograma

En el cronograma que se muestra continuación se definen las fases y las actividades que se realizaron en cada una de ellas, adicional se encuentra la fecha en la cual se realiza la reunión de las investigadoras para definir las tareas y responsabilidades para dar cumplimiento a cada una de las actividades:

Tabla 3. Cronograma de actividades investigación. Fuente: Autores

Cronograma De Actividades		
Fase	Fecha	Actividad
1	01/08/2020 hasta 12/08/2020	<ul style="list-style-type: none"> • Definir el tema de investigación por medio de lluvia de ideas • Construir el árbol del problema • Investigar y seleccionar textos acordes al tema
2	13/08/2020 hasta 20/08/2020	<ul style="list-style-type: none"> • Limitar la investigación, con el análisis crítico que ser de los documentos digitales bibliográficos • Definir el alcance de la investigación • Definir los objetivos del estado del arte • Construir el título de la investigación y definir las tres líneas de investigación
3	21/08/2020 hasta 29/08/2020	<ul style="list-style-type: none"> • Definir 30 textos digitales acordes a las tres líneas de investigación • Realizar lectura analítica de cada uno de ellos
4	30/08/2020 hasta 05/09/2020	<ul style="list-style-type: none"> • Delimitar el enfoque del proyecto de investigación • Definir la muestra poblacional en la cual se centrará el proyecto
5	06/09/2020 hasta 18/09/2020	<ul style="list-style-type: none"> • Plantear y formular la pregunta problema • Determinar el objetivo general y los objetivos específicos de la investigación • Definir la herramienta para la recolección de datos
6	19/09/2020 hasta 25/10/2020	<ul style="list-style-type: none"> • Construir la introducción del proyecto de investigación • Construir el resumen del proyecto de investigación • Construir la justificación del proyecto de investigación
7	26/10/2020 hasta 29/11/2020	Construcción del marco teórico con base en las tres líneas de investigación definidas
8	22/01/2021 hasta 29/01/2021	<ul style="list-style-type: none"> • Construcción de la encuesta en la herramienta Google Forms • Recopilar base de datos con correos de los docentes de la universidad ECCI • Enviar la encuesta a los docentes de la universidad ECCI
9	05/02/2021 hasta 05/02/2021	<ul style="list-style-type: none"> • Recolectar los datos obtenidos de la encuesta • Realizar un análisis crítico de la información obtenida

Análisis de la información

Para realizar el análisis de la información de manera adecuada que busca dar muestra del trabajo realizado con los resultados obtenidos en la encuesta aplicada a algunos docentes de la universidad ECCI que trabajan desde la virtualidad en tiempos de contingencia lo primero que se realiza es la recolección de los datos arrojados por la encuesta descriptiva aplicada. La encuesta descriptiva aplicada se compone en total de 21 preguntas (ver anexo 2) las cuales se centran en las

diferentes tendencias y principales características que pueden causar afectación en la salud mental de los docentes. A continuación, se define el porqué de cada una de las preguntas realizadas

Las Preguntas 1, 2, 3, 4 y 5 buscan identificar información general con el fin de sesgar la información en grupos poblacionales por características definidas y así mismo que las posibles oportunidades de mejora se presenten según las necesidades.

La pregunta 6 busca identificar el sitio de trabajo frecuente de los docentes debido a la emergencia sanitaria para dar continuidad con los procesos académicos.

Con la pregunta 7 se quiere conocer si los docentes del plantel educativo cuentan con un espacio propicio para dar continuidad con los procesos académicos y así poder determinar las posibles actividades de mejora frente al área destinada para realizar la labor académica.

La pregunta 8 busca identificar las condiciones en las que se encuentran laborando los docentes del plantel educativo y así poder determinar si cuentan con los implementos necesarios para realizar la labor educativa.

Con la pregunta 9 se quiere evaluar las herramientas ausentes para contar con un sitio de trabajo adecuado y propicio, analizar y recomendar posibles acciones correctivas al sitio de trabajo con el que cuenta cada docente.

Con la pregunta 10 se busca determinar posibles síntomas recurrentes en el ejercicio de trabajo en casa, con el fin de identificar si estos síntomas se asocian a posibles riesgos psicosociales, permite proponer medidas de acción debido a que se evidencia que el trabajo desde casa puede extenderse.

La pregunta 11 quiere establecer la relación entre el trabajo en casa como docente y su posible afectación en áreas de la salud mental permitiendo buscar estrategias para su mitigación.

La pregunta 12 busca establecer relación entre la carga laboral asociada al nuevo trabajo

pedagógico virtual y la posible afectación de los hábitos saludables de descanso.

La pregunta 13 busca determinar relación entre la carga laboral asociada al nuevo trabajo pedagógico y la posible afectación de los hábitos saludables alimenticios.

La pregunta 14 busca identificar si la emergencia sanitaria y la nueva pedagogía virtual han generado una posible afectación a la salud, con el fin de proponer acciones de mejora frente al tema.

La pregunta 15 analiza posibles cambios estructurales a nivel pedagógico y de infraestructura, para sugerir posibles acciones a tomar según sus puestos de trabajo.

La pregunta 16 es de suma importancia ya que busca conocer el punto de vista de los docentes participantes de la actividad, puesto que a partir de ello se podrían tomar medidas de acción de futuro, ya que no se ha determinado el tiempo de duración de la crisis sanitaria.

La pregunta 17 busca determinar si la afectación en las relaciones interpersonales de los docentes, es un factor que puede aumentar o disminuir respectivamente el riesgo psicosocial en docentes durante la crisis sanitaria.

Con la pregunta 18 se busca determinar si el trabajo pedagógico virtual ha generado un aumento en tiempo para la realización de labores académicas como docente.

La pregunta 19 pretende evidenciar si el cambio a la modalidad virtual ha generado cambios en los niveles de estrés de los docentes que puedan afectar y aumentar la probabilidad de estar expuestos a riesgos psicosociales.

La pregunta 20 determina el grado de percepción de los actores principales del trabajo pedagógico virtual, frente al acompañamiento brindado por la Universidad ECCI, para cada uno de los docentes.

La pregunta 21 busca conocer la opinión de los encuestados sobre el grado de percepción de acompañamiento por parte de la universidad, con el fin de generar conciencia del cambio al que

pueden estar expuestos los docentes debido al trabajo virtual y la posible afectación de factor de riesgo psicosocial.

Resultados y propuesta de solución

La presente investigación se basa en la recolección de información referente al caso de estudio de fuentes documentales bibliográficas, construcción de una encuesta descriptiva y recolección de los datos de la misma con el fin de identificar los posibles factores de riesgo psicosocial que pueden estar afectando la salud mental de los docentes en el trabajo desde la virtualidad debido a las medidas tomadas por la contingencia.

Análisis e interpretación de los resultados

Resultados y análisis de información secundaria:

Se lograron recopilar 30 documentos digitales bibliográficos referentes al tema de estudio, como resultado obtuvimos el conocimiento de diferentes expertos y estudiantes sobre el tema de riesgos psicosociales, salud mental de los docentes, trabajo desde la virtualidad e inclusive diferentes herramientas y estrategias que se pueden implementar desde la labor docente para manejar de una forma más sencilla las clases desde la virtualidad.

En la lectura de los textos documentales bibliografías se determina que existe una relación entre la profesión de los docentes con diferentes factores de riesgo psicosocial que pueden generar trastornos en la vida diaria de los docentes, como el estrés sobre el cual se encuentra bastante información documentada y según los documentos digitales bibliográficos consultados es uno de los principales causantes de la afectación en temas de salud mental de los docentes, ya que este

afecta desde hábitos alimenticios, relaciones personales y familiares de los docentes e inclusive puede generar trastornos del sueño. Teniendo en cuenta lo anterior, se decide construir una encuesta en la cual se indague a los docentes sobre estos diferentes riesgos psicosociales para identificar si se encuentran presentes en el trabajo desde la virtualidad en tiempos de contingencia.

Resultados de las encuestas – información primaria:

En la construcción de esta encuesta se relacionó el objetivo y propósito de la misma y se solicita el consentimiento a los participantes para poder realizar el tratamiento de sus datos e información registrada en la encuesta; se construyeron 21 preguntas, de las cuales 16 son de selección múltiple y buscan identificar la afectación que se puede presentar a la salud mental de los docentes por factores como el estrés, la ansiedad, los horarios laborales y jornadas de trabajo, las cargas extras que se pueden estar generando por el trabajo, la no comprensión de las plataformas y herramientas virtuales que pueden llegar a generar a los docentes desmotivación e inclusive incertidumbre laboral.

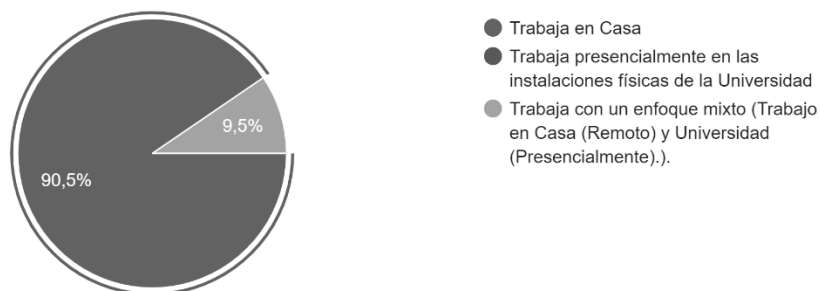
La encuesta en el momento es respondida por 20 docentes que forman parte de la institución, ya que según indicaciones de funcionarios del área de seguridad y salud en el trabajo en el presente mes están ingresando nuevos docentes por lo cual no podría aplicarse la encuesta de forma masiva con ayuda de la universidad de forma de organización laboral, que se efectúa en el marco de un contrato de trabajo o de una relación laboral dependiente, que consiste en el desempeño de actividades remuneradas utilizando como soporte las tecnologías de la información y la comunicación –TIC– para el contacto entre el trabajador y empleador sin requerirse la presencia física del trabajador en un sitio específico de trabajo ideal, se recurre entonces a la ayuda por parte del tutor, quien comparte la encuesta a los docentes y es así como se logran recolectar las 20 respuestas que nos dan el insumo para determinar si se están presentando o no esta

afectación de los riesgos psicosociales en el cuerpo docente desde el trabajo de la virtualidad en tiempos de contingencia; donde se obtuvieron los siguientes resultados:

Las preguntas de la 1 a la 5 identifico información como género, cargo, entre otras las cuales nos permiten reconocer si los factores de riesgo psicosocial pueden afectar a docentes entre cierta edad o género, de lo cual se obtuvo que los docentes que respondieron la encuesta en estos momentos laboran como docentes de catedra, directo de posgrados, docentes de tiempo completo y docente virtual; a su vez se determinó que el 25% son mujeres y el 75% son hombres, con una rango de edad entre los 32 y 74 años.

3. Figura: Pregunta 6 encuesta percepción trabajo en casa. Fuente: Autores

6. Bajo la nueva modalidad de trabajo usted:
20 respuestas

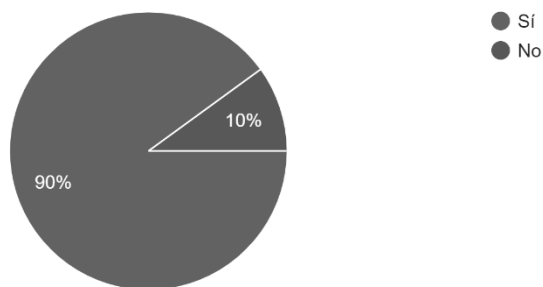


Debido a que la universidad ECCI se acogió a las medidas implantadas por el gobierno como alternativa para dar continuidad a los procesos académicos identificamos con los resultados de esta pregunta que el 90,5% de los docentes trabajan desde casa y el 9,5% trabaja con un enfoque mixto, teniendo en cuenta que la muestra en su mayoría se encuentra trabajando desde la virtualidad el insumo nos da un rango amplio de efectividad referente a las siguientes preguntas planteadas en la encuesta descriptiva.

4. Figura Pregunta 7 encuesta percepción trabajo en casa. Fuente: Autores.

7. ¿En su casa cuenta con un espacio propicio y cómodo para el desempeño de sus actividades laborales?

20 respuestas

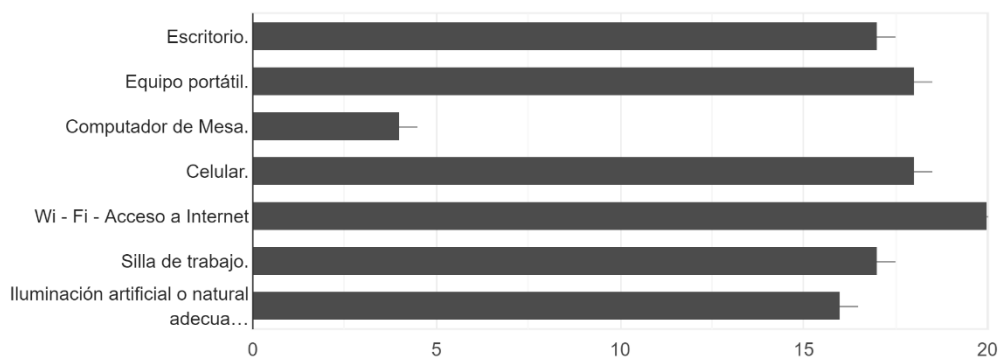


Del 100% de los encuestados el 90% indican que cuentan con un espacio propicio y cómodo para el desempeño de sus actividades laborales en casa y el 10% restante indica que no cuenta con un espacio propicio y cómodo para desempeñar su labor.

5. Figura Pregunta 8 encuesta percepción trabajo en casa. Fuente: Autores

8. Mi espacio de trabajo en casa cuenta con:

20 respuestas



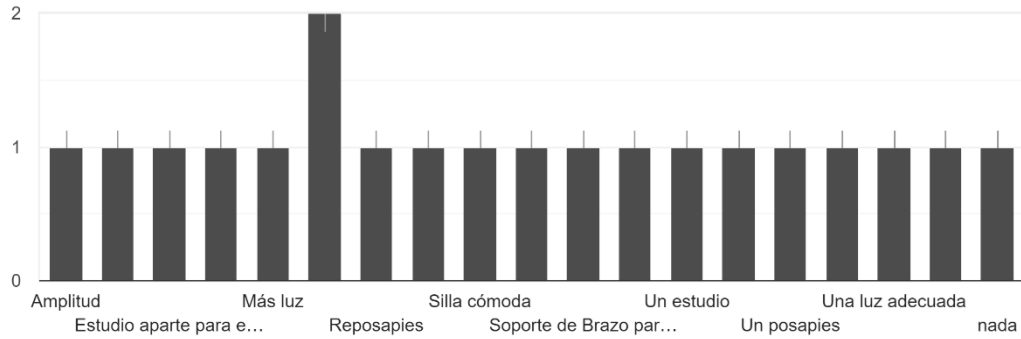
La pregunta 8 busca conocer con que elementos de trabajo cuenta el docente para desarrollar sus

actividades laborales desde la virtualidad , teniendo en cuenta lo anterior del 100% de los docentes encuestados el 85% indica que cuenta con escritorio , el 90% cuenta con un equipo portatil y el 20% con un equipo de mesa , el 90% cuenta con celular el cual es funcional para las actividades laborales, el 100% cuenta con acceso a internet, el 85% cuenta con una silla de trabajo y el 80% cuenta con una iluminación ya sea natural o artificial que considera adecuada para el desarrollo de su función; una vez identificados estos factores podemos ver que los docentes cuentan con herramientas que les permiten desarrollar sus actividades lo cual corrobora la respuesta indicada en el punto 7.

6. Figura: Pregunta 9 encuesta percepción trabajo en casa. Fuente: Autores

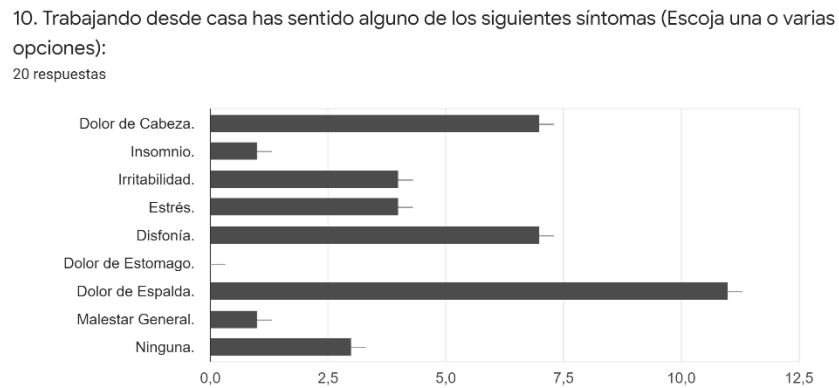
9. ¿Qué considera hace falta en su espacio de trabajo en casa para sentirse cómodo y contar con un espacio propicio para el desempeño de sus actividades laborales?

20 respuestas



Teniendo en cuenta que ya conocemos los elementos con los que cuentan los docentes en Entre las herramientas sus casas para realizar las labores de docencia se valida también el que les puede estar haciendo falta para que sientan que el espacio que tienen en estos momentos para el desarrollo de su trabajo es confortable, a lo cual los docentes respondieron que consideran que les hacen falta elementos como silla ergonómica, mouse, escritorio, descansa pies, mejores condiciones de iluminación.

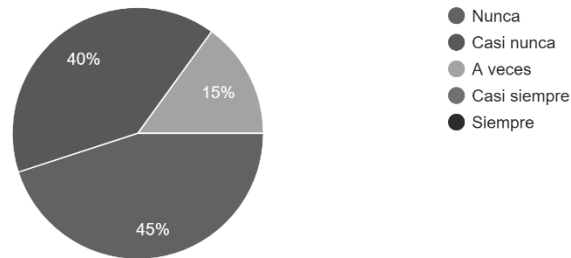
7. Figura: Pregunta 10 encuesta percepción trabajo en casa. Fuente: Autores



En la pregunta 10 se obtienen como resultado que el 7% de los docentes presentan dolores de cabeza, el 5% ha presentado insomnio, el 4% ha presentado irritabilidad o estrés, el 7% ha tenido disfonía, el 11% ha presentado dolor de espalda, el 5% ha sentido malestar general y el 3% indica no haber sentido ninguno de los síntomas mencionados. Teniendo en cuenta estos resultados se identifica que el síntoma más recurrentes es el dolor de espalda, ya que algunos docentes como se indicaba en puntos anteriores no cuentan con sillas adecuadas para realizar su labor, seguido de dolores de cabezas los cuales pueden ser manifestaciones que afectan factores de riesgo psicosocial generadas debido a la cantidad de trabajo asignado, al tiempo en el cual el docente debe permanecer frente al computador o a la doble presencia, seguido de disfonía e irritabilidad y estrés, el estrés e irritabilidad son síntomas asociados a factores de riesgo psicosocial por tal motivo se sugiere realizar encuestas de percepción del trabajo con la finalidad de crear actividades que ayuden al docente a manejar sus tiempos de trabajo para poder terminar sus actividades en los horarios establecidos, capacitaciones sobre métodos de trabajo y sobre las herramientas que maneja la universidad para impartir las clases virtuales, con la finalidad de que el docente conozca diferentes tips que le ayuden al desarrollo de su labor y acorten los procesos que puedan estar realizando de una forma manual por desconocimientos de las herramientas.

8. Figura: Pregunta 11 encuesta percepción trabajo en casa. Fuente: Autores

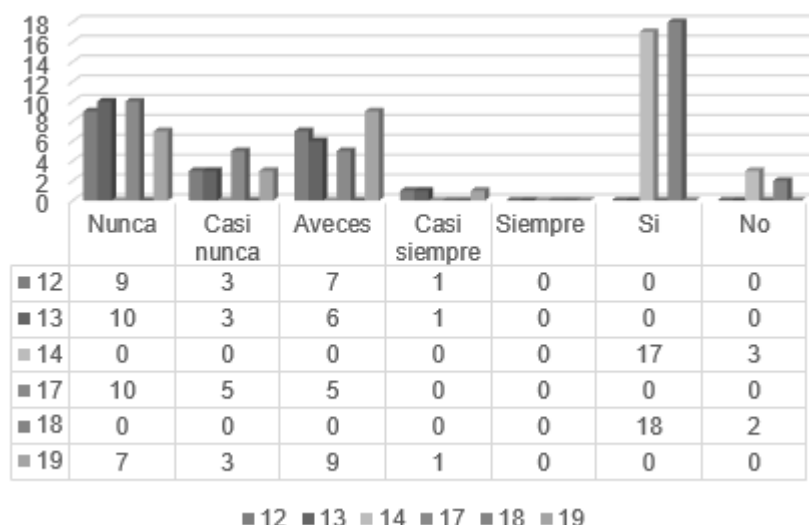
11. ¿Considera usted que se ha visto afectada su salud mental por el trabajo en casa de forma permanente?
20 respuestas



La pregunta 11 identifica que del 100% de los docentes encuestados el 45% indica que no ha visto afectada o comprometida su salud mental por el desarrollo de las actividades laborales desde la virtualidad, el 40% indica que casi nunca ha visto afectada su salud mental sin embargo se identifica que posiblemente en algunas ocasiones si se ha visto comprometida y el 15% restante indica que algunas veces siente que se está viendo afectada su salud mental por el desarrollo de la actividad docente desde la virtual en este periodo de tiempo de la contingencia a causa del COVID-19. Teniendo en cuenta que los docentes han estado expuestos a factores de riesgo psicosocial como el estrés, es importante analizar si los docentes no asocian este síntoma con una afectación a su salud mental.

9. Figura: Consolidado preguntas 12, 13, 14, 17, 18 y 19 encuesta percepción trabajo en casa. Fuente:

Autores.

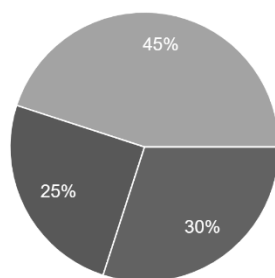


Las preguntas 12, 13, 14, 17,18 y 19 están asociadas a las posibles consecuencias que se desencadenan en el cuerpo docente debido al trabajo desde la virtualidad, ligado a la contingencia debido al COVID-19. Del 100% de los docentes encuestados el 50% consideran que se ha visto afectado su hábito de sueño algunas veces o casi siempre, el 35% consideran que se han visto afectados sus hábitos de alimentación debido al trabajo, el 15% de los docentes ha visitado a su médico a causa de inconvenientes de salud por el trabajo, el 25% considere que algunas veces ha visto afectadas sus relaciones interpersonales a casusa del trabajo en casa, el 90% de los docentes encuestados indican que la jornada laboral se ha extendido, es importante dar manejo a este tema, ya que el tener jornadas largas genera que los docentes puedan estar expuestos a riesgos psicosociales y ergonómicos debido al cansancio generado por la labor y el 50% de los docentes encuestados consideran que sus niveles de estrés han aumentado a causa del trabajo desde la virtualidad.

10. Figura: Pregunta 15 encuesta percepción trabajo en casa. Fuente: Autores.

15. ¿Si dependiera de usted continuaría con el trabajo en casa de manera permanente?

20 respuestas

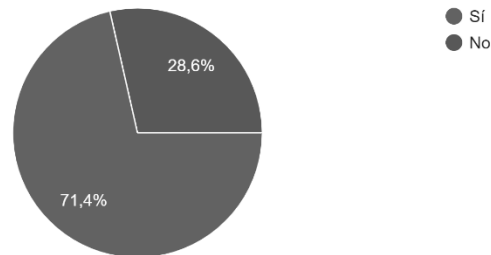


- Puede ser mi nueva forma de trabajo, incluso después de la emergencia.
- Con algunos ajustes, puede ser mi nueva forma de trabajo.
- Me gustaría un enfoque mixto (unos días Trabajo en Casa, unos días en la universidad)
- Definitivamente no funciona el Trabajo en Casa para mí.

En la pregunta 15 el 45% de los docentes encuestados indica que les gustaría tener un enfoque mixto de trabajo en el cual pudieran tener una alternancia entre la universidad y la casa y el 30% indica que el trabajo desde la virtualidad puede ser su nueva forma de trabajo inclusive después de la emergencia y, el 25% indican que, con algunos ajustes, el trabajo desde la virtualidad puede ser su nueva forma de trabajo. Con respecto a esta pregunta se solicita a los participantes que argumenten su respuesta para lo cual quienes indicaron que el trabajo desde la virtualidad puede ser su nueva modalidad de trabajo justificaron que: les ahorra tiempo en transporte, les permite compartir en familia, es un hábito saludable estar en casa , evita el estrés por el transporte, no hay exposición en horas nocturnas de los docentes y estudiantes; quienes indicaron que con algunos ajustes esta podía ser su nueva modalidad de trabajo justifican su respuesta indicando que: el trabajo es mucho mejor, sin embargo, necesitan la adecuación de un mejor espacio puesto de trabajo ergonómico, pueden administrar de mejor forma el tiempo , flexibilidad en horarios laborales por parte de la universidad; quienes indican que están interesados en un enfoque mixto justifican su respuesta indicando que: es necesario asistir a la universidad en algunas ocasiones ya que no hay buena comunicación en la universidad desde la virtualidad, la presencialidad es muy importante no solo por la salud física y mental del docente sino además de los estudiantes y del proceso efectivo de aprendizaje, y, me hace falta salir de casa y compartir con los compañeros de trabajo,

11. Figura: Pregunta 20 encuesta percepción trabajo en casa. Fuente: Autores.

20. ¿Considera que el acompañamiento brindado por la Universidad ECCI constituye un factor protector a su salud mental, en el desarrollo de las actividades laborales?
20 respuestas



En la pregunta 20 se evidencia que del 100% de los docentes encuestados el 71,4% considera que el acompañamiento brindado por la universidad en el tiempo de trabajo desde la virtualidad a causa del COVID-19 constituye un factor protector para su salud mental el 28,6 restante tiene una respuesta negativa, en la pregunta 21 se solicita a los docentes justificar su respuesta para lo cual quienes están a favor respondieron: que la universidad a dado pronta respuesta a sus consultas, han generado actividades desde el área de bienestar para estar pendientes de la salud tanto física como mental de los docentes, hay protocolos de bioseguridad, hay indicaciones para realizar la labor por parte del área de salud ocupacional y capacitaciones para el manejo del estrés, la universidad ha brindado cursos académicos en manejo de las herramientas virtuales, las directivas han brindado estabilidad y confianza a los docentes y conservar los salarios de los docentes, los docentes que indicaron que no hay ese factor protector manifiestan que no se tiene estabilidad referente a la fecha de finalización del contrato, no hay un acompañamiento por parte de la universidad ya que no sabe si tienen o no internet, computadora e indican que esta encuesta realizada es la única que se ha generado para indagar sobre su estado de ánimo y de salud y, hacen falta charlas de motivación, charlas con expertos, espacios de esparcimiento virtual y atención psicológica para compañeros que no la están

pasando bien y que si lo necesitan.

Discusión

Para iniciar, y recordando que un riesgo psicosocial se refiere a condiciones de organización, contenido y realización del trabajo, susceptibles de afectar el bienestar y la salud (física, psíquica o social) de los trabajadores (Comité Mixto OIT/OMS, 1984 citado por Pérez, 2017) y que los factores de riesgos psicosociales (Contenido del trabajo, carga y ritmo de trabajo, tiempo de trabajo, participación y control, desempeño del rol, desarrollo profesional y relaciones interpersonales (Unda et al., 2016)), son las causas que pueden dar lugar a dichos riesgos psicosociales, resulta fundamental identificar dichos factores que pueden afectar la salud de los docentes en la nueva normalidad de trabajo desde la virtualidad en tiempos de contingencia ocasionados por el COVID-19, entendiendo que estos factores son las causas de dichos riesgos.

Dentro de la encuesta realizada a los docentes, se pudo evidenciar que la gran mayoría de los encuestados manifiestan contar con un espacio propicio, escritorio, celular e internet para el desempeño de sus labores, confirmado que en este aspecto, y como lo expresaron (García-Peñalvo, F. J., Corell, A., Abella-García, V., & Grande, M. 2020), en el ámbito universitario la transformación urgente de las clases presenciales a un formato online se ha llevado a cabo de una forma que se puede calificar como aceptable, sin embargo, al revisar las respuestas de los docentes frente a lo relacionado con la salud, un alto porcentaje menciona que posiblemente o algunas veces ha visto afectada su salud mental por el desarrollo de la actividad docente desde la virtualidad en este periodo de tiempo de la contingencia COVID-19. Frente a esto, se identificaron afectaciones en los hábitos de sueño, hábitos de alimentación y relaciones interpersonales, donde la causa es principalmente la falta de una frontera entre el espacio laboral y personal. Estas son evidencias de que claramente los docentes identifican una serie de afectaciones emocionales y físicas a causa del cambio repentino en sus actividades laborales presenciales al modo virtual.

Uno de los factores más alarmantes es que el 90% de los docentes encuestados indican que la jornada laboral se ha extendido, lo cual, como vimos anteriormente, puede ser uno de los factores de riesgo psicológico más relevantes, siendo un aspecto potenciador de una situación de estrés laboral, en la que, como explicó (Marulanda, 2007), “el trabajador puede percibir disminuida o limitada su habilidad para realizarse intelectual y emocionalmente”, ya que puede sentir “falta de equidad entre el esfuerzo que realiza para responder a las exigencias de su trabajo y la recompensa que recibe a cambio del mismo”. Por si fuera poco, el 50% de los docentes encuestados consideran que sus niveles de estrés han aumentado a causa del trabajo desde la virtualidad, con lo que se confirma el riesgo latente de afectación a la salud mental y psicosocial de los docentes.

Si bien, teniendo en cuenta la recolección de datos lograda en la encuesta descriptiva realizada a los docentes de la universidad ECCI, queda claro que efectivamente se presentan factores de riesgo psicosocial por la realización de trabajo en casa, el propósito de este apartado es esencialmente tipificarlos y describirlos, con el fin de establecer medidas de prevención que puedan contrarrestar el actual impacto negativo que están generando a la salud mental de los docentes. Así, se construyó la tabla 4, en la que como primera medida (columna 1) se refieren las afectaciones -efectos- que los docentes manifestaron presentar al realizar trabajo en casa, identificadas a partir de la encuesta. Posteriormente, se describen las principales causas de dichas afectaciones a la salud física o mental (columna 2), identificadas a partir de la información recolectada (teórica y encuesta). Luego, considerando que los factores de riesgo psicológico son precisamente dichas causas, se establecieron factores de riesgo a raíz de las mismas (columna 3), siendo asociados a las características propias del empleo, de la empresa o de la organización y realización del trabajo o tarea como tal. Finalmente, se proponen algunas medidas que pueden contribuir a prevenir que dichos factores de riesgo representen una afectación a la salud mental de los docentes.

Tabla 4. Relación de los riesgos psicosociales asociados al trabajo desde la virtualidad para los docentes de la universidad ECCI. Fuente: Autores.

Relación de los riesgos psicosociales asociados al trabajo desde la virtualidad para los docentes de la universidad ECCI.			
Afectaciones manifestadas por docentes (Efecto)	Causa	Factor de riesgo psicosocial	Medidas de prevención
Disminución de la atención Disminución de la motivación Pensamiento lento	Carga de trabajo mental	Característico de la tarea	. Rotación del puesto de trabajo .Descansos- Pausas activas
Disfonía Dolor de Cabeza Dolor de Espalda Cambio en hábitos de sueño y alimentación	. Altas Jornadas de Trabajo (Horarios extendidos) sin pausas activas. . Falta de herramientas de trabajo para la correcta ejecución del cargo.	Característico del empleo	. Evaluación y acondicionamiento del puesto del trabajo. .Seguimiento a las condiciones de trabajo en casa. .Jornadas de trabajo saludables y horarios definidos.
Repercusiones no determinadas en la salud de las docentes asociadas al trabajo en casa	Falta de seguimiento y actividades que promuevan la salud en el trabajo en casa	Característico de la empresa (Estructura de la organización)	. Programa de trabajo en casa .Seguimiento y acompañamiento de los docentes que trabajan en casa. .Evaluación de las tareas y puestos de trabajo. .Evaluación de riesgo psicosocial.
Disfonía Dolor de Cabeza Estrés Ansiedad Insomnio	Altas Jornadas de Trabajo (Horarios extendidos) sin pausas activas.	Organización del tiempo de trabajo	. Horarios adecuados para la salud del docente. .Evaluación y Seguimiento Psicológico. .Actividades de Bienestar. .Herramientas de Trabajo.

A partir de lo expuesto anteriormente y considerando los riesgos psicosociales que se mencionan en la tabla 4, queda claro que la nueva modalidad de enseñanza virtual a la que se han tenido que adaptar, de manera repentina; tanto los docentes de la universidad ECCI como los estudiantes, de esta y otras instituciones educativas, pueden generar enfermedades como el estrés laboral, el cual según (Sataloff et al., n.d.) es el estado de fatiga física y psicológica de un individuo provocado por el exceso de trabajo, de desórdenes emocionales, ansiedad, miedo, entre otros.

Adicional a los riesgos y afectaciones a la salud mental, la enseñanza virtual, tal como ha se ha venido desarrollando durante la actual emergencia sanitaria, puede inferir sobre la calidad de la educación, puesto que como lo expresan (Marciniak y Gairín-Sallán 2018 citado por Expósito & Marsollier, 2020) “la educación virtual de calidad, debe contar con los recursos tecnológicos adecuados y el servicio necesario para acceder al programa educativo; que la estructura y el contenido del curso virtual ofrezcan un valor formativo; que se realicen aprendizajes efectivos y que sea un ambiente satisfactorio tanto para los estudiantes como para los profesores”. Lo anterior sugiere que además de una preparación estructurada en el contenido y metodología para impartir una clase, el docente debe liderar una interrelación docente-estudiante que propicie un buen ambiente, en el que el rol de docente va más allá de lo pedagógico, tal como lo mencionan (Villafuerte et. al, 2020 citado por Expósito & Marsollier, 2020) “en este escenario de pandemia el docente no solo debe ser motivador y guía académico, sino también deberá asumir la contención afectiva, ser promotor de resiliencia, asesor emocional y oyente activo”. Cuando el docente está expuesto a riesgos psicosociales y presenta afectaciones a la salud física y mental, como las que se evidenciaron en la presente investigación, puede comprometer su capacidad de asumir ese rol de docente afectivo y emocional que se requiere en la enseñanza virtual, ya que se ve más expuesto a involucrar emociones y condiciones de su vida personal en el ámbito laboral, lo que, sumado a condiciones similares por parte de los estudiantes, puede causar momentos de tensión,

dispersión y hasta molestia en los estudiantes y el docente mismo, alternando la conexión docente-estudiante y finalmente afectando el aprendizaje y con ello la calidad de la educación.

Si bien, un adecuado desempeño del docente es fundamental para la educación virtual de calidad, el rol del estudiante cambia sustancialmente, ya que, como lo menciona (Sánchez et. al, 2014) debe ser el protagonista de su aprendizaje y estar dispuesto a conectar los conocimientos nuevos con los previos, con una “actitud reflexiva hacia el proceso y el objeto de aprendizaje tendente a que el discente se pregunte qué quiere aprender, por qué y para qué aprenderlo significativamente”. Lo anterior, por supuesto, está ligado precisamente a esa conexión docente-estudiante que, como ya se mencionó, lidera el docente.

Pero la educación virtual de calidad depende, además de los roles docente y estudiante, de otros factores asociados a la disponibilidad de recursos tecnológicos y locativos, así como de la capacidad de adaptación institucional, y es justamente este último aspecto uno de los que más han tenido incidencia en la calidad de la enseñanza virtual que se ha dado por parte de los docentes de la universidad ECCI durante esta emergencia sanitaria, puesto que el repentino cambio de la modalidad tradicional de educación presencial hacia la virtualidad, evidentemente ha generado afectaciones en los docentes y con ello, probablemente a la calidad de los resultados de su trabajo sobre los estudiantes.

Así, es importante entonces y se sugiere que la universidad ECCI considere incluir dentro de sus planes de prevención y bienestar hacia el docente, encuestas donde se realice la identificación y se puedan valorar las causas por las cuales se está manifestando, con el fin de generar propuestas como: capacitaciones sobre el manejo de la carga laboral; el manejo de la ansiedad, ya que esta es un desencadenante para que se presente el estrés y en la encuesta se ve reflejada en la incertidumbre que se

tiene referente a la tarea realizada y a la incertidumbre por cuándo va a realizarse la finalización del contrato, más aún en esta situación de contingencia donde la incertidumbre laboral es alta; actividades de motivación mental, actividades de adaptación al cambio, capacitación sobre tips y manejo de las herramientas que se están utilizando desde la virtualidad, lo cual corte tiempos de desarrollo y beneficie al docente referente a tiempos y carga laboral, Una vez realizadas las actividades se evalué el impacto de las misma. De esta forma se busca evitar que los docentes presenten síntomas como ansiedad, agresión, apatía, fatiga, culpabilidad, depresión e irritabilidad al desempeñar sus labores diarias que inclusive puedan llevarlos a presentar el síndrome del quemado.

Propuesta de solución

Basados en la revisión bibliográfica de los 30 textos digitales, en los cuales se pudo evidenciar que Colombia no es un país que se encuentre preparado para una educación virtual, por lo cual la mismas no es inclusiva para los docentes ni para los estudiantes, esto debido a que no se cuenta con estrategias que hagan favorable el ejercicio de la educación virtual, lo que lleva a que los docentes e inclusive los estudiantes estén expuestos a un riesgo psicosocial.

Adicionalmente, con el análisis realizado de las respuestas que emitieron los docentes, a los cuales fue posible realizarles la encuesta, se llega a la conclusión final de que el aporte que como estudiantes de la universidad ECCI y cursantes de la especialización en Gerencia de Seguridad y Salud en el Trabajo para poder mitigar estos factores de riesgo psicosocial que están afectando a nuestro cuerpo docente es propender por una solución que minorice la exposición a los riesgos psicosociales como: insomnio, afectación en la alimentación, baja autoestima, afectación en las relaciones familiares y sobre todo estrés causado por la carga laboral y el sentir que no están preparados para enfrentar la educación

desde la virtualidad.

La propuesta de solución que se plantea entonces consta de actividades que pueden realizarse por parte de la universidad sin que estas generen costos adicionales considerables, ya que, utilizando, por ejemplo, herramientas tecnológicas que nos brindan buscadores como Google se pueden crear encuestas y pueden analizarse por parte del equipo de Seguridad y Salud en el Trabajo con el que ya cuenta la Universidad ECCI. A continuación, se describen las propuestas de solución para mitigar los riesgos psicosociales a los que están expuestos los docentes de la universidad ECCI a causa de la modalidad virtual:

- **Acompañamiento a los docentes:** se propone realizar encuestas periódicas a los docentes en las cuales el equipo de SST tenga en cuenta preguntas que respondan a la situación actual en la que se encuentran los docentes desde el trabajo en casa y puedan manifestar como se están sintiendo a medida que pasa el tiempo y se sigue manejando la educación desde la virtualidad, con el fin de detectar e identificar si los docentes se están adaptando a este entorno disminuyendo así el riesgo psicosocial al que están expuestos o si por el contrario los síntomas que evidenciamos como resultado de la encuesta realizada para el trabajo de grado se han incrementado y poder manejar estrategias desde la Universidad ECCI que ayuden a que los docentes puedan tener una mejor calidad de vida y percepción de los riesgos psicosociales desde el trabajo en casa.

Es importante que la Universidad ECCI tome el tiempo para que el equipo de SST revise el Manual de Riesgos Psicosociales en el cual se cuente con un plan de prevención de riesgos psicosociales y empiece a aplicar las estrategias que se tengan implementadas en el mismo, con la finalidad de disminuir la afectación de los docentes al riesgo psicosocial; si en el momento la

universidad no cuenta con este manual es importante que se realice la tarea de creación del mismo, ya que la docencia como lo vimos en los textos bibliográficos de apoyo para la investigación se encuentra muy ligada a los factores de riesgo psicosocial que inclusive en la educación presencial se manifiestan en el cuerpo docente y pueden contribuir a que se desarrollen enfermedades laborales lo cual se desea evitar en cualquier institución.

Para la creación o ajuste del manual (o instrumento de gestión asociado) de Riesgos Psicosociales por parte de la universidad, se sugiere considerar los lineamientos establecidos en la resolución 2404 de 2014, la batería de instrumentos para la evaluación de factores de riesgo psicosocial así como la resolución 2646 de 2008 referente a la exposición de los colaboradores a factores de riesgos psicosociales en el trabajo y determinación del origen de patologías causadas por el estrés ocupacional; ya que al ser realizada por un ente externo y en total anonimato puede brindar una respuesta más acertada referente a como están los docentes referente a factores de riesgo psicosocial.

- **Capacitación a los docentes:** a partir del seguimiento y acompañamiento continuo a los docentes de la Universidad ECCI, es posible identificar que tareas o actividades les están constando más trabajo realizar y de este modo poder implementar capacitaciones que ayuden al docente a afrontar esta situación actual de trabajo en casa, adicional al miedo causado por la emergencia sanitaria del COVID 19, es importante que la universidad y su equipo de SST tengan en cuenta que la afectación de los riesgos psicosociales como el insomnio y el estrés no solo se dan solo por causa del trabajo en casa y la carga laboral extra sino también a causa del miedo de afrontar algo desconocido que puede afectar a la persona e inclusive a su familia, generando malestar y sensación de preocupación constante.

Es de suma importancia que la universidad empiece a adaptar estrategias de capacitación en la cual se determine un personal específico para la creación de los diferentes materiales que se requieren para las clases virtuales, adicional se deben implementar estrategias como las que se exponen en el desarrollo del trabajo las cuales hagan más amigable la enseñanza desde la virtualidad y preparen a los docentes para este tipo de educación, desde nuestra percepción como estudiantes las clases que da la universidad ECCI de forma virtual y el material que se entrega en la plataforma es insuficiente para que se genere un aprendizaje significativo y no genera en el estudiante un aprendizaje placentero ya que no se evidencia un trabajo pedagógico virtual, por lo cual el adoptar metodologías como las expuestas en el texto bibliográfico “Aprendizajes de la enseñanza universitaria en tiempos de COVID 19” las cuales abarcan aprendizaje basado en equipos, simulación docentes, la clase inversa, las rutinas del pensamiento, el método del caso, entre otros, promueven la participación, reflexión y pensamiento crítico del estudiante generando en el mismo un aprendizaje basado en casos reales y ayuda a los docentes a que las clases sean más interactivas evitando así la creación de un material innecesario en el cual apoyar una clase catedrática que inclusive el estudiante no llega a apreciar.

Frente a este tema, es importante considerar que las capacitaciones son una herramienta de mejoramiento continuo en el que se deben considerar varios centros de enfoque tales como:

- *Alternativas y metodologías tecnológicas:* en las que se aborden temas sobre medios tecnológicos, canales de información, procedimientos y técnicas de manejo informático, uso eficiente de programas, seguridad informática, entre otros.
- *Métodos de enseñanza didáctica:* sobre métodos que permitan partir del aprendizaje

- autónomo y transformarlo en colaborativo, partiendo de conocimientos previos y vinculando la virtualidad de manera interesante y novedosa, dinámica y motivadora
- *Gestión del tiempo en entornos virtuales*: en la que se generen tácticas para fortalecer la brecha entre el espacio laboral y personal que se ve afectado por el trabajo en casa.
 - *Hábitos de vida saludable en época de confinamiento*: en las que se aborden temas relacionados a la importancia de adaptarse de manera positiva a la nueva modalidad de trabajo. Este tipo de capacitaciones deben ir orientadas al buen manejo del tiempo, a la alimentación balanceada, a la importancia de realizar actividad física para contrarrestar el sedentarismo que implica el trabajo desde casa, a la importancia de descansar bien y buscar nuevas alternativas de recreación para disipar sentimientos de estrés asociados a la vida laboral y personal.

Es fundamental que la institución fomente este tipo de espacios con los docentes, ya que como lo mencionan (Sánchez et. al, 2014), “los docentes universitarios, en especial, son los llamados a incursionar y experimentar con estas nuevas modalidades que son aplicables tanto a la educación formal superior como a espacios de extensión y educación continua”, por lo que dichos espacios de capacitación pueden aportar en gran medida a la adaptación por parte de los docentes a esta nueva realidad, propendiendo por cuidar de la salud de los mismos y contribuyendo a la educación virtual de calidad.

- **Plan de prevención de riesgos psicosociales**: por último, se propone el diseño de un plan de prevención de riesgos psicosociales con el cual la institución brinda un apoyo con medios tecnológicos que pueden garantizar la realización óptima del trabajo por parte de los docentes mientras trabajan en casa. Este plan estaría a cargo tanto del equipo de SST como del área

encargada de recursos financieros correspondiente, y su contenido se detalla en el análisis financiero del presente trabajo.

Análisis financiero

Para el desarrollo del proyecto se utilizaron recursos mínimos tales como recursos humanos, físicos y económicos que se mencionan a continuación:

Tabla 5. Recursos utilizados en el proyecto. Fuente: Autores.

Recurso	Tipo de Recurso	Presupuesto
3 portátiles	Tecnológico	\$ 4.000.000
Acceso a Internet (Wifi)	Tecnológico – Servicio Público	\$ 200.000
D Servicio de Energía Eléctrica	Tecnológico – Servicio Público	\$ 400.000
T Total:		\$4.600.000

Sin lugar a dudas, la pandemia generada por el COVID-19 marcará un antes y un después en la vida de las personas en todo el mundo, ya que permitió que, de manera repentina, e incluso forzada, se abriera una ventana hacia el mundo virtual donde la mayoría de personas lograron o fortalecieron su contacto con tecnologías de la comunicación, logrando un vínculo hombre-tecnología sin precedentes. Esto marcará un hito en la historia, por lo cual es de esperarse que la educación y formas laborales tradicionales migren paulatinamente a formas virtuales luego de la pandemia, marcando una nueva era.

Por lo pronto, a raíz de esta situación de emergencia sanitaria las instituciones de educación superior, entre ellas la universidad ECCI, han tenido que adaptar sus métodos tradicionales de educación

para seguir funcionando dentro de la modalidad virtual (remota) y como ya se mencionó, esto implica una adaptación y engranaje de metodologías y habilidades por parte de la institución, los docentes y los estudiantes.

A pesar de que los docentes encuestados muestran una clara tendencia a presentar los factores de riesgo psicosociales que se mencionan en la tabla 8 y que estos a su vez pueden generar enfermedades laboradas manifestadas a través de síntomas como ansiedad, agresión, apatía, fatiga, culpabilidad, depresión e irritabilidad, generando afectaciones a la salud física y mental a mediano y largo plazo; se evidenció el interés que tienen los docentes por adaptarse a la nueva era tecnológica de trabajo en casa, que además ha sido impulsada por esta situación de emergencia sanitaria. Lo anterior se comprobó en la pregunta 15 de la encuesta, que dice “¿si dependiera de usted continuaría con el trabajo en casa de manera permanente?”, en la cual el 45% de los docentes encuestados indica que les gustaría tener un enfoque mixto de trabajo en el cual pudieran tener una alternancia entre la universidad y la casa y el 30% indica que el trabajo desde la virtualidad puede ser su nueva forma de trabajo inclusive después de la emergencia y, el 25% indican que, con algunos ajustes, el trabajo desde la virtualidad puede ser su nueva forma de trabajo.

Esto se debe a que, aunque los docentes han tenido que forzarse a la adaptación repentina del trabajo en casa, generando consigo las afectaciones a la salud que fueron mencionadas anteriormente; también se han visto beneficiados en algunos aspectos que se mencionan más adelante y que sumados a la realidad de un mundo globalizado en el que la tecnología avanza a pasos gigantes cambiando los hábitos de vida tradicionales, se ha fortalecido una marcada tendencia a la realización de trabajo en casa de manera parcial o incluso permanente.

Por lo anterior, teniendo en cuenta la situación actual y la tendencia futura a la “docencia remota”, resulta necesario que la universidad ECCI considere tomar medidas de prevención de riesgos psicosociales asociados al desarrollo de la labor de la planta docente, que actualmente, por tratarse de una modalidad de trabajo ocasional, temporal y excepcional según la circular 21 de 2020 expedida por el Ministerio del trabajo, se considera trabajo en casa, pero que, considerando los resultados de las encuestas realizadas a los docentes en la presente investigación, en la que se manifiesta un claro interés de seguir ejerciendo la enseñanza virtual; puede dar lugar a labores de teletrabajo de acuerdo con los lineamientos del decreto 884 de 2012.

En este apartado se realizó un análisis costo-beneficio de la implementación de un plan de prevención de riesgos psicosociales derivados del trabajo en casa por parte de la planta de docentes de la universidad ECCI, con el cual se busca dimensionar los beneficios económicos y sociales que podría generar la implementación de este plan, dentro de los cuales se destaca la prevención de enfermedades laborales a mediano y largo plazo de los colaboradores, además de futuras demandas o afectaciones legales para la institución.

Para ello, es necesario considerar inicialmente las enfermedades laborales a las que se podrían ver expuestos los docentes al realizar trabajo en casa y para esto, según el artículo 18 de la resolución 2646 de 2008, se consultó la tabla de enfermedades laborales, reglamentada por el decreto 1477 de 2014, de la cual se destaca el grupo 1: agentes etiológicos/ factores de riesgo ocupacional, puntualmente los subgrupos 1.4 (Agentes psicosociales) y 1.5 (agentes ergonómicos). Algunas de las enfermedades por agentes psicosociales más comunes son precisamente los

episodios de ansiedad, depresión, estrés, hipertensión, úlcera gástrica, isquemias, y afectaciones al colon.

El costo de la enfermedad laboral derivada del trabajo en casa puede variar dependiendo de varios factores como: la enfermedad generada, el nivel de afectación del docente, la capacidad de respuesta oportuna de la institución como ente responsable del tratamiento, la entidad promotora de salud a la que está vinculado el colaborador, entre otros, sin embargo, según la ARP del Seguro Social (citado por encolombia.com, 2021) y la proyección de costos para el año 2021, el costo promedio de una enfermedad laboral oscila entre los \$3´898.023.

La universidad puede verse expuesta a demandas futuras por parte de los docentes, en la que se tendrían que realizar indemnizaciones por la pérdida de la capacidad laboral por enfermedades derivadas del trabajo en casa, afectando el buen nombre de la institución, conllevando a una posible disminución de estudiantes y con ello generando pérdidas económicas que actualmente son intangibles, pero potenciales. El costo de estas indemnizaciones es determinado por la ARL correspondiente, en proporción al daño sufrido por el trabajador y estaría dado por un monto en meses de ingreso con base a la liquidación del colaborador, según el porcentaje de la pérdida de capacidad laboral del docente a raíz de la enfermedad laboral.

Adicionalmente, los docentes afectados pueden ver disminuida su capacidad de realizar otras actividades de manera óptima y la universidad puede verse en la necesidad de renovar su planta docente a causa de la afectación de los docentes que realizan su trabajo en casa, incurriendo en procesos de

selección y contratación de profesionales docentes universitarios, cuyo costo puede oscilar entre los \$ 490.000.

Por lo anterior, se concluye que de manera general los costos asociados a la aparición de enfermedades laborales asociadas al trabajo en casa por cada docente puede estar en un rango de los \$4'388.023 más costos derivados de demandas que pueden representar costos directos de indemnizaciones millonarias e indirectos asociados a la pérdida de credibilidad y demanda futura de estudiantes.

Entre tanto, el diseño de un plan de prevención de riesgos psicosociales evitará la aparición de enfermedades derivadas del trabajo en casa por parte de la planta docente de la universidad ECCI, trayendo no solo beneficios económicos directos, sino beneficios sociales asociados a la salud y bienestar de los docentes y al buen nombre y prestigio de la institución, que además puede implementar y mejorar este plan para responder a la futura necesidad de respuesta frente al teletrabajo, haciendo de esta, una universidad preparada y competitiva frente a las nuevas tendencias de educación virtual. Dentro de este plan de prevención de riesgos psicosociales se destacan medidas como el acompañamiento psicológico, orientación laboral, soporte técnico y apoyo en la adecuación de equipos e infraestructura adecuada para el desarrollo de su labor.

Así, para la implementación o adecuación de equipos e infraestructura para el desarrollo de actividades de manera óptima, se consideran los costos recursos tecnológicos y mobiliarios que se mencionan a continuación (por cada docente):

Equipo de cómputo portátil, \$ 1'500.000 / inversión inicial

Base soporte para portátil, \$45.000 / inversión inicial

Silla de escritorio con Brazos, \$190.000 / inversión inicial

Acceso a internet (Wifi), \$100.000 / mes

Servicio de energía eléctrica, \$80.000 / mes

Aproximadamente el costo es de 1´915.000 por cada docente que realice trabajo en casa.

El acompañamiento psicológico y orientación laboral, se refiere a la contratación de un profesional en psicología cuyo costo mensual es aproximadamente de \$1´850.000 /mes y de un profesional en sistemas que facilite y acompañe a los docentes en la conectividad al desempeñar sus labores, cuyo costo oscila entre los \$2´000.000 /mes. Cabe anotar que la labor de estos dos profesionales, para los que se incurría en un costo aproximado de \$3´850.000 /mes contribuye al acompañamiento de varios docentes, que si se considera la cantidad de encuestados (40), generaría un costo de \$96.250 /mes por cada docente, de manera tal que el costo de implementación de este plan de prevención de riesgos psicosociales por cada docente tendría un costo de \$1´735.000 de inversión inicial y \$276.000 de mantenimiento mensual, para un total de \$2´107.250.

Adicionalmente, si se logra que los docentes desarrollen trabajo en casa en un marco de salud y bienestar dado por la adopción del plan de prevención de riesgos psicosociales, la universidad estaría ahorrando en gastos a los que tiene que incurrir si el trabajo se desarrolla de manera presencial tales como costos de cafetería y servicio públicos, que si bien solo se podrían calcular en el momento que se defina cuanto tiempo y que cantidad de docentes están generando tal ahorro, son costos potenciales.

Con la adopción de este plan, la universidad estaría incurriendo en un costo aproximado de \$2´107.250 frente a un costo de los \$4´388.023 más costos derivados de indemnizaciones por demandas.

Finalmente, el trabajo en casa puede acarrear costos intangibles como el aumento en el valor común de la canasta familiar, la compra de medicamentos para aliviar dolencias derivadas de las afectaciones a la salud mencionadas anteriormente, a disminución de costos de transporte, e incluso, a largo plazo la disminución en costos asociados a la compra de ropa, e implementos utilizados para conservar la apariencia que se debe conservar al compartir en sociedad. Se consideran como intangibles, ya que estos pueden variar según los hábitos de vida de cada docente en particular.

Además de los beneficios económicos, existen beneficios asociados a la posibilidad de compartir más tiempo con familiares y seres queridos en casa, que si bien, en ocasiones puede generar complicaciones para la realización óptima de las diferentes actividades en el hogar, constituye uno de los aspectos positivos que ha traído consigo la situación de emergencia y confinamiento causadas por el COVID-19.

Conclusiones y recomendaciones.

Finalmente, habiendo realizado un análisis de los resultados obtenidos desde una perspectiva hermenéutica y cualitativa, y habiendo planteado posibles soluciones a las afectaciones identificadas; se presentan a continuación las conclusiones generales de la presente investigación, a partir de las cuales, se proponen además unas recomendaciones encaminadas a brindar sugerencias a la universidad ECCI en temas de protección de salud mental a los docentes en el desarrollo de su labor desde la virtualidad en tiempos de contingencia COVID-19.

Conclusiones

La investigación sobre la salud mental de los docentes de la universidad ECCI que se encuentran trabajando de manera virtual a raíz de la emergencia sanitaria, estuvo enfocada en abordar el trabajo pedagógico del docente universitario desde la virtualidad, la docencia universitaria en tiempos de contingencia del COVID-19 y principalmente los efectos sobre la salud mental de los docentes universitarios en confinamiento. Frente a esto, la información consultada y la encuesta de percepción realizada permitió concluir que el trabajo virtual realizado de forma acelerada y no planeada por las instituciones Universitarias en Colombia es efectivamente un factor de riesgo psicosocial potencial que puede ocasionar una tendencia a la aparición o incremento de afectaciones a la salud física y mental de los docentes. Pese a esto, es claro que se trata de un tema del que aún hay mucho que indagar, puesto que la virtualidad fue un cambio abrupto y repentino en los hábitos y espacios cotidianos de la educación, es una metodología nueva en términos de adaptación, controles de seguridad y salud en el trabajo, y/o estrategias pedagógicas no convencionales.

La encuesta realizada a los docentes de la universidad ECCI, fue utilizada como una herramienta de medición para la identificación de las posibles afectaciones a la salud física y mental a causa del trabajo en casa. Considerando el número de docentes que contestó y diligenció la encuesta los resultados son presentados como una perspectiva en la cual los docentes manifestaron que posiblemente o algunas veces han visto afectada su salud mental a causa de la metodología de trabajo virtual, además de afectaciones en los hábitos de sueño, hábitos de alimentación y relaciones interpersonales; se concluye que la encuesta como instrumento de recolección de información descriptiva fue una herramienta adecuada que permitió relacionar algunas afectaciones y/o sintomatología relacionada con la salud y los factores asociados a esta, a raíz de las condiciones del

trabajo desde la virtualidad en tiempos de contingencia. Adicionalmente, al contrarrestar la información primaria recolectada a través de la encuesta con la información consultada, se puede concluir que las afectaciones confirmadas por los docentes de la universidad ECCI que se encuentran laborando desde la virtualidad están asociados a la exigencia repentina de dominio de plataformas y medios digitales, nuevas estrategias pedagógicas, tiempo extra en el desarrollo del contenido de la clase y/o cátedra y la eliminación de los límites entre el espacio laboral y personal.

Teniendo en cuenta que el objeto de la presente investigación fue identificar los factores de riesgos psicosociales a los que están expuestos los docentes que trabajan desde la virtualidad en tiempos de contingencia COVID-19, con el fin de generar un insumo para mejorar las condiciones de trabajo, beneficiando tanto a la institución, como al docente; se concluye que a causa de esta modalidad de trabajo en casa, los docentes están expuestos a factores de riesgos psicológicos asociados a las características propias del empleo, de la institución y la realización del trabajo como tal, los cuales, evidentemente están generando una afectación de la salud mental del cuerpo docente en época de pandemia. Es importante hacer referencia a que el factor de riesgo psicológico más alarmante es la extensión de la jornada laboral por el cambio repentino de espacios y métodos tradicionales de trabajo, a la cual, sumándole la carencia espacios adecuados ergonómicamente; se atribuyen otras afecciones como aumento significativo de estrés, dolores de espalda, disfonía y dolor de cabeza, que como se observó con anterioridad, pueden considerarse como potenciales enfermedades de origen laboral. Atender este, y los demás factores de riesgos psicológicos que puedan comprometer la salud física y mental de los docentes, es de gran importancia para la institución, puesto que como ya se mostró, la universidad puede verse obligada a incurrir en costos asociados a demandas, indemnizaciones y/o multas millonaria que ponen en riesgo la reputación de la institución a causa de la pérdida de credibilidad y buen nombre (generando pérdida en la demanda

estudiantil).

Finalmente, se concluye que es fundamental que la universidad ECCI realice un plan de prevención de riesgos psicosociales para evitar la aparición de enfermedades derivadas del trabajo en casa por parte de la planta docente de la universidad ECCI, trayendo no solo beneficios económicos directos, sino beneficios sociales asociados a la salud y bienestar de los docentes y al buen nombre y prestigio de la institución. Como se mencionó antes, dentro de este plan se deberán incluir medidas como el acompañamiento psicológico, orientación laboral, soporte técnico y apoyo en la adecuación de equipos e infraestructura adecuada para el desarrollo de su labor, para lo cual se pueden tener en cuenta los lineamientos de la guía para el teletrabajo durante la pandemia de COVID-19 de la Organización Internacional del Trabajo (OIT, 2020), partiendo de un enfoque de prevención, pero también considerando las tecnologías de la información y comunicación (TIC'S) como una oportunidad de alternar el proceso de adquisición de conocimiento, fortaleciendo el desarrollo de técnicas alternativas para la educación diferentes a las tradicionales.

Recomendaciones

El síntoma más reiterado en los docentes es dolor de espalda seguido de disfonía y dolor de cabeza, el primer síntoma se puede asociar a que algunos docentes manifiestan que para que su espacio de trabajo sea propicio y cómodo hace falta sillas de trabajo más cómodas y/o ergonómicas que faciliten sus jornadas de trabajo, como recomendación se debe evaluar y hacer un seguimiento detallado a los puestos de trabajo de los docentes mediante una fotografía y la evaluación por un especialista que haga las recomendaciones de las herramientas de trabajo y las posturas, así como la divulgación de ejercicios de pausas activas en casa.

El 94% de los encuestados han considerado que su jornada laboral se ha extendido, esto en la medida que pasar de la educación presencial a la educación virtual implica el cambio de las metodologías, preparación previa del material de clases digital, el aprendizaje del uso de herramientas entre otras, con el objetivo principal que es el aprendizaje de los estudiantes, las instituciones educativas tienen pueden evaluar alternativas o mesas de trabajo virtuales por programa curricular para elaborar los contenidos de clase y las metodologías transversales, para que los docentes no requieran horas extras a la de la jornada laboral para el desarrollo de este material y/o entre otras estrategias pertinentes que consideren necesarias para mantener las jornadas de trabajo normales.

El 89% de los docentes encuestados actualmente están trabajando en casa (virtualidad) por causa de la emergencia sanitaria generada por el COVID 19 y el 30% de los docentes sienten comodidad con la modalidad de trabajo en casa y consideran que podría ser su nueva forma de trabajo incluso después de la emergencia COVID 19 y el restante de los docentes consideran que con algunos ajustes y un enfoque mixto; presencial y virtual podría ser su nueva forma de trabajo, esto nos permite concluir que es una nueva oportunidad para el sector educativo desarrollar y fortalecer metodologías de estudio virtual que favorecen algunos aspectos de los docentes como: compartir más tiempo con su familia, reducir los tiempos gastados en el transportes e incursionar en métodos tecnológicos.

La encuesta es un instrumento de recolección de información descriptiva que permitió identificar si las condiciones del trabajo desde la virtualidad en tiempos de contingencia pueden aumentar los factores de riesgo psicosocial, así como definir las estrategias y/o planes de acción

que permitan garantizar la salud mental de los docentes, para ello como recomendación se sugiere aplicar la encuesta a todo los docentes de la universidad en lo posible y que las directivas y el área de seguridad y salud en el trabajo hagan el acompañamiento de los resultados a nivel individual de cada trabajador para garantizar espacios y jornadas de trabajo propicias y cómodas para la salud de los docentes de la Universidad ECCI.

Referencias bibliográficas

- Berrío Zapata, C., & Rojas, H. (2014). La brecha digital universitaria: la apropiación de las TIC en estudiantes de educación superior en Bogotá (Colombia). *Comunicar: Revista Científica Iberoamericana de Comunicación y Educación*, 43, 133–142. <https://doi.org/10.3916/C43-2014-13>
- Botero Alvarez, C. C. (2013). Riesgo psicosocial intralaboral y “burnout” en docentes universitarios de algunos países latinoamericanos. *Cuadernos de Administración*, 28(48), 118–133. <https://doi.org/10.25100/cdea.v28i48.460>
- Cervantes, M. L. P., & Saker, A. F. (2013). *Clase Invertida Youtube*. 6(1), 153–166.
- Colombia, E. P. D. L. R. De. (2010). Decreto 1295 de 2010. *Ministerio de Educacion Nacional*, 2010(1295), 17.
- de Colombia, C. de la R. (2008). Ley 1221 de 2008. *Diario Oficial*, 2008(47), 15.
http://www.mintic.gov.co/portal/604/articles-3703_documento.pdf
- García, M. M., Iglesias, S., Saleta, M., & Romay, J. (2016). Riesgos psicosociales en el profesorado de enseñanza universitaria: diagnóstico y prevención. *Revista de Psicología Del Trabajo y de Las Organizaciones*, 32(3), 173–182.
<https://doi.org/10.1016/j.rpto.2016.07.001>
- Gutierrez-moreno, A. (2020). *Educación en tiempos de crisis sanitaria : pandemia y educación*. 16(1).
- Hernaiz, E. S. (2021). Delimitación del concepto de riesgo psicosocial en el trabajo. *FORO. Revista de Derecho*, 35, 7–26. <https://doi.org/10.32719/26312484.2021.35.1>
- Jair, A., & Landa, C. (2021). *Revista : Caribeña de Ciencias Sociales ISSN : 2254-7630*

ORGANIZACIONES COMO FORMA PARA. 1–12.

Lecca, E. R., Guevara, L. R., & Boza, O. C. (2013). *Disponible en:*

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81629469008>.

Ligarrett, R. E. (2020). *Educación virtual: realidad o ficción en tiempos de pandemia | Revista Pesquisa Javeriana*. Universidad Ja. <https://www.javeriana.edu.co/pesquisa/educacion-virtual-realidad-o-ficcion-en-tiempos-de-pandemia/>

Ministerio de Educación Nacional de Colombia. (2020). *DECRETO LEGISLATIVO 660 - 13 de mayo 2020. Por el cual se dictan medidas relacionadas con el calendario académico para la prestación del servicio educativo, en el marco del Estado de Emergencia Económica, Social y Ecológica. 13, 14.*

Ministerio de Salud. (2020). *Presidente Duque declara Emergencia Sanitaria frente a COVID-19*. Ministerio de Salud. <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Presidente-Duque-declara-Emergencia-Sanitaria-frente-a-COVID-19.aspx>

Ministerio de Salud y Protección Social. (2021). *Resolución 385 de 2020 Ministerio de Salud y Protección Social. 2–9.*

Ministerio del Trabajo. (2019). Resolución 2404 de 2019. In *Ministerio de Trabajo* (pp. 1–8). <http://www.mintrabajo.gov.co/documents/20147/59995826/Resolucion+2404+de+2019-+Adopcion+bateria+riesgo+psicosocial%2C+guia+y+protocolos.pdf>

Ministerio protección social. (2008). *Resolución 2646 de 2008.*

[http://www.saludcapital.gov.co/Documentos Salud Ocupacional/RESOL. 2646 DE 2008 RIESGO PSICOSOCIAL.pdf](http://www.saludcapital.gov.co/Documentos%20Salud%20Ocupacional/RESOL.%202646%20DE%202008%20RIESGO%20PSICOSOCIAL.pdf)

MinTIC. (2018). *Historia - Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones.*

MinTIC. <https://www.mintic.gov.co/portal/inicio/Ministerio/Acerca-del-MinTIC/Historia/>

- MinTIC. (2020). *Acerca del MinTIC - Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones*. MinTIC.
- Nugroho, M. B., ع, ر, ب, ان, ی, Strathern, P., Äüôú, Ö., Strathern, P., Geordane, M. H., Mendonça, F. D. A., Strathern, P., Arist, P. S., Russell, B., Agostinho, S., Strathern, P., Lúcia De Oliveira, M., Russell, B., Agostinho, S., Roberto, T. :, Valente, F., Anggraini, A. R., Oliver, J., ... Scobell, A. (2019). Estres laboral en los docentes. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. file:///C:/Users/User/Downloads/fvm939e.pdf
- Otero, A., Carballido, J. L., Salgado, L., Canudo, J. I., Garrido, C., Kecerdasan, I., & Ikep, P. (2021). *ESTRÉS, SÍNDROME GENERAL DE ADAPTACIÓN O REACCIÓN GENERAL DE ALARMA*. 6.
- Rodríguez, M. (2007). El Plan Nacional de TIC 2008 – 2019. *Revista Sistemas*, 14–21.
<https://bit.ly/2v6nzQF>
- SOLER, F. A. L. (2020). *Comunicado Covid 19*.
- Unda, S., Uribeb, F., Juradob, S., García, M., & Tovalín, H. (2016). *Elaboración de una escala para valorar los factores de riesgo psicosocial en el trabajo de profesores universitarios*. 32, 67–74.
<http://ezproxy.ecci.edu.co:2111/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=0&sid=18219577-c0e6-4c02-beca-116e7c4a9667%40sessionmgr4007>
- Uribe, M., Waich, A., Ospina, L., & Marroquín, A. (2020). *Salud mental y resiliencia en adultos jóvenes de Sudamérica durante el aislamiento (distanciamiento social obligatorio) por la pandemia de COVID-19 Componente Bogotá*.
- Berrío Zapata, C., & Rojas, H. (2014). La brecha digital universitaria: la apropiación de las TIC en estudiantes de educación superior en Bogotá (Colombia). *Comunicar: Revista Científica*

- Iberoamericana de Comunicación y Educación*, 43, 133–142. <https://doi.org/10.3916/C43-2014-13>
- Botero Alvarez, C. C. (2013). Riesgo psicosocial intralaboral y “burnout” en docentes universitarios de algunos países latinoamericanos. *Cuadernos de Administración*, 28(48), 118–133. <https://doi.org/10.25100/cdea.v28i48.460>
- Camargo, B. (2010). Estrés, Síndrome General de Adaptación o Reacción General de Alarma. *Revista Médico Científica*, 17(2). Recuperado a partir de <https://www.revistamedicocientifica.org/index.php/rmc/article/view/103>
- Cervantes, M. L. P., & Saker, A. F. (2013). *Clase Invertida Youtube*. 6(1), 153–166.
- Colombia, E. P. D. L. R. De. (2010). Decreto 1295 de 2010. *Ministerio de Educacion Nacional*, 2010(1295), 17.
- Colombia, C. de la R. (2008). Ley 1221 de 2008. *Diario Oficial*, 2008(47), 15. http://www.mintic.gov.co/portal/604/articles-3703_documento.pdf
- García, M. M., Iglesias, S., Saleta, M., & Romay, J. (2016). Riesgos psicosociales en el profesorado de enseñanza universitaria: diagnóstico y prevención. *Revista de Psicología Del Trabajo y de Las Organizaciones*, 32(3), 173–182. <https://doi.org/10.1016/j.rpto.2016.07.001>
- Gutierrez-moreno, A. (2020). *Educación en tiempos de crisis sanitaria : pandemia y educación*. 16(1).
- Hernaiz, E. S. (2021). Delimitación del concepto de riesgo psicosocial en el trabajo. *FORO. Revista de Derecho*, 35, 7–26. <https://doi.org/10.32719/26312484.2021.35.1>
- Ibáñez G. (2011). Introducción a la psicología social. Editorial UOC, Vol 30. P.62
- Jair, A., & Landa, C. (2021). *Revista : Caribeña de Ciencias Sociales ISSN : 2254-7630 ORGANIZACIONES COMO FORMA PARA*. 1–12.

- Lecca, E. R., Guevara, L. R., & Boza, O. C. (2013). *Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81629469008>*.
- Ligarrett, R. E. (2020). Educación virtual: realidad o ficción en tiempos de pandemia | Revista Pesquisa Javeriana. Universidad Ja. <https://www.javeriana.edu.co/pesquisa/educacion-virtual-realidad-o-ficcion-en-tiempos-de-pandemia/>
- Marulanda R. I. (2007). Estrés laboral enemigo silencioso de la salud mental y la satisfacción con la vida. Universidad de los Andes: Centro de Estudios Socio culturales e Internacionales – CESO. 38, 40.
- Ministerio de Educación Nacional de Colombia. (2020). *DECRETO LEGISLATIVO 660 - 13 de mayo 2020. Por el cual se dictan medidas relacionadas con el calendario académico para la prestación del servicio educativo, en el marco del Estado de Emergencia Económica, Social y Ecológica. 13, 14.*
- Ministerio de Salud. (2020). *Presidente Duque declara Emergencia Sanitaria frente a COVID-19.* Ministerio de Salud. <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Presidente-Duque-declara-Emergencia-Sanitaria-frente-a-COVID-19.aspx>
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2021). *Resolución 385 de 2020 Ministerio de Salud y Protección Social. 2–9.*
- Ministerio del Trabajo. (2019). Resolución 2404 de 2019. In *Ministerio de Trabajo* (pp. 1–8). <http://www.mintrabajo.gov.co/documents/20147/59995826/Resolucion+2404+de+2019-+Adopcion+bateria+riesgo+psicosocial%2C+guia+y+protocolos.pdf>
- Ministerio protección social. (2008). *Resolución 2646 de 2008.* [http://www.saludcapital.gov.co/Documentos Salud Ocupacional/RESOL. 2646 DE 2008 RIESGO PSICOSOCIAL.pdf](http://www.saludcapital.gov.co/Documentos%20Salud%20Ocupacional/RESOL.%202646%20DE%202008%20RIESGO%20PSICOSOCIAL.pdf)
- MinTIC. (2018). *Historia - Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones.*

- MinTIC. <https://www.mintic.gov.co/portal/inicio/Ministerio/Acerca-del-MinTIC/Historia/>
- MinTIC. (2020). *Acerca del MinTIC - Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones*. MinTIC.
- Nugroho, M. B., ع, ر, ب, ا, ن, ي, Strathern, P., Äüôú, Ö., Strathern, P., Geordane, M. H., Mendonça, F. D. A., Strathern, P., Arist, P. S., Russell, B., Agostinho, S., Strathern, P., Lúcia De Oliveira, M., Russell, B., Agostinho, S., Roberto, T. :, Valente, F., Anggraini, A. R., Oliver, J., ... Scobell, A. (2019). Estres laboral en los docentes. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. file:///C:/Users/User/Downloads/fvm939e.pdf
- Organización Internacional del Trabajo – OIT. (2020). El teletrabajo durante la pandemia de COVID-19 y después de ella: Guía práctica. Oficina Internacional del Trabajo. 5-6. https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---travail/documents/publication/wcms_758007.pdf
- Organización Mundial de la Salud - OMS. (2004). Invertir en salud mental. INFORME. Departamento de Salud Mental y Abuso de Sustancias (7). https://www.who.int/mental_health/advocacy/en/spanish_final.pdf
- Otero, A., Carballido, J. L., Salgado, L., Canudo, J. I., Garrido, C., Kecerdasan, I., & Ikep, P. (2021). *ESTRÉS, SÍNDROME GENERAL DE ADAPTACIÓN O REACCIÓN GENERAL DE ALARMA*. 6.
- Rodríguez, M. (2007). El Plan Nacional de TIC 2008 – 2019. *Revista Sistemas*, 14–21. <https://bit.ly/2v6nzQF>
- Sánchez C. H & Mejía S. B. (2020). Investigaciones en salud mental en condiciones de pandemia por el covid-19. Memoria del I encuentro virtual: avances y propuestas de investigaciones en salud mental en condiciones de pandemia por covid-19 realizado los días 02 y 03 de octubre del 2020. 17-18

- Sánchez-Calvo, L; Alvarenga-Venutolo, S. (2014). La virtualidad en los procesos educativos: reflexiones teóricas sobre su implementación. *Tecnología en Marcha*. Vol. 28, N° 1, Enero-Marzo. Pág 121-129.
- SOLER, F. A. L. (2020). *Comunicado Covid 19*.
- Unda, S., Uribeb, F., Juradob, S., García, M., & Tovalín, H. (2016). *Elaboración de una escala para valorar los factores de riesgo psicosocial en el trabajo de profesores universitarios*. 32, 67–74.
- <http://ezproxy.ecci.edu.co:2111/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=0&sid=18219577-c0e6-4c02-beca-116e7c4a9667%40sessionmgr4007>
- Uribe, M., Waich, A., Ospina, L., & Marroquín, A. (2020). *Salud mental y resiliencia en adultos jóvenes de Sudamérica durante el aislamiento (distanciamiento social obligatorio) por la pandemia de COVID-19 Componente Bogotá*.
- Berrío Zapata, C., & Rojas, H. (2014). La brecha digital universitaria: la apropiación de las TIC en estudiantes de educación superior en Bogotá (Colombia). *Comunicar: Revista Científica Iberoamericana de Comunicación y Educación*, 43, 133–142. <https://doi.org/10.3916/C43-2014-13>
- Botero Alvarez, C. C. (2013). Riesgo psicosocial intralaboral y “burnout” en docentes universitarios de algunos países latinoamericanos. *Cuadernos de Administración*, 28(48), 118–133. <https://doi.org/10.25100/cdea.v28i48.460>
- Cervantes, M. L. P., & Saker, A. F. (2013). *Clase Invertida Youtube*. 6(1), 153–166.
- Colombia, E. P. D. L. R. De. (2010). Decreto 1295 de 2010. *Ministerio de Educacion Nacional*, 2010(1295), 17.
- de Colombia, C. de la R. (2008). Ley 1221 de 2008. *Diario Oficial*, 2008(47), 15.
- http://www.mintic.gov.co/portal/604/articles-3703_documento.pdf

- García, M. M., Iglesias, S., Saleta, M., & Romay, J. (2016). Riesgos psicosociales en el profesorado de enseñanza universitaria: diagnóstico y prevención. *Revista de Psicología Del Trabajo y de Las Organizaciones*, 32(3), 173–182.
<https://doi.org/10.1016/j.rpto.2016.07.001>
- Gutierrez-moreno, A. (2020). *Educación en tiempos de crisis sanitaria : pandemia y educación*. 16(1).
- Hernaiz, E. S. (2021). Delimitación del concepto de riesgo psicosocial en el trabajo. *FORO. Revista de Derecho*, 35, 7–26. <https://doi.org/10.32719/26312484.2021.35.1>
- Jair, A., & Landa, C. (2021). *Revista : Caribeña de Ciencias Sociales ISSN : 2254-7630 ORGANIZACIONES COMO FORMA PARA*. 1–12.
- Lecca, E. R., Guevara, L. R., & Boza, O. C. (2013). *Disponible en:*
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81629469008>.
- Ligarrett, R. E. (2020). *Educación virtual: realidad o ficción en tiempos de pandemia | Revista Pesquisa Javeriana*. Universidad Ja. <https://www.javeriana.edu.co/pesquisa/educacion-virtual-realidad-o-ficcion-en-tiempos-de-pandemia/>
- Ministerio de Educación Nacional de Colombia. (2020). *DECRETO LEGISLATIVO 660 - 13 de mayo 2020. Por el cual se dictan medidas relacionadas con el calendario académico para la prestación del servicio educativo, en el marco del Estado de Emergencia Económica, Social y Ecológica*. 13, 14.
- Ministerio de Salud. (2020). *Presidente Duque declara Emergencia Sanitaria frente a COVID-19*. Ministerio de Salud. <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Presidente-Duque-declara-Emergencia-Sanitaria-frente-a-COVID-19.aspx>
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2021). *Resolución 385 de 2020 Ministerio de Salud y Protección Social*. 2–9.

- Ministerio del Trabajo. (2019). Resolución 2404 de 2019. In *Ministerio de Trabajo* (pp. 1–8).
<http://www.mintrabajo.gov.co/documents/20147/59995826/Resolucion+2404+de+2019-+Adopcion+bateria+riesgo+psicosocial%2C+guia+y+protocolos.pdf>
- Ministerio protección social. (2008). *Resolución 2646 de 2008*.
<http://www.saludcapital.gov.co/Documentos Salud Ocupacional/RESOL. 2646 DE 2008 RIESGO PSICOSOCIAL.pdf>
- MinTIC. (2018). *Historia - Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones*.
 MinTIC. <https://www.mintic.gov.co/portal/inicio/Ministerio/Acerca-del-MinTIC/Historia/>
- MinTIC. (2020). *Acerca del MinTIC - Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones*. MinTIC.
- Nugroho, M. B., ع, ربه انى, Strathern, P., Äüöü, Ö., Strathern, P., Geordane, M. H., Mendonça, F. D. A., Strathern, P., Arist, P. S., Russell, B., Agostinho, S., Strathern, P., Lúcia De Oliveira, M., Russell, B., Agostinho, S., Roberto, T. :, Valente, F., Anggraini, A. R., Oliver, J., ... Scobell, A. (2019). Estres laboral en los docentes. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. file:///C:/Users/User/Downloads/fvm939e.pdf
- Otero, A., Carballido, J. L., Salgado, L., Canudo, J. I., Garrido, C., Kecerdasan, I., & Ikep, P. (2021). *ESTRÉS, SÍNDROME GENERAL DE ADAPTACIÓN O REACCIÓN GENERAL DE ALARMA*. 6.
- Rodríguez, M. (2007). El Plan Nacional de TIC 2008 – 2019. *Revista Sistemas*, 14–21.
<https://bit.ly/2v6nzQF>
- SOLER, F. A. L. (2020). *Comunicado Covid 19*.
- Unda, S., Uribeb, F., Juradob, S., García, M., & Tovalín, H. (2016). *Elaboración de una escala para valorar los factores de riesgo psicosocial en el trabajo de profesores universitarios*. 32, 67–74.

<http://ezproxy.ecci.edu.co:2111/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=0&sid=18219577-c0e6-4c02-beca-116e7c4a9667%40sessionmgr4007>

Uribe, M., Waich, A., Ospina, L., & Marroquín, A. (2020). *Salud mental y resiliencia en adultos jóvenes de Sudamérica durante el aislamiento (distanciamiento social obligatorio) por la pandemia de COVID-19 Componente Bogotá.*

Anexo a Ficha Bibliográfica

TRABAJO PEDAGOGICO DOCENTE UNIVERSITARIO DESDE LA VIRTUALIDAD		
	Referencia	Resumen
1	Expósito, Cristián David; Marsollier, Roxana Graciela; Virtualidad y educación en tiempos de Covid-19. Un estudio empírico en Argentina; Universidad Simón Bolívar; Educación y Humanismo; 22; 39; 8-2020; 1-22. Recuperado el 25 de enero de: http://hdl.handle.net/11336/119010	Objetivo: explorar las estrategias, recursos pedagógicos y tecnológicos utilizados por los docentes en el modelo de educación virtual implementado durante el confinamiento preventivo y cierre de establecimientos educativos dispuesto ante la situación de emergencia sanitaria mundial por la COVID-19. Método: se trabajó con un diseño metodológico cuantitativo de tipo descriptivo correlacional. Participaron del estudio 777 personas, en su mayoría docentes, que representan a instituciones de distintos niveles educativos de Mendoza, Argentina. Resultados: el análisis de los datos evidenció las desigualdades existentes en cuanto al uso de tecnologías y recursos pedagógicos digitales. Dichas diferencias se manifiestan en relación con el tipo de gestión, el nivel educativo, la situación socioeconómica de los alumnos, el rendimiento académico y el apoyo por parte de la familia del estudiante. Discusión y Conclusiones: los resultados obtenidos ponen en evidencia las desigualdades socioeducativas de los estudiantes. Es necesario continuar profundizando en la comprensión de los condicionantes y las posibles consecuencias que traerán, para el sistema educativo, estas experiencias pedagógicas en aislamiento social.
2	Zambrano Acosta, J., Laurencio Leyva, A. y Milán Licea M.R. (2018). La virtualidad como alternativa de investigación universitaria. Didáctica	La emergencia de la virtualidad como alternativa de formación, a partir de la suplencia o alternancia de los

	<p>y Educación. España. Recuperado el 30 de enero de: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6596592</p>	<p>espacios físicos tradicionales por ambientes virtuales, que no demandan la concurrencia física directa de sus actores y en los que se asume con flexibilidad su tiempo de participación, impone a la realidad formativa de las universidades contemporáneas, el reto de aprovechar tales potencialidades en función de complementar y consolidar sus procesos y funciones fundamentales. En consecuencia, con tal prerrogativa, el trabajo que se presenta ofrece los presupuestos teóricos, metodológicos y tecnológicos que sustentan el desarrollo de la virtualización educativa en la Universidad.</p>
3	<p>rama, C. (2012). La reforma de la virtualización de la Universidad: el nacimiento de la educación digital. Universidad de Guadalajara. Sistema de Universidad Virtual. UDGVIRTUAL, Jalisco. Recuperado el 27 de enero de: http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx/jspui/handle/123456789/1871</p>	<p>La presente investigación busca develar las líneas centrales de una gran reforma en curso en los sistemas universitarios en la región en cuanto a la innovación que permiten las tecnologías; el cómo se inserta ésta en los contextos socioeconómicos globales, es parte de las dinámicas que surgen al interior de los sistemas universitarios y de los propios cambios en las tecnologías e industrias culturales; y cuáles son sus múltiples impactos y dimensiones.</p>
4	<p>Rodríguez Izquierdo, R. M. (2011). Repensar la relación entre las TIC y la enseñanza universitaria: Problemas y soluciones. Profesorado. Revista de Currículum y Formación del profesorado. Recuperado de: http://www.ugr.es/~recfpro. Volumen. Vol. 15, Num. 1, Enero-abril. 9-22. Recuperado el 26 de enero de: https://digital.fundacionceibal.edu.uy/jspui/handle/123456789/192</p>	<p>El aula del siglo XXI no se limita en absoluto a un aula física. Debido a la creciente proliferación de las tecnologías de la educación y el reconocimiento de la importancia de la alfabetización tecnológica en múltiples contextos, las universidades están ampliando la instrucción más allá de las paredes y de las aulas tradicionales. Los nuevos métodos docentes con apoyo TIC tienen posibilidades de responder a una variedad enorme de estilos y necesidades de los estudiantes. Al igual que con cualquier tecnología, sin embargo, el uso de la oferta de cursos basados en tecnología o apoyados por estas, conlleva un conjunto</p>

		de retos que podría restringir el acceso a la educación superior en lugar de aumentarlo. Se pueden tomar medidas, sin embargo, para reducir la posibilidad de problemas y aumentar las oportunidades para el éxito de los estudiantes.
5	<p>Almirón, M. E., y Porro, S. (2014). Los docentes en la Sociedad de la Información: reconfiguración de roles y nuevas problemáticas. <i>IE Comunicaciones: Revista Iberoamericana de Informática Educativa</i>, (19), 17-31. Recuperado el 25 de enero de: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4794547</p>	<p>En este artículo se analizará el rol de que la escuela ha tenido y sigue teniendo en la Sociedad de la Información. Asimismo, se hará hincapié en el rol que deben asumir los docentes a hora de la incorporar las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) en el aula, con el fin de lograr un modelo de enseñanza y aprendizaje innovador, es decir, que se aparte del modelo tradicional que se basa en la transmisión y memorización de conocimientos. Pensamos que para que pueda generarse un cambio, es necesario que los docentes aprendan a aplicar de un modo más innovador las TIC para que se pueda aprovechar las potencialidades que ellas nos ofrecen. Es en este punto, que resulta crucial que la capacitación de los docentes en TIC no se centre solamente en el manejo técnico de programas y equipamiento, sino que también se contemple la aplicación didáctica y una reflexión crítica del rol que las tecnologías juegan en la sociedad.</p>
6	<p>Anso, A., Magallan, L., y Vallejos, M. (2016). ¿Actividades grupales en cursos virtuales? Desafíos para el rol docente. En G. Feierherd, (Coordinador). <i>XI Congreso de Tecnología en Educación y Educación en Tecnología (TEyET 2016)</i>. Facultad de Informática Ciencias de la Comunicación y Técnicas Especiales, Universidad de Morón. Argentina. Recuperado el 25 de enero de: http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/54624/Documento_co</p>	<p>En el presente trabajo se reflexionará sobre la inclusión de actividades grupales en dos propuestas de formación en línea para profesionales de la salud. Se definirá qué se entiende por actividades grupales para luego describir y reflexionar sobre para qué es pertinente incluirlas en entornos virtuales, en qué momento de la formación pueden ser más adecuadas,</p>

	<p>mpleto.pdf-PDFA.pdf?sequence=1&isAllowed=y</p>	<p>cuáles son las competencias docentes requeridas y/o recomendadas para implementar este tipo de actividades y cuáles son los desafíos docentes que se presentan</p>
7	<p>Bonilla-Guachamín, J. A. (2020). Las dos caras de la educación en el COVID-19. <i>CienciAmérica</i>, 9(2), 89-98. Recuperado el 26 de enero de: http://dx.doi.org/10.33210/ca.v9i2.294</p>	<p>Más de 1300 millones de estudiantes que se encontraban cursando su proceso educativo a nivel mundial se han visto afectados por la pandemia COVID-19, la educación mundial y ecuatoriana enfrenta varios retos, porque de un momento a otro todo el entorno educativo cambió por completo, los decretos de gobierno para detener el brote de propagación determinaron cerrar los establecimientos educativos, marcando una brecha significativa en la educación. Sin embargo, esta propuesta nacional de las profundas transformaciones e innovación para garantizar el acceso a la educación sin discriminación no es posible con base en nuestra realidad, por tal razón esta investigación analiza los dos contextos educativos, el sistema particular y el sistema fiscal, frente a la magnitud que exige esta nueva era de aprendizaje, porque no todos los estudiantes están en condiciones económicas de cambiar de modelo educativo radicalmente.</p>
8	<p>Bravo-García, E., y Magis-Rodríguez, C. (2020). La respuesta mundial a la epidemia del COVID-19: los primeros tres meses. <i>Boletín sobre COVID-19 Salud Pública y Epidemiología</i>, 1(1), 3-8. Recuperado el 26 de enero de: http://dsp.facmed.unam.mx/wpcontent/uploads/2013/12/COVID-19-No.1-03-La-respuesta-mundial-a-la-epidemiadel-COVID-19-los-primeros-tres-meses.pdf</p>	<p>Sin que la humanidad estuviese consciente de ello, a finales del 2019 se empezó a conocer el origen y desarrollo de una nueva epidemia que, en tan solo tres meses, habría de convertirse en uno de los mayores desafíos que ha enfrentado la salud global: la epidemia del COVID-19.</p>

9	<p>CEPAL. (2020). Las oportunidades de la digitalización en América Latina frente al Covid19. Recuperado el 27 de enero de: https://repositorio.cepal.org/handle/11362/45360</p>	<p>La pandemia de COVID-19 plantea un desafío al sistema socioeconómico mundial. A partir de la aplicación de las primeras medidas sanitarias, sumadas al temor por el contagio, comenzaron a acumularse las evidencias que daban cuenta de la importancia de las tecnologías digitales para contrarrestar el aislamiento, difundir medidas profilácticas y facilitar el funcionamiento de sistemas económicos.</p> <p>Existe un acervo importante de desarrollos digitales que están siendo empleados por diversos gobiernos a nivel nacional y subnacional para controlar la pandemia. Dichas tecnologías han contribuido a asegurar una mayor transparencia y confiabilidad en la información para los usuarios, medir la propagación del virus difundir información en tiempo real y facilitar esquemas de diagnóstico, prevención y mitigación que en general contribuyen a aplanar las curvas de contagio.</p> <p>Un rápido repaso a este tipo de iniciativas deja ver la enorme oportunidad que tiene América Latina y el Caribe de actuar en esta coyuntura en materia de desarrollos tecnológicos. En ese contexto, es importante interrogarse sobre la posición de la región</p>

		<p>en términos del grado de preparación de su infraestructura digital y el nivel de digitalización para afrontar estos desafíos.</p>
10	<p>Durán-Rodríguez, R., y Estay-Niculcar, C. (2016). Formación en buenas prácticas docentes para la educación virtual. RIED. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia, 19(1), 209-232. Recuperado el 27 de enero de: https://doi.org/10.5944/ried.19.1</p>	<p>Durán-Rodríguez, R., y Estay-Niculcar, C. (2016). La educación virtual está confrontando problemas de calidad por la falta de planificación y control de indicadores claves tales como la planta docente contratada y las estrategias instrumentadas en el proceso de enseñanza y aprendizaje. El presente artículo tiene como propósitos: primero, explorar el potencial de las buenas prácticas docentes en la educación virtual; y, segundo, medir el grado de adopción de estas buenas prácticas por parte de los participantes en el corto, mediano y largo plazo. Se trabajó un estudio de caso específico con once candidatos a Máster en Docencia Superior de la Universidad Tecnológica Oteima en la República de Panamá y los resultados demuestran que el 72% de los participantes adoptarían la estrategia en el largo plazo (en dos o más años), mientras que un promedio del 50% de los equipos de trabajo adoptarían la estrategia en el largo plazo. Por ende, existe disposición en los segmentos individual y grupal de adoptar este tipo de estrategias en la planificación y diseño de cursos virtuales, lo que podría significar un aporte futuro a la calidad de la modalidad virtual. Sin embargo, por tratarse de un estudio de caso específico con una muestra limitada de n =11, no se pretende generalizar las conclusiones por lo que es necesario ampliar la muestra en otras investigaciones y recoger</p>

		más datos.
LA SALUD MENTAL DE LOS DOCENTES UNIVERSITARIOS EN CONFINAMIENTO		
1	<p><i>Leonor Alexandra Rodríguez Alava, Ider David Bermello Cantos, Eleticia Isabel Pinargote Macías y Ulbio Colón Durán Pico (2018): “El estrés y su impacto en la salud mental de los docentes universitarios”, Revista Caribeña de Ciencias Sociales (marzo 2018). Recuperado el 25 de enero de: En línea:</i></p> <p><i>https://www.eumed.net/rev/caribe/2018/03/estres-docentes-universitarios.html</i></p> <p><i>//hdl.handle.net/20.500.11763/caribe1803estres-docentes-universitarios</i></p>	<p>El propósito de la investigación radica determinar el impacto del estrés en la salud mental de los docentes de la Universidad Técnica de Manabí, entendiéndose que el estrés está afectando a todos los individuos de la sociedad actual; en este estudio, se analiza lo que ocurre con los profesionales que se dedican a la docencia universitaria. La investigación cuanti - cualitativa, aplicó el test de Hamilton a 160 docentes de las diez facultades; como resultado se evidencia que el Las afectaciones que se pueden evidenciar en los docentes de la Universidad Técnica de Manabí, en mayor grado están las relacionadas a la variable reacciones psico psicosomática, de manera específica relacionadas con afectaciones en la salud como tensiones musculares, fatiga, alteraciones cardíacas, asociados a los síntomas con el trastorno del ánimo, debido a la carga de trabajo y las responsabilidades asumidas evidenciadas en la sensación de miedo sin aparente razón o causa que lo genera. Por lo que se deduce que para que el docente desarrolle sus actividades con mejores niveles de desempeño, resulta necesario que conozca mecanismos de manejo del estrés, así como el cuidado de los espacios físicos donde desarrolla su actividad y que la institución desarrolle espacios de prevención y promoción de la salud mental.</p>
2	<p>de Camargo, B. (2010). Estrés, Síndrome General de Adaptación o Reacción General de Alarma. <i>Revista Médico Científica</i>, 17(2).</p>	<p>Los términos estrés, síndrome general de adaptación (SGA) y reacción general de alarma son sinónimos e</p>

Recuperado a partir de 21 de enero de <https://www.revistamedicocientifica.org/index.php/rmc/article/view/103>

indican una respuesta fisiológica que se produce ante estímulos estresantes y que ayuda al organismo a adaptarse para pelear o huir.

La ausencia o el exceso de estrés son dañinos para el organismo; mientras que la cantidad óptima de estrés es esencial para la vida, el crecimiento y la supervivencia.

Se reconocen tres fases del SGA que son: alarma, resistencia y agotamiento. Durante dichas fases se encuentran funcionando tres ejes fisiológicos que secuencialmente son el eje neural, el eje neuroendocrino y el eje endocrino. El eje neural se caracteriza por el aumento del tono muscular, la paralización corporal, la reacción de alerta cortical y la descarga masiva del simpático. El eje neuroendocrino consiste en la secreción de adrenalina y noradrenalina por la médula adrenal y sus consecuencias corporales. El eje endocrino se caracteriza por la activación del eje funcional hipotálamo-hipófisis-corteza suprarrenal-cortisol.

El cortisol es la hormona principal del estrés cuyas acciones a corto plazo son esenciales para la vida, pero su exceso a largo plazo es dañino porque se produce una falla total del organismo y disminuye la capacidad corporal de resistencia.

3	<p>Catalán, A., & Barreda, M. (2012). <i>Técnicas y métodos para controlar el estrés docente</i>. España: Universidad de Jaime I. Recuperado el 25 de enero de: http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/77014/-serveis-scp-publ-jfi-xvii-psicopedagogia-6.pdf?sequence=1&isAllowed=y</p>	<p>En esta sociedad cambiante el maestro sufre una pérdida de reconocimiento social junto con un cambio en el rol del papel docente. La docencia en una sociedad compleja, plural y dinámica como es la nuestra es cada vez más difícil y problemática. Además de esto, la fatiga mental, la complejidad de la tarea, las expectativas que genera, el equilibrio, las cualidades personales que requiere y las situaciones de impotencia que se viven, sitúan a la profesión docente entre las 10 profesiones más estresantes según “El Instituto de Ciencias y Tecnología de la Universidad de Manchester (1996)”. Y no sólo eso, sino que datos sobre las bajas por estrés laboral docente obtenidos en la Comunidad Valenciana desde el curso 1982 hasta el curso 1999, reflejan que cada vez aumenta el número de bajas docentes debido al estrés. Por ello, dado que el estrés no influye únicamente en el docente sino que también repercute en su labor, en el rendimiento de su alumnado y en el clima del centro, creemos que es necesario ofrecer a los docentes la formación necesaria para provocar un cambio en su forma de afrontar las situaciones estresantes. Para conocer cómo afecta el estrés en los docentes, se realizó un análisis a una muestra de 23 docentes de un colegio público del Grao de Castellón. A éstos se le administró un cuestionario compuesto por 30 ítems, los cuales recogían información sobre el estrés y su formación. Una vez analizados los resultados obtenidos en dicho cuestionario, se observa la necesidad de tratar este tema en los contextos escolares ya que repercute en todos los</p>

		<p>niveles del docente (personal, profesional...) y del alumnado. A raíz de los resultados se diseña un programa formativo cuyo objetivo sea trabajar y tratar este tema con los docentes para que adquieran el apoyo emocional, las habilidades y las capacidades necesarias para enfrentarse a las situaciones estresantes.</p>
4	<p>UNE. (05 de Noviembre de 2012). <i>Union Nacional de Educadores</i>. Obtenido de http://www.une.org.ec/index.php/2012-07-08-04-19-37/2012-07-08-04-22-19/2012-07-11-23-27-24/151-investigacion-sobre-salud-laboral-docente Vialfa, C. (11 de marzo de 2010). Recuperado el 25 de enero de: http://salud.kioskea.net/faq/293-las-3-fases-del-estres.</p>	<p>Uno de los problemas por los que atraviesan los trabajadores de las empresas de manera general tanto en el sector público como privado, es el estrés laboral y las dificultades en la salud física y mental que este genera; el propósito del artículo consistió en identificar el nivel de estrés laboral de los docentes del Circuito 03 del Distrito 13D11 de la zona 04 de Educación y los estresores psicosociales que impactan su desempeño; para el desarrollo de la investigación se utilizó el enfoque cuali-cuantitativo, de tipo descriptiva y correlacional, se utilizó el Cuestionario de Estrés Laboral y el test de clima laboral de la Organización Internacional del Trabajo (OIT), aplicado a 153 docentes, 25 autoridades de 17 Instituciones Educativas regentadas por el Distrito. Los resultados revelan que los docentes que laboran en las diversas instituciones educativas presentan un nivel de estrés considerable; además el clima laboral es poco favorable e impide que las acciones se desarrollen de manera satisfactoria, ya que la comunicación y participación son afectadas por la estructura piramidal de las organizaciones, generando entre otros síntomas ansiedad, apatía, resistencia al cambio; considerados como factores psicosociales que alertan la generación de patologías laborales y</p>

		<p>por ende incidencia en el desempeño de todos los involucrados tanto a nivel individual como grupal y organizacional y en consecuencia en la calidad de la educación.</p>
5	<p>Soria Reinoso, J. K. (2018). “Estrés docente y estrategias de afrontamiento en profesores de la universidad técnica de Ambato”. Repositorio Universidad Técnica de Ambato. Recuperado el 25 de enero de: http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/28610</p>	<p>El presente estudio tiene como objetivo determinar la relación entre el estrés docente y las estrategias de afrontamiento que utilizan los profesores de la Universidad Técnica de Ambato, con una muestra de 72 docentes de ambos sexos de las seis carreras que conforman la Facultad de Ciencias de la Salud, quienes fueron evaluados mediante la Escala de Estrés docente ED-6 y el Inventario de Estrategias de Afrontamiento – CSI. Para el análisis de datos se emplea la prueba estadística de R de Pearson utilizando el programa Spss, en el cual se evidencian cuatro correlaciones estadísticamente significativas en: resolución de problemas, apoyo social, retirada social y reestructuración cognitiva. De este modo se constata que existe correlación entre el estrés docente y las cuatro estrategias de afrontamiento señaladas. Asimismo, se identifica la prevalencia del nivel bajo de estrés en más de la mitad de los maestros. La estrategia de afrontamiento más empleada es la de expresión emocional</p>
6	<p>Botero, C. (2012). Riesgo psicosocial intralaboral y “burnout” en docentes universitarios de algunos países latinoamericanos. Cuadernos de Administración, 28(48), 117- 132. Recuperado el 21 de enero de http://www.scielo.org.co/pdf/cuadm/v28n48/v28n48a10.pdf</p>	<p>Las actuales modificaciones en el mundo del trabajo y en especial en las instituciones universitarias, han puesto de manifiesto nuevos riesgos de orden psicosocial que impactan no solo la salud física sino también la salud mental de los docentes, derivándose en el conocido síndrome de burnout. Se identificaron algunos factores de riesgo psicosocial intralaboral que</p>

		<p>propician el desarrollo y prevalencia del síndrome de burnout en estos profesionales de algunos países de América Latina como Colombia, Venezuela, Argentina y México. Se concluyó que ciertos aspectos propios de la organización del trabajo y de su realización tales como: multiplicidad de tareas, sobrecarga laboral, espacios inadecuados, falta de tiempo y de remuneración que compense los esfuerzos, son algunas de las principales fuentes de riesgos psicosociales que coadyuvan al posterior desarrollo y prevalencia del síndrome en esta población.</p>
7	<p>Lara Sotomayor, Juan Eduardo, & Pando Moreno, Manuel. (2014). El Mobbing y los Síntomas de Estrés en Docentes Universitarios del Sector Público. <i>Ciencia & trabajo</i>, 16(49), 43-48. Recuperado el 23 de enero de https://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492014000100008</p>	<p>ste artículo trata sobre la presencia de los factores psicosociales en el trabajo. El objetivo del estudio fue identificar la presencia e intensidad de la violencia psicológica, el acoso laboral, los factores sociodemográficos laborales como: género, edad, estado civil, tiempo de dedicación y nivel de formación; y, establecer la relación con los niveles de estrés en docentes universitarios del sector público en Ecuador. Se evaluó a 187 docentes principales de la Universidad Central del Ecuador. Se aplicó el Inventario de Violencia y Acoso Psicológico en el Trabajo (IVAPT-PANDO), el Inventario de Síntomas de Estrés (ISE) y la encuesta de Factores Sociodemográficos Laborales (ESOLA). Los resultados: un 87,2% de los investigados (163 docentes) manifiesta presencia de violencia psicológica; el 91,9% (172 docentes) indica que la intensidad de la violencia psicológica es baja y nula; sobre el Acoso Psicológico (mobbing) 183 docentes (97,8%) sostienen que es nulo o bajo; 4 docentes (2,2%), que es medio y alto;</p>

		sobre los niveles de estrés, 185 docentes (98,9%) indicaron que el nivel es bajo, 2 docentes (1,1%), que es medio; los síntomas más frecuentes son: dolores de cuello o espalda, explosiones de coraje, fatiga y gastritis. No existe asociación estadísticamente significativa entre las variables investigadas.
8	<p><u>Silva Quiroz, J. E. y Romero Jeldres, Marcela. (2013). La virtualidad una oportunidad para innovar en educación. Didáctica y Educación. Recuperado el 25 de enero de:</u> https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6584034</p>	<p>El uso de las tecnologías de la información y comunicación, especialmente los Learning Management Systems más conocidos como LMS o sistemas para gestión del aprendizaje, posibilitan ampliar la docencia en pre y post grado en las universidades, junto con la formación del personal en las empresas, más allá de las fronteras del aula. Lo LMS, han potenciado el diseño de entornos virtuales de aprendizajes, apoyando, complementando, o sustituyendo la clase presencial por formación completamente online. Bajo modelos pedagógicos socio-constructivistas, estos escenarios formativos acercan la docencia, a los espacios informales de formación permitiendo innovar en la docencia. De este modo, este artículo busca responder interrogantes que ¿Qué son los entornos virtuales de aprendizaje (EVA)?, ¿cómo enriquecer e innovar en la experiencia formativa incorporando EVA?, ¿qué elementos debería considerar un modelo para diseñar un EVA?, ¿cómo implementar ese modelo en una plataforma como MOODLE?</p>
9	<p>Moreira-Segura, C; Delgadillo-Espinoza, B. La virtualidad en los procesos educativos: reflexiones teóricas sobre su implementación. Tecnología en Marcha. Vol. 28, N° 1, EneroMarzo. Pág 121-129. Recuperado el 25 de enero de:</p>	<p>Este artículo ofrece un esbozo de las cualidades de un aula virtual, las características propias de un proceso de enseñanza-aprendizaje de naturaleza virtual, el papel que tienen los recursos y los participantes y el</p>

	https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0379-39822015000100121	perfil de un tutor. Se enfatiza en el rol del tutor en este proceso de construcción y reconstrucción de conocimiento en un espacio virtual y en las experiencias que cada uno de los integrantes aporta en cuanto a su propia vivencia como estudiante o tutor virtual. Además, se comparan los conceptos relacionados con la virtualidad con el de educación tradicional y se brinda una valoración general de estos procesos. Finalmente, se hace un repaso de los elementos que se deben considerar al plantear e implementar un curso en modalidad virtual.
10	Torres Barzabal, L., Prieto Jiménez, E., & López Catalán, L. (2012). Entornos virtuales de enseñanza-aprendizaje. Evaluación del uso de las herramientas virtuales en el máster de educación para el desarrollo. <i>EduTec. Revista Electrónica De Tecnología Educativa</i> , (39), a193. Recuperado el 25 de enero de: https://doi.org/10.21556/edutec.2012.39.376	El uso de las plataformas virtuales como recurso docente en el ámbito universitario, es una realidad cada vez más generalizada. A lo largo de este artículo realizaremos una evaluación de la puesta en marcha del Máster Universitario en Educación para el Desarrollo (EpD), implementado en la Universidad Pablo de Olavide de Sevilla, y realizado on-line en su totalidad. Todo ello lo llevaremos a cabo con el análisis de los datos extraídos del curso académico 2009-2010.
DOCENCIA UNIVERSITARIA EN TIEMPOS DE CONTINGENCIA DEL COVID 19		
1	Fernández-Gubieda, S. (2020). Docencia Rubic: aprendizajes de la enseñanza universitaria en tiempos de la Covid-19. Recuperado el 25 de enero de: https://www.unav.edu/documents/24640148/26406619/RubicSueeltas.pdf	¿Qué pueden hacer las universidades cuando de la noche a la mañana sus aulas cierran por una pandemia? De repente, profesores y estudiantes cambian la clase por la pantalla del ordenador. La docencia presencial, clave en numerosas universidades, desaparece sin tiempo de reacción. Docencia Rubic pretende convertir la crisis del coronavirus en un aprendizaje compartido en

		<p>beneficio de la comunidad universitaria. Con un estilo didáctico y ameno, el libro da respuesta a cómo la Universidad de Navarra respondió al desafío docente del confinamiento. Recoge ideas inspiradoras, propuestas concretas y metodologías activas que ayudarán a profesores y gestores a expandir la Universidad más allá de un escenario de docencia en remoto; y a encontrar la innovación cuando asome la adversidad. El título del libro hace referencia al famoso rompecabezas mecánico tridimensional. El cubo clásico de seis colores uniformes permite millones de permutaciones posibles. La búsqueda de unidad de sentido, latente en cada rotación, ha sido metáfora de perfección en innumerables ámbitos de la vida. También la docencia encuentra en el cubo de Ernő Rubik una alegoría en su afán por desfragmentar el aprendizaje y dotar de unidad al conocimiento. Pero el arte de enseñar, como el cubo mágico, es también el juego de las posibilidades. En cada una, el profesor desea encontrar para el alumno la mejor de las soluciones. Docencia Rubik es una iniciativa del Centro de Gobierno y Reputación de Universidades, de la Universidad de Navarra. Ha sido escrito por Santiago Fernández-Gubieda, director de la Unidad de Reputación, en colaboración con el servicio de Calidad e Innovación y una decena de profesores universitarios.</p>
2	<p>García, M. D. (2020). La docencia desde el hogar. Una alternativa necesaria en tiempos del COVID 19. Polo del Conocimiento: Revista científico-Académica Multidisciplinaria, 5(4), 304-324. Recuperado el 30 de enero de: https://doi.org/10.23857/pc.v5i4.1386</p>	<p>En este artículo se pretende describir en forma analítica los retos y potencialidades que se imbrican dentro de la alternativa necesaria en tiempos de Covid 19, como lo es la docencia del hogar. Este trabajo se sustenta en los fundamentos teóricos esenciales sobre</p>

		<p>Educación A distancia de autores como Brandt (2018), Polanco (2016), Moore, (2013), y las recomendaciones pedagógicas de para la docencia remota desde el hogar según Meineke (2020). Desde el punto de vista metodológico se supedita a un trabajo cualitativo, basado en el método del análisis de contenido. La revisión de documentos sobre este tema da cuenta de que el docente debe hacer acopio del manejo y dominio de las Tic y además del uso de plataformas y programas que permitan ejercer la docencia desde el hogar, como una alternativa válida y necesaria en tiempos del Coronavirus. La docencia se ejercita desde del hogar con el manejo de los equipos y los programas que permiten el uso de wikies, de portafolios virtuales, las videoconferencias, el i-vox, el zoom para permitir interacción didáctica con los docentes y los compañeros de clase. Entre las conclusiones obtenidas destaca: La pandemia que estamos padeciendo, mejor conocida como COVID-19 ha conminado a nuestros docentes a transformar su enseñanza de modalidad presencial hacia la denominada “enseñanza remota,” un modelo que se ha suscitado desde la emergencia que estamos experimentando con el uso de sesiones sincrónicas en vivo.</p>
3	<p>Kem-Mekah-Kadzue, O. (2020). Enseñanza en línea durante la crisis del Covid-19 en la educación universitaria camerunesa: logros y desafíos. <i>Ehquidad. International Welfare Policies and Social Work Journal</i>,(14), 57-74. Recuperado el 21 de enero de: http://dx.doi.org/10.15257/issn.2386-4915</p>	<p>La crisis sanitaria mundial del COVID-19 (acrónimo del inglés Coronavirus Disease 2019) ha supuesto un gran cambio en el modus vivendi y modus operandi de todos los habitantes del planeta tierra. En todos los países, la población se ha visto obligada a confinarse y mantener el distanciamiento físico siempre y</p>

		<p>cuando se salga a los espacios públicos. A nivel educativo, las clases presenciales han sido suspendidas dando lugar a la implementación de innovaciones metodológicas utilizando los recursos que nos brindan las TIC. Sin embargo, es de reconocer que las realidades socioeconómicas y socioeducativas no son las mismas en todos los países. Por lo tanto, cada país ha tenido que diseñar en la medida de lo posible modelos de enseñanza online acordes a sus realidades socioeducativas y socioeconómicas. En este artículo, exploramos el modelo educativo y las estrategias implementadas en el ámbito universitario camerunés, tomando como referencia el caso del Departamento de Lenguas Extranjeras de la Escuela Normal Superior, Universidad de Yaunde I. Nuestro propósito consiste en hacer un recorrido de las innovaciones llevadas a cabo y plantear asimismo una reflexión sobre los logros y los desafíos para una formación de calidad del alumnado camerunés residente en un mundo cada vez más digitalizado y competitivo.</p>
4	<p>Sánchez-Mendiola, M., Martínez-Hernández, A. M., Torres-Carrasco, R., Agüero-Servín, M., Hernández-Romo, A., Benavides-Lara, M., Jaimés-Vergara, C. y Redón-Cazales, V. (2020) Retos educativos durante la pandemia de COVID-19: una encuesta a profesores de la UNAM. Revista Digital Universitaria, Aheadofprint, (2020), 1-23. Recuperado el 21 de enero de: https://www.revista.unam.mx/wp-content/uploads/AOP.pdf</p>	<p>La contingencia provocada por la pandemia de la covid-19 (del inglés, coronavirus disease 2019) ha generado una situación inédita en los escenarios de la educación superior en México y en el mundo. Este documento reporta los resultados de una encuesta aplicada en línea a profesores de bachillerato, licenciatura y posgrado de la Universidad Nacional Autónoma de México (unam) el 25 de marzo de 2020. De una muestra de 788 docentes de la unam, respondieron 383 (48.6%), de los cuales 60.5% están de acuerdo con el apoyo institucional que han</p>

		<p>recibido de la Universidad durante la contingencia. Las principales problemáticas a las que se enfrentan son logísticas (43.3%), tecnológicas (39.7%), pedagógicas (35.2%) y socioafectivas (14.9%). En cuanto al uso de la tecnología, para comunicación usan principalmente el correo electrónico, Facebook y WhatsApp; para trabajo académico, Google Classroom, Moodle y Google Suite; y para trabajo sincrónico, Zoom, Google Hangouts y Skype. En su mayoría, refieren requerir apoyo tecnológico y asesoría didáctica. A la pregunta abierta acerca de las propuestas que solicitan, en orden de importancia éstas son: formación pedagógica, disponibilidad de recursos digitales, recursos informativos sobre uso de tecnologías en educación, mejora de procesos institucionales, acompañamiento pedagógico, asesoría técnica e información de los recursos institucionales.</p>
5	<p>Villafuerte, J., Bello, J., Cevallos, Y., y Bermello, J. (2020). Rol de los docentes ante la crisis del COVID-19, una mirada desde el enfoque humano. REFCale: Revista Electrónica Formación y Calidad Educativa, 8(1), 134-150. Recuperado el 21 de enero de: http://www.refcale.ulead.edu.ec/index.php/refcale/article/view/3214</p>	<p>Es natural que muchos de los docentes sientan temor, desesperanza o estrés al estar confinados en sus hogares ante los riesgos de contagio del COVID-19. El objetivo de esta investigación es apoyar la preparación de los docentes para poner en marcha el proceso forzado de educación virtual en Ecuador. Esta sistematización de experiencia parte del paradigma Crítico Reflexivo para administrar virtualmente las técnicas de investigación cualitativa: foro, entrevista abierta e historias de vida. Los participantes son un grupo cautivo de 20 docentes que trabajan en la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM) en las ciudades Manta y Chone de la república del Ecuador, quienes toman parte de este</p>

		<p>proceso de construcción social del conocimiento respecto al rol docente ante esta pandemia. Como resultado se presenta un protocolo para la auto preparación de los docentes ante el reto de la enseñanza sincrónicas y asincrónica. Las lecciones aprendidas en este trabajo son: la predisposición humana para la superación del temor colectivo viene por la aceptación de lo que se vive, la flexibilidad para adaptarse, y la acción planificada para avanzar. Se ratifica que los roles del docente ante la pandemia son la orientación empática y la transmisión de la calma.</p>
6	<p>García-Peñalvo, F. J., Corell, A., Abella-García, V., & Grande, M. (2020). La evaluación online en la educación superior en tiempos de la COVID-19. <i>Education in the Knowledge Society</i>, 21, 12. doi:10.14201/eks.23013. Recuperado el 21 de enero de: http://repositorio.grial.eu/handle/grial/2010</p>	<p>La pandemia mundial de la COVID-19 ha llevado a la suspensión de la actividad docente en muchos países. En el ámbito universitario la transformación urgente de las clases presenciales a un formato online se ha llevado a cabo de una forma que se puede calificar como aceptable en términos generales, si bien las medidas tomadas se han ajustado a la urgencia y no a una planificación pensada a priori para impartir una asignatura con una metodología completamente online. Afrontar una evaluación online masiva es algo a lo que las universidades de corte presencial no se habían enfrentado nunca desde una perspectiva institucional. El profesorado y el estudiantado, por tanto, tienen que colaborar para dar una respuesta que integre decisiones metodológicas y tecnológicas, a la vez que garantice la equidad, la seguridad jurídica y la transparencia para todos los actores, internos y externos. El Grupo de Responsables de Docencia Online de las Universidades Públicas de Castilla y León ha</p>

		<p>elaborado una guía de recomendaciones para ayudar al profesorado y a las universidades en este proceso. La esencia de esta guía se presenta en este artículo para hacer llegar estas recomendaciones al gran número de docentes que comparten este problema en este momento excepcional en todo el planeta.</p>
7	<p>Maldonado Gómez, G., de los Ángeles Miró, M., Stratta, A. E., Antonio Barreda Mendoza, A. B. M., & Zingaretti, L. (2020). LA EDUCACIÓN SUPERIOR EN TIEMPOS DE COVID-19: ANÁLISIS COMPARATIVO MÉXICO - ARGENTINA. Revista De Investigación En Gestión Industrial, Ambiental, Seguridad Y Salud En El Trabajo - GISST, 2(2), 35-60. https://doi.org/10.34893/gisst.v2i2.79</p>	<p>Este trabajo presenta un análisis comparativo acerca de las medidas sanitarias ante la contingencia por el coronavirus SARS-COV2 y el impacto de la virtualidad en el desarrollo del proceso de la enseñanza y el aprendizaje entre universidades de México y Argentina. Para ello, se realizó una revisión documental para identificar las medidas adoptadas en los dos países, además de recolectar información a través de un cuestionario formado por 20 preguntas enfocadas al objetivo; aplicándose a 206 participantes, entre estudiantes y docentes de ambos países. Entre los resultados más relevantes se observa que en México ha resultado más difícil adaptarse a esta metodología virtual de enseñanza y se considera que el proceso de aprendizaje que se está llevando a cabo no es el adecuado; en Argentina este escenario es prácticamente inverso. En relación al material de estudio, los resultados fueron positivos en ambos países y las instancias de evaluación también se consideraron correctas; la relación alumno- docente se ve afectada negativamente por la imposibilidad de mantener un contacto directo y estrecho en el aula. Para concluir, se considera que las condiciones iniciales para desarrollar el proceso de enseñanza y de aprendizaje mediados por entornos virtuales parecían estar planificadas y bien gestionados tanto en</p>

		<p>Argentina como en México. Sin embargo, cuando se analiza en profundidad su aplicación práctica, se observan posibilidades de mejora</p>
8	<p>Area-Moreira, M., Bethencourt-Aguilar, A. ., Martín-Gómez, S. ., & San Nicolás-Santos, M. B. . (2020). Análisis de las políticas de enseñanza universitaria en España en tiempos de Covid-19. La presencialidad adaptada. Revista De Educación a Distancia (RED), 21(65). Recuperado el 25 de enero de: https://doi.org/10.6018/red.450461 REVISTTA</p>	<p>En este artículo se analizan las propuestas de política educativa que las universidades públicas españolas han preparado para el nuevo curso escolar 2020-21 condicionado por la pandemia de la pandemia Covid-19. El estudio se basa en las recomendaciones ofrecidas por el Ministerio de Universidades del Gobierno de España, así como las distintas resoluciones o indicaciones que han realizado los equipos de gobierno de distintas universidades españolas. El estudio pretende dar respuesta a tres cuestiones básicas: ¿En qué consisten las políticas destinadas a la implementación de la presencialidad adaptada? ¿Existe consenso o disonancia en la interpretación de este concepto? ¿Qué visiones pedagógicas y estratégicas subyacen a las políticas de las universidades españolas sobre la “presencialidad adaptada”?</p> <p>El artículo concluye señalando que existe una política similar para el sistema universitario español derivado de las recomendaciones del Ministerio de Universidades sobre la presencialidad adaptada. Asimismo, se indica que</p>

		dicho concepto no existe en la bibliografía académica, pero que responde a la modalidad de la enseñanza semipresencial, híbrida o de blended learning. Se finaliza señalando que estas políticas son de corto plazo y que responden a la emergencia sanitaria careciendo de una visión estratégica sobre la transformación digital de la educación superior para los tiempos posCovid-19.
9	Sánchez-Carracedo, F. [et al.]. La universidad que viene: de la 'docencia remota de emergencia' a la 'presencialidad adaptada'. 2020. Recuperado el 25 de enero de: http://hdl.handle.net/2117/328629	¿Cómo será la docencia en la universidad el próximo curso? Nadie conoce la respuesta a esta pregunta, aunque se especula mucho sobre ella. Para tratar de encontrarla, este artículo reflexiona sobre cuáles son las necesidades, problemas y realidades de los diferentes colectivos implicados en la docencia universitaria.
10	Toscano de la Torre, B. A., Contreras Castillo, j. y Barón Ramírez, N. (2020). Una reflexión al respecto de la pandemia por COVID-19. La educación superior y las acciones emprendidas para el regreso a la nueva normalidad. Vol. 7 Núm. 2 (2020): TECNOLOGÍA EDUCATIVA Vol. 7 Núm. 2, 2020. Recuperado el 30 de enero de: https://www.terc.mx/index.php/terc/article/view/7/7	El ensayo pretende analizar, a manera de reflexión, el impacto de la pandemia por el virus COVID-19 con énfasis en la Educación Superior y las acciones académicas y administrativas emprendidas durante la pandemia, pero también el planteamiento de estrategias para la recuperación de la Educación Superior en el país en un contexto post pandémico desde la perspectiva del Estado, las Instituciones de Educación Superior, Organismos No Gubernamentales y las Agencias Acreditadoras encargadas del aseguramiento de la calidad en México.

Anexo b Encuesta percepción trabajo en casa Docentes

Encuesta percepción trabajo en casa Docentes - Universidad ECCI - Año 2021 En calidad de estudiantes de la Especialización en Gerencia de la Seguridad y Salud en el trabajo de la Universidad ECCI, lo (la) estamos invitando a participar en el proyecto de investigación mencionado, por lo cual se le va a presentar un listado de preguntas a través del cual se busca conocer el estado de salud dadas las circunstancias actuales de la emergencia sanitaria, lo que ha llevado a diferentes cambios en la dinámica organizacional, esto con miras a sensibilizar a las instituciones sobre la importancia de las posibles afectaciones la salud de la planta docente. Para realizar este estudio se solicita su participación voluntaria. Esta participación implica compartir información de su experiencia en la organización. Sus nombres, datos personales y la información que usted nos brinde no aparecerán en ningún documento del trabajo y solo será utilizada para los fines de esta investigación. Los resultados de este estudio serán presentados en eventos académicos y publicados en revistas científicas. Sin embargo, en ningún momento se darán a conocer su nombre ni datos personales; se le dará un seudónimo siendo esta una encuesta de carácter confidencial según lo establecido en la Ley 1581 de 2012 y el Decreto 1377 de 2013. Agradecemos su atención y esperamos que pueda hacer parte de este valioso proceso formativo.

He leído y comprendido toda la información expuesta en el consentimiento, he recibido información sobre el objetivo y el propósito de este estudio.

1. Nombre completo
2. Cargo

3. Genero
4. Edad
5. Decanatura/Programa
6. Bajo la nueva modalidad de trabajo usted
7. ¿En su casa cuenta con un espacio propicio y cómodo para el desempeño de sus actividades laborales? Si, No
8. Mi espacio de trabajo en casa cuenta con
 - a) Escritorio
 - b) Equipo portátil
 - c) Computador de Mesa
 - d) Celular
 - e) Wi - Fi - Acceso a Internet
 - f) Silla de trabajo
 - g) Iluminación artificial o natural adecuada
9. ¿Qué considera hace falta en su espacio de trabajo en casa para sentirse cómodo y contar con un espacio propicio para el desempeño de sus actividades laborales?
10. Trabajando desde casa has sentido alguno de los siguientes síntomas (Escoja una o varias opciones)
 - a) Dolor de Cabeza
 - b) Insomnio
 - c) Irritabilidad
 - d) Estrés

- e) Disfonía
- f) Dolor de Estomago
- g) Dolor de Espalda
- h) Malestar General
- i) Ninguna

Las preguntas de la 11 a la 13 tienen como categorías de respuestas: Nunca, Casi nunca, A veces, Casi siempre, Siempre

- 11. ¿Considera usted que se ha visto afectada su salud mental por el trabajo en casa de forma permanente?
- 12. ¿Considera que se han visto afectados sus hábitos de sueño por el trabajo en casa de forma permanente?
- 13. ¿Considera que se han visto afectados sus hábitos de alimentación por el trabajo en casa de forma permanente?
- 14. ¿Las actuales situaciones de trabajo en casa de manera permanente han generado que tenga que realizar alguna consulta médica? SI, NO
- 15. ¿Si dependiera de usted continuaría con el trabajo en casa de manera permanente?
 - a) Puede ser mi nueva forma de trabajo, incluso después de la emergencia
 - b) Con algunos ajustes, puede ser mi nueva forma de trabajo
 - c) Me gustaría un enfoque mixto (unos días Trabajo en Casa, unos días en la universidad)
 - d) Definitivamente no funciona el Trabajo en Casa para mí
- 16. Argumente la respuesta del punto anterior

Las preguntas de la 17 a la 19 tienen como categorías de respuestas: Nunca, Casi nunca, A veces, Casi siempre, Siempre

17. ¿El trabajo en casa ha afectado de manera negativa sus relaciones interpersonales?
18. ¿El trabajo en casa ha generado que la jornada laboral sea más extensa?
19. ¿Considera que ha incrementado sus niveles de estrés con la situación actual del trabajo en casa por causa del COVID-19?
20. ¿Considera que el acompañamiento brindado por la Universidad ECCI constituye un factor protector a su salud mental, en el desarrollo de las actividades laborales?
21. Argumente la respuesta del punto anterior

Agradecemos la colaboración y el tiempo que ha dedicado para responder esta encuesta.