

Estado del Arte Sobre los Efectos Adversos en la Salud Mental Derivados del Trabajo en
Casa Debido a la Pandemia del COVID-19

Paula Andrea Gutiérrez Portillo

Julián David Luna Castellanos

Trabajo de Grado para Optar el título de Ingeniero Industrial

Director

Juan Camilo Lésmez Peralta

Magíster en Gerencia de Negocios - MBA

Universidad Industrial de Santander

Facultad de Ingenierías Físico-Mecánicas

Escuela de Estudios Industriales y Empresariales

Bucaramanga

2022

Dedicatoria

A Dios, por darnos la oportunidad de vivir y realizar nuestros sueños. A nuestros seres queridos, por la muestra de amor y apoyo constante, siendo esto un ejemplo de ello.

A nuestros padres, que han sido nuestra inspiración para conseguir cada meta trazada a lo largo de nuestra vida y que han puesto todo de sí mismos para poder ser nuestro apoyo moral y económico a lo largo de estos años de estudio.

Agradecimientos

A Dios por hacer y permitir que todo sea posible.

Al director de este proyecto de grado, Juan Camilo Lesmez Peralta, por su apoyo en cada paso de este proceso, por su paciencia y por brindarnos su confianza, conocimientos y, sobre todo, su tiempo para llevar a cabo este trabajo.

Al profesor Daniel Martínez por orientarnos con sus conocimientos en el momento que lo necesitábamos.

A nuestras familias, especialmente a nuestros padres, por su gran amor y cuidado durante todos estos años.

A la Universidad Industrial de Santander por ser la institución que nos abrió sus puertas para contribuir en nuestro crecimiento profesional y personal.

Tabla de Contenido

	Pág.
Introducción	11
1. Planteamiento Del Problema.....	13
2. Objetivos	17
2.1 Objetivo General	17
2.2 Objetivos Específicos.....	17
3. Marco Teórico.....	18
3.1 Información.....	18
3.2 Búsqueda De Información	19
3.3 Investigación Documental	19
3.4 Estado Del Arte	20
3.5 Análisis Bibliométrico	22
4. Marco Referencial.....	23
5. Revisión De Literatura Gris	25
5.1 Salud Mental	25
5.2 Trastorno O Enfermedad Mental	26
5.3 Estrés.....	27
5.4 Ansiedad	30
5.5 Fobias	31
5.6 Trastorno Obsesivo Compulsivo (TOC).....	31
5.7 Depresión	32
5.8 Esquizofrenia	33

5.9 Trastorno Afectivo Bipolar	34
5.10 Trastorno Por Déficit De Atención E Hiperactividad (TDAH)	35
5.11 Trastorno Límite De Personalidad	36
5.12 Demencia	37
5.13 Trabajo En Casa Y Teletrabajo	38
6. Revisión Sistemática	40
7. Planteamiento De La Pregunta Estructurada	42
7.1 Búsqueda En Bases De Datos	42
7.1.1 Palabras Clave	43
7.1.2 Ecuación De Búsqueda	43
7.2 Selección De Artículos	44
7.2.1 Criterios De Selección	45
7.2.2 Listado De Documentos Escogidos	48
7.3 Síntesis De Datos	56
7.4 Análisis Estadísticos	57
7.4.1 Análisis Bibliométrico	57
7.4.2 Conclusiones Generales Del Análisis Bibliométrico	71
8. Análisis De La Revisión Documental	72
9. Matriz De Clasificación Y Categorización De Temas	84
10. Matriz De Clasificación Y Categorización De Trastornos Mentales	89
11. Conclusiones	98
12. Recomendaciones	101
Referencias Bibliográficas	103

Lista de Tablas

	Pág.
Tabla 1. Cumplimiento de objetivos	12
Tabla 2. Documentos después de la aplicación de criterios.....	48
Tabla 3. Publicaciones por fuente	59
Tabla 4. Publicaciones por autor.....	61
Tabla 5. Documentos por país/territorio	67
Tabla 6. Áreas del conocimiento en los documentos.....	68
Tabla 7. Artículos más citados.....	70
Tabla 8. Palabras clave más usadas	71
Tabla 9. Matriz de clasificación y categorización de temas	85
Tabla 10. Matriz de clasificación y categorización de trastornos mentales.....	91

Lista de Figuras

	Pág.
Figura 1. Mapa Conceptual Estado del Arte.....	2020
Figura 2. Respuestas fisiológicas al estrés.....	288
Figura 3. Jerarquía de la evidencia	41
Figura 4. Proceso de elaboración de una revisión sistemática.....	41
Figura 5. Número de documentos presentes en las bases de datos	444
Figura 6. Distribución de documentos según su enfoque	477
Figura 7. Diagrama de selección y evaluación de documentos	566
Figura 8. Publicaciones por año.....	577
Figura 9. Publicaciones por año y por fuente	588
Figura 10. Publicaciones por afiliación	666
Figura 11. Países con más publicaciones.....	688
Figura 12. Distribución de Áreas del conocimiento en los documentos.....	699
Figura 13. Número de documentos por temas	888
Figura 14. Número de documentos por trastornos mentales.....	94
Figura 15. Mapa de calor basado en la correlación entre trastornos mentales	95
Figura 16. Mapa de calor entre temas y trastornos mentales.....	966
Figura 17. Diagrama de Venn de los 3 trastornos mentales principales.....	977

Lista de Apéndices

Los apéndices están adjuntos y puede visualizarlos en la base de datos de la biblioteca UIS

Apéndice A. Matriz de clasificación y categorización de temas

Apéndice B. Matriz de clasificación y categorización de trastornos mentales

Apéndice C. Matriz de correlación entre trastornos

Apéndice D. Matriz de frecuencias de dos variables entre temas y trastornos mentales

Apéndice E. Enlace de acceso a análisis estadísticos

Apéndice F. Artículo efectos adversos en la salud mental derivados del trabajo en casa debido a la pandemia de la COVID – 19.

Resumen

Título: Estado del Arte Sobre los Efectos Adversos en la Salud Mental Derivados del Trabajo en Casa Debido a la Pandemia del COVID-19*

Autor: Julián David Luna Castellanos, Paula Andrea Gutiérrez Portillo**

Palabras Clave: Trabajo en casa, Teletrabajo, Salud mental, Problemas psicológicos, Condición mental, Problemas mentales, Covid, Cuarentena.

Descripción: A principios del año 2020, la declaración de pandemia por causa del virus responsable de la COVID-19 trajo consigo un cambio abrupto y repentino en la vida de las personas, transformaciones en los paradigmas económicos, sociales y políticos de la manera que nos relacionamos como seres humanos. Las actividades laborales comenzaron a realizarse de una manera distinta por causa del distanciamiento y las medidas de protección necesarias establecidas por cada gobierno. Como consecuencia, múltiples empresas optaron por enviar gran parte de sus empleados a casa con el fin de poder desempeñar sus funciones de manera más segura. El objetivo de la presente investigación es determinar el impacto en la salud mental de los trabajadores que realizan y/o realizaron sus labores de manera remota debido a la cuarentena obligatoria a nivel mundial, esto mediante una búsqueda en literatura gris y científica. En este se describen y caracterizan los trastornos mentales presentados, obteniendo como resultado que la ansiedad, la depresión, el estrés y la disminución del bienestar mental en general son comunes entre la población trabajadora, consecuencia del aislamiento social, la falta de capacitación y acompañamiento para afrontar esta nueva modalidad, combinado con la presión ejercida por parte de los empleadores y el contexto pandémico. El artículo tiene conclusión en el relacionamiento de dichas enfermedades mentales entre sí y entre los temas hallados en la investigación. Es importante la revisión de literatura sobre este tema de actualidad con el objetivo de conocer la profundidad del problema y, mediante información verídica, sentar las bases para futuras investigaciones.

* Trabajo de grado

** Facultad de Ingenierías Fisicomecánicas. Escuela de Estudios Industriales y Empresariales.
Director: Juan Camilo Lésmez Peralta. MBA.

Abstract

Title: State of the Art on Adverse Effects on Mental Health Derived from Working at Home Due to the COVID-19 Pandemic*

Author: Julián David Luna Castellanos, Paula Andrea Gutiérrez Portillo **

Key Words: Work at home, Telework, Mental health, Psychological problems, Mental condition, Mental Problems, Covid, Quarantine.

Description: At the beginning of 2020, the declaration of a pandemic due to the virus responsible for COVID-19 brought with it an abrupt and sudden change in people's lives, transformations in the economic, social and political paradigms of the way we relate as human beings. The work activities began to be carried out in a different way because of the distancing and the necessary protection measures established by every government. As a result, multiple companies chose to send a large part of their employee's home to perform their duties more safely. The objective of this research is to determine the impact on the mental health of workers who perform and/or performed their work remotely due to the mandatory quarantine worldwide, this through a search for gray and scientific literature. This describes and characterizes mental disorders, with the result that anxiety, depression, stress and a decrease in mental well-being in general are common among the working population as a result of social isolation, lack of training and support to face this new modality, combined with the pressure from employers and the pandemic context. The article concludes on the relationship of these mental illnesses with each other and between the topics found in the research. It is important to review the literature on this current topic in order to know the depth of the problem and, through truthful information, lay the foundations for future research.

* Bachelor thesis

** Facultad de Ingenierías Fisicomecánicas. Escuela de Estudios Industriales y Empresariales.
Director: Juan Camilo Lésmez Peralta. MBA.

Introducción

La pandemia declarada por la OMS en marzo del 2020 a consecuencia del SARS-CoV-2 ocasionó una crisis que ha acaparado la atención mundial. El virus que azota al mundo ha llenado de muerte e incertidumbre al planeta. Las consecuencias que ha tenido la enfermedad no sólo han sido notorias en el ámbito de la salud física, también ha dejado huella en la economía mundial y en la salud mental.

“Los impactos de la pandemia del coronavirus en la economía mundial son dramáticos. Además del desplome masivo del comercio mundial, se está retirando capital de países emergentes en dimensiones históricas; solo en la fase inicial de la pandemia fueron 100 mil millones de dólares, según estimaciones del FMI” (Unmüßig, B., 2020). “La práctica del distanciamiento físico o distanciamiento social resulta en cambios en los patrones de comportamiento nacionales y detenimiento del funcionamiento habitual del día a día.” (Galea, S., Merchant, R. M., & Lurie, N., 2020).

La Organización Panamericana de la Salud (2020) advierte que “el miedo, la preocupación y el estrés son respuestas normales en momentos en los que nos enfrentamos a la incertidumbre, o a lo desconocido o a situaciones de cambios o crisis. Así que es normal y comprensible que la gente experimente estos sentimientos en el contexto de la pandemia COVID-19”.

El presente trabajo de grado tiene como propósito construir un estado del arte acerca de los efectos adversos en la salud mental derivados del trabajo en casa debido a la pandemia del COVID-19 a nivel mundial. Se pretende estudiar, describir y caracterizar los trastornos mentales más comunes que se presentan en los trabajadores que desempeñan sus labores de manera remota debido a la cuarentena obligatoria. Para cumplir con este objetivo se realiza una revisión de

literatura gris y científica en bases de datos como Scopus, Web of Science y Google Scholar, con el fin de comprender todo el contexto relacionado al foco de investigación. Se ejecuta un análisis bibliométrico, marco de antecedentes y posteriormente se exponen los resultados basados en el cumplimiento de los objetivos para concluir la investigación de manera exitosa generando un aporte al área de seguridad y salud en el trabajo y gestión del talento humano, dando pie a líneas que sirvan para investigaciones futuras, dejando en evidencia con datos suficientes, los hechos que nos han marcado a partir del año 2019, todo en aras de fortalecer el estudio de la salud mental en el ámbito laboral.

Tabla 1*Cumplimiento de objetivos*

Objetivo	Cumplimiento
Efectuar una revisión teórica en la conceptualización de la temática planteada a partir de revisión de literatura gris y sitios web especializados.	Numeral 5. Revisión de Literatura Gris
Realizar una revisión bibliográfica de documentos y artículos científicos sobre los efectos adversos en la salud mental de los trabajadores que se han visto obligados a realizar sus funciones de manera remota.	Numeral 6. Revisión sistemática
Categorizar y clasificar los daños a la salud mental identificados en la revisión bibliográfica realizada.	Numeral 7. Análisis de la revisión documental. Numeral 8. Matriz de clasificación y categorización de temas Numeral 9. Matriz de clasificación y categorización de trastornos mentales
Elaborar un artículo de carácter publicable sobre el tema investigado.	Apéndice F. Artículo científico

1. Planteamiento Del Problema

La cuarentena obligatoria provocada por el COVID-19 ha impactado la vida diaria de todos los seres humanos en el ámbito económico, social, laboral, entre otros. “Los directivos aprovechan para generar una mayor presión laboral en sus trabajadores, que de por sí ya son personas abrumadas por el contexto social en el que se encuentran actualmente, generando en ellos el agotamiento emocional” (Alonzo Falcón, A. S., 2020). Un claro ejemplo del impacto en la vida de las personas es el estrés, siendo un trastorno experimentado por los trabajadores, que, en los últimos años, se ha convertido en un tema común en nuestra sociedad y por consecuencia en un problema creciente que llama la atención dentro del espacio de trabajo (Madero Gómez, S et al., 2020), “Todo empieza con la alteración del sueño. Después llegan los pensamientos negativos, la falta de interés en actividades de ocio, cambios de humor, dificultad para concentrarse, sentimientos abrumadores, trastornos alimenticios, miedo recurrente y bajo rendimiento”, expone Nancy Macala en la revista expansión de México refiriéndose al estrés postraumático (Carrión, A., & Daniela, M., 2020). “El estrés relacionado al trabajo puede vincularse con la fatiga, que también debe abordarse como un riesgo psicosocial” (Ammar, A et al., 2020). “La única forma de erradicar esta brecha es que trabajemos para visibilizar la existencia de los trastornos psicológicos, dejar de esconderlos y de pensar que es algo que no nos atañe como sociedad, ya que, a día de hoy, solo el estrés laboral provoca casi el 30 % de las bajas laborales en España” según Anabel Fernández, CEO de Affor (Prevención integral, 2021). Otro trastorno mental ha sido la depresión, que “afecta a más de 300 millones de personas a nivel mundial y es considerada la primera causa de discapacidad. Dentro del ámbito del trabajo constituye una de las fuentes iniciales de bajo rendimiento, absentismo y accidentes laborales” (Serpa Román, P. A., 2020). Es importante

resaltar que el temor a sufrir de la enfermedad, la incertidumbre del estado de salud propio y de personas cercanas es un detonante para dichos trastornos ya mencionados. “El coronavirus está afectando la salud mental de muchas personas, especialmente trabajadores de la salud. Datos de estudios recientes muestran un aumento de la angustia, la ansiedad y la depresión.” (Organización Panamericana de Salud, 2020).

Como evidencia ante esta problemática, las tele-consultas de los psiquiatras han aumentado y según Nubia Bautista, funcionaria del Ministerio de Salud de Colombia, hubo un incremento del 30 por ciento frente al año pasado en las líneas de atención en los territorios. Respecto a la salud mental se han recibido 4.600 solicitudes por motivo de la pandemia, de las cuales el 60 por ciento es de mujeres de entre 20 y 54 años. Consultan primordialmente por ansiedad y depresión. (Semana, 2020). Según la ACRIP (2020), las empresas han notado porcentajes de estrés en un 63,40%, 52,80% de ansiedad y 25,50% de sensación de soledad como manifestaciones negativas a causa del trabajo remoto.

Los estados en la salud mental de los trabajadores deben ser estudiados y analizados, en mayor medida los relacionados con el estrés, la depresión y la ansiedad, puesto que son los más comunes y se relacionan tanto de manera directa como indirecta con otros trastornos psicológicos como los desórdenes alimenticios, trastornos de sueño, entre otros. A través de la revisión de literatura se pueden llegar a caracterizar estos trastornos que presentan los trabajadores mientras cumplen sus funciones desde casa, trastornos que son evidentes de extremo a extremo en el mundo dada la contingencia actual. “Los efectos psicológicos de la pandemia pueden entenderse teniendo en cuenta los problemas anteriores a la pandemia y los que son consecuencia de esta última” (Srivastava, M., 2020).

El trabajo remoto ha de convertirse en una realidad, cada vez más utilizada por las compañías, ya que permite a los trabajadores tener un horario más flexible y la libertad de trabajar fuera de las instalaciones del empleador. Los países ya están reglamentando esta modalidad de trabajo, haciendo diferenciaciones entre el teletrabajo y trabajo en casa, entre estos Colombia. Por otra parte, “el teletrabajo también puede conllevar riesgos que deben preverse y prevenirse, como el aislamiento (en particular para las personas que viven solas) y la pérdida de contacto con los compañeros de trabajo.” (Organización Mundial del Trabajo, 2020)

De no evaluarse la existencia de estas sintomatologías, la salud mental de las personas que se encargan de mantener la economía en marcha podría verse profundamente afectada. Por esta razón, es necesario que las prácticas de recursos humanos sean más efectivas a la hora de dar respuesta a los problemas en la salud mental de los trabajadores. “Comprender los aspectos para reducir las consecuencias y actuar en pro de los trabajadores favorecerá a la seguridad y la salud en el trabajo” (Willcox, 2020). Adicional a esto, comprender los aspectos que son necesarios para reducir las consecuencias y daños será un aporte inmenso para la salud y seguridad en el trabajo.

El bienestar de los trabajadores beneficia tanto a las compañías como a la sociedad. “El trabajo más productivo es el que sale de una persona contenta.” (Victor Pauchet, 1924). Se debe procurar ese bienestar en los trabajadores en todo momento, sobre todo, cuando existen situaciones en las cuales las personas deben salir de su zona de confort. A través de la pandemia y los cambios que ocasionó la misma, el enfoque de las empresas debe ser cómo sacar adelante satisfactoriamente esta nueva modalidad de trabajo para la que un gran porcentaje del sector laboral no estaba preparado, sin dejar de lado el modo en que los trabajadores han visto afectada su psicología durante el desempeño de sus tareas de una manera remota en medio de una crisis sanitaria mundial. Así pues, el presente estado del arte pretende analizar y clasificar los efectos adversos en la salud

mental que ha generado el aislamiento a los trabajadores, que, de manera repentina se vieron obligados a realizar sus labores desde casa o de una manera remota, todo esto abordado desde una perspectiva global. Investigar dichos aspectos marcará un precedente en el área de recursos humanos y más específicamente en el campo de la seguridad y salud en el trabajo.

2. Objetivos

2.1 Objetivo General

Construir un estado del arte sobre los efectos adversos en la salud mental de las personas que se han visto obligadas a trabajar desde casa por el distanciamiento físico obligatorio causado por la pandemia mundial de la COVID-19.

2.2 Objetivos Específicos

Efectuar una revisión teórica en la conceptualización de la temática planteada a partir de revisión de literatura gris y sitios web especializados.

Realizar una revisión bibliográfica de documentos y artículos científicos sobre los efectos adversos en la salud mental de los trabajadores que se han visto obligados a realizar sus funciones de manera remota.

Categorizar y clasificar los daños a la salud mental identificados en la revisión bibliográfica realizada.

Elaborar un artículo de carácter publicable sobre el tema investigado.

3. Marco Teórico

Con el objeto de construir una investigación a manera de estado del arte, es necesario, como primera medida, conocer y hacer uso de las herramientas para llevar a cabo el proyecto. Se precisa de entender de una manera sustanciosa conceptos tales como la información y su búsqueda, la investigación documental, un estado del arte en sí mismo y un análisis bibliométrico. A continuación, se presentan dichos conceptos con el fin de generar una claridad acerca del desarrollo del presente proyecto de grado.

3.1 Información

Entre todas las definiciones que presenta la Real Academia Española, la información es la “comunicación o adquisición de conocimientos que permiten ampliar o precisar los que se poseen sobre una materia determinada.”

Thompson (2008), redefine la información tomando los conceptos dados por otros autores, como “conjunto de datos acerca de algún suceso, hecho o fenómeno, que organizados en un contexto determinado tienen su significado, cuyo propósito puede ser el de reducir la incertidumbre o incrementar el conocimiento acerca de algo”.

Tancara (1993) expone tres tipos de información; Información cotidiana, común o vulgar, que es aquella adquirida por la percepción sensorial y de la actividad práctica cotidiana, por ejemplo, abstracciones religiosas y pseudociencias.

Información científica, la cual Mijailov define como "una información lógica recibida en el proceso del conocimiento que refleja adecuadamente las leyes objetivas de la naturaleza, la sociedad y el pensamiento, y que se utiliza en la práctica social histórica.”

Información cuantificada, que es posible cuando la información se expresa en números, gráficos u otros símbolos de base matemática.

3.2 Búsqueda De Información

María José Ramírez en su artículo publicado por Lectura, Escritura y Oralidad en Español (LEO) de la Universidad de los Andes titulado “Estado del Arte” presenta la búsqueda de información desglosada en 4 pasos.

Selección del tema, plantear un tema que sitúe al investigador en un plano específico.

Límites espaciotemporales, determinar los límites espaciotemporales dentro de los cuales se quiere investigar el tema. Estos límites delimitan el tipo de fuentes a las que es necesario recurrir, el idioma o idiomas en que se debe realizar la búsqueda y el tipo de bases de datos y bibliotecas que deben revisarse.

Ecuación de búsqueda, identificar una serie de palabras que sirvan como criterios para la búsqueda que se llevará a cabo en la biblioteca o en los recursos en línea. Esto permite que la búsqueda sea tan específica como se quiera, dependiendo del número de palabras que se usen y de las combinaciones que se empleen. Estas palabras o descriptores deben estar relacionadas con el tema de investigación.

Subtemas, identificar los subtemas y subdisciplinas relacionadas con el tema de investigación. Esto permite ampliar el rango y los lugares de búsqueda. Adicionalmente, facilita el proceso de relacionar y agrupar los textos.

3.3 Investigación Documental

“Se define como una serie de métodos y técnicas de búsqueda, procesamiento y almacenamiento de la información contenida en los documentos, en primera instancia, y la presentación sistemática, coherente y suficientemente argumentada de nueva información en un

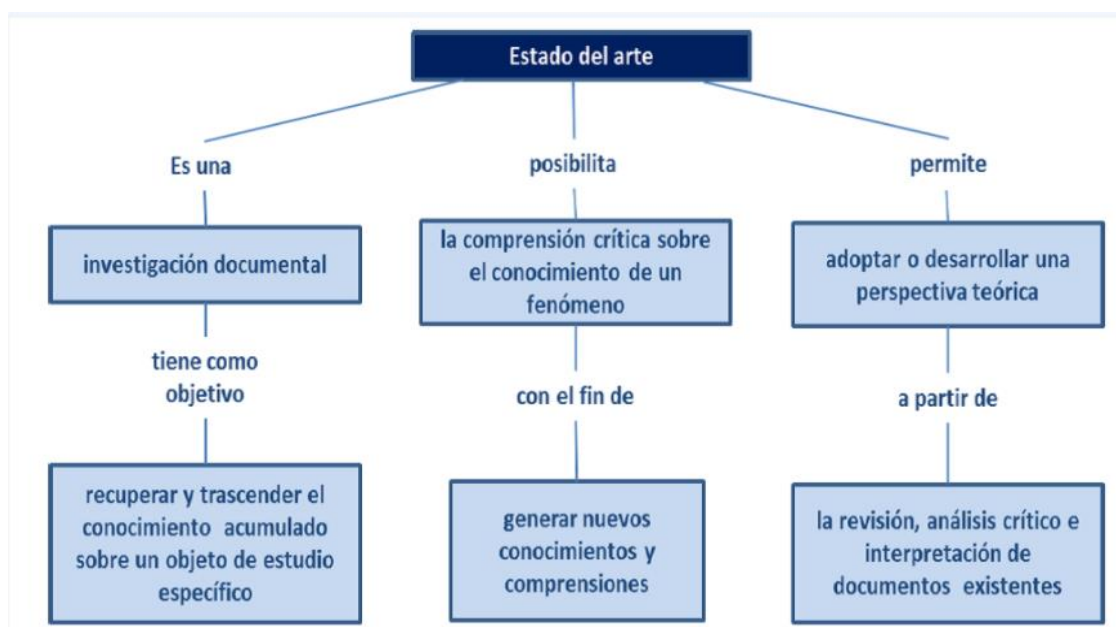
documento científico, en segunda instancia. De este modo, no debe entenderse ni agotarse la investigación documental como la simple búsqueda de documentos relativos a un tema.” (Tancara, C., 1993)

3.4 Estado Del Arte

“El estado del arte es una modalidad de la investigación documental que permite el estudio del conocimiento acumulado (escrito en textos) dentro de un área específica.” (Montoya, N. P. M., 2005). “En el área de los estudios académicos el estado del arte hace referencia a la construcción de un análisis de tipo documental. Éste muestra los avances más importantes que se han logrado con respecto al conocimiento de un tema.” (APA, 2021).

Figura 1

Mapa Conceptual Estado del Arte



Nota. Adaptado de normasapa.net

Los orígenes de este tipo de investigación se pueden encontrar en los años 80 cuando se utilizaba este método para recopilar y sistematizar información en ciencias sociales, sin embargo,

cuando estos estudios sirvieron para realizar balances en las investigaciones a fin de tomar decisiones, el estado del arte se convirtió en una modalidad de investigación de la investigación (Montoya, N. P. M., 2005).

Jiménez (2006, citado por Guevara Patiño, R., 2016) plantea que dentro de las ciencias sociales colombianas el estado del arte, como modalidad y tendencia investigativa, se establece en los años ochenta, jalonado principalmente por la disciplina histórica, cuya expresión fueron los balances historiográficos, pero también liderado por la economía.

Guevara (2016) menciona que según Vargas y Calvo (1987); Cifuentes, Osorio y Morales (1993) y Uribe (2002) el estado del arte es una investigación documental que reconstruye la teoría en las investigaciones aplicadas para interrelacionar con otras apuestas explicativas y tiene un particular interés para el investigador, el grupo o la comunidad científica sobre un tema o área de conocimiento. Para Uribe (2002, citado por Guevara Patiño, R., 2016) la investigación documental tiene cuatro características.

Es una estrategia que sirve a un propósito bien definido: la construcción de nuevo conocimiento.

Es una técnica que consiste en revisar qué se ha escrito y publicado sobre el tema o área de la investigación.

Es un procedimiento riguroso que se formula lógicamente y que implica el análisis crítico de información relevante, documentación escrita y sus contenidos.

Es una actividad científica y, como tal, obedece a procesos inductivos (recolección y sistematización de los datos) y deductivos (interpretación y nueva construcción) enmarcados bajo principios epistemológicos y metodológicos.

Guevara (2016) presenta tres fases del proceso metodológico del estado del arte.

Fase inicial o de contextualización, en ella se analiza el problema de estudio, se plantean los límites específicos en los que se desarrollará la investigación, los recursos documentales y los criterios de búsqueda de información.

Fase analítica, para Calvo (1992), esta segunda fase implica clasificar la información de los parámetros de análisis y sistematización. En Cifuentes, Osorio y Morales (1993) la interpretación es el elemento principal en esta fase e involucra la reconstrucción teórica y referente de los hechos, la evidencia y la reconstrucción teórica.

Fases finales, para Calvo (1992) la última fase es la de categorización y recomprensión. En ella se desarrolla la clasificación y se avanza hacia una nueva forma de entender el fenómeno; se hace la interpretación y reconstrucción teórica que da lugar a la comprensión de los contenidos, a la intelección de las relaciones y a la generación de nuevas hipótesis y orientaciones teóricas y de acción sobre el texto.

3.5 Análisis Bibliométrico

“Es el intento de evaluar cuantitativamente la calidad académica de revistas o autores mediante métodos estadísticos como las tasas de citación.” (IGI Global, sf). En otras palabras, un análisis bibliométrico busca realizar una evaluación estadística de artículos científicos, libros o capítulos de estos, de manera en que se pueda medir la influencia de dichos documentos dentro de la comunidad científica. La forma de medir esta importancia se puede hacer mediante el conteo de las veces que se ha citado por otros autores, qué autor o autores son los más destacados en determinado tema, qué país ha generado el mayor número de documentos, etc. (Iftikhar, P. M et al., 2019).

4. Marco Referencial

Hasta este momento, en la Universidad Industrial de Santander se ha realizado un trabajo de grado para optar por el título de magíster en gerencia de la salud y seguridad en el trabajo, relacionado con la pandemia por el COVID – 19. La autora Luz Helena Zafra Carrillo plantea como objetivo “realizar la alineación estratégica del subproceso de Seguridad y Salud en el trabajo adscrito a la división del talento humano de la Universidad Industrial de Santander que contribuya a la prevención del COVID – 19 en funcionarios y docentes del campo central”. Esto es debido al futuro laboral incierto que existe en momento dado que las instituciones de educación superior no estaban preparadas para cambiar las modalidades presenciales a remotas en tiempos tan cortos como se han visto obligadas; muchos funcionarios y docentes han presentado riesgos relacionados con la salud mental por la frustración que puede causar no estar capacitado, entrenado ni experimentado para tal situación. Así, mediante la realización del diagnóstico del subproceso de SST se elaboraron planes de acción concretos con indicadores, de manera que se pueda medir si las metas pueden ser cumplidas o no.

En la Universidad Cooperativa de Colombia en Neiva, María Fernanda Andrade, Daniela Campos, Valentina Díaz, Dahiana Flórez, Laura Mayorca, María Alejandra Ortiz, Stephani Ramírez, Cindy Ruiz, Stefanía Santos, Andrés Santofinío y Paola Yosa, con el fin de obtener el título de psicólogos, realizaron la investigación titulada “Descripción de las características psicológicas relacionadas con la salud mental en la situación de emergencia de salud pública originada por el COVID-19” en la cual se identificaron palabras claves como: ansiedad y depresión. Dichos trastornos, junto con el estrés, son los más identificados en la búsqueda de literatura. El objetivo de este trabajo de titulación está directamente relacionado con describir las

características relacionadas con la salud mental en la comunidad educativa privada durante el período de aislamiento. Las conclusiones están dirigidas hacia las entidades de salud mental en Colombia, asignándoles una labor muy seria con el país, siendo que de estas depende, en gran medida, el impacto psicológico en la comunidad general.

Fernanda Montenegro, Laura Isabella Rodríguez y Gabriel Andrés Herrán, estudiantes de psicología de la Universidad Santo Tomás en Bogotá, mencionan en su trabajo “Mobbing a través del teletrabajo” que existe una relación entre el acoso laboral en la modalidad del teletrabajo y trastornos como dolores de cabeza, trastornos de sueño, problemas de concentración, sensación de soledad, falta de productividad, entre otros, causados por la sobrecarga y estrés laboral, desarrollando problemas más graves como el estrés postraumático, depresión e ideación suicida.

Giovana Rubiano realizó la investigación relacionada con los trabajadores en el sector eléctrico en la Universidad EAN. “El trabajo en casa y su relación con la sobrecarga laboral en tiempos de pandemia para empresas del sector eléctrico en Bogotá” tenía como objetivo principal estudiar la relación de la sobrecarga laboral y el trabajo remoto, investigando antecedentes, además de determinar y medir los factores que influyen en dicha sobrecarga. En este caso, mediante una encuesta y estudios estadísticos se llegó a determinar que no existe correlación entre la sobrecarga laboral y las afectaciones de salud; para la población trabajadora del sector eléctrico en Bogotá. A pesar de las desventajas que tiene esta modalidad de trabajo como el sedentarismo, falta de relaciones sociales, manejo inadecuado del tiempo, falta de supervisión, falta de motivación, entre otros, las ventajas como la flexibilidad, movilidad y autonomía han sido mayores en estos asalariados.

En la Universidad Internacional SEK Ecuador se han realizado tres trabajos de titulación que abordan la problemática. Mishell Arguello basó su investigación en el caso específico de una

empresa de Turismo, en la capital del país, cuyo título fue “SINTOMATOLOGÍAS DE ESTRÉS, ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN EL TELETRABAJO ANTE EL COVID-19: EL CASO DE UNA EMPRESA DE TURISMO EN LA CIUDAD DE QUITO- ECUADOR, 2020” en la cual se evalúan los estados de estos trastornos mediante escalas sintomáticas como “Seppo aro” y “Goldberg”. Silvia Patricia Medina también desarrolló la temática del estrés en una empresa pública una ciudad de Ecuador. Este trabajo titulado “ESTRÉS LABORAL Y SÍNTOMAS MÚSCULO ESQUELÉTICOS EN TELETRABAJADORES DE UNA EMPRESA PÚBLICA DE LA CIUDAD DE RIOBAMBA, DURANTE LA PANDEMIA POR COVID 2019” junto al otro trabajo anteriormente mencionado llegan a conclusiones parecidas como el aumento del estrés manifestado en distintas formas y la necesidad de realizar seguimientos a los planes de acción propuestos. La tercera investigación de la universidad SEK, con el nombre de “EVALUACIÓN DE LA FATIGA LABORAL POR TELETRABAJO DEL PERSONAL DOCENTE DE LA UNIDAD EDUCATIVA CARLOS FREILE ZALDUMBIDE ANTE LA EMERGENCIA SANITARIA DEL COVID-19 TABACUNDO, ECUADOR 2020” basa sus esfuerzos en evaluar la fatiga laboral mediante la herramienta “Test de H. Yoshitake” en la que, al igual que en los dos trabajos de titulación ya mencionados, se evidencia el aumento una sobrecarga laboral que desemboca en desórdenes de sueño, trastornos alimenticios, fatiga mental y física por parte de los trabajadores, en mayor proporción por parte de las mujeres.

5. Revisión De Literatura Gris

5.1 Salud Mental

La salud mental se puede desglosar en los dos conceptos que la componen; el primero es la salud, cuya definición presentada por la OMS es la siguiente “La salud es un estado de completo

bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.” (OMS, 2018)

La salud mental es algo que va más allá de la presencia de trastornos o discapacidades mentales, es un estado de bienestar en el que la persona realiza sus capacidades y es capaz de hacer frente al estrés normal de la vida, de trabajar de forma productiva y de contribuir a su comunidad. (OMS, 2018)

En el ámbito colombiano, se puede remitir a lo que presenta el ministerio de salud y protección social de Colombia, país en el cual la ley 1616 de 2013 define a la salud mental como: “un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción de manera tal que permite a los sujetos individuales y colectivos desplegar sus recursos emocionales, cognitivos y mentales para transitar por la vida cotidiana, para trabajar, para establecer relaciones significativas y para contribuir a la comunidad.” (MinSalud, 2014)

Después de entender a grandes rasgos lo que supone la salud mental, es pertinente comprender, sin entrar a estudiar a detalle, lo que significa una enfermedad o un trastorno mental.

5.2 Trastorno O Enfermedad Mental

“Actualmente no existe una manera biológicamente sólida de hacer la distinción entre normalidad y anormalidad mental, sin embargo, mundialmente se aceptan dos clasificaciones de trastornos y problemas mentales (CIE-10 y DSM-V) que orientan a los especialistas en la identificación de cuadros clínicos y definición de diagnósticos.” (MinSalud, 2014). La DSM-V hace referencia al “Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales”, publicado en 2013 por la American Psychiatric Association (APA); mientras que la CIE-10 es la décima edición de la “Clasificación Internacional de las Enfermedades”. Sus diferencias radican básicamente en el nivel de especificidad, en los objetivos, el reconocimiento en diferentes lugares del mundo y la

más significativa, que es la forma de clasificación y nombres que se otorgan a los trastornos psiquiátricos (Castillero, s.f.). Sin embargo, la definición que expone la Organización Mundial de la Salud es la siguiente: “Un trastorno mental o del comportamiento se caracteriza por una perturbación de la actividad intelectual, el estado de ánimo o el comportamiento que no se ajusta a las creencias y las normas culturales. En la mayoría de los casos, los síntomas van acompañados de angustia e interferencia con las funciones personales.” (OMS, 2006)

A pesar de las diferencias que existen en la nomenclatura y clasificación de los trastornos mentales, y de la gran variedad de enfermedades que se pueden evidenciar, por ejemplo, en la CIE-10 y DSM-V, hay unos cuantos que son los más comunes. Según (Bertran, s.f.) las diez enfermedades o trastornos mentales más frecuentes son: La depresión, la ansiedad, las fobias, los trastornos de alimentación como la bulimia y la anorexia, el Trastorno Obsesivo Compulsivo (TOC), el trastorno bipolar, la esquizofrenia, el alzhéimer, el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) y el Trastorno Límite de Personalidad. Además, dentro de la lista que brinda el ministerio de salud y protección social de Colombia, se encuentran algunos otros como la epilepsia, el consumo problemático de alcohol y otras sustancias psicoactivas y el estrés.

“Los trastornos mentales no se concentran en ningún grupo en particular, son universales y afectan a personas de todas las regiones, todos los países y todas las sociedades. Tanto en países desarrollados como en países en desarrollo, las encuestas han demostrado que, más del 25% de los individuos, padecen uno o más trastornos mentales o del comportamiento a lo largo de su vida”. (Rey, P. C., 2020)

5.3 Estrés

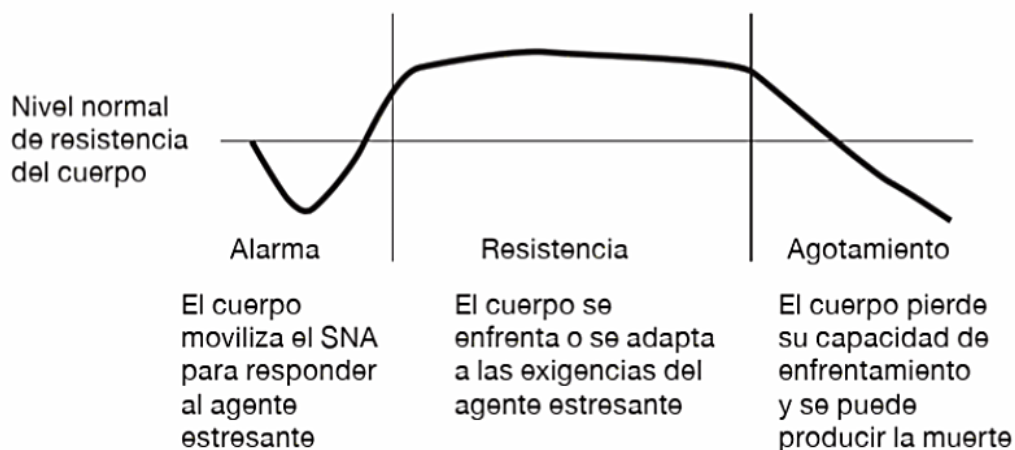
El estrés se puede definir como: “un conjunto de reacciones fisiológicas y psicológicas que experimenta el organismo cuando se lo somete a fuertes demandas” (Naranjo, 2009, pág. 4), sin

embargo, el estrés es un mecanismo de defensa natural y necesario para nuestra supervivencia. De acuerdo con esto, el estrés, en una medida justa, es beneficioso para el ser humano, el problema está cuando esta respuesta natural se da en exceso, “cuando estas reacciones se prolongan en el tiempo se produce una sobrecarga en el organismo que puede desencadenar problemas en la salud, y esto se conoce como disestrés” (Valdés, M., & De Flores, T., 1985).

Según Hans Selye, que propone la teoría del síndrome general de adaptación (SGA), siendo esta la forma en que un organismo se moviliza a sí mismo cuando se enfrenta a un estresor, el estrés se presenta en 3 fases: fase de alarma, fase de resistencia y fase de agotamiento (Carrión, A., & Daniela, M., 2020.), los cuales están representados en el siguiente gráfico:

Figura 2

Respuestas fisiológicas al estrés



Nota. El estrés laboral, análisis y prevención. Adaptado de (Vidal, Víctor., 2020)

Víctor Vidal (2020) expone que el estrés se ve relacionado con la salud en un nivel cognitivo-subjetivo, nivel fisiológico y nivel motor de la siguiente manera:

1. Cognitivo – subjetivo: preocupación, temor, inseguridad, dificultad para decidir, miedo, pensamientos negativos sobre uno mismo, pensamientos negativos sobre nuestra actuación frente a los otros, temor a que se den cuenta de nuestras dificultades, temor a la pérdida de control, dificultades para pensar, estudiar o concentrarse, etc.

2. Fisiológico: sudoración, tensión muscular, palpitaciones, taquicardia, temblor, molestias en el estómago, otras molestias gástricas, dificultades respiratorias, sequedad de boca, dificultad para tragar, dolores de cabeza, mareo, náuseas, molestias en el estómago, titiritar, etc.

3. Motor: evitación de situaciones temidas, fumar, comer o beber en exceso, intranquilidad motora (movimientos repetitivos, rascarse, tocarse, etc.), ir de un lado para otro sin una finalidad concreta, tartamudear, llorar, quedarse paralizado, etc.

Por su parte, el estrés laboral es definido por la OMS (Leka et al., 2004) como: “reacción que puede tener un individuo ante exigencias y presiones laborales que no se ajustan a sus conocimientos y capacidades, que ponen a prueba su capacidad para afrontar la situación” (Vidal Lacosta, V., 2019).

Dentro del ámbito del estrés laboral se pueden encontrar diferentes formas como el mobbing o acoso laboral, el cronoestrés, el síndrome de estrés postraumático y el síndrome de burnout, siendo este último el más relevante.

El síndrome de Burnout es un tipo de estrés laboral, P Gil Monte lo define como: "una respuesta al estrés laboral crónico integrado por actitudes y sentimientos negativos hacia las personas con las que se trabaja y hacia el propio rol profesional, así como por la vivencia de encontrarse agotado" (Saborío Morales, L., & Hidalgo Murillo, L. F., 2015).

Este síndrome fue declarado en el año 2000 por la Organización Mundial de la Salud como un factor de riesgo laboral por su capacidad para afectar la calidad de vida, salud mental e incluso hasta poner en riesgo la vida (Saborío Morales, L., & Hidalgo Murillo, L. F., 2015).

5.4 Ansiedad

Cuando se habla de estrés y ansiedad, muchas veces puede confundirse el término o simplemente pensar que se está tratando el mismo tema, no obstante, la ansiedad es una patología diferente y es necesario saber distinguirla para poder actuar correctamente. La real academia española menciona en su vigésima primera edición que la ansiedad proviene del latín “anxietas”, que se refiere a un estado de agitación, inquietud o zozobra del ánimo. Concretamente hablando, la diferencia entre la ansiedad y el estrés es que el primer término “alude a la combinación de distintas manifestaciones físicas y mentales que no son atribuibles a peligros reales, sino que se manifiestan ya sea en forma de crisis o bien como un estado persistente y difuso, pudiendo llegar al pánico; no obstante, pueden estar presentes otras características neuróticas tales como síntomas obsesivos o histéricos que no dominan el cuadro clínico” (Sierra, J. C., Ortega, V., & Zubeidat, I., 2003). Normalmente, el estrés es producto de una reacción a factores externos, mientras la ansiedad es una reacción al propio estrés. La ansiedad es un trastorno que subsiste a pesar de que el problema ya no está presente, por lo que merece ser tratada de manera diferente (La ansiedad rara vez desaparece yéndose de vacaciones, con una visita a un spa o recibiendo un masaje) (Pérez, 2020)

Los síntomas más comunes de ansiedad son los siguientes: Sensación de nerviosismo, agitación o tensión; sensación de peligro inminente, pánico o catástrofe: aumento del ritmo cardíaco; respiración acelerada (hiperventilación); sudoración; temblores; sensación de debilidad o cansancio; problemas para concentrarse o para pensar en otra cosa que no sea la preocupación

actual; tener problemas para conciliar el sueño; padecer problemas gastrointestinales (GI); tener dificultades para controlar las preocupaciones; tener la necesidad de evitar las situaciones que generan ansiedad (Mayo Clinic, 2018).

5.5 Fobias

“Etimológicamente la palabra fobia deriva del griego "phobos", que significa pánico, miedo, terror, definiéndose de esta manera, como un trastorno de la salud mental de tipo emocional y psicológico, que se caracteriza por un temor intenso y desproporcionado, persistente e injustificado, sin la existencia de un peligro real.” (Tintaya, A., 2013)

Las fobias son consideradas un tipo de trastorno de ansiedad, además, “actualmente se conocen más de 470 fobias de todo tipo. Lo que hace que muchos se pregunten si pueden tener algún tipo de trastorno sin que lo sepan.” (Muñoz, 2020)

5.6 Trastorno Obsesivo Compulsivo (TOC)

“El trastorno obsesivo compulsivo (TOC) se caracteriza por la presencia de obsesiones y compulsiones. Las obsesiones son pensamientos o imágenes recurrentes que se experimentan como intrusivas e inapropiadas y generan malestar significativo.” (Velloso, P. S., & Vicario, A. F. C., 2015).

Cifras internacionales aseguran que los trastornos obsesivos compulsivos hacen parte de los trastornos de ansiedad, y es sufrida por más de 260 millones de personas en todo el mundo, generándoles disminución en la productividad laboral, por lo que presentar un trastorno de esta índole hace al individuo entre 6 y 7 veces más propensas a estar desempleadas y reduce la expectativa de vida en al menos 20 años. (Gervasi, G. D., & Ramírez, C. C., 2017) Sin embargo, “El DSM-5 y la CIE-11 reconocen que la psicopatología nuclear en el TOC y trastornos relacionados es la compulsión y no la ansiedad.” (Lozano-Vargas, A., 2017) También, este

trastorno puede generar en la persona el desarrollo de sintomatología y trastornos depresivos, además de una ideación o actos suicidas. (Organización Mundial de la salud, 2000).

5.7 Depresión

Según los datos de la OMS en el 2019, hay unos 264 millones de personas que padecen de depresión, muchas de ellas también padecen de ansiedad. Los trastornos de depresión y ansiedad le cuestan a la economía mundial US\$ 1 billón anual en pérdida de productividad (OMS, 2019).

El concepto de depresión dado por la OMS es el siguiente: la depresión es un trastorno mental frecuente, que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración” (OMS 2020). De tal manera, es lógico pensar que el aumento de este trastorno ha sido muy común en los entornos laborales dadas las circunstancias de la pandemia por el COVID-19. A pesar de que son patologías diferentes, se relacionan en la medida en que la depresión puede ocasionar más estrés y más ansiedad.

Serpa Román, P. A. (2020) en su trabajo de grado asegura que actualmente, una de cada seis personas de la población, en algún punto de su vida sufrirá de depresión, considerándola la segunda causa principal de incapacidad a nivel mundial, para el año 2020, apenas superada por las enfermedades cardiacas. Según la Guía de Bolsillo de la Clasificación CIE-10: Clasificación de los Trastornos Mentales y del Comportamiento (2000), para permitir codificar el síndrome somático deben estar presentes cuatro de los siguientes síntomas:

- Pérdida de interés o capacidad para disfrutar en actividades que normalmente eran placenteras.
- Ausencia de reacciones emocionales ante acontecimientos o actividades que normalmente producen una respuesta emocional.

- Despertarse por la mañana dos o más horas antes de la hora habitual.
- Empeoramiento matutino del humor depresivo.
- Presencia objetiva de enlentecimiento psicomotor o agitación.
- Pérdida marcada de apetito.
- Pérdida de peso (5% o más del peso corporal del último mes).
- Notable disminución de la libido.

5.8 Esquizofrenia

“La esquizofrenia es catalogada como una enfermedad mental que afecta a más de 21 millones de personas en todo el mundo. Se caracteriza por una distorsión del pensamiento, las percepciones, las emociones, el lenguaje, la conciencia de sí mismo y la conducta. Algunas de las experiencias más frecuentes son las alucinaciones (oír voces o ver cosas inexistentes) y los delirios (creencias erróneas y persistentes)” (OMS, 2019)

“La esquizofrenia es un trastorno de inicio al final de la adolescencia o principios de la etapa adulta. La mayoría de los pacientes (80%) debutan con esquizofrenia entre los 15 y los 45 años. El inicio en la infancia o etapas tardías de la vida es posible, pero infrecuente.” (Freudenreich, O., Brown, H., & Holt, D., sf)

Según los criterios de diagnósticos CIE-10, suelen presentarse los siguientes síntomas:

- Eco, robo, inserción del pensamiento o difusión de este.
- Ideas delirantes de ser controlado, de influencia o de pasividad.
- Voces alucinatorias que comentan la propia actividad, que discuten entre ellas sobre el enfermo o que proceden de otra parte del cuerpo.

- Ideas delirantes persistentes de otro tipo que no son adecuadas a la cultura del individuo o que son completamente imposibles (identidad religiosa o política, capacidad y poderes sobrehumanos).
- Alucinaciones persistentes de cualquier modalidad.
- Interpolaciones o bloqueos en el curso del pensamiento.
- Manifestaciones catatónicas tales como excitación, posturas características o flexibilidad cérica, negativismo, mutismo, estupor.
- Síntomas "negativos" tales como apatía marcada, empobrecimiento del lenguaje, bloqueo o incongruencia de la respuesta emocional.
- Un cambio consistente y significativo de la cualidad general de algunos aspectos de la conducta personal, que se manifiestan como pérdida de interés, falta objetivos, ociosidad, estar absorto y aislamiento social.

Las pautas para el diagnóstico consisten en la presencia como mínimo de un síntoma muy evidente o dos o más si son menos evidentes, de cualquiera de los grupos del a) al d), o síntomas de por lo menos dos de los grupos del e) al i), claramente presentes la mayor parte del tiempo durante un período de un mes o más. (Clasificación de los Trastornos Mentales y del Comportamiento, 2000).

5.9 Trastorno Afectivo Bipolar

“El trastorno afectivo bipolar es una enfermedad que padecen alrededor de 45 millones de personas en el mundo.” (OMS, 2019)

El trastorno bipolar hace parte de los trastornos de los estados de ánimo, “es entendido como una patología que actúa sobre los mecanismos reguladores del estado de ánimo, con presencia de episodios alternantes de tipo maníaco, hipomaníaco, depresivo y mixto,

presentándose en este último caso síntomas maníacos y depresivos. Esta patología afecta por igual a hombres y mujeres y principalmente a la población joven, aunque se puede presentar a cualquier edad; en promedio se considera que el primer episodio ocurre alrededor de los 20 años.” (Flórez, J. A. R., & Corrales, C. E., 2017)

Cabe esclarecer que, “las personas que presentan solamente episodios maníacos y no sufren fases depresivas también se clasifican dentro del diagnóstico de trastorno bipolar.” (OMS, 2019)

5.10 Trastorno Por Déficit De Atención E Hiperactividad (TDAH)

El TDAH es uno de los trastornos más frecuentes durante la niñez, normalmente se diagnostica en los primeros años de vida y a menudo suele continuar hasta la adultez. Este trastorno viene definido por 3 síntomas principales: 1. Disminución de la atención; 2. Impulsividad; 3. Hiperactividad. (Pascual-Castroviejo, I., 2008). Los criterios del DSM-4 para el diagnóstico del TDAH presenta lo siguiente para cada uno de los 3 síntomas principales:

Para el déficit de atención:

Seis o más de los siguientes síntomas persistiendo por al menos seis meses a un grado que es mala adaptación e inconsistente con el nivel de desarrollo que debería tener la persona:

- Fallo para prestar atención profundamente a los detalles.
- Dificultad para sostener la atención en las actividades.
- No escucha cuando se le habla directamente.
- No sigue las instrucciones que se le dan.
- Dificultades para seguir conversaciones.
- Evita las conversaciones que requieren esfuerzo mental sostenido.
- Pierde u olvida cosas necesarias para las actividades.
- Se distrae fácilmente por estímulos externos.

- Es olvidadizo en las actividades diarias.

Para la hiperactividad:

Persistencia, por al menos durante seis meses, de seis de los siguientes síntomas:

- Es intranquilo.
- Se levanta del asiento cuando debería permanecer sentado.
- Va de un sitio para otro en situaciones en las que debería estar quieto.
- Tiene dificultades para jugar sosegadamente.
- Actúa como si "estuviera movido por un motor".
- Habla excesivamente.

Para la impulsividad:

Persistencia, por al menos durante seis meses, de seis de los siguientes síntomas:

- Contesta las preguntas antes de serle formuladas.
- Tiene dificultades para esperar su turno.
- Interrumpe o molesta a los otros niños.

(Pascual-Castroviejo, I., 2008).

5.11 Trastorno Límite De Personalidad

El trastorno límite de personalidad se caracteriza por un patrón persistente de impulsividad e inestabilidad en las relaciones interpersonales, la identidad y la afectividad. Se asocia con un riesgo elevado de conductas suicidas y otros trastornos mentales, provoca un severo deterioro funcional y un consumo elevado de recursos sanitarios. (Aragonès, E., Moreno, A. F., & Loayssa, J. R., sf)

Los criterios DSM-5 para el diagnóstico de este trastorno presenta lo siguiente: Un patrón general de inestabilidad en las relaciones interpersonales, la autoimagen y la afectividad, y una

notable impulsividad, que comienzan al principio de la edad adulta y se dan en diversos contextos, como lo indican cinco o más de los siguientes ítems:

- Patrón de relaciones interpersonales inestables e intensas caracterizado por la alternancia entre los extremos de idealización y devaluación.
- Esfuerzos frenéticos para evitar un abandono real o imaginado.
- Sentimientos crónicos de vacío.
- Inestabilidad afectiva debida a una notable reactividad del estado de ánimo.
- Ira inapropiada e intensa o dificultades para controlar la ira.
- Impulsividad en al menos dos áreas, que es potencialmente dañina para sí mismo.
- Comportamientos, intentos o amenazas suicidas recurrentes, o comportamiento de automutilación.
- Alteración de la identidad: autoimagen o sentido de sí mismo acusada y persistentemente inestable.
- Ideación paranoide transitoria relacionada con el estrés o síntomas disociativos graves.

(Aragonès, E., Moreno, A. F., & Loayssa, J. R., sf)

5.12 Demencia

En el mundo hay unos 50 millones de personas que padecen demencia. Este trastorno de naturaleza crónica y progresiva se caracteriza por el deterioro de la función cognitiva (es decir, la capacidad para procesar el pensamiento) más allá de lo que podría considerarse consecuencia del envejecimiento normal. (OMS, 2019)

La enfermedad de Alzheimer, que es la forma más común de demencia, acapara entre un 60% y un 70% de los casos. (OMS, 2020)

La demencia no es una enfermedad específica. Es un término general que describe una amplia gama de síntomas asociados con el deterioro de la memoria y otras habilidades del pensamiento, que llegan a reducir la capacidad de una persona de realizar sus actividades diarias. Para que se identifique como demencia, deben verse afectadas al menos dos de las siguientes funciones mentales: memoria, comunicación y lenguaje, capacidad de concentrarse y prestar atención, razonamiento y juicio y, por último, la percepción visual (Alzheimer's association, sf).

5.13 Trabajo En Casa Y Teletrabajo

A partir de la declaración de pandemia por parte de la OMS derivada del SarsCov2, las empresas empezaron a usar el trabajo en casa como modalidad para los empleados, a veces llamado también trabajo remoto o teletrabajo, sin embargo, en pro de evitar conflictos contractuales o conceptuales, vale la pena destacar que el trabajo en casa y el teletrabajo son diferentes. “Un teletrabajador se contrata como tal, mientras que el trabajo en casa es un cambio de ambiente de oficina a casa.” (Semana, 2020)

En Colombia, la ley 1221 de 2008 es la que regula al teletrabajador, y lo cataloga como “la persona que desempeña actividades laborales a través de tecnologías de la información y la comunicación por fuera de la empresa a la que presta sus servicios” desde cualquier lugar. Por su parte, el trabajo en casa al momento de iniciar la pandemia era solo una opción para el trabajador, sin cambiar sus actividades o condiciones, sin embargo, el gobierno radicó en el congreso una ley que regulará el trabajo en casa, la ley 2088 del 2021. El ministro del Trabajo, Ángel Custodio Cabrera Báez, ante la sesión plenaria del Congreso de la República, expuso: “es un proyecto de ley que nace de una necesidad de las circunstancias que atraviesan los trabajadores en el país, tras la llegada del Covid-19. Esta figura es ocasional, excepcional y especial, para que de aquí en

adelante tengamos los elementos jurídicos para proteger a los trabajadores y a los empleadores” (Ministerio de trabajo, 2021)

El senador Carlos Fernando Moota, ponente del proyecto, anotó: “el trabajador continuará disfrutando de los mismos derechos y garantías que rigen su relación laboral, se garantiza el descanso del trabajador para que pueda conciliar su vida familiar y se garantizara el cumplimiento de los descansos” (Ministerio de trabajo, 2021). Siendo esta última afirmación hecha por el senador Carlos Fernando Moota un pequeño mejoramiento a la calidad del trabajo y, por ende, a la salud mental de las personas, sin embargo, queda un largo camino por recorrer.

En el artículo “Anxiety in a digitalised Work environment” publicado pocos días antes de que la pandemia estallara, la organización GIO presentó un estudio cualitativo a fin de medir la ansiedad en los trabajadores por la creciente exponencial del uso de la tecnología digital; para ese momento, cerca del 50% de los encuestados tenían una percepción negativa o ambivalente sobre este fenómeno, esto se debía a que la digitalización evocaba sentimientos de ansiedad por un inminente cambio social y, naturalmente, un cambio individual (Pfaffinger, K. F et al., 2020)

La conexión permanente a través de dispositivos móviles también tiene un efecto sobre la salud mental de las personas, esto se puede ver reflejado en “On the downside of mobile communication: An experimental study about the influence of setting-inconsistent pressure on employees’ emotional well-being” donde se realiza un estudio a 337 personas y demuestra que establecer una presión inconsistente para estar disponible tiene efectos perjudiciales sobre el bienestar emocional de los empleados (Lutz, S., Schneider, F. M., & Vorderer, P., 2020). Cabe destacar que el trabajo desde casa ya estaba asociado con menos felicidad y más estrés por parte de los trabajadores estadounidenses encuestados entre el 2010 y 2013, tal hallazgo se encuentra en la investigación realizada por Song, Y., & Gao, J. (2020).

El trabajo remoto ha evitado los riesgos laborales tradicionales y ha tenido resultados positivos como la disminución de los accidentes de trabajo, del ausentismo laboral, de los costos de bienes inmuebles en las empresas, sin embargo, consecuencias negativas, sobre todo en la salud mental de los trabajadores, que se han desencadenado durante la crisis de la pandemia de la COVID-19. (Vite Vigo, V., 2020).

Bajo el contexto de la pandemia, la OIT (2020) señala que “los estudios han indicado que la incapacidad de interactuar con amigos y el aislamiento de los colegas son algunos de los principales problemas que plantea el trabajo desde casa. Las políticas de las empresas sobre el trabajo desde casa deben incorporar medidas que respondan a esos factores”. “El cumplimiento del derecho a la desconexión digital es imperante para que las trabajadoras y trabajadores separen la vida privada de la laboral y puedan mantener un balance que les permita cuidar su salud física y mental [...] esta crisis es una oportunidad única para replantearse y revalorizar la importancia de la seguridad y salud en el trabajo como una de las condiciones fundamentales para el cumplimiento del trabajo decente.” (Vite Vigo, V., 2020)

6. Revisión Sistemática

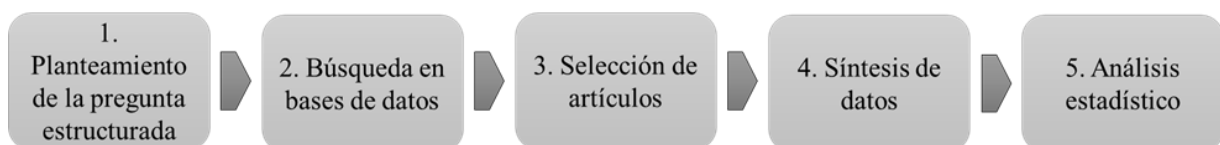
“Las revisiones sistemáticas son resúmenes claros y estructurados de la información disponible orientada a responder una pregunta clínica específica” (Letelier L, Manriquez J & Rada G., 2005). Las revisiones sistemáticas son utilizadas normalmente en las disciplinas del mundo de la salud, y debido a que están compuestas de múltiples artículos e información, encabeza la jerarquía de la evidencia, la cual se puede observar en la siguiente figura.

Figura 3*Jerarquía de la evidencia*

Nota. Adaptado de Moreno, B., Muñoz, M., Cuellar, J., Domancic, S., & Villanueva, J. (2018)

Teniendo en cuenta los objetivos y los resultados esperados planteados, se llevó a cabo una revisión sistemática de literatura. Cabe resaltar que dicha revisión fue el punto de inicio del proyecto, puesto que fue la base para desarrollar la conceptualización del tema y realizar el estudio bibliométrico. Dentro de la revisión se hizo la clasificación de documentos que están directamente relacionados con el tema de la salud mental en los trabajadores debido a la cuarentena obligatoria.

El proceso se desarrolló teniendo en cuenta la elaboración que proponen Moreno, B., Muñoz, M., Cuellar, J., Domancic, S., & Villanueva, J. (2018), presentada en el siguiente diagrama:

Figura 4*Proceso de elaboración de una revisión sistemática*

Nota. Adaptado de Moreno, B., Muñoz, M., Cuellar, J., Domancic, S., & Villanueva, J. (2018)

7. Planteamiento De La Pregunta Estructurada

En la disciplina médica se utiliza la estrategia PICO, la cual consiste en formular una pregunta teniendo en cuenta la población, la intervención, la comparación y el resultado esperado (Martín, S. R., 2013). Sin embargo, a pesar de que la presente investigación está relacionada en buena parte con el entorno médico, es necesario modificar la elaboración de la pregunta puesto que el proyecto es un estado del arte en el ámbito de la ingeniería industrial, más específicamente hablando, de la seguridad y salud en el trabajo. Con base en lo anteriormente mencionado, lo primero que se realizó para el planteamiento de la pregunta fue identificar la necesidad de una revisión sistemática. El grupo de investigación Finance & Management tiene como objetivo contribuir al conocimiento desde todas las esferas que comprende la ingeniería industrial. De esta manera, se consideró pertinente la realización de un estado del arte para abordar desde el área científica, el estado actual de la literatura e identificar los textos y artículos más representativos con el objetivo de reconocer los efectos en la salud mental de los trabajadores por el trabajo remoto provocado por la cuarentena obligatoria debido a la pandemia por COVID-19. Bajo este contexto, la pregunta formulada fue: ¿Qué efectos adversos en la salud mental de los trabajadores se producen ante la práctica del trabajo remoto, dado el confinamiento obligatorio en medio de la pandemia?

7.1 Búsqueda En Bases De Datos

Después de esclarecer la necesidad de la revisión sistemática y definir la pregunta de investigación, se procedió a realizar la búsqueda de documentos en bases de datos especializadas como Scopus, Web of Science y también en el buscador Google Scholar. Además, se hizo una búsqueda en páginas de literatura gris y otros sitios web especializados con el fin de comparar y

conglomerar los metadatos para producir una ecuación de búsqueda. Las palabras clave que se identificaron fueron las siguientes:

7.1.1 Palabras Clave

Remote work, work at home, telework, teleworkers, homeworkers, mental health, mental state, psychological problems, mental condition, mental problems, covid, quarantine, lockdown.

Las palabras están divididas en 3 grupos, el primero hace referencia la situación ocupacional, el segundo al daño a las personas y el tercero a la fuente de riesgo.

- Situación ocupacional: Trabajo remoto, trabajo en casa, teletrabajo, teletrabajadores, trabajadores a domicilio.
- Daño a las personas: Salud mental, estado mental, problemas psicológicos, condición mental, problemas mentales.
- Fuente de riesgo: COVID, cuarentena, confinamiento.

De esta manera se construyó la ecuación de búsqueda haciendo uso de operadores, boléanos y paréntesis.

7.1.2 Ecuación De Búsqueda

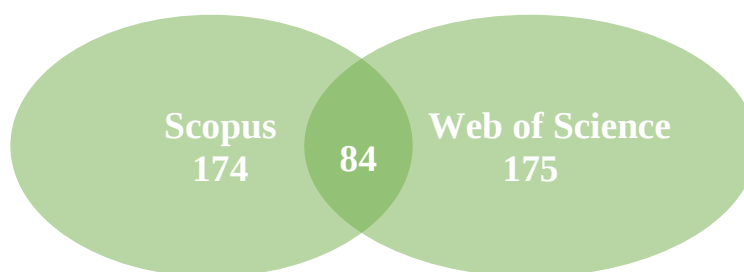
```
(( ( ( work AND at AND home ) OR ( remote AND work ) OR ( teleworkers )
OR ( homeworking ) OR ( homeworkers ) OR ( telework ) ) AND ( ( mental AND
health ) OR ( mental AND state ) OR ( psychological AND problems ) OR ( mental
AND condition ) OR ( mental AND problems ) ) AND ( ( covid ) OR ( quarantine
) OR ( lockdown ) ) ) ) )
```

La ecuación de búsqueda fue utilizada en dos bases de datos: Scopus y Web of Science, en aras de escoger una de ellas para hacer el estudio bibliométrico. De esta manera, se compararon

los resultados arrojados por ambas bases de datos, para así, primeramente, determinar cuántos y cuáles documentos estaban presentes en los dos sitios. En segunda medida, se compararon los documentos sobrantes de cada base de datos con el fin de evaluar cuál sitio contaba con mayor presencia de artículos que nos fueran útiles a la hora de realizar la depuración.

Figura 5

Número de documentos presentes en las bases de datos



Es preciso señalar que la búsqueda que se llevó a cabo con la Ecuación de búsqueda fue filtrada con un rango de 2 años, es decir, se tuvieron en cuenta únicamente documentos que fueron publicados a partir del año 2019. Cabe resaltar que la mayoría de información se encuentran en el año 2020, pues es en el año en el cual se declara la pandemia. A su vez, la publicación de nuevos artículos va en aumento cada día debido a que es un tema de actualidad en el que la ciencia todavía tiene mucho por indagar. Dado que Scopus ofrecía un número mayor de documentos de los cuales se podía extraer información, además de ser una herramienta con una interfaz más amigable con el usuario, se decidió hacer uso de esta base de datos para realizar los estudios estadísticos a la literatura científica.

7.2 Selección De Artículos

La selección de artículos se realizó definiendo unos parámetros o criterios con el objetivo de descartar a grosso modo documentos que no generaran valor a la investigación, para, de esta

manera, depurar minuciosamente los manuscritos y llegar a recopilar la información más acorde al proyecto. Dichos pasos de selección están explicados en este apartado.

7.2.1 Criterios De Selección

Con el fin de depurar los artículos seleccionados en la búsqueda, se tuvieron en cuenta los criterios para evaluar las fuentes de información recopilados y presentados por Roberto Ronconi (2012), en el que se consideran los siguientes aspectos: exactitud, autoridad, objetividad, organización, navegabilidad, actualidad, cobertura, diseño y acceso.

Al estar refiriéndonos a artículos científicos publicados en bases de datos bibliográficas, los nueve aspectos mencionados para evaluar las fuentes de información quedan totalmente puestos en buenos términos, y se da validez a cada uno de los documentos seleccionados.

Hablando específicamente de la autoridad, se puede esclarecer que las citas de muchos artículos pueden ser pocas tratándose de un tema tan reciente, de la misma manera, esta premisa confirma el aspecto de la actualidad, pues no se encuentran documentos que se refieran a los problemas en la salud mental debido a la cuarentena obligatoria por la pandemia del COVID-19 antes del año 2019.

Con objeto de escoger los documentos más acordes para la investigación, se decidió clasificar a los documentos en dos categorías:

A: Documentos sobre los efectos en la salud mental producto del trabajo remoto/ trabajo en casa/ teletrabajo por el confinamiento obligatorio.

B: Documentos sobre los efectos en la salud mental producto del confinamiento obligatorio.

A su vez, se descartaron los artículos cuyo informe científico estuviese dirigido exclusivamente hacia la población infantil o estudiantil (básica y superior), asimismo de los

documentos que estudiaban el comportamiento de los trabajadores de la salud que no se vieron forzados a trabajar de manera remota.

Con base en dichos criterios de exclusión, se generó una lista de 88 documentos, los cuales se reclasificaron de la siguiente manera:

A: Documentos sobre los efectos en la salud mental producto del trabajo remoto/ trabajo en casa/ teletrabajo por el confinamiento obligatorio durante la pandemia de COVID-19.

B: Documentos sobre los efectos en la salud mental en la población trabajadora durante la pandemia de COVID-19.

C: Documentos sobre los efectos en la salud mental en la población en general durante la pandemia de COVID-19.

D: Documentos sobre los efectos en la salud mental una población específica durante la pandemia de COVID-19.

A través de la clasificación de los documentos por las temáticas que predominaron en el resultado de la revisión sistemática, se logró obtener un 44% de artículos que hacen referencia directamente a los efectos en la salud mental de los trabajadores que se han visto obligados a trabajar de manera remota dado el confinamiento obligatorio por la pandemia de COVID - 19.

El 14% de los textos obtenidos están enfocados a la población trabajadora pero no exclusivamente a los trabajadores remotos; en estos documentos, nos encontramos con un análisis a las situaciones psicológicas de las personas en sus diferentes empleos y lugares de trabajo.

El siguiente conjunto de manuscritos se basa en los estudios realizados a la salud mental de la población en general. Con un porcentaje del 28% se identifican aquellos documentos que muestran la realidad psicológica de la sociedad durante la pandemia; se pueden encontrar estudios

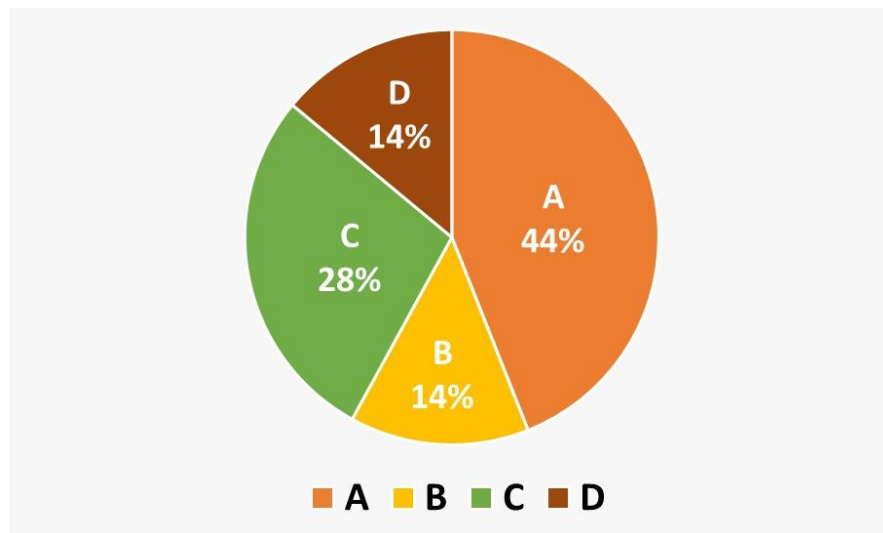
donde están presentes aquellos adultos que se han visto obligados a trabajar remotamente y cómo esto les ha afectado en su salud mental.

Finalmente, un minoritario grupo de artículos que corresponden al 14% de la revisión, están enfocados a estudiar y mostrar el estado psicológico de poblaciones específicas, por ejemplo, cómo ha afectado el confinamiento a las madres, mujeres embarazadas, padres y personas con trastornos mentales como patologías que anteceden a la pandemia.

El siguiente gráfico muestra la relación entre la totalidad de documentos recopilados y su clasificación según el enfoque.

Figura 6

Distribución de documentos según su enfoque



Según lo anteriormente mencionado, hay ciertos documentos que manejan temáticas que son incongruentes con la investigación, puesto que la población en estudio de este trabajo son los trabajadores que se vieron forzados a trabajar remotamente durante el confinamiento. Dentro del 14% de los artículos que hacen referencia a poblaciones específicas deben ser excluidos 11 de los 12 documentos de la investigación.

El 40% de los manuscritos clasificados en el enfoque a la población en general brindan información pertinente sobre la salud mental en las personas que trabajan de manera remota por la pandemia, sin embargo, el otro 60% no ofrecen datos que sirven para el desarrollo del presente estado del arte, por lo tanto, se excluyen para producir la lista final de documentos.

En el conjunto de los textos que están enfocados a la población trabajadora pero no exclusivamente a los trabajadores remotos, se excluyen 3 de los 12 documentos encontrados por motivo de la inexistencia de los temas trabajo remoto/ trabajo en casa/ teletrabajo en los mismos.

7.2.2 Listado De Documentos Escogidos

Así pues, la lista final de 59 manuscritos queda presentada de la siguiente manera:

Tabla 2

Documentos después de la aplicación de criterios

Título	Autor(es)	Año	Revista
<i>“Two hours extra for working from home”: Reporting on gender, space, and time from the Covid-field of Delhi, India</i>	Islam A.	2021	Gender, Work and Organization
<i>A rapid review of mental and physical health effects of working at home: how do we optimise health?</i>	Oakman J., Kinsman N., Stuckey R., Graham M., Weale V.	2020	BMC Public Health
<i>A review of the global impact of the covid-19 pandemic on public mental health, with a comparison between the usa, australia, and poland with taiwan and Thailand</i>	Blizniewska-Kowalska K.M., Halaris A., Wang S.-C., Su K.-P., Maes M., Berk M., Galecki P.	2021	Medical Science Monitor
<i>A study of older adults' mental health across 33 countries during the covid-19 pandemic</i>	Tyler C.M., McKee G.B., Alzueta E., Perrin P.B., Kingsley K., Baker F.C., Arango-Lasprilla J.C.	2021	International Journal of Environmental Research and Public Health

Título	Autor(es)	Año	Revista
<i>Assessment of burnout among primary teachers in confinement during the covid-19 period in morocco: Case of the kenitra</i>	Amri A., Abidli Z., Elhamzaoui M., Bouzaboul M., Rabea Z., Ahami A.O.T.	2020	Pan African Medical Journal
<i>Athletic trainers' job tasks and status during the COVID-19 pandemic: A preliminary analysis</i>	Winkelmann Z.K., Games K.E.	2021	Journal of Athletic Training
<i>Changes in mental well-being of adult poles in the early period of the COVID-19 pandemic with reference to their occupational activity and remote work</i>	Izdebski Z.W., Mazur J.	2021	International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health
<i>Competing Roles and Expectations: Preliminary Data from an Agricultural Extension Survey on COVID-19 Impacts</i>	Sampson S., Mazur J., Israel G., Galindo S., Ward C.	2020	Journal of Agromedicine
<i>Covid-19 anxiety—a longitudinal survey study of psychological and situational risks among finnish workers</i>	Savolainen I., Oksa R., Savela N., Celuch M., Oksanen A.	2021	International Journal of Environmental Research and Public Health
<i>COVID-19 Lockdown in Portugal: Challenges, Strategies and Effects on Mental Health</i>	Vieira D.A., Meirinhos V.	2021	Trends in Psychology
<i>Covid-19 shelter-at-home and work, lifestyle and well-being in desk workers</i>	Barone Gibbs B., Kline C.E., Huber K.A., Paley J.L., Perera S.	2021	Occupational medicine (Oxford, England)
<i>COVID-19: Emergency remote teaching and university professors' mental health [Covid-19: Ensino remoto emergencial e saúde mental de docentes universitários]</i>	Dos Santos G.M.R.F., da Silva M.E., Belmonte B.D.R.	2021	Revista Brasileira de Saude Materno Infantil
<i>Does the end justify the means? The role of organizational communication among work-from-home employees during the covid-19 pandemic</i>	Zito M., Ingusci E., Cortese C.G., Giancaspro M.L., Manuti A., Molino M., Signore F., Russo V.	2021	International Journal of Environmental Research and Public Health

Título	Autor(es)	Año	Revista
<i>Experiences of a Health System's Faculty, Staff, and Trainees' Career Development, Work Culture, and Childcare Needs during the COVID-19 Pandemic</i>	Delaney R.K., Locke A., Pershing M.L., Geist C., Clouse E., Precourt Debbink M., Haaland B., Tanner A.J., Anzai Y., Fagerlin A.	2021	JAMA Network Open
<i>Furloughs, teleworking and other work situations during the covid-19 lockdown: Impact on mental well-being</i>	Escudero-Castillo I., Mato-Díaz F.J., Rodriguez-Alvarez A.	2021	International Journal of Environmental Research and Public Health
<i>Having to work from home: Basic needs, well-being, and motivation</i>	Schade H.M., Digutsch J., Kleinsorge T., Fan Y.	2021	International Journal of Environmental Research and Public Health
<i>Health-promoting work design for telework in the context of the COVID-19 pandemic [Gesundheitsfördernde Arbeitsgestaltung im Homeoffice im Kontext der COVID-19-Pandemie]</i>	Mojtahedzadeh N., Rohwer E., Lengen J., Harth V., Mache S.	2021	Zentralblatt für Arbeitsmedizin, Arbeitsschutz und Ergonomie
<i>How has COVID-19 affected mental health nurses and the delivery of mental health nursing care in the UK? Results of a mixed-methods study</i>	Foye U., Dalton-Locke C., Harju-Seppänen J., Lane R., Beames L., Vera San Juan N., Johnson S., Simpson A.	2021	Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing
<i>Identity Leadership, Social Identity Continuity, and Well-Being at Work During COVID-19</i>	Krug H., Haslam S.A., Otto K., Steffens N.K.	2021	Frontiers in Psychology
<i>Impact of coronavirus disease (COVID-19) pandemic on health professionals</i>	Sethi B.A., Sethi A., Ali S., Aamir H.S.	2020	Pakistan Journal of Medical Sciences
<i>Impact of covid-19 on medicine lecturers' mental health and emergency remote teaching challenges</i>	Miguel C., Castro L., Marques Dos Santos J.P., Serrão C., Duarte I.	2021	International Journal of Environmental Research and Public Health

Título	Autor(es)	Año	Revista
<i>Impact of the COVID-19 crisis on work and private life, mental well-being and self-rated health in German and Swiss employees: a cross-sectional online survey</i>	Tušl M., Brauchli R., Kerksieck P., Bauer G.F.	2021	BMC Public Health
<i>Impacts of Working from Home during COVID-19 Pandemic on Physical and Mental Well-Being of Office Workstation Users</i>	Xiao Y., Becerik-Gerber B., Lucas G., Roll S.C.	2021	Journal of Occupational and Environmental Medicine
<i>Implications of Employment Changes Caused by COVID-19 on Mental Health and Work-Related Psychological Need Satisfaction of Autistic Employees: A Mixed-Methods Longitudinal Study</i>	Goldfarb Y., Gal E., Golan O.	2021	Journal of Autism and Developmental Disorders
<i>Information on COVID-19 and psychological distress in a sample of non-health workers during the pandemic period</i>	Ruiz-Frutos C., Ortega-Moreno M., Dias A., Bernardes J.M., García-Iglesias J.J., Gómez-Salgado J.	2020	International Journal of Environmental Research and Public Health
<i>Labour Market Attachment, Workplace Infection Control Procedures and Mental Health: A Cross-Sectional Survey of Canadian Non-healthcare Workers during the COVID-19 Pandemic</i>	Smith P.M., Oudyk J., Potter G., Mustard C.	2021	Annals of work exposures and health
<i>Mental health and well-being of university staff during the coronavirus disease 2019 levels 4 and 5 lockdown in an eastern cape university, South Africa</i>	van Niekerk R.L., van Gent M.M.	2021	South African Journal of Psychiatry
<i>Mental Health Outcomes Amongst Health Care Workers During COVID 19 Pandemic in Saudi Arabia</i>	Al Ammari M., Sultana K., Thomas A., Al Swaidan L., Al Harthi N.	2021	Frontiers in Psychiatry

Título	Autor(es)	Año	Revista
<i>Mental Health Stressors in Higher Education Instructors and Students in Mexico During the Emergency Remote Teaching Implementation due to COVID-19</i>	Zapata-Garibay R., González-Fagoaga J.E., Asadi-González A.A., Martínez-Alvarado J.R., Chavez-Baray S.M., Plascencia-López I., González-Fagoaga C.J.	2021	Frontiers in Education
<i>Mental Health Support in the Time of Crisis: Are We Prepared? Experiences With the COVID-19 Counselling Programme in Hungary</i>	Szlamka Z., Kiss M., Bernáth S., Kámán P., Lubani A., Karner O., Demetrovics Z.	2021	Frontiers in Psychiatry
<i>Nonrelocatable occupations at increased risk during pandemics: United states, 2018</i>	Baker M.G.	2020	American Journal of Public Health
<i>Pain status and its association with physical activity, psychological stress, and telework among japanese workers with pain during the covid-19 pandemic</i>	Yoshimoto T., Fujii T., Oka H., Kasahara S., Kawamata K., Matsudaira K.	2021	International Journal of Environmental Research and Public Health
<i>Piece of cake: Coping with COVID-19</i>	Chee M.J., Koziel Ly N.K., Anisman H., Matheson K.	2020	Nutrients
<i>Political and personal reactions to COVID-19 during initial weeks of social distancing in the United States</i>	Christensen S.R., Pilling E.B., Eyring J.B., Dickerson G., Sloan C.D., Magnusson B.M.	2020	PLoS ONE
<i>Prevalence of and Risk Factors Associated with Mental Health Symptoms among the General Population in China during the Coronavirus Disease 2019 Pandemic</i>	Shi L., Lu Z.-A., Que J.- Y., Huang X.-L., Liu L., Ran M.-S., Gong Y.-M., Yuan K., Yan W., Sun Y.-K., Shi J., Bao Y.-P., Lu L.	2020	JAMA Network Open
<i>Protective elements of mental health status during the covid-19 outbreak in the portuguese population</i>	Moreira P.S., Ferreira S., Couto B., Machado- Sousa M., Fernández M., Raposo-Lima C.,	2021	International Journal of Environmental Research and Public Health

Título	Autor(es)	Año	Revista
	Sousa N., Picó-Pérez M., Morgado P.		
<i>Psychologic distress and sleep quality among adults in Turkey during the COVID-19 pandemic</i>	Duran S., Erkin Ö.	2021	Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry
<i>Psychological characteristics of psychologists' adaptation to online counseling during the covid-19 pandemic</i>	Skipor S.I., Vorobieva A.E.	2021	Russian Psychological Journal
<i>Psychological impact of the lockdown due to the covid-19 pandemic in university workers: Factors related to stress, anxiety, and depression</i>	Salazar A., Palomo-Osuna J., de Sola H., Moral-Munoz J.A., Dueñas M., Failde I.	2021	International Journal of Environmental Research and Public Health
<i>Relationship between phobic anxiety in work and leisure activity situations, and optimistic bias associated with covid-19 among south koreans</i>	Kim Y.-J., Kim E.-S.	2020	International Journal of Environmental Research and Public Health
<i>Remote working – lessons from the COVID-19 pandemic and lockdown</i>	[Nombre del autor no disponible]	2020	Progress in Neurology and Psychiatry
<i>Remote Working during the Pandemic: A Q&A with Gillian Isaacs Russell: Questions from the Editor and Editorial Board of the BJP</i>	Isaacs Russell G.	2020	British Journal of Psychotherapy
<i>Social isolation among teleworkers in the context of the COVID-19 pandemic: Indications for organising telework with respect to social needs [Soziale Isolation im Homeoffice im Kontext der COVID-19-Pandemie: Hinweise für die Gestaltung von Homeoffice im Hinblick auf soziale Bedürfnisse]</i>	Lengen J.C., Kordsmeyer A.-C., Rohwer E., Harth V., Mache S.	2021	Zentralblatt für Arbeitsmedizin, Arbeitsschutz und Ergonomie

Título	Autor(es)	Año	Revista
<i>Social media activities, emotion regulation strategies, and their interactions on people's mental health in covid-19 pandemic</i>	Yang Y., Liu K., Li S., Shu M.	2020	International Journal of Environmental Research and Public Health
<i>Supporting Holistic Wellbeing for Performing Artists During the COVID-19 Pandemic and Recovery: Study Protocol</i>	Stuckey M., Richard V., Decker A., Aubertin P., Kriellaars D.	2021	Frontiers in Psychology
<i>Symptoms related to mental disorder in healthcare workers during the COVID-19 pandemic in Brazil</i>	Campos J.A.D.B., Martins B.G., Campos L.A., de Fátima Valadão-Dias F., Marôco J.	2021	International Archives of Occupational and Environmental Health
<i>Teacher's Physical Activity and Mental Health During Lockdown Due to the COVID-2019 Pandemic</i>	Aperribai L., Cortabarría L., Aguirre T., Verche E., Borges Á.	2020	Frontiers in Psychology
<i>Technostress of chilean teachers in the context of the covid-19 pandemic and teleworking</i>	Estrada-Muñoz C., Vega-Muñoz A., Castillo D., Müller-Pérez S., Boada-Grau J.	2021	International Journal of Environmental Research and Public Health
<i>Teleworking in times of COVID-19 [Teletrabajo en tiempos de COVID-19]</i>	Ramos V., Ramos-Galarza C., Tejera E.	2020	Interamerican Journal of Psychology
<i>The Effects of COVID-19 Lockdown 1.0 on Working Patterns, Income, and Wellbeing Among Performing Arts Professionals in the United Kingdom (April–June 2020)</i>	Spiro N., Perkins R., Kaye S., Tymoszyk U., Mason-Bertrand A., Cossette I., Glasser S., Williamon A.	2021	Frontiers in Psychology
<i>The effects of COVID-19 stay-at-home order on sleep, health, and working patterns: A survey study of US health care workers</i>	Conroy D.A., Hadler N.L., Cho E., Moreira A., MacKenzie C., Swanson L.M., Burgess H.J., Arnedt J.H., Goldstein C.A.	2021	Journal of Clinical Sleep Medicine
<i>The role of employee relations in shaping job satisfaction as an element promoting positive mental</i>	Bulińska-Stangrecka H., Bagińska A.	2021	International Journal of Environmental

Título	Autor(es)	Año	Revista
<i>health at work in the era of covid-19</i>			Research and Public Health
<i>The trajectory and determinants of loneliness during the early months of the COVID-19 pandemic in the United States</i>	Ray C.D.	2021	Journal of Social and Personal Relationships
<i>University professors ready to work remotely implement distance learning during the COVID 19 pandemic [Готовность преподавателей вузов к дистанционной работе в период пандемии COVID-19]</i>	Puchkova E.B., Temnova L.V., Sorokoumova E.A., Cherdymova E.I.	2020	Perspektivy Nauki i Obrazovania
<i>Unprecedented disruption of lives and work: Health, distress and life satisfaction of working adults in China one month into the COVID-19 outbreak</i>	Zhang S.X., Wang Y., Rauch A., Wei F.	2020	Psychiatry Research
<i>What makes one feel eustress or distress in quarantine? An analysis from conservation of resources (COR) theory</i>	Merino M.D., Vallellano M.D., Oliver C., Mateo I.	2021	British Journal of Health Psychology
<i>Working from Home during the COVID-19 Pandemic: Health and Well-Being of Project-Based Construction Workers</i>	Pirzadeh P., Lingard H.	2021	Journal of Construction Engineering and Management
<i>Workplace Stress, Presenteeism, Absenteeism, and Resilience Amongst University Staff and Students in the COVID-19 Lockdown</i>	Van Der Feltz-Cornelis C.M., Varley D., Allgar V.L., de Beurs E.	2020	Frontiers in Psychiatry
<i>Work-related and personal factors associated with mental well-being during the COVID-19 response: Survey of health care and other workers</i>	Evanoff B.A., Strickland J.R., Dale A.M., Hayibor L., Page E., Duncan J.G., Kannampallil T., Gray D.L.	2020	Journal of Medical Internet Research

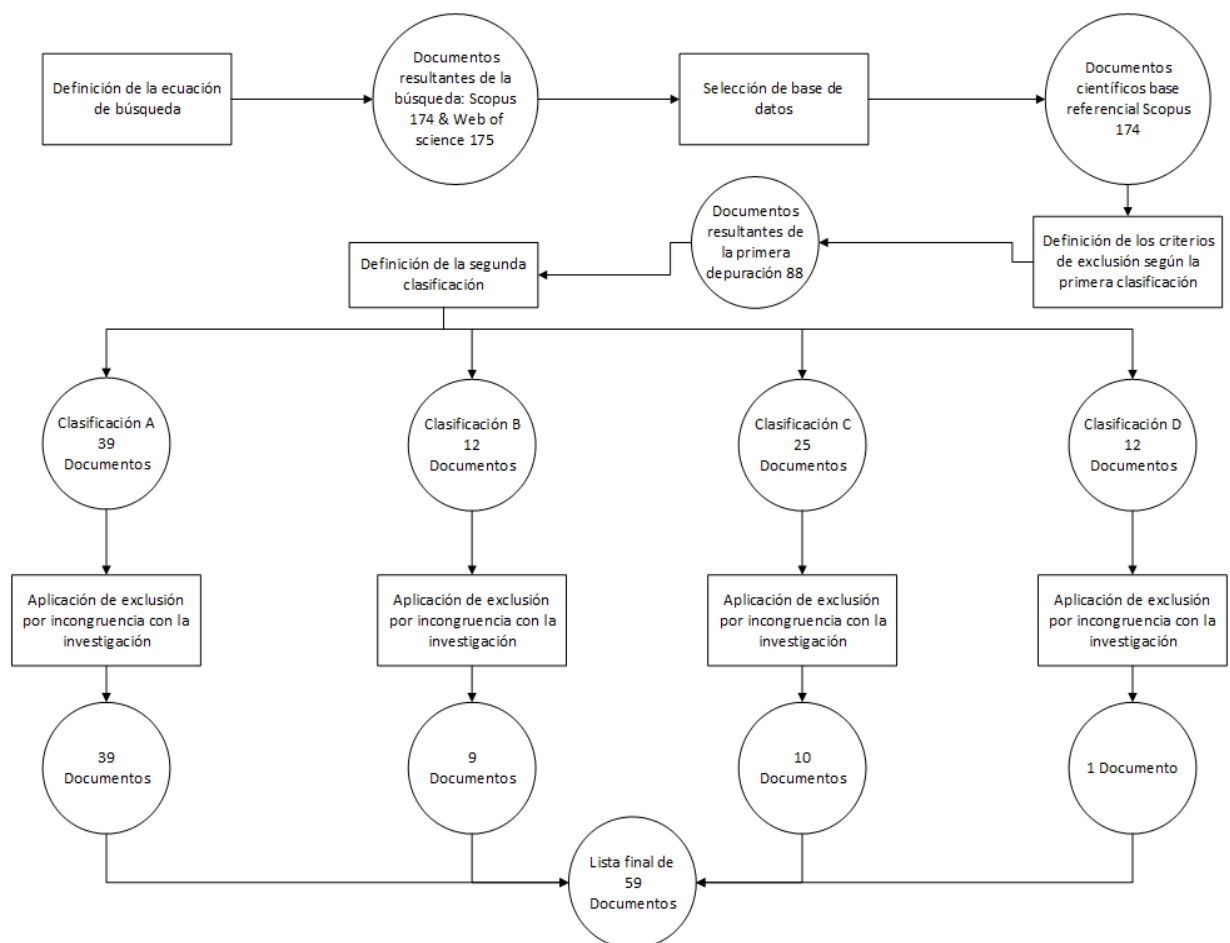
Nota: Adaptado de Scopus

7.3 Síntesis De Datos

Mediante el uso de Microsoft Excel se realizó la depuración de los documentos expuestos en la Tabla 2, esto es, gracias a la posibilidad que brinda la base de datos Scopus para descargar la lista de documentos seleccionados con la información que resulte pertinente para ser revisada. El proceso llevado a cabo para seleccionar los documentos de la lista final queda resumido en el siguiente diagrama.

Figura 7

Diagrama de selección y evaluación de documentos



7.4 Análisis Estadísticos

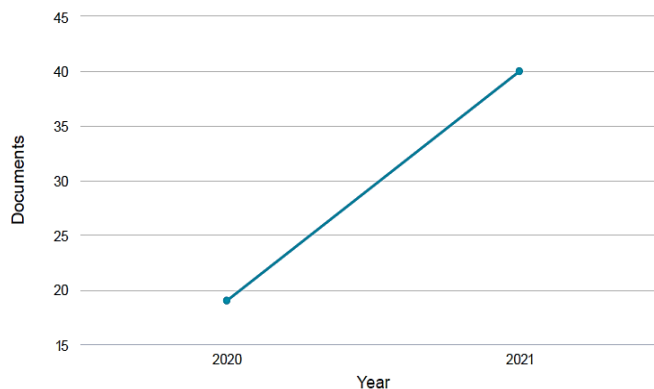
7.4.1 Análisis Bibliométrico

“La Bibliometría es una rama de la Cienciometría que permite estudiar la actividad científica [...] El interés por esta área de investigación radica en su implicancia en la toma de decisiones, como parte de la gestión del conocimiento, al sugerir el desarrollo de líneas de investigación poco estudiadas o supervisar el desarrollo de otras y evaluar el quehacer científico de autores, instituciones e incluso países.” (Romaní, F., Huamaní, C., & González-Alcaide, G., 2013). Dicho análisis para el presente estado del arte se presenta a continuación.

7.4.1.1 Publicaciones Por Año. Como primera medida, se analizó la cantidad de documentos por año que fueron publicados; como ya se había mencionado anteriormente, el comportamiento es creciente a medida que pasa el tiempo. Debido a que el tema del confinamiento obligatorio por el COVID-19 es reciente, siendo declarada pandemia en el año 2020, por lo que los gobiernos y entidades científicas comenzaron a prestarle especial atención al asunto hasta apenas los primeros meses de dicho año, únicamente es posible analizar el espectro de dos años (2020 – 2021). Hay una amplia diferencia de 21 documentos entre ambos años.

Figura 8

Publicaciones por año

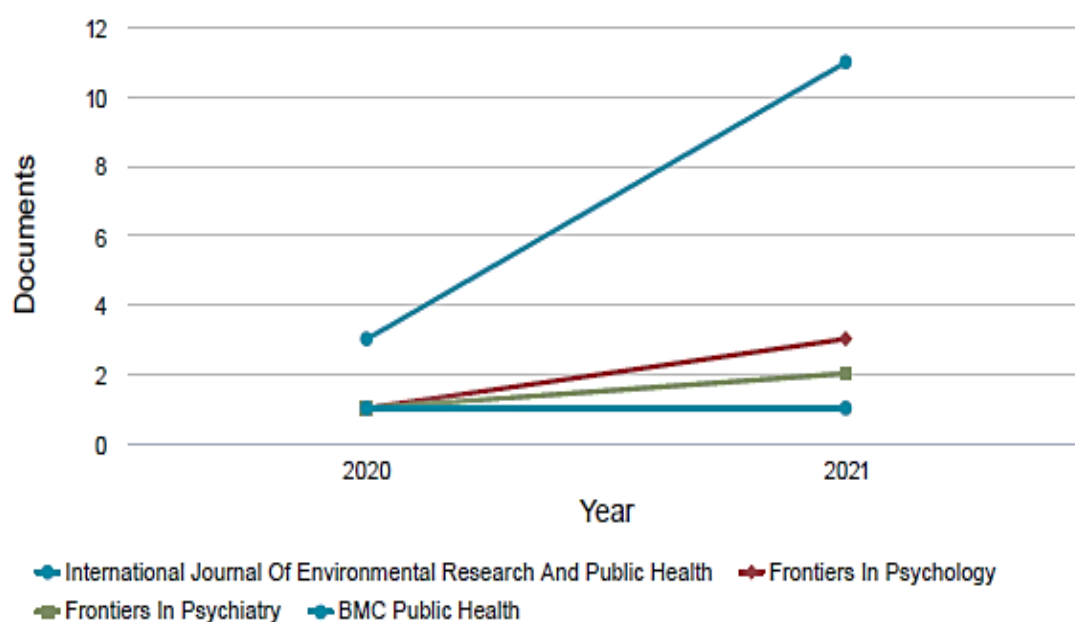


Nota. Adaptado de Scopus.

7.4.1.2 Documentos por Fuente. Respecto a la cantidad de documentos que han producido las revistas científicas en estos dos años, se puede observar que International Journal Of Environmental Research And Public Health tiene la ventaja respecto a las otras revistas científicas, contando con un total de 14 publicaciones, de las cuales 11 han sido en el año 2020. Las otras dos revistas con más documentos publicados son: Frontiers In Psychology y Frontiers In Psychiatry con 4 y 3 documentos respectivamente.

Figura 9

Publicaciones por año y por fuente



Nota. Adaptado de Scopus.

Junto a BMC Public Health se encuentran JAMA Network Open y Zentralblatt Fur Arbeitsmedizin Arbeitsschutz Und Ergonomie con 2 publicaciones cada una, 1 cada año, por lo que serían iguales a la línea azul totalmente horizontal trazada en la gráfica anterior (ver figura 9). Todas las revistas con sus cantidades respectivas de publicaciones son las siguientes (ver tabla 3).

Tabla 3*Publicaciones por fuente*

Revista	Publicaciones
American Journal of Public Health	1
Annals of work exposures and health	1
BMC Public Health	2
British Journal of Health Psychology	1
British Journal of Psychotherapy	1
Frontiers in Education	1
Frontiers in Psychiatry	3
Frontiers in Psychology	4
Gender, Work and Organization	1
Interamerican Journal of Psychology	1
International Archives of Occupational and Environmental Health	1
International Journal of Environmental Research and Public Health	14
International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health	1
JAMA Network Open	2
Journal of Agromedicine	1
Journal of Athletic Training	1
Journal of Autism and Developmental Disorders	1
Journal of Clinical Sleep Medicine	1
Journal of Construction Engineering and Management	1
Journal of Medical Internet Research	1
Journal of Occupational and Environmental Medicine	1

Revista	Publicaciones
Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing	1
Journal of Social and Personal Relationships	1
Medical Science Monitor	1
Nutrients	1
Occupational medicine (Oxford, England)	1
Pakistan Journal of Medical Sciences	1
Pan African Medical Journal	1
Perspektivy Nauki i Obrazovania	1
PLoS ONE	1
Progress in Neurology and Psychiatry	1
Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry	1
Psychiatry Research	1
Revista Brasileira de Saude Materno Infantil	1
Russian Psychological Journal	1
South African Journal of Psychiatry	1
Trends in Psychology	1
Zentralblatt fur Arbeitsmedizin, Arbeitsschutz und Ergonomie	2

Nota. Adaptado de Scopus.

7.4.1.3 Publicaciones Por Autor. Los autores con más artículos científicos publicados son Harth, Volker; MacHe, Stefanie & Rohwer, Elisabeth, todos afiliados a Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, Hamburgo, Alemania. Estos autores encabezan la lista de los documentos en lo que respecta a la problemática tratada en el presente estado del arte con 2 publicaciones cada uno. Es de destacar que Harth, Volker dispone de 197 documentos en diferentes tópicos dentro de la seguridad y salud en el trabajo. Por su parte, MacHe, Stefanie posee 156 artículos a su nombre,

enfocados también a la salud ocupacional. Rohwer, Elisabeth está presente con 6 artículos publicados en los que maneja los tópicos específicos como el estrés y tensión laboral.

En total se tienen 257 autores repartidos en los 59 artículos analizados. Esto quiere decir que sólo el 1,17% de los autores tienen más de un artículo presente en nuestra lista, por lo que se puede evidenciar que existe un interés común enorme alrededor del mundo por investigar estos temas.

Tabla 4

Publicaciones por autor

Autores	Publ.	Autores	Publ.	Autores	Publ.
Aamir H.S.	1	Israel G.	1	Sousa N.	1
Abidli Z.	1	Johnson S.	1	Steffens N.K.	1
Aguirre T.	1	Kámán P.	1	Strickland J.R.	1
Al Harthi N.	1	Karner O.	1	Stuckey R.	1
Al Swaidan L.	1	Kasahara S.	1	Su K.-P.	1
Ali S.	1	Kawamata K.	1	Sultana K.	1
Allgar V.L.	1	Kaye S.	1	Sun Y.-K.	1
Alzueta E.	1	Kerksieck P.	1	Swanson L.M.	1
Anisman H.	1	Kim E.-S.	1	Tejera E.	1
Anzai Y.	1	Kingsley K.	1	Temnova L.V.	1
Arango-Lasprilla J.C.	1	Kinsman N.	1	Thomas A.	1
Asadi-González A.A.	1	Kiss M.	1	Tymoszuk U.	1
Aubertin P.	1	Kleinsorge T.	1	Vallellano M.D.	1
Bagieńska A.	1	Kline C.E.	1	van Gent M.M.	1
Baker F.C.	1	Kordsmeyer A.-C.	1	Varley D.	1

Autores	Publ.	Autores	Publ.	Autores	Publ.
Bao Y.-P.	1	Koziel Ly N.K.	1	Vega-Muñoz A.	1
Bauer G.F.	1	Kriellaars D.	1	Vera San Juan N.	1
Beames L.	1	Lane R.	1	Verche E.	1
Becerik-Gerber B.	1	Lengen J.	1	Vorobieva A.E.	1
Belmonte B.D.R.	1	Li S.	1	Wang S.-C.	1
Berk M.	1	Lingard H.	1	Wang Y.	1
Bernardes J.M.	1	Liu K.	1	Ward C.	1
Bernáth S.	1	Liu L.	1	Weale V.	1
Boada-Grau J.	1	Locke A.	1	Wei F.	1
Borges Á.	1	Lu L.	1	Yan W.	1
Bouzaboul M.	1	Lu Z.-A.	1	Yuan K.	1
Brauchli R.	1	Lubani A.	1	[No author name available]	1
Burgess H.J.	1	Lucas G.	1	Al Ammari M.	1
Campos L.A.	1	Machado-Sousa M.	1	Amri A.	1
Castillo D.	1	Mache S.	1	Aperribai L.	1
Castro L.	1	MacKenzie C.	2	Baker M.G.	1
Celuch M.	1	Maes M.	1	Barone Gibbs B.	1
Chavez-Baray S.M.	1	Manuti A.	1	Blizniewska-Kowalska K.M.	1
Cherdymova E.I.	1	Marôco J.	1	Bulińska-Stangrecka H.	1
Cho E.	1	Marques Dos Santos J.P.	1	Campos J.A.D.B.	1

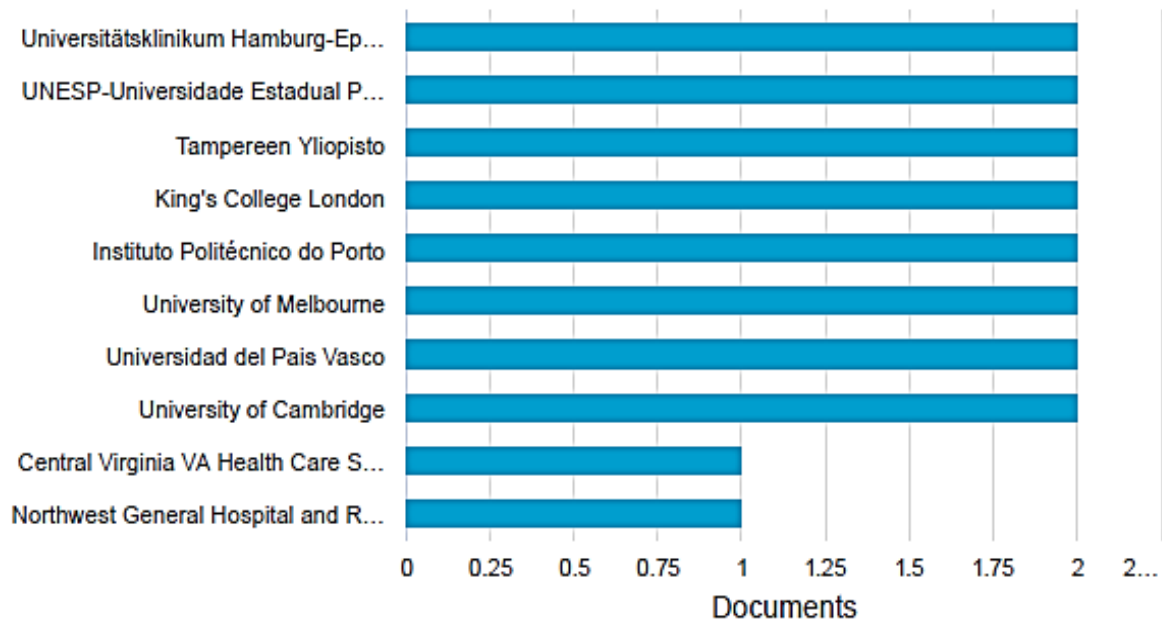
Autores	Publ.	Autores	Publ.	Autores	Publ.
Clouse E.	1	Martínez-Alvarado J.R.	1	Chee M.J.	1
Cortabarría L.	1	Martins B.G.	1	Christensen S.R.	1
Cortese C.G.	1	Mason-Bertrand A.	1	Conroy D.A.	1
Cossette I.	1	Mateo I.	1	Delaney R.K.	1
Couto B.	1	Matheson K.	1	Dos Santos G.M.R.F.	1
da Silva M.E.	1	Mato-Díaz F.J.	1	Duran S.	1
Dale A.M.	1	Matsudaira K.	1	Escudero-Castillo I.	1
Dalton-Locke C.	1	Mazur J.	1	Estrada-Muñoz C.	1
de Beurs E.	1	McKee G.B.	2	Evanoff B.A.	1
de Fátima Valadão-Dias F.	1	Meirinhos V.	1	Foye U.	1
de Sola H.	1	Molino M.	1	Goldfarb Y.	1
Decker A.	1	Moral-Munoz J.A.	1	Isaacs Russell G.	1
Demetrovics Z.	1	Moreira A.	1	Islam A.	1
Dias A.	1	Morgado P.	1	Izdebski Z.W.	1
Dickerson G.	1	Müller-Pérez S.	1	Kim Y.-J.	1
Digutsch J.	1	Mustard C.	1	Krug H.	1
Duarte I.	1	Oka H.	1	Lengen J.C.	1
Dueñas M.	1	Oksa R.	1	Merino M.D.	1
Elhamzaoui M.	1	Oksanen A.	1	Miguel C.	1
Erkin Ö.	1	Oliver C.	1	Mojtahedzadeh N.	1
Eyring J.B.	1	Ortega-Moreno M.	1	Moreira P.S.	1
Fagerlin A.	1	Otto K.	1	Oakman J.	1
Failde I.	1	Oudyk J.	1	Pirzadeh P.	1

Autores	Publ.	Autores	Publ.	Autores	Publ.
Fan Y.	1	Page E.	1	Puchkova E.B.	1
Fernández M.	1	Paley J.L.	1	Ramos V.	1
Ferreira S.	1	Palomo-Osuna J.	1	Ray C.D.	1
Fujii T.	1	Perera S.	1	Ruiz-Frutos C.	1
Gal E.	1	Perkins R.	1	Salazar A.	1
Galecki P.	1	Perrin P.B.	1	Sampson S.	1
Galindo S.	1	Pershing M.L.	1	Savolainen I.	1
Games K.E.	1	Pilling E.B.	1	Schade H.M.	1
García-Iglesias J.J.	1	Plascencia-López I.	1	Sethi B.A.	1
Geist C.	1	Potter G.	1	Shi L.	1
Giancaspro M.L.	1	Precourt Debbink M.	1	Skipor S.I.	1
Glasser S.	1	Que J.-Y.	1	Smith P.M.	1
Golan O.	1	Rabea Z.	1	Spiro N.	1
Goldstein C.A.	1	Ramos-Galarza C.	1	Stuckey M.	1
González-Fagoaga C.J.	1	Raposo-Lima C.	1	Szlamka Z.	1
González-Fagoaga J.E.	1	Rauch A.	1	Tušl M.	1
Graham M.	1	Richard V.	1	Tyler C.M.	1
Gray D.L.	1	Rodriguez-Alvarez A.	1	Van Der Feltz-Cornelis C.M.	1
Haaland B.	1	Rohwer E.	1	van Niekerk R.L.	1
Hadler N.L.	1	Roll S.C.	2	Vieira D.A.	1
Halaris A.	1	Savela N.	1	Winkelmann Z.K.	1

Autores	Publ.	Autores	Publ.	Autores	Publ.
Harju-Seppänen J.	1	Serrão C.	1	Xiao Y.	1
Harth V.	2	Sethi A.	1	Yang Y.	1
Haslam S.A.	1	Shi J.	1	Yoshimoto T.	1
Hayibor L.	1	Shu M.	1	Zapata-Garibay R.	1
Huang X.-L.	1	Signore F.	1	Zhang S.X.	1
Huber K.A.	1	Sloan C.D.	1	Zito M.	1
Ingusci E.	1	Sorokoumova E.A.	1		

Nota. Adaptado de Scopus.

7.4.1.4 Documentos Por Afiliación. Cuando se habla de afiliación se hace referencia a las entidades encargadas de llevar a cabo las investigaciones y los estudios para producir documentos científicos, son en su mayoría universidades, institutos educativos y hospitales. Las afiliaciones con más presencia en el tópico sobre el cual está basado el presente estado del arte son: Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, UNESP-Universidade Estadual Paulista, Tampereen Yliopisto, King's College London, Instituto Politécnico do Porto, University of Melbourne, Universidad del País Vasco & University of Cambridge con dos publicaciones cada una.

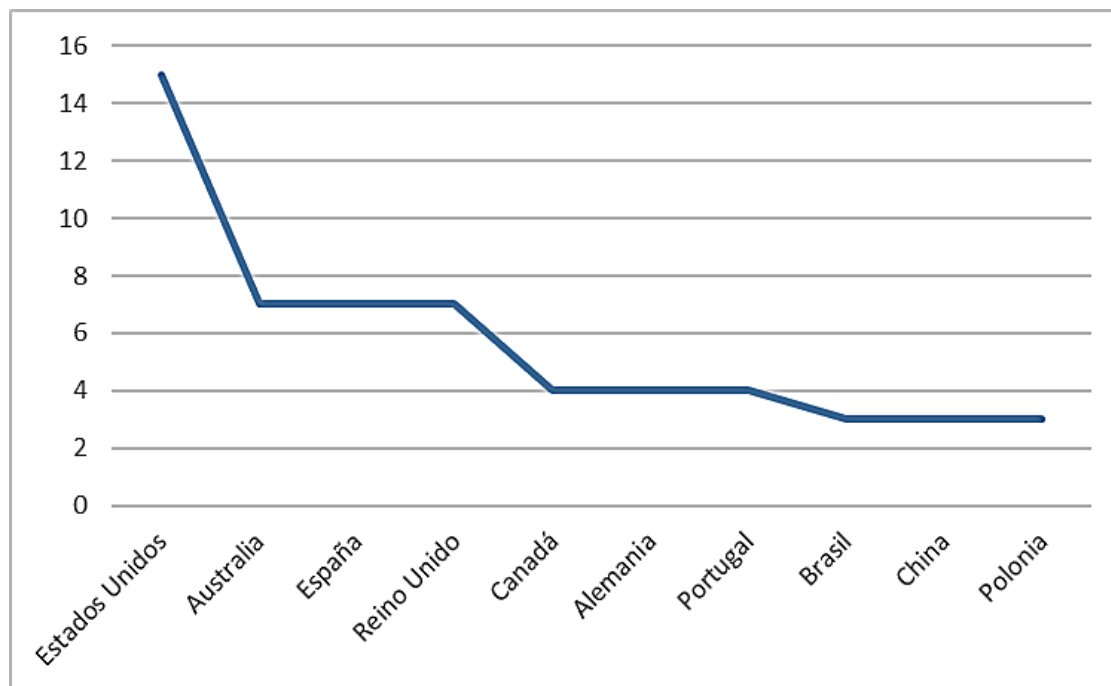
Figura 10*Publicaciones por afiliación**Nota.* Adaptado de Scopus.

7.4.1.5 Publicaciones Por País O Territorio. En cuanto a la producción de documentos por país, Estados Unidos encabeza la lista con 15 publicaciones, seguido de Australia, España y Reino Unido con 7 cada uno. Esto está relacionado con la producción científica que tienen los países. “Para el 2015, Estados Unidos lideró el escalafón con un total de 25.237 artículos científicos, divulgados en 68 de las más importantes publicaciones especializadas del mundo.” (Duque, G., 2016). Australia y Reino Unido también aparecen en dicho escalafón entre los primeros puestos, sin embargo, España siendo uno de los primeros países que más se vieron perjudicados por el virus ha hecho una producción notable de documentos científicos referentes al tema del COVID-19.

Tabla 5*Documentos por país/territorio*

País	Documentos	País	Documentos
Estados Unidos	15	Hong Kong	1
Australia	7	Hungría	1
España	7	Israel	1
Reino Unido	7	Italia	1
Canadá	4	Japón	1
Alemania	4	México	1
Portugal	4	Marruecos	1
Brasil	3	Países Bajos	1
China	3	Pakistán	1
Polonia	3	Arabia Saudita	1
Ecuador	2	Corea del Sur	1
Finlandia	2	Suiza	1
Federación Rusa	2	Taiwán	1
Sudáfrica	2	Tailandia	1
Chile	1	Turquía	1
Gibraltar	1	Indefinido	1

Nota. Adaptado de Scopus.

Figura 11*Países con más publicaciones**Nota.* Adaptado de Scopus.

La suma de estos documentos da un número mayor que el de la lista de 59, pues muchas veces los países comparten dichos escritos.

7.4.1.6 Documentos Por Áreas Temáticas. En cuanto a las áreas temáticas se refiere, la más representativa en el enfoque de esta investigación es la medicina, pues está presente en 41 de los 59 documentos en estudio. Los tópicos con el número de manuscritos pertenecientes a cada uno de estos quedan distribuidos así:

Tabla 6*Áreas del conocimiento en los documentos*

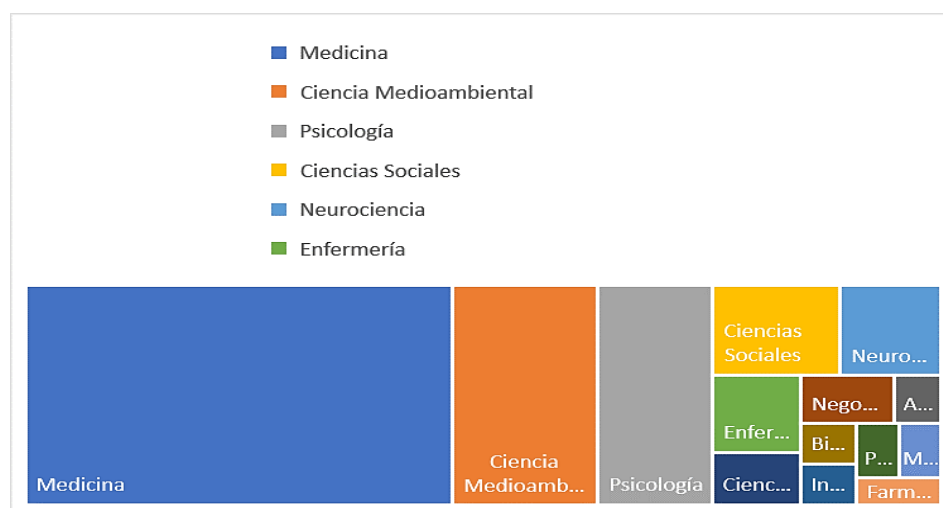
Área	No. Documentos
Medicina	41
Ciencia Medioambiental	14

Área	No. Documentos
Psicología	11
Ciencias Sociales	5
Neurociencia	4
Enfermería	3
Ciencias Agrícolas y Biológicas	2
Negocios, Gestión y Contabilidad	2
Artes y Humanidades	1
Bioquímica, Genética y Biología Molecular	1
Ingeniería	1
Profesiones de la Salud	1
Multidisciplinarias	1
Farmacología, Toxicología y Farmacia	1

Nota. Adaptado de Scopus.

Figura 12

Distribución de Áreas del conocimiento en los documentos



Nota. Adaptado de Scopus.

7.4.1.7 Documentos Más Citados. En la tabla 7 se muestran los 5 artículos más citados. Los 5 documentos pertenecen al año 2020, naturalmente han estado más tiempo publicados y han sentado las bases de muchos trabajos investigativos, como lo es el presente estado del arte. Como es de esperarse, el artículo más citado es una investigación llevada a cabo en China, país donde el virus apareció por primera vez y fueron los primeros en enfrentarse al confinamiento obligatorio con el fin de detener la propagación.

Tabla 7*Artículos más citados*

Título	Autor(es)	Año	Revista	Citas
<i>Unprecedented disruption of lives and work: Health, distress and life satisfaction of working adults in China one month into the COVID-19 outbreak</i>	Zhang S.X., Wang Y., Rauch A., Wei F.	2020	Psychiatry Research	206
<i>Prevalence of and Risk Factors Associated with Mental Health Symptoms among the General Population in China during the Coronavirus Disease 2019 Pandemic</i>	Shi L., Lu Z.-A., Que J.-Y., Huang X.-L., Liu L., Ran M.-S., Gong Y.-M., Yuan K., Yan W., Sun Y.-K., Shi J., Bao Y.-P., Lu L.	2020	JAMA Network Open	130
<i>Work-related and personal factors associated with mental well-being during the COVID-19 response: Survey of health care and other workers</i>	Evanoff B.A., Strickland J.R., Dale A.M., Hayibor L., Page E., Duncan J.G., Kannampallil T., Gray D.L.	2020	Journal of Medical Internet Research	26
<i>Nonrelocatable occupations at increased risk during pandemics: United states, 2018</i>	Baker M.G.	2020	American Journal of Public Health	22
<i>Impact of coronavirus disease (COVID-19) pandemic on health professionals</i>	Sethi B.A., Sethi A., Ali S., Aamir H.S.	2020	Pakistan Journal of Medical Sciences	13

Nota. Adaptado de Scopus.

7.4.1.8 Palabras Clave Más Usadas. Finalmente, dentro de los 59 artículos seleccionados, se pueden encontrar ciertas palabras clave que fueron comunes entre los documentos. Dichas palabras se pueden observar en la tabla 8.

Tabla 8

Palabras clave más usadas

Palabras clave	No. De documentos
<i>COVID-19</i>	41
<i>Mental health</i>	19
<i>Pandemic</i>	11
<i>depression</i>	5
<i>Stress</i>	5
<i>Anxiety</i>	5

Nota. Adaptado de Scopus.

Vale la pena destacar que estas son exactamente las palabras que aparecen repetidas en dichos documentos, sin embargo, hay muchas otras que se parecen entre sí, pero al no ser exactamente las mismas, no entran en la tabla 8. Por ejemplo, se encuentran palabras claves que se repiten constantemente como: coronavirus; mental; psychological; physical; online; employment; self; social; well-being; work (con sus sufijos); tele (con sus sufijos), entre otras. Se puede resaltar que los autores se enfocan en usar palabras que están directamente relacionadas con la fuente del riesgo y la exposición ocupacional de los trabajadores.

7.4.2 Conclusiones Generales Del Análisis Bibliométrico

Mediante la construcción del análisis estadístico (bibliométrico), se pueden destacar algunos puntos importantes.

Primeramente, la producción científica acerca de los temas tratados en esta investigación es muy reciente y cada día se publican más documentos que construyen el conocimiento en estas áreas, como es el caso del presente estado del arte.

Cuando se examinan la procedencia de los diferentes manuscritos, haciendo referencia a los autores y entidades que emiten y patrocinan los documentos, se logra ver que no es un tópico del cual se estudie en determinados lugares específicos en el mundo, sino que se puede divisar un atractivo del mundo en general para indagar sobre la problemática.

Finalmente, cabe la pena resaltar que es evidenciable la evolución en los temas a medida que pasa el tiempo, pues hay cada vez menos dudas y más certezas acerca de todos los problemas que trajo consigo la pandemia, ya sean físicos, psicológicos, económicos y sociales.

8. Análisis De La Revisión Documental

Con el propósito de identificar los daños a la salud mental para categorizarlos y clasificarlos, se realizó el análisis de manera detallada a cada uno de los documentos escogidos.

En primera estancia, Zhang S.X et al., (2020) en la investigación más citada hasta la fecha “Unprecedented disruption of lives and work: Health, distress and life satisfaction of working adults in China one month into the COVID-19 outbreak” mencionan que las medidas de confinamiento adoptadas en China han perturbado enormemente el trabajo y la vida de las personas y, por lo tanto, pueden tener importantes implicaciones para su salud y bienestar. En general, las personas que tuvieron que dejar de trabajar mostraron una peor salud mental que las que siguieron sus labores desde la oficina y los que tuvieron la oportunidad de hacerlo desde sus casas. Hubo menos diferencias entre las personas que trabajaban en casa y en oficinas, excepto que las que

trabajaban en casa informaron más limitaciones por problemas físicos que las que trabajaban en oficinas.

Por su parte, Shi L et al., (2020) encontraron que las personas que no habían podido regresar al trabajo presentaron síntomas de depresión, ansiedad, insomnio y estrés agudo, además, estar en el trabajo se asoció con un menor riesgo de tener síntomas de depresión ansiedad e insomnio. Entre las personas que habían regresado al trabajo, las que trabajaban en casa tenían un mayor riesgo de presentar estos síntomas de salud mental en comparación con las que no trabajaban en casa.

Evanoff B.A et al., (2020) realizaron su investigación entre los profesores y el personal de una universidad y su centro médico académico donde la mayoría del profesorado (60,6%) y el personal (76,5%) trabajaban desde casa. Ellos encontraron una alta prevalencia de estrés, ansiedad, depresión, agotamiento laboral y empeoramiento del bienestar entre los empleados universitarios clínicos y no clínicos encuestados.

Baker M.G., (2020) en su documento “Nonrelocatable occupations at increased risk during pandemics: United states, 2018” menciona que la exposición a un evento de desplazamiento laboral debido a la pérdida voluntaria o involuntaria del trabajo derivada de un despido, reducción de personal o cierre de una planta está relacionada con una variedad de resultados adversos de salud mental que incluyen depresión, suicidio y estrés, cambios negativos en la dieta; y resultados de salud física como enfermedad coronaria y otros marcadores fisiológicos de salud adversa, sin embargo, solo alrededor del 25% de la fuerza laboral de EE. UU. está en trabajos que podrían continuar haciéndose en casa durante un evento pandémico.

En el trabajo investigativo “Impact of coronavirus disease (COVID-19) pandemic on health professionals” de Sethi B.A et al., (2020) se concluyó que los trabajadores de la salud que

empezaron a realizar sus labores desde casa están ansiosos, con exceso de trabajo y financieramente inestables. Esto concuerda con Conroy D.A et al., (2021), cuya investigación arrojó resultados como informaron el empeoramiento del estado de ánimo de los trabajadores de la salud y el estado de ánimo fue en general peor durante el pedido de quedarse en casa.

El artículo “A rapid review of mental and physical health effects of working at home: how do we optimise health?” de Oakman J et al., (2020) dio como resultados problemas relacionados con la salud física como: dolor, salud autoinformada y seguridad percibida y los relacionados con la salud mental fueron: malestar, estrés, depresión, fatiga, baja calidad de vida, tensión e infelicidad.

Yang Y et al., (2020) hablan de la importancia que tiene el uso de las redes sociales durante un evento pandémico tal como el COVID-19, por ejemplo, en China, los niveles más altos de exposición a las redes sociales se asociaron positivamente con la probabilidad de ansiedad y depresión.

Otra investigación basada en el personal de una universidad fue la realizada por Van Der Feltz-Cornelis C.M. et al., (2020) en la cual los resultados mostraron que el 79% informó niveles elevados de estrés debido al COVID-19. El 66% informó que COVID-19 elevó su nivel de estrés laboral. Casi una cuarta parte del personal (22,1%) tenía puntuaciones de ansiedad que indicaban un probable trastorno de ansiedad y el 24% informó puntuaciones de depresión que indicaban un probable trastorno depresivo. Además, se pudo concluir que Los niveles de estrés, ansiedad y depresión, están correlacionados y asociados con presentismo y absentismo y en el personal, el (66,2%) eran no resilientes y el (33,8%) eran resilientes.

Aperribai L et al., (2020) ponen de manifiesto en el artículo “Teacher's Physical Activity and Mental Health During Lockdown Due to the COVID-2019 Pandemic” que los docentes

perciben una disminución en el contacto con su familiar que podría estar relacionado con el teletrabajo y el consecuente aumento de la carga de trabajo y los profesores perciben la distancia a pesar de la relación en línea y extrañan el contacto físico en sus relaciones. La situación de encierro ha generado grandes problemas en la vida de los docentes, como lo demuestra la presión que los métodos educativos online les han impuesto: muchas horas de trabajo y dificultades por la falta de contacto físico o por los obstáculos creados en compaginar la vida personal con la familiar.

La investigación llevada a cabo en Turquía por Duran S., Erkin Ö., (2021) encontró problemas en cuanto a los niveles de angustia psicológica en los trabajadores remotos, esto debido a problemas para adaptarse a este proceso desconocido.

Otro grupo de trabajadores en los que se encontraron efectos en su salud mental fue en los artistas, así quedó registrado en el documento “The Effects of COVID-19 Lockdown 1.0 on Working Patterns, Income, and Wellbeing Among Performing Arts Professionals in the United Kingdom (April–June 2020)” de Spiro N et al., (2020). Los autores encontraron problemas de ansiedad y sentimientos de soledad producidos por aislamiento obligatorio y otros factores.

Estas circunstancias ligadas al aislamiento y trabajo en casa que pueden producir daños en la salud mental de las personas son explicadas muy bien por la doctora Gillian Isaacs Russell (2020), cuya entrevista está registrada en el artículo “REMOTE WORKING DURING THE PANDEMIC: A Q&A WITH GILLIAN ISAACS RUSSELL Questions from the Editor and Editorial Board of the BJP”.

Moreira P.S et al., (2021) por su parte, hallaron en sus resultados síntomas graves de depresión, ansiedad y estrés en el 7,6%, 9,1% y 9,3% de la muestra de los adultos estudiados en Portugal. Sin embargo, encontraron un mejor nivel de vida entre los que seguían trabajando (de forma remota o presencial) que en los no trabajadores.

Chee M.J et al., (2020) concluyeron que el estrés laboral aumentó, y a su vez esto ocasionó un aumento de los informes de ansiedad y depresión. Además, el cambio en la modalidad de empleo se asoció con un estado de ánimo alterado y una alimentación poco saludable.

En los Estados Unidos, Christensen S.R et al., (2020) encontraron que los niveles más altos de interrupción y el empeoramiento de la salud mental entre los empleados probablemente se deben a la interrupción de las rutinas diarias, la inseguridad laboral o la ausencia de una interacción social valiosa.

El acceso a la información y la cantidad de material informativo que se consume es un factor importante que ocasiona distrés (estrés negativo) y angustia psicológica, tal hallazgo se encuentra en “Information on COVID-19 and psychological distress in a sample of non-health workers during the pandemic period” de Ruiz-Frutos C et al., (2020).

En el artículo “Impacts of Working from Home during COVID-19 Pandemic on Physical and Mental Well-Being of Office Workstation Users”, de Xiao Y et al., (2021) se puede ver que la reducción del bienestar físico se correlacionó moderadamente con la reducción del bienestar mental y el número de nuevos problemas de salud (mental y física) se asoció con varios aspectos físicos del espacio de trabajo en el hogar. Alrededor de dos tercios de los encuestados informaron tener uno o más problemas nuevos de salud física, y casi tres cuartos de los encuestados experimentaron al menos un nuevo problema de salud mental.

Bulińska-Stangrecka H., Bagieńska A., (2021) indicaron en su documento “The role of employee relations in shaping job satisfaction as an element promoting positive mental health at work in the era of covid-19” que, en una situación de trabajo a distancia, hay menos oportunidades de preguntar a los compañeros sobre su bienestar y construir lazos sociales en el trabajo, lo que puede contribuir a la depresión o al deterioro de la salud mental.

En Arabia Saudita se encontró que trabajar desde casa en forma aislada se asocia con depresión y ansiedad, además, trabajar desde casa en una habitación separada y aislada era un factor de predicción del desarrollo de la depresión. Dicha información la encontramos en el artículo “Mental Health Outcomes Amongst Health Care Workers During COVID 19 Pandemic in Saudi Arabia” de Al Ammari M et al., (2021).

Savolainen I et al., (2021) hallaron dentro de una muestra de trabajadores finlandeses que la ansiedad por COVID-19 se asoció significativamente con el cambio de las situaciones laborales tradicionales de los empleados y el desafío de sus circunstancias sociales.

Mientras tanto, en India, según las experiencias de “Prachi”, una mujer nativa del país, es notable cómo las trabajadoras pueden considerar que la flexibilidad de trabajar desde casa es una limitación, esto debido a una carga excesiva de trabajo y tareas domésticas que recaen sobre las mujeres. Estas reflexiones compartidas por medio de una entrevista personal están registradas en « “Two hours extra for working from home”: Reporting on gender, space, and time from the Covid-field of Delhi, India» de Islam A., (2021).

Estrada-Muñoz C et al., (2021) muestran el nivel elevado de estrés que experimentan los docentes de educación primaria y secundaria en el contexto de la pandemia COVID-19, en Chile, asociado con diversos factores, entre ellos el uso de tecnología, ocasionando “tecnoestrés”.

En el experimento natural registrado en el documento “Covid-19 shelter-at-home and work, lifestyle and well-being in desk workers”, Barone Gibbs B et al., (2021) descubren que el cambio hacia el trabajo remoto ocasionó impactos negativos incluyendo un comportamiento más sedentario en días no laborales, reducción de la calidad del sueño, mayor alteración del estado de ánimo, reducción de la calidad de vida y reducción de la salud laboral.

También, Delaney R.K et al., (2021) encontraron estrés generalizado en una encuesta de 5030 profesores, personal y aprendices de un sistema de salud de EE. UU.

Escudero-Castillo I et al., (2021) confirman lo que ya se había concluido en la literatura precedente, es a saber, que el teletrabajo tiene un impacto adverso en el bienestar autopercebido, pero en menor medida que la ausencia o el desempleo.

En el artículo “Social isolation among teleworkers in the context of the COVID-19 pandemic: Indications for organising telework with respect to social needs”, Lengen J.C et al., (2021) basan su investigación en el riesgo de sufrir estrés psicológico dado el contexto de la pandemia.

“Competing Roles and Expectations: Preliminary Data from an Agricultural Extension Survey on COVID-19 Impacts” de Sampson S et al., (2021) es un artículo muestra la prevalencia de altos niveles de ansiedad y estrés entre los trabajadores remotos del sector agrícola a lo largo de los Estados Unidos.

Yoshimoto T et al., (2021) encontraron asociamiento entre el aumento en el estrés psicológico desde la pandemia de COVID-19 con el aumento del dolor físico entre los teletrabajadores que lo padecían.

Pirzadeh P., Lingard H., (2021) examinaron las experiencias del teletrabajo en el hogar en una muestra de empleados de la construcción basados en proyectos durante la pandemia de COVID-19. El estudio encontró una disminución gradual y constante en el bienestar mental de los participantes durante el período de recopilación de datos.

Entre los adultos mayores que aún no están retirados, tener dificultades para adaptarse a trabajar desde casa predijo depresión y ansiedad, así quedó demostrado en el estudio realizado por

Tyler C.M et al., (2021) que lleva por título “A study of older adults’ mental health across 33 countries during the covid-19 pandemic”.

El estudio exploratorio “Having to work from home: Basic needs, well-being, and motivation” de Schade H.M et al., (2021) hace mención a las capacidades de adaptación de los trabajadores a fin de ser productivos y prosperar en general. A pesar de esto, el relacionamiento con los compañeros de trabajo se ve considerablemente afectado cuando se trabaja desde casa, lo que puede afectar la motivación, productividad y satisfacción laboral.

van Niekerk R.L., van Gent M.M., (2021) corroboraron la afectación de la salud mental afectada por la pandemia de COVID-19 entre empleados universitarios en Sudáfrica, lo que provocó un mayor riesgo de problemas de salud mental como depresión, ansiedad y estrés.

Goldfarb Y et al., (2021) ofrecen una primera visión de las experiencias de los empleados autistas israelíes del trabajo remoto desde casa en relación con la asistencia física al lugar de trabajo. Para muchos, la oportunidad de trabajar desde casa les permitió mantener el empleo bajo las restricciones de COVID-19, evitando la preocupante posibilidad de desempleo. Sin embargo, también se presentaron desventajas como problemas técnicos, complicaciones en la comunicación, falta de productividad y exceso en la carga laboral.

El impacto de la pandemia en países latinoamericanos, como Ecuador, se preveía peor que el de muchos de la región, así lo mencionan Ramos V et al., (2020) en el artículo “Teletrabajo en tiempos de COVID-19”. En este trabajo se confirma que el teletrabajo bajo el contexto de la pandemia es fuente de un aumento del estrés y otros estados negativos como la depresión, además se corrobora que cuando no hay recursos ni condiciones para el teletrabajo hay una afectación de la salud mental.

El agotamiento o Burnout fue un trastorno con una alta tasa entre profesores de primaria en Marruecos durante la etapa de confinamiento en este país. Tal hallazgo se encuentra registrado por Amri A et al., (2020) en el artículo “Assessment of burnout among primary teachers in confinement during the covid-19 period in morocco: Case of the kenitra”.

Una investigación que difiere con el resto fue la realizada en Alemania y Suiza por Tušl M et al., (2021) a los empleados, quienes a pesar de tener que trabajar de manera remota junto a los problemas que trajo la pandemia, tuvieron un impacto positivo más fuerte en la vida privada que los que siguieron trabajando desde oficina con horarios reducidos o los que perdieron el empleo.

Los docentes de la facultad de medicina de la Universidad de Porto, Portugal, presentaron niveles altos de agotamiento personal en el 41.2% de los participantes y alto agotamiento relacionado con el trabajo en el 37.3%. Miguel C et al., (2021) fueron las personas que llevaron cabo este estudio.

Por su parte, en los trabajadores de la salud en Brasil que se vieron obligados a trabajar de manera remota como los psicólogos, nutricionistas y farmacéuticos, se observó una alta prevalencia de síntomas de depresión, ansiedad, estrés e impacto psicológico. Dicho hallazgo está presente en “Symptoms related to mental disorder in healthcare workers during the COVID-19 pandemic in Brazil” de Campos J.A.D.B et al., (2021).

El caso del artículo “Mental Health Stressors in Higher Education Instructors and Students in Mexico During the Emergency Remote Teaching Implementation due to COVID-19” de Zapata-Garibay R et al., (2021) encontró que la presencia de signos y síntomas relacionados con afecciones de salud mental como estrés, se presentó comúnmente en las mujeres docentes.

Krug H et al., (2021) encontraron que, en el contexto de una pandemia, cuyos efectos se han dejado sentir tanto por el aumento del distanciamiento físico como por la propagación del

virus mismo, la capacidad de construir conexión social y solidaridad parecería ser particularmente importante.

Ray C.D., (2021) también detectó desconexión social y sentimiento de soledad por parte de la población de adultos en los Estados Unidos durante los primeros meses de COVID-19, factores que contribuyen al desarrollo de depresión.

“COVID-19 Lockdown in Portugal: Challenges, Strategies and Effects on Mental Health”, artículo de Vieira D.A., Meirinhos V., (2021) estudia las experiencias y la salud mental de las personas en la sexta semana consecutiva de encierro en Portugal. En este estudio se concluye que las mujeres fueron más afectadas en su salud mental, y se recomiendan acciones estratégicas para mitigar el impacto.

En su estudio, Szlamka Z et al., (2021) encontraron problemas en la salud mental como: frecuencia de miedo, ansiedad e incluso ataques de pánico, estado de ánimo depresivo, fatiga, trastornos de la alimentación y del sueño, desesperanza, pérdida de interés y motivación y, en ocasiones, comportamiento impulsivo.

La revisión global de los impactos en la salud mental por el COVID-19 desarrollada por Blizniewska-Kowalska K.M et al., (2021) presenta que la cuarentena puede ir acompañada de estrés, que a su vez pueden inducir trastornos de estrés agudo, ansiedad, irritabilidad, falta de concentración, indecisión, deterioro del rendimiento laboral, síntomas de estrés postraumático, angustia psicológica, síntomas depresivos e insomnio.

Merino M.D et al., (2021) demuestran mediante su investigación que el trabajo está relacionado con el distrés o malestar sufrido entre los ciudadanos.

El artículo “Labour Market Attachment, Workplace Infection Control Procedures and Mental Health: A Cross- Sectional Survey of Canadian Non-healthcare Workers during the

COVID-19 Pandemic” de Smith P.M et al., (2021) deja en evidencia que trabajar de manera remota sin programas de control de infecciones y la provisión de EPP por parte de los empleadores puede ocasionar prevalencia de síntomas de ansiedad y depresión.

Salazar A et al., (2021) realizaron hallazgos referentes a los niveles de estrés, ansiedad y depresión que presentó personal universitario.

Zito M et al., (2021) confirmaron hipótesis que relacionan el tecnoestrés como fuente de estrés con problemas psicofísicos como malestar psicológico, ansiedad y trastornos físicos.

El primer trabajo destacó las experiencias y necesidades de las enfermeras en salud mental durante la pandemia fue el realizado por Foye U et al., (2021) en Reino Unido. En este artículo se menciona los desafíos del rápido cambio hacia el trabajo remoto en los servicios comunitarios.

Mojtahedzadeh N et al., (2021) relacionan el trabajo en casa con el aumento del estrés psicológico.

Un estudio más que indagó sobre la salud mental de los artistas durante el contexto de la pandemia por COVID-19 fue el realizado por Stuckey M et al., (2021) en el cual se estudian factores físicos y psicológicos como la fatiga, ansiedad, distrés psicológico, resiliencia y esfuerzo percibido, con el fin de diseñar intervenciones que apoyen a los artistas en un momento de intensa adversidad.

Izdebski Z.W., Mazur J., (2021) en la investigación “Changes in mental well-being of adults in the early period of the COVID-19 pandemic with reference to their occupational activity and remote work” estudiaron la población polaca y encontraron que un porcentaje significativo de los encuestados declaró la intensificación de los síntomas alarmantes y, con mayor frecuencia, enumeraron los síntomas definidos como "desaliento, depresión, períodos de malestar ". También

encontraron señales más frecuentes de problemas mentales reportadas por mujeres que por hombres.

Skipor S.I., Vorobieva A.E., (2021) llegaron a la conclusión de que, en Rusia, los psicólogos que empezaron a trabajar remotamente se adaptaron bien, no obstante, un tercio de los encuestados presentó cuadros de estrés.

Para Dos Santos G.M.R.F et al., (2021) El modelo de docencia remota impacta no solo en las dimensiones económica, afectiva y ética del profesorado, sino también en las dimensiones motivacionales, provocando desánimo, depresión, ansiedad y agotamiento.

Algunos profesores de deportes tuvieron dificultades para trabajar desde casa o simplemente para estar solos, lo que los llevó al aislamiento y al aburrimiento. Así lo destacan Winkelmann Z.K., Games K.E., (2021).

Puchkova E.B et al., (2021) reafirmó los hechos de la buena adaptación entre la población rusa en su investigación enfocada hacia los profesores universitarios, sin embargo, dejan en claro que la reestructuración del modelo de trabajo significará un alto costo psicológico.

Kim Y.-J., Kim E.-S., (2020) realizaron el estudio en Corea del Sur con el fin de proporcionar datos que deben tenerse en cuenta a la hora de diseñar intervenciones destinadas a superar las dificultades emocionales en situaciones como la pandemia de la COVID-19. Se encontró que las mujeres presentan más ansiedad fóbica que los hombres, como resultado de la mayor carga de las tareas domésticas y el cuidado de los niños, junto con la ansiedad laboral experimentada.

En el artículo “Remote working – lessons from the COVID-19 pandemic and lockdown” del cual el nombre del autor no está disponible, se reflexiona acerca de la importancia del contacto interpersonal como medida primordial para no afectar la salud psicológica.

9. Matriz De Clasificación Y Categorización De Temas

Después de haber realizado una revisión minuciosa en cada uno de los documentos, se encontraron 11 temas principales que estuvieron presentes en los contenidos de la revisión documental, en los cuales sus autores basaron las investigaciones en busca de conclusiones que aportan al conocimiento de la materia en cuestión. Los temas son los siguientes:

T1: Salud Mental

T2: Salud Física

T3: Bienestar Social

T4: Bienestar Financiero

T5: Salud Ocupacional

T6: Uso de Tecnología

T7: Análisis de Género

T8: Trabajo en Casa/ Teletrabajo

T9: Educación Virtual

T10: Atención Médica/ Telemedicina

T11: Ideología Política

Dichos temas quedaron distribuidos en los 59 documentos de la siguiente manera:

Tabla 9*Matriz de Clasificación y Categorización de Temas*

Autores/Tema	Salud mental	Salud física	Bienestar social	Bienestar financiero	Salud ocupacional	Uso de tecnología	Análisis de género	Trabajo en casa/ Teletrabajo	Educación virtual	Atención médica/ Telemedicina	Ideología Política
Zhang S.X et al., (2020)	✓	✓			✓			✓			
Shi L et al., (2020)	✓				✓			✓			
Evanoff B.A et al., (2020)	✓				✓			✓	✓		
Baker M.G., (2020)	✓	✓			✓	✓		✓			
Sethi B.A et al., (2020)	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	
Conroy D.A et al., (2021)	✓	✓			✓	✓		✓		✓	
Oakman J et al., (2020)	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓			
Yang Y et al., (2020)	✓					✓		✓			
Van Der Feltz-Cornelis C.M. et al., (2020)	✓	✓	✓		✓		✓	✓	✓		
Aperribai L et al., (2020)	✓	✓	✓		✓	✓		✓	✓		
Duran S. & Erkin Ö., (2021)	✓	✓			✓			✓			
Spiro N et al., (2020)	✓		✓		✓			✓	✓		
Isaacs Russell G., (2020)	✓	✓				✓		✓		✓	
Moreira P.S et al., (2021)	✓					✓		✓			
Chee M.J et al., (2020)	✓	✓	✓	✓				✓			
Christensen S.R et al., (2020)	✓		✓	✓	✓			✓			✓
Ruiz-Frutos C et al., (2020)	✓				✓		✓	✓			
Xiao Y et al., (2021)	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓			
Bulińska-Stangrecka H. & Bagieńska A., (2021)	✓		✓		✓	✓		✓			
Al Ammari M et al., (2021)	✓	✓			✓			✓		✓	
Savolainen I et al., (2021)	✓		✓		✓	✓		✓			
Islam A., (2021)	✓				✓		✓	✓			

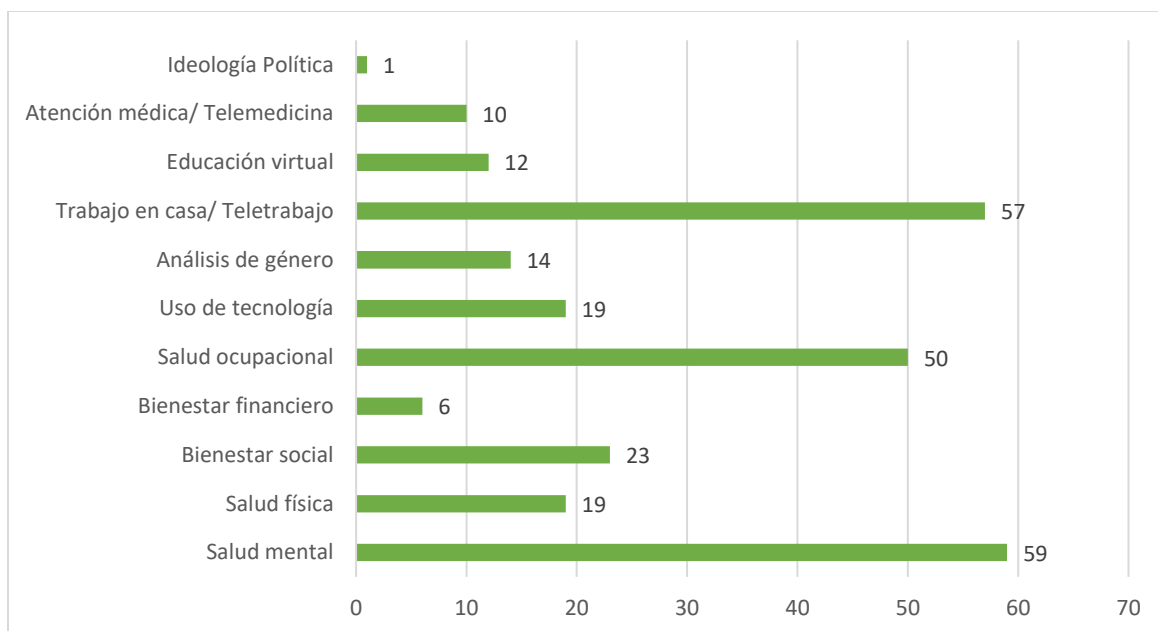
Autores/Tema	Salud mental	Salud física	Bienestar social	Bienestar financiero	Salud ocupacional	Uso de tecnología	Análisis de género	Trabajo en casa/ Teletrabajo	Educación virtual	Atención médica/ Telemedicina	Ideología Política
Estrada-Muñoz C et al., (2021)	✓				✓	✓	✓	✓	✓		
Barone Gibbs B et al., (2021)	✓	✓	✓		✓	✓		✓			
Delaney R.K et al., (2021)	✓				✓		✓	✓			
Escudero-Castillo I et al., (2021)	✓				✓			✓			
Lengen J.C et al., (2021)	✓		✓		✓			✓			
Sampson S et al., (2021)	✓				✓			✓			
Yoshimoto T et al., (2021)	✓	✓			✓			✓			
Pirzadeh P. & Lingard H., (2021)	✓				✓			✓			
Tyler C.M et al., (2021)	✓		✓		✓			✓			
Schade H.M et al., (2021)	✓		✓		✓			✓			
van Niekerk R.L. & van Gent M.M., (2021)	✓				✓	✓	✓	✓	✓		
Goldfarb Y et al., (2021)	✓				✓	✓		✓			
Ramos V et al., (2020)	✓				✓			✓			
Amri A et al., (2020)	✓				✓			✓	✓		
Tušl M et al., (2021)	✓		✓		✓			✓			
Miguel C et al., (2021)	✓		✓		✓	✓		✓	✓	✓	
Campos J.A.D.B et al., (2021)	✓				✓			✓		✓	
Zapata-Garibay R et al., (2021)	✓				✓	✓	✓	✓	✓		
Krug H et al., (2021)	✓		✓		✓			✓			
Ray C.D., (2021)	✓		✓								
Vieira D.A. & Meirinhos V., (2021)	✓						✓	✓			
Szlamka Z et al., (2021)	✓				✓				✓	✓	
Blizniewska-Kowalska K.M et al., (2021)	✓	✓			✓			✓			
Merino M.D et al., (2021)	✓		✓		✓			✓			

Autores/Tema	Salud mental	Salud física	Bienestar social	Bienestar financiero	Salud ocupacional	Uso de tecnología	Análisis de género	Trabajo en casa/ Teletrabajo	Educación virtual	Atención médica/ Telemedicina	Ideología Política
Smith P.M et al., (2021)	✓				✓		✓	✓			
Salazar A et al., (2021)	✓	✓			✓		✓	✓			
Zito M et al., (2021)	✓		✓		✓	✓		✓			
Foye U et al., (2021)	✓				✓			✓		✓	
Mojtahedzadeh N et al., (2021)	✓	✓			✓			✓			
Stuckey M et al., (2021)	✓	✓	✓					✓			
Izdebski Z.W. & Mazur J., (2021)	✓				✓		✓	✓			
Skipor S.I. & Vorobieva A.E., (2021)	✓	✓	✓		✓	✓		✓		✓	
Dos Santos G.M.R.F et al., (2021)	✓			✓	✓			✓		✓	
Winkelmann Z.K. & Games K.E., (2021)	✓				✓			✓	✓		
Puchkova E.B et al., (2020)	✓				✓	✓		✓			
Kim Y.-J., Kim E.-S., (2020)	✓						✓	✓			
[Nombre del autor no disponible] (2020)	✓		✓			✓		✓			

Se procedió a remplazar los espacios vacíos por 0 y las marcas de verificación por 1 con el fin de analizar los datos, la matriz resultante se encuentra adjunta en la sección de anexos. Dicho análisis arrojó los resultados representados en las siguientes gráficas.

Figura 13

Número de documentos por temas



Como se evidencia en la matriz de clasificación y categorización de temas presentada y en el gráfico de barras anterior, los temas “salud mental”, “salud ocupacional” y “trabajo en casa/teletrabajo” tuvieron aparición en la mayoría de los documentos analizados, son mencionados en 59 (100%), 50 (85%) y 57 (97%) artículos respectivamente. Esto es coherente con los objetivos de la presente investigación, pues se espera que los documentos escogidos bajo los criterios de exclusión indaguen, estudien y analicen la salud mental de los trabajadores que están realizando sus labores de manera remota por causa de la pandemia generada por el virus CoVid-19.

De igual manera, otros temas que estuvieron presentes en casi una tercera parte de los manuscritos fueron “salud física”, “bienestar social” y “uso de la tecnología”, puesto que se relacionan con los 3 temas principales anteriormente presentados.

Los análisis de género tuvieron presencia en 24 documentos que representan un 24% del total de artículos estudiados, lo que indica que una cantidad relevante de autores consideraron como hipótesis que el género influye en el grado de afectación que sufren los trabajadores remotos respecto a su salud mental.

Dentro del compilado de artículos, hubo únicamente uno de estos que relacionó la salud mental bajo el contexto de la pandemia con la ideología política. A pesar de que solo tuvo presencia en un documento, es necesario asignarlo dentro de la matriz, pues es un tema que se diferencia de los demás.

10. Matriz De Clasificación Y Categorización De Trastornos Mentales

Después de categorizar los temas encontrados, se dispuso a clasificar los trastornos mentales que los autores hallaron en sus respectivas investigaciones. En los 59 documentos se pudo hacer evidencia de los siguientes:

Tr 1: Estrés

Tr 2: Burnout

Tr 3: Ansiedad

Tr 4: Depresión

Tr 5: Angustia

Tr 6: Sentimiento de Soledad

Tr 7: Estado del Ánimo alterado

Tr 8: Trastornos Alimentarios

Tr 9: Trastornos de Sueño

Tr 10: Fobias

Tr 11: Deterioro del Bienestar Mental

Este último ítem, como es evidente, no es un trastorno mental propiamente dicho, pues cuando se habla de la presencia de cualquier enfermedad mental, se hace referencia al deterioro del bienestar mental indiferentemente en qué medida. Sin embargo, se decidió fijar dicho ítem en la matriz, pues los artículos que asignamos en este “trastorno” no hablan de una enfermedad en específico, no obstante, mencionan que se presentó una disminución del bienestar mental o psicológico en la población analizada.

Por consiguiente, la matriz de clasificación de los trastornos mentales encontrados quedó dispuesta de la siguiente manera:

[illegible]

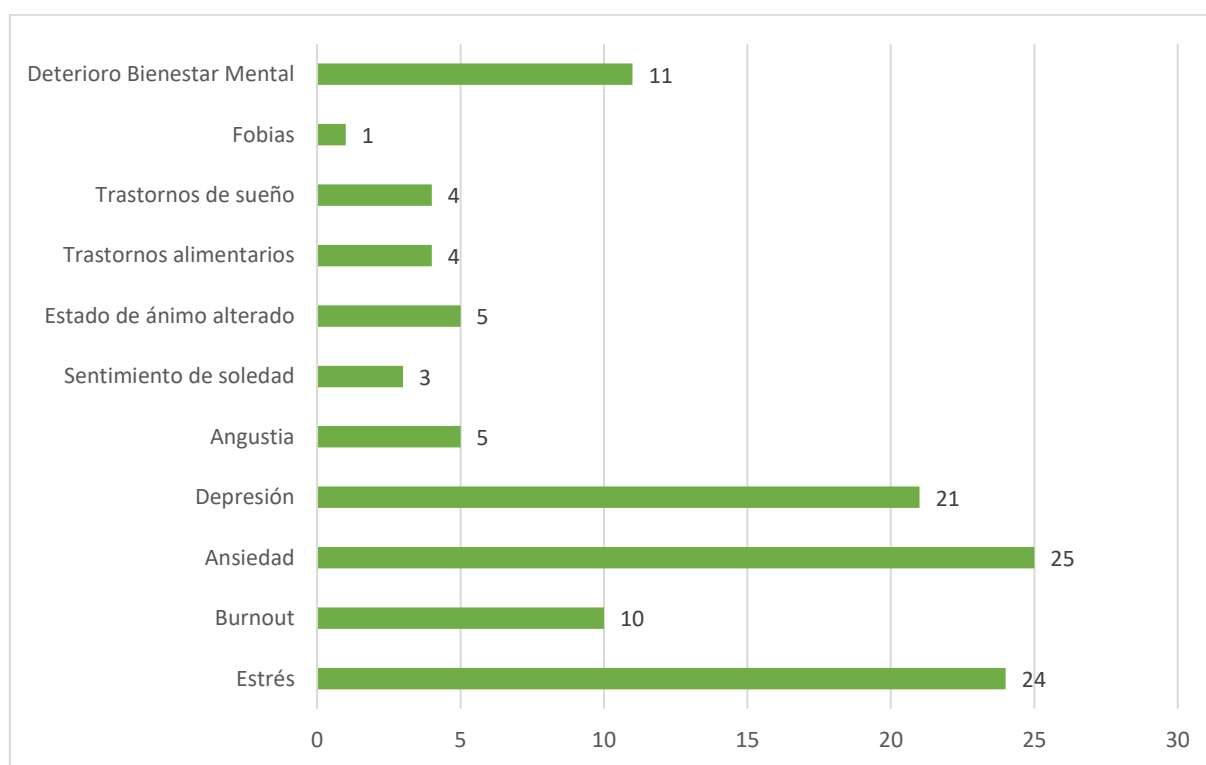
[illegible]

Siguiendo el mismo procedimiento realizado anteriormente, se obtuvo la matriz base para hacer el análisis de los datos relacionados con los trastornos, obteniendo como resultado las siguientes gráficas que nos permiten observar la relevancia de cada trastorno dentro de los artículos seleccionados para la presente investigación, y la correlación entre ellos.

El gráfico de barras que se presenta a continuación refleja la presencia de cada trastorno en los artículos de investigación analizados.

Figura 14

Número de documentos por trastornos mentales

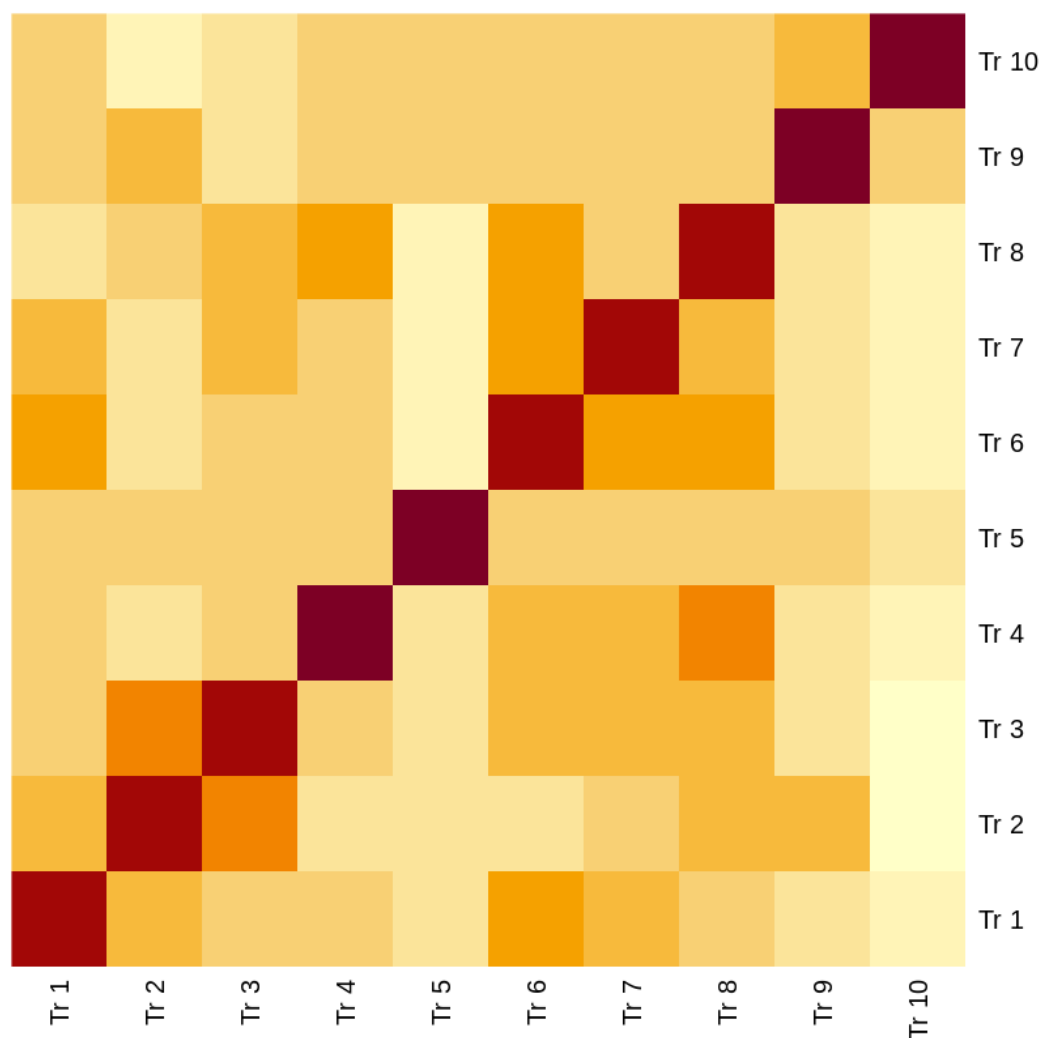


Como se puede observar en la matriz, con ayuda del gráfico de barras, los trastornos mentales que se mencionan en el mayor número de artículos son la depresión, el estrés y la ansiedad que se tratan en 21 (36%), 24 (41%) y 25 (42%) artículos estudiados, respectivamente. Este hallazgo es congruente con la información preliminar a la revisión documental, en la cual se divisaba la presencia predominante de estos tres trastornos.

Posteriormente, se utilizó el coeficiente de correlación de Spearman para construir matriz de correlación entre trastornos, presente en la sección de anexos, en base a ella se generó el mapa de calor presentado a continuación.

Figura 15

Mapa de calor basado en la correlación entre trastornos mentales

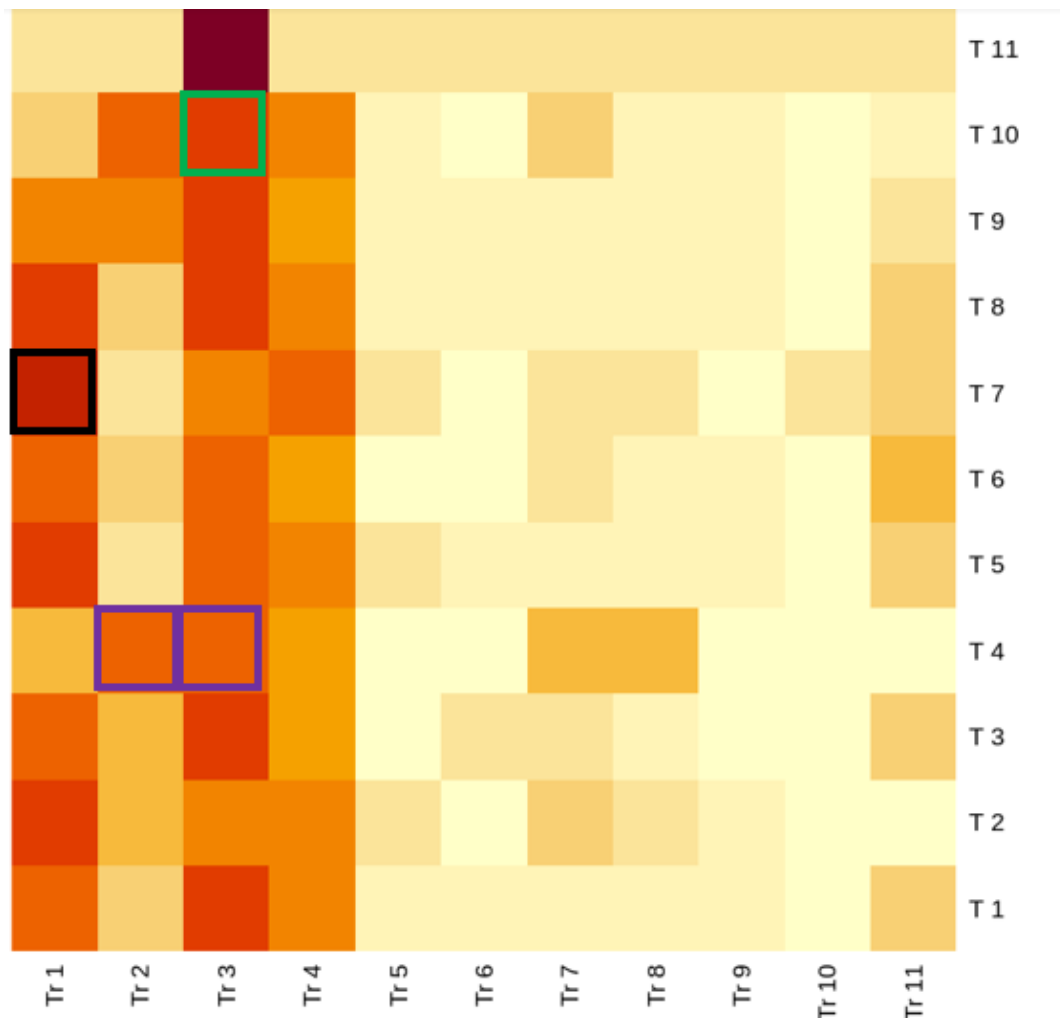


El mapa de calor expuesto previamente evidencia la correlación entre trastornos, se concluye que las correlaciones más relevantes son: Tr 2 (Burnout) - Tr 3 (Ansiedad) con un coeficiente de 0,43711086, seguida por Tr 4 (Depresión) – Tr 8 (Trastornos alimentarios), Tr 6 (Sentimiento de soledad) – Tr 8 y Tr 7 (Estado del ánimo alterado) – Tr6 , con un coeficiente de 0,4020988705, y finalmente, Tr 1 (Estrés) -Tr 6 con 0,349159449.

Además, se llevó a cabo un análisis que relaciona los temas y trastornos estudiados basado en la matriz de contingencia adjunta en la sección de anexos, de esta manera, se presenta un mapa de calor como representación gráfica de la matriz mencionada.

Figura 16

Mapa de calor entre temas y trastornos mentales



Al analizar el mapa de calor se encuentran algunas relaciones interesantes. En primera instancia se puede destacar la relación más fuerte, que se presenta entre T7 (Análisis de género) y Tr 1 (Estrés) enmarcada en color negro, de los 14 artículos que hablan de este tema, 8 (57,14%) de ellos mencionan el Tr 1, se posiciona en primer lugar debido a que este tema no se relaciona de

manera significativa con ningún otro trastorno; Seguida de las relaciones de T4 (Bienestar financiero) con Tr 2 (Burnout) y Tr 3 (Ansiedad) enmarcadas en color morado, 4 de 6 artículos hablan sobre Tr 2 y 4 de 6 hablan de Tr 3, lo que representa un 66,67% del total; Luego, se encuentra la relación entre T10 (Atención médica/ Telemedicina) y Tr 3 (Ansiedad), enmarcada en color verde en la cual el trastorno está presente en el 60,00% de los documentos que tratan este tema.

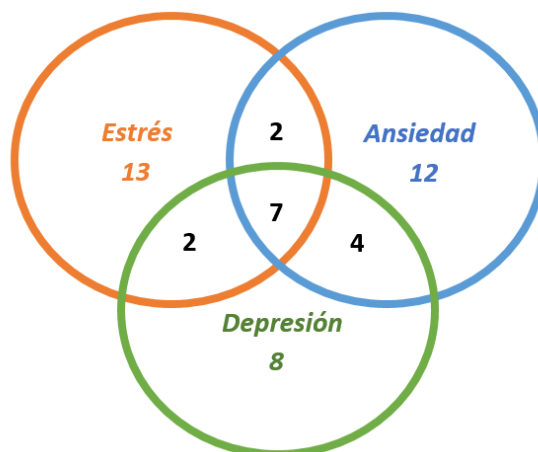
Posteriormente, se presentan las relaciones menos relevantes, pero aun así significativas, entre ellas se sitúa T2 (Salud física) y Tr1 (Estrés), con un 52,63% de presencia y finalmente T4 y Tr4, T9 y Tr3, T10 y Tr2, todas ellas con un 50,00% de presencia.

En el mapa de calor se visualiza de una manera concreta e indiscutible la preocupación de la comunidad científica por estudiar el estrés, la ansiedad, la depresión, además del síndrome de burnout (siendo una forma de estrés), de tal forma se concluye que los 3 trastornos mencionados están presentes independientemente del tema, ya que están relacionados con la mayoría de ellos.

Por último, con la ayuda de un diagrama de Venn se evidencia la relación que existe entre los 3 principales trastornos.

Figura 17

Diagrama de Venn de los 3 trastornos mentales principales



Como se observa en el diagrama anterior, 48 de 59 artículos estudiados, es decir el 81,36% hablan de alguno de estos 3 trastornos que son estrés, ansiedad y depresión., por lo tanto, se confirma que son los trastornos más presentados y significativos, cuando se habla de los efectos en la salud mental de los trabajadores por trabajo en casa debido a la pandemia por CoVid-19.

De estos 48 documentos, 2 de ellos hablan de estrés y depresión, 2 de ellos mencionan el estrés y la ansiedad, 4 de ellos se enfocan en la ansiedad y la depresión. 7 de ellos, hablan de los 3 temas en conjunto.

11. Conclusiones

El confinamiento derivado de la pandemia por COVID-19 tuvo un fuerte impacto en la salud mental de la población. El trabajo remoto se hizo común alrededor del mundo, sin embargo, es una modalidad con características muy diferentes a las que muchas personas estaban acostumbradas, lo que generó un riesgo psicológico por la irrupción en la vida de los trabajadores.

Mediante la revisión de literatura gris, se evidencia que una enfermedad puede relacionarse fácilmente con otra. Hay síntomas comunes entre los trastornos, lo que predice más de una enfermedad. El estudio estadístico de correlación de Spearman muestra la fuerte conexión que existe, por ejemplo, entre el Burnout y la Ansiedad, la Depresión y los Trastornos alimentarios, entre otros.

Dada la situación pandémica a nivel mundial, los gobiernos comenzaron a presentar desarrollos en cuanto a las políticas que regulan el trabajo en casa y el teletrabajo, como lo fue en el caso de Colombia, donde, primeramente, se hizo una distinción entre estos dos conceptos y se presentaron leyes para intentar mejorar la calidad de vida del trabajador.

Gracias al análisis bibliométrico, se observa que existe un interés común alrededor del mundo en las investigaciones que están relacionadas con el tema del presente proyecto, esto se puede corroborar al comparar la cantidad de artículos por país y región que se han producido. Cabe resaltar que, al ser una problemática de actualidad y con un impacto global, los esfuerzos de las entidades académicas e investigadores han estado enfocados en el asunto. Lastimosamente, Colombia presenta una gran falencia de estudios relacionados con el tema, aspecto que le da importancia a la presente investigación, que busca fortalecer localmente las investigaciones en esta rama.

La producción de material científico que alimenta el desarrollo del estudio y la exploración de la problemática en cuestión ha crecido de una manera exponencial en el último año. Cada día se puede encontrar más información actualizada, que se puede confirmar observando la relación que tienen los documentos. Los autores hacen uso de las herramientas investigativas mediante datos clínicos, experimentales y de revisión, confirmando de este modo, las enfermedades como resultado del trabajo en casa bajo el contexto de una pandemia mundial, buscando y desarrollando instrumentos útiles que mejoren el bienestar del trabajador.

Los trastornos mentales encontrados en la revisión documental fueron variados según diversos factores como lo son: la economía, el género, el tipo de labor, la ubicación geográfica, la edad, estado civil, conformación de la familia, etc. Sin embargo, la información preliminar indicaba que las enfermedades mentales más comunes eran el estrés, la ansiedad y la depresión. Dicha información va de la mano con los resultados del presente trabajo de investigación, ya que dichos trastornos fueron los más recurrentes en los manuscritos, sin olvidar las demás enfermedades que proceden de los mismos, como es el caso del Burnout, los Trastornos Alimentarios y de Sueño. Finalmente, después de realizar un análisis profundo presentado a lo

largo de este libro se concluye que los trastornos que más afectan la salud mental de los trabajadores son el estrés, la ansiedad y la depresión, estando presentes en el 81,36% de los artículos estudiados.

A partir de la revisión de literatura y el análisis de los documentos extraídos se determinó que 11 elementos se mencionaron siendo los más representativos salud mental, salud ocupacional y trabajo en casa/teletrabajo, presentes en más del 95% de los artículos, seguidos por categorías como la salud física, el bienestar social y el uso de la tecnología, que se encuentran en 1/3 de los documentos estudiados.

Un hallazgo importante de la revisión es el hecho de que algunas poblaciones dentro del grupo de trabajadores han sufrido más las consecuencias del confinamiento y, naturalmente, del trabajo remoto. El análisis de género, la educación y la medicina son temas en los que los investigadores han indagado constantemente durante este tiempo. Las mujeres han presentado síntomas más graves en cuanto a su salud psicológica, esto debido a factores como las labores del hogar, el cuidado de los hijos y, en algunos casos, la cultura; dicho tema estuvo presente en 23% de los documentos. El profesorado a niveles básico y superior también ha sufrido las consecuencias de la educación virtual y el uso de la tecnología. Por otra parte, el personal médico, como es de esperarse también presentó cuadros de trastornos mentales al hacer uso de la telemedicina.

La revisión se hizo con un número relativamente pequeño si se compara con la cantidad de artículos que se producen diariamente y que se pueden encontrar hoy día con la misma ecuación de búsqueda, sin embargo, es posible extraer información importante que sirve como ayuda para las empresas y compañías a la hora de disminuir los efectos adversos del trabajo remoto y mejorar las condiciones laborales de las personas, para de esta manera, sacar el máximo provecho de esta modalidad.

En definitiva, la preocupación por los efectos adversos en la salud mental de los trabajadores está generalizada a nivel mundial. Los gobiernos y las empresas necesitan de una población trabajadora que esté sana física y mentalmente con el fin de evitar la improductividad y decadencias en la economía.

12. Recomendaciones

Es importante hacer seguimientos rigurosos a la salud mental por parte de las compañías y empresas de empleados y colaboradores desde los procesos de selección hasta la finalización de los contratos. En Colombia se debe dar pleno cumplimiento a la ley 1616 del 2013, garantizando el derecho a la salud mental para toda población.

El término “salud” debe ser integral y dar la misma relevancia al aspecto físico y el mental. De esta manera, la necesidad de un acompañamiento psicológico a los trabajadores mientras se presente una situación igual o parecida a la emergencia sanitaria actual no debe tomar por sorpresa al mundo laboral. Además, existe una necesidad de hacer un cambio en los paradigmas organizaciones con el ánimo de presentar canales más eficientes de comunicación entre colegas, jefes y subordinados para evitar la intensificación del sentimiento generalizado de aislamiento.

Es pertinente prestar especial atención a las necesidades que surgen a partir de los impactos que tiene el trabajo desde casa, como el aumento en los niveles de gastos públicos, obligación de capacitaciones en el uso de las tecnologías, implementación de diferentes tipos de horarios, descansos, pausas activas, etc.

Se recomienda investigar acerca de las afectaciones de salud mental en las mujeres a causa del trabajo remoto, que, como es evidente en el presente proyecto, existe una diferencia entre el impacto en hombres y en las mujeres, siendo estas últimas las más afectadas.

De igual manera, se precisa de investigaciones que estudien las enfermedades físicas que deriven de las afectaciones psicológicas por el trabajo remoto.

Referencias Bibliográficas

- ACRIP NACIONAL. (2020). acripnacional.org. Obtenido de <https://www.acripnacional.org/wp-content/uploads/2020/07/ESTUDIO-TRABAJO-REMOTO-nuevo-ACRIP-NACIONAL.pdf>
- Al Ammari, M., Sultana, K., Thomas, A., Al Swaidan, L., & Al Harthi, N. (2021). Mental health outcomes amongst health care workers during COVID 19 pandemic in saudi arabia. *Frontiers in Psychiatry*, 11 doi:10.3389/fpsyt.2020.619540
- Alonzo Falcón, A. S. (2020). El agotamiento emocional en trabajadores de 40 a 50 años de edad a causa del teletrabajo generado por el aislamiento social en empresas privadas de la ciudad de Lima Metropolitana.
- Alzheimer's association. ¿Qué es la demencia?. Alz.org. obtenido de <https://www.alz.org/alzheimer-demencia/que-es-la-demencia?lang=es-MX>
- Ammar, A., Brach, M., Trabelsi, K., Chtourou, H., Boukhris, O., Masmoudi, L., ... & Hoekelmann, A. (2020). Effects of COVID-19 home confinement on eating behaviour and physical activity: results of the ECLB-COVID19 international online survey. *Nutrients*, 12(6), 1583
- Amri, A., Abidli, Z., Elhamzaoui, M., Bouzaboul, M., Rabea, Z., & Ahami, A. O. T. (2020). Assessment of burnout among primary teachers in confinement during the covid-19 period in morocco: Case of the kenitra. *Pan African Medical Journal*, 35, 1-5. doi:10.11604/pamj.suppl.2020.35.2.24345
- Andrade Mayorca, M. F., Campo Vanegas, D., Díaz Botero, V., Flórez Gutiérrez, D. E., Mayorca Bonilla, L. D., Ortiz Umaña, M. A., ... & Yosa Trujillo, P. A. (2020). Descripción de las características psicológicas relacionadas con la salud mental en la situación de emergencia de salud pública originada por el Covid-19.
- Aperribai, L., Cortabarria, L., Aguirre, T., Verche, E., & Borges, Á. (2020). Teacher's physical activity and mental health during lockdown due to the COVID-2019 pandemic. *Frontiers in Psychology*, 11 doi:10.3389/fpsyg.2020.577886

- Aragonès, E., Moreno, A. F., & Loayssa, J. R. Los trastornos de personalidad. El trastorno límite de la personalidad.
- Atalaya, M. (2011). El estrés laboral y su influencia en el trabajo.
- Baker, M. G. (2020). Nonrelocatable occupations at increased risk during pandemics: United states, 2018. *American Journal of Public Health*, 110(8), 1126-1132. doi:10.2105/AJPH.2020.305738
- Barone Gibbs, B., Kline, C. E., Huber, K. A., Paley, J. L., & Perera, S. (2021). Covid-19 shelter-at-home and work, lifestyle and well-being in desk workers. *Occupational Medicine (Oxford, England)*, 71(2), 86-94. doi:10.1093/occmed/kqab011
- Blizniewska-Kowalska, K. M., Halaris, A., Wang, S. -, Su, K. -, Maes, M., Berk, M., & Galecki, P. (2021). A review of the global impact of the covid-19 pandemic on public mental health, with a comparison between the usa, australia, and poland with taiwan and thailand. *Medical Science Monitor*, 27 doi:10.12659/MSM.932220
- Bulińska-Stangrecka, H., & Bagińska, A. (2021). The role of employee relations in shaping job satisfaction as an element promoting positive mental health at work in the era of covid-19. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1-19. doi:10.3390/ijerph18041903
- Campos, J. A. D. B., Martins, B. G., Campos, L. A., de Fátima Valadão-Dias, F., & Marôco, J. (2021). Symptoms related to mental disorder in healthcare workers during the COVID-19 pandemic in brazil. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, 94(5), 1023-1032. doi:10.1007/s00420-021-01656-4
- Carrión, A., & Daniela, M. (2020). Sintomatologías de estrés, ansiedad y depresión en el teletrabajo ante el COVID-19: el caso de una empresa de turismo en la ciudad de Quito-Ecuador, 2020
- Castillero, O. (s.f.). psicologiyamente.com. Obtenido de <https://psicologiyamente.com/clinica/diferencias-entre-dsm-5-y-cie-10#:~:text=Uno%20de%20los%20principales%20aspectos,s%C3%B3lo%20las%20alteraciones%20de%20la>

- Chee, M. J., Koziel Ly, N. K., Anisman, H., & Matheson, K. (2020). Piece of cake: Coping with COVID-19. *Nutrients*, 12(12), 1-20. doi:10.3390/nu12123803
- Christensen, S. R., Pilling, E. B., Eyring, J. B., Dickerson, G., Sloan, C. D., & Magnusson, B. M. (2020). Political and personal reactions to COVID-19 during initial weeks of social distancing in the united states. *PLoS ONE*, 15(9 September) doi:10.1371/journal.pone.0239693
- Conroy, D. A., Hadler, N. L., Cho, E., Moreira, A., MacKenzie, C., Swanson, L. M., . . . Goldstein, C. A. (2021). The effects of COVID-19 stay-at-home order on sleep, health, and working patterns: A survey study of US health care workers. *Journal of Clinical Sleep Medicine*, 17(2), 185-191. doi:10.5664/JCSM.8808
- Delaney, R. K., Locke, A., Pershing, M. L., Geist, C., Clouse, E., Precourt Debbink, M., . . . Fagerlin, A. (2021). Experiences of a health system's faculty, staff, and trainees' career development, work culture, and childcare needs during the COVID-19 pandemic. *JAMA Network Open*, 4(4) doi:10.1001/jamanetworkopen.2021.3997
- Dos Santos, G. M. R. F., da Silva, M. E., & Belmonte, B. D. R. (2021). COVID-19: Emergency remote teaching and university professors' mental health. [Covid-19: Ensino remoto emergencial e saúde mental de docentes universitários] *Revista Brasileira De Saude Materno Infantil*, 21, S245-S251. doi:10.1590/1806-9304202100s100013
- Duran, S., & Erkin, Ö. (2021). Psychologic distress and sleep quality among adults in turkey during the COVID-19 pandemic. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 107 doi:10.1016/j.pnpbp.2021.110254
- Dwivedi, Y. K., Hughes, D. L., Coombs, C., Constantiou, I., Duan, Y., Edwards, J. S., ... & Upadhyay, N. (2020). Impact of COVID-19 pandemic on information management research and practice: Transforming education, work and life. *International Journal of Information Management*, 55, 102211.
- Escudero-Castillo, I., Mato-Díaz, F. J., & Rodriguez-Alvarez, A. (2021). Furloughs, teleworking and other work situations during the covid-19 lockdown: Impact on mental well-being. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(6), 1-16. doi:10.3390/ijerph18062898

- Estrada-Muñoz, C., Vega-Muñoz, A., Castillo, D., Müller-Pérez, S., & Boada-Grau, J. (2021). Technostress of chilean teachers in the context of the covid-19 pandemic and teleworking. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(10) doi:10.3390/ijerph18105458
- Evanoff, B. A., Strickland, J. R., Dale, A. M., Hayibor, L., Page, E., Duncan, J. G., . . . Gray, D. L. (2020). Work-related and personal factors associated with mental well-being during the COVID-19 response: Survey of health care and other workers. *Journal of Medical Internet Research*, 22(8) doi:10.2196/21366
- Flórez, J. A. R., & Corrales, C. E. (2017). Características Neuropsicológicas y bases biológicas y conceptuales del Trastorno Afectivo Bipolar. *Katharsis: Revista de Ciencias Sociales*, (24), 239-268.
- Foye, U., Dalton-Locke, C., Harju-Seppänen, J., Lane, R., Beames, L., Vera San Juan, N., . . . Simpson, A. (2021). How has COVID-19 affected mental health nurses and the delivery of mental health nursing care in the UK? results of a mixed-methods study. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 28(2), 126-137. doi:10.1111/jpm.12745
- Freudenreich, O., Brown, H., & Holt, D. Psicosis y esquizofrenia. Massachusetts General Hospital: tratado de psiquiatría clínica, 2.
- García Lozano, A. A., & Rubiano Acuña, G. A. (2020). El trabajo en casa y su relación con la sobrecarga laboral en tiempos de pandemia para empresas del sector eléctrico en Bogotá (Bachelor's thesis, Especialización en Administración Financiera Presencial).
- Gervasi, G. D., & Ramírez, C. C. (2017). Discapacidad en el trastorno obsesivo compulsivo. Más allá de un diagnóstico clínico. *CASUS: Revista de Investigación y Casos en Salud*, 2(3), 200-208.
- Giurge, L. M., & Bohns, V. K. (3). tips to avoid WFH burnout. Harvard Business Review. hbr. org/2020/04/3-tips-to-avoid-wfh-burnout.
- Goldfarb, Y., Gal, E., & Golan, O. (2021). Implications of employment changes caused by COVID-19 on mental health and work-related psychological need satisfaction of autistic employees: A mixed-methods longitudinal study. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, doi:10.1007/s10803-021-04902-3

- Gómez, S. M., Mendoza, O. E. O., Ramírez, J., & Olivas-Luján, M. R. (2020). Stress and myths related to the COVID-19 pandemic's effects on remote work. *Management Research: Journal of the Iberoamerican Academy of Management*.
- Guevara Patiño, R. (2016). El estado del arte en la investigación:¿ análisis de los conocimientos acumulados o indagación por nuevos sentidos?. *Folios*, (44), 165-179.
- Herrán Becerra, G., Montenegro Rodríguez, F., & Rodríguez Zambrano, I. Mobbing a través del teletrabajo.
- Iftikhar, P. M., Ali, F., Faisaluddin, M., Khayyat, A., De Sa, M. D. G., & Rao, T. (2019). A bibliometric analysis of the top 30 most-cited articles in gestational diabetes mellitus literature (1946-2019). *Cureus*, 11(2).
- Isaacs Russell, G. (2020). Remote working during the pandemic: A Q&A with gillian isaacs russell: Questions from the editor and editorial board of the BJP. *British Journal of Psychotherapy*, 36(3), 364-374. doi:10.1111/bjp.12581
- Islam, A. (2021). "Two hours extra for working from home": Reporting on gender, space, and time from the covid-field of delhi, india. *Gender, Work and Organization*, 28(S2), 405-414. doi:10.1111/gwao.12617
- Izdebski, Z. W., & Mazur, J. (2021). Changes in mental well-being of adult poles in the early period of the COVID-19 pandemic with reference to their occupational activity and remote work. *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health*, 34(2), 251-262. doi:10.13075/IJOMEH.1896.01778
- Kim, Y. -, & Kim, E. -. (2020). Relationship between phobic anxiety in work and leisure activity situations, and optimistic bias associated with covid-19 among south koreans. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(22), 1-12. doi:10.3390/ijerph17228436
- Krug, H., Haslam, S. A., Otto, K., & Steffens, N. K. (2021). Identity leadership, social identity continuity, and well-being at work during COVID-19. *Frontiers in Psychology*, 12 doi:10.3389/fpsyg.2021.684475
- Lengen, J. C., Kordsmeyer, A. -, Rohwer, E., Harth, V., & Mache, S. (2021). Social isolation among teleworkers in the context of the COVID-19 pandemic: Indications for organising telework with

respect to social needs. [Soziale Isolation im Homeoffice im Kontext der COVID-19-Pandemie: Hinweise für die Gestaltung von Homeoffice im Hinblick auf soziale Bedürfnisse] *Zentralblatt Fur Arbeitsmedizin, Arbeitsschutz Und Ergonomie*, 71(2), 63-68. doi:10.1007/s40664-020-00410-w

Lozano-Vargas, A. (2017). Aspectos clínicos del trastorno obsesivocompulsivo y trastornos relacionados. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 80(1), 35-35.

Lutz, S., Schneider, F. M., & Vorderer, P. (2020). On the downside of mobile communication: An experimental study about the influence of setting-inconsistent pressure on employees' emotional well-being. *Computers in Human Behavior*, 105, 106216.

Mayo Clinic. (20 de Noviembre de 2018). Mayoclinic.org. Obtenido de <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/anxiety/symptoms-causes/syc-20350961>

Medina Ordóñez, S. P. (2021). Estrés laboral y síntomas musculo esqueléticos en teletrabajadores de una empresa pública de la ciudad de Riobamba, durante la Pandemia por COVID19.

Merino, M. D., Vallengano, M. D., Oliver, C., & Mateo, I. (2021). What makes one feel eustress or distress in quarantine? an analysis from conservation of resources (COR) theory. *British Journal of Health Psychology*, 26(2), 606-623. doi:10.1111/bjhp.12501

Miguel, C., Castro, L., Marques Dos Santos, J. P., Serrão, C., & Duarte, I. (2021). Impact of covid-19 on medicine lecturers' mental health and emergency remote teaching challenges. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(13) doi:10.3390/ijerph18136792

Ministerio de salud y protección social. (Octubre de 2014). MinSalud. Obtenido de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/abc-salud-mental.pdf>

Ministerio de trabajo. (24 de Marzo de 2021). Mintrabajo. Obtenido de <https://www.mintrabajo.gov.co/prensa/comunicados/2021/marzo/senado-aprueba-proyecto-de-ley-que-regula-el-trabajo-en-casa->

Mojtahedzadeh, N., Rohwer, E., Lengen, J., Harth, V., & Mache, S. (2021). Health-promoting work design for telework in the context of the COVID-19 pandemic. [Gesundheitsfördernde Arbeitsgestaltung im

Homeoffice im Kontext der COVID-19-Pandemie] *Zentralblatt Fur Arbeitsmedizin, Arbeitsschutz Und Ergonomie*, 71(2), 69-74. doi:10.1007/s40664-020-00419-1

Montoya, N. P. M. (2005). ¿ Qué es el estado del arte?. *Ciencia y Tecnología para la salud Visual y Ocular*, (5), 73-75.

Moreira, P. S., Ferreira, S., Couto, B., Machado-Sousa, M., Fernández, M., Raposo-Lima, C., . . . Morgado, P. (2021). Protective elements of mental health status during the covid-19 outbreak in the portuguese population. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1-11. doi:10.3390/ijerph18041910

Muñoz, I. (25 de Mayo de 2020). elplural.com. Obtenido de https://www.elplural.com/sociedad/fobias-mas-raras-existen_240464102#:~:text=Actualmente%20se%20conocen%20m%C3%A1s%20de,trastorno%20s in%20que%20lo%20sepan.

Naranjo, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 1-21.

Oakman, J., Kinsman, N., Stuckey, R., Graham, M., & Weale, V. (2020). A rapid review of mental and physical health effects of working at home: How do we optimise health? *BMC Public Health*, 20(1) doi:10.1186/s12889-020-09875-z

Ochoa Carchi, K. E., & Bravo Bermeo, V. E. (2020). Estrés, ansiedad y depresión en los trabajadores de una empresa nacional durante la emergencia sanitaria por COVID-19 (Bachelor's thesis, Universidad del Azuay).

Organización Mundial de la Salud. (2006). Who.int. Obtenido de <https://www.who.int/features/qa/38/es/#:~:text=R%3A%20Un%20trastorno%20mental%20o,interferencia%20con%20las%20funciones%20personales>.

Organización Mundial de la Salud. (2018). Who.int. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Organización Mundial de la Salud. (2019). Who.int. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/schizophrenia>

Organización Mundial de la Salud. (2019). Who.int. Obtenido de https://www.who.int/mental_health/in_the_workplace/es/

Organización Mundial de la Salud. (2019). Who.int. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders#:~:text=son%20tambi%C3%A9n%20importantes.-,Trastorno%20afectivo%20bipolar,de%20estado%20de%20%C3%A1nimo%20normal.>

Organización Mundial de la Salud. (2020). Who.int. Obtenido de https://www.who.int/es/health-topics/coronavirus#tab=tab_1

Organización Mundial de la Salud. (2020). Who.int. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/dementia>

Organización Mundial de la Salud. (2020). Who.int. Obtenido de <https://www.who.int/topics/depression/es/>

Organización Mundial de la salud. Prevención del suicidio un instrumento para médicos generalistas. Ginebra: Departamento de Salud Mental y Toxicomanías; 2000. p. 10.

Organización Mundial del Trabajo. (2020). ilo.org. Obtenido de http://ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---travail/documents/publication/wcms_758007.pdf

Organización Panamericana de Salud. (10 de Septiembre de 2020). paho.org. Obtenido de <https://www.paho.org/es/noticias/10-9-2020-pandemia-por-covid-19-exacerba-factores-riesgo-suicidio>

Pascual-Castroviejo, I. (2008). Trastornos por déficit de atención e hiperactividad (TDAH). Asociación Española de Pediatría y Sociedad Española de Neurología Pediátrica. Protocolos de Neurología, 12, 140-150.

Pérez, R. (11 de Septiembre de 2020). Vitonica. Obtenido de <https://www.vitonica.com/wellness/estres-ansiedad-no-estas-claves-para-diferenciarlos#:~:text=La%20diferencia%20principal%20es%20que,suele%20mantener%20en%20el%20tiempo.>

- Pfaffinger, K. F., Reif, J. A., Spieß, E., & Berger, R. (2020). Anxiety in a digitalised work environment. Gruppe. Interaktion. Organisation. Zeitschrift für Angewandte Organisationspsychologie (GIO), 1-11.
- Pirzadeh, P., & Lingard, H. (2021). Working from home during the COVID-19 pandemic: Health and well-being of project-based construction workers. *Journal of Construction Engineering and Management*, 147(6) doi:10.1061/(ASCE)CO.1943-7862.0002102
- Prevención integral. (28 de Mayo de 2021). Prevencionintegral.com. Obtenido de http://www.prevencionintegral.com/actualidad/noticias/2021/04/17/salud-mental-en-punto-mira-empresarial-70-trabajadores-podria-sufrir-ansiedad?utm_source=cerpie&utm_medium=email&utm_campaign=flash_28_05_2021
- Puchkova, E. B., Temnova, L. V., Sorokoumova, E. A., & Cherdymova, E. I. (2020). University professors ready to work remotely implement distance learning during the COVID 19 pandemic. [Готовность преподавателей вузов к дистанционной работе в период пандемии COVID-19] *Perspektivy Nauki i Obrazovania*, 48(6), 89-102. doi:10.32744/PSE.2020.6.8
- Ramos, V., Ramos-Galarza, C., & Tejera, E. (2020). Teleworking in times of COVID-19. [Teletrabajo en tiempos de COVID-19] *Interamerican Journal of Psychology*, 54(3) doi:10.30849/RIPIJP.V54I3.1450
- Ray, C. D. (2021). The trajectory and determinants of loneliness during the early months of the COVID-19 pandemic in the united states. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(6), 1920-1938. doi:10.1177/02654075211016542
- Remote working – lessons from the COVID-19 pandemic and lockdown. (2020). *Progress in Neurology and Psychiatry*, 24(4), 30. doi:10.1002/pnp.685
- Rey, P. C. (2020). Carga social de los trastornos mentales. *Psiquiatria. com*, 24.
- Ruiz-Frutos, C., Ortega-Moreno, M., Dias, A., Bernardes, J. M., García-Iglesias, J. J., & Gómez-Salgado, J. (2020). Information on COVID-19 and psychological distress in a sample of non-health workers during the pandemic period. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 1-18. doi:10.3390/ijerph17196982

- Saborío Morales, L., & Hidalgo Murillo, L. F. (2015). Síndrome de Burnout. *Medicina Legal de Costa Rica*, 32(1), 119-124.
- Salazar, A., Palomo-Osuna, J., de Sola, H., Moral-Munoz, J. A., Dueñas, M., & Failde, I. (2021). Psychological impact of the lockdown due to the covid-19 pandemic in university workers: Factors related to stress, anxiety, and depression. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(8) doi:10.3390/ijerph18084367
- Sampson, S., Mazur, J., Israel, G., Galindo, S., & Ward, C. (2020). Competing roles and expectations: Preliminary data from an agricultural extension survey on COVID-19 impacts. *Journal of Agromedicine*, 25(4), 396-401. doi:10.1080/1059924X.2020.1815619
- Savolainen, I., Oksa, R., Savela, N., Celuch, M., & Oksanen, A. (2021). Covid-19 anxiety—a longitudinal survey study of psychological and situational risks among finnish workers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(2), 1-13. doi:10.3390/ijerph18020794
- Schade, H. M., Digutsch, J., Kleinsorge, T., & Fan, Y. (2021). Having to work from home: Basic needs, well-being, and motivation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(10) doi:10.3390/ijerph18105149
- Semana. (2020). Conozca las diferencias entre teletrabajo y trabajo en casa. *Revista Semana*. Obtenido de <https://www.semana.com/pais/articulo/cual-es-la-diferencia-entre-teletrabajo-y-trabajo-en-casa/303479/#:~:text=Con%20la%20llegada%20de%20la,ambiente%20de%20oficina%20a%20casa>
- Semana. (2020). Coronavirus, ansiedad y depresión: 8 testimonios del impacto de la pandemia. *Revista Semana*. Obtenido de <https://www.semana.com/vida-moderna/articulo/coronavirus-ansiedad-y-depresion-el-impacto-de-la-salud-mental-en-la-pandemia/680896/>
- Serpa Román, P. A. (2020). Prevalencia del trastorno depresivo en trabajadores de una cooperativa de ahorro y crédito en la ciudad de Cuenca (Bachelor's thesis, Universidad del Azuay).

- Sethi, B. A., Sethi, A., Ali, S., & Aamir, H. S. (2020). Impact of coronavirus disease (COVID-19) pandemic on health professionals. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 36(COVID19-S4), COVID19-S6-COVID19-S11. doi:10.12669/pjms.36.COVID19-S4.2779
- Shi, L., Lu, Z. -, Que, J. -, Huang, X. -, Liu, L., Ran, M. -, . . . Lu, L. (2020). Prevalence of and risk factors associated with mental health symptoms among the general population in china during the coronavirus disease 2019 pandemic. *JAMA Network Open*, 3(7) doi:10.1001/jamanetworkopen.2020.14053
- Sierra, J. C., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista mal-estar e subjetividade*, 3(1), 10-59.
- Skipor, S. I., & Vorobieva, A. E. (2021). Psychological characteristics of psychologists' adaptation to online counseling during the covid-19 pandemic. *Russian Psychological Journal*, 18(1), 61-73. doi:10.21702/rpj.2021.1.5
- Smith, P. M., Oudyk, J., Potter, G., & Mustard, C. (2021). Labour market attachment, workplace infection control procedures and mental health: A cross-sectional survey of canadian non-healthcare workers during the COVID-19 pandemic. *Annals of Work Exposures and Health*, 65(3), 266-276. doi:10.1093/annweh/wxaa119
- Sonar, P., & Singh, A. A study of Burnout & Mental Health of Public & Private Sector employees due to the imposed work from home situation during the COVID 19 Pandemic in Pune City.
- Spiro, N., Perkins, R., Kaye, S., Tymoszuk, U., Mason-Bertrand, A., Cossette, I., . . . Williamon, A. (2021). The effects of COVID-19 lockdown 1.0 on working patterns, income, and wellbeing among performing arts professionals in the united kingdom (April–June 2020). *Frontiers in Psychology*, 11 doi:10.3389/fpsyg.2020.594086
- Srivastava, M. (2020). Covid-19: a mental health crisis. *International Journal of Medical Studies*, 5(10), 10-24.
- Stuckey, M., Richard, V., Decker, A., Aubertin, P., & Kriellaars, D. (2021). Supporting holistic wellbeing for performing artists during the COVID-19 pandemic and recovery: Study protocol. *Frontiers in Psychology*, 12 doi:10.3389/fpsyg.2021.577882

- Szlamka, Z., Kiss, M., Bernáth, S., Kámán, P., Lubani, A., Karner, O., & Demetrovics, Z. (2021). Mental health support in the time of crisis: Are we prepared? experiences with the COVID-19 counselling programme in hungary. *Frontiers in Psychiatry*, 12 doi:10.3389/fpsyt.2021.655211
- Tancara, C. (1993). La investigación documental. *Temas sociales*, (17), 91-106.
- Thompson, I. (2008). Definición de información. Recuperado de: <http://www.promonegocios.net/mercadotecnia/definicion-informacion.html>.
- Tintaya, A. Fobia. (2013). *Rev. Act. Clin. Med* (Revista de internet). Obtenida de http://www.revistasbolivianas.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2304-37682013000800006&lng=es.
- Toniolo-Barrios, M., & Pitt, L. (2021). Mindfulness and the challenges of working from home in times of crisis. *Business Horizons*, 64(2), 189-197.
- Torres Armijos, R. D. (2020). Evaluación de la fatiga laboral por teletrabajo del personal docente de la Unidad Educativa Carlos Freile Zaldumbide ante la emergencia sanitaria del COVID-19 Tabacundo, Ecuador 2020.
- Tušl, M., Brauchli, R., Kerk sieck, P., & Bauer, G. F. (2021). Impact of the COVID-19 crisis on work and private life, mental well-being and self-rated health in german and swiss employees: A cross-sectional online survey. *BMC Public Health*, 21(1) doi:10.1186/s12889-021-10788-8
- Tyler, C. M., McKee, G. B., Alzueta, E., Perrin, P. B., Kingsley, K., Baker, F. C., & Arango-Lasprilla, J. C. (2021). A study of older adults' mental health across 33 countries during the covid-19 pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(10) doi:10.3390/ijerph18105090
- Valdés, M., & De Flores, T. (1985). *Psicobiología del estrés*. Barcelona: Martínez Roca, 2.
- Van Der Feltz-Cornelis, C. M., Varley, D., Allgar, V. L., & de Beurs, E. (2020). Workplace stress, presenteeism, absenteeism, and resilience amongst university staff and students in the COVID-19 lockdown. *Frontiers in Psychiatry*, 11 doi:10.3389/fpsyt.2020.588803

- van Niekerk, R. L., & van Gent, M. M. (2021). Mental health and well-being of university staff during the coronavirus disease 2019 levels 4 and 5 lockdown in an eastern cape university, south africa. *South African Journal of Psychiatry*, 27 doi:10.4102/sajpsychiatry.v27i0.1589
- Vellosillo, P. S., & Vicario, A. F. C. (2015). Trastorno obsesivo compulsivo. *Medicine-Programa de Formación Médica Continuada Acreditado*, 11(84), 5008-5014.
- Vidal Lacosta, V. (2019). El estrés laboral: análisis y prevención. Prensas de la Universidad de Zaragoza.
- Vieira, D. A., & Meirinhos, V. (2021). COVID-19 lockdown in portugal: Challenges, strategies and effects on mental health. *Trends in Psychology*, 29(2), 354-374. doi:10.1007/s43076-021-00066-2
- Willcox, R. (2020). Crisis Talks. *Treasurer*, 14–15.
- Winkelmann, Z. K., & Games, K. E. (2021). Athletic trainers' job tasks and status during the COVID-19 pandemic: A preliminary analysis. *Journal of Athletic Training*, 56(1), 20-30. doi:10.4085/1062-6050-0275.20
- World Health Organization. (2000). Guía de bolsillo de la clasificación CIE-10: clasificación de los trastornos mentales y del comportamiento.
- Xiao, Y., Becerik-Gerber, B., Lucas, G., & Roll, S. C. (2021). Impacts of Working from home during COVID-19 pandemic on physical and mental well-being of office workstation users. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 63(3), 181-190. doi:10.1097/JOM.0000000000002097
- Yang, Y., Liu, K., Li, S., & Shu, M. (2020). Social media activities, emotion regulation strategies, and their interactions on people's mental health in covid-19 pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(23), 1-16. doi:10.3390/ijerph17238931
- Yoshimoto, T., Fujii, T., Oka, H., Kasahara, S., Kawamata, K., & Matsudaira, K. (2021). Pain status and its association with physical activity, psychological stress, and telework among japanese workers with pain during the covid-19 pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(11) doi:10.3390/ijerph18115595
- Zafra Carrillo, L. H. (2020). Alineación estratégica del subproceso de Seguridad y Salud en el trabajo de la UIS en tiempos de COVID-19.

- Zapata-Garibay, R., González-Fagoaga, J. E., Asadi-González, A. A., Martínez-Alvarado, J. R., Chavez-Baray, S. M., Plascencia-López, I., & González-Fagoaga, C. J. (2021). Mental health stressors in higher education instructors and students in Mexico during the emergency remote teaching implementation due to COVID-19. *Frontiers in Education*, 6 doi:10.3389/feduc.2021.670400
- Zhang, S. X., Wang, Y., Rauch, A., & Wei, F. (2020). Unprecedented disruption of lives and work: Health, distress and life satisfaction of working adults in China one month into the COVID-19 outbreak. *Psychiatry Research*, 288 doi:10.1016/j.psychres.2020.112958
- Zito, M., Ingusci, E., Cortese, C. G., Giancaspro, M. L., Manuti, A., Molino, M., . . . Russo, V. (2021). Does the end justify the means? the role of organizational communication among work-from-home employees during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(8) doi:10.3390/ijerph1808