



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA

Facultad de
ENFERMERÍA

“CONSECUENCIAS DEL TRABAJO REMOTO EN LOS DOCENTES EN EL
CONTEXTO DE LA PANDEMIA DEL COVID- 19”

“CONSEQUENCES OF REMOTE WORK ON TEACHERS IN THE CONTEXT
OF THE COVID-19 PANDEMIC”

TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE SEGUNDA
ESPECIALIDAD PROFESIONAL EN ENFERMERÍA EN SALUD
OCUPACIONAL

AUTOR:

GRACE KELLY SCHAUS RIQUELME

ASESOR:

MAGISTER AURORA MARLENE GIRALDO GIRALDO

LIMA – PERÚ

2023

ASESOR DEL TRABAJO DE ACADÉMICO

ASESOR

Magister Aurora Marlene Giraldo Giraldo

Departamento Académico de Enfermería

ORCID – 0000 – 0002 – 5529 – 0768

DEDICATORIA

A mi familia por darme todo su apoyo incondicional y la fortaleza para poder seguir creciendo profesionalmente, a mis docentes y asesora en Investigación quienes participaron activamente para incrementar mis conocimientos y por la paciencia que tuvieron en cada una de sus revisiones para la culminación de este trabajo monográfico.

AGRADECIMIENTO

A la Universidad Peruana Cayetano Heredia, por darnos la oportunidad de seguir formándonos de manera profesional a pesar de las adversidades ocurridas durante la pandemia. A mi asesora de la monografía, Mg. Marlene Giraldo Giraldo, por su paciencia y orientación para el desarrollo del presente documento.

FUENTES DE FINANCIAMIENTO

El presente trabajo monográfico fue autofinanciado por el investigador

DECLARACIÓN DE CONFLICTO DE INTERÉS

El autor declara no tener conflictos de interés

CONSECUENCIAS DEL TRABAJO REMOTO EN LOS DOCENTES EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA DEL COVID- 19

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.upch.edu.pe Fuente de Internet	1%
2	Submitted to Universidad Politecnica Salesiana del Ecuador Trabajo del estudiante	1%
3	repositorio.cuc.edu.co Fuente de Internet	1%
4	slidehtml5.com Fuente de Internet	1%
5	vnexplorer.net Fuente de Internet	1%
6	Submitted to UNILIBRE Trabajo del estudiante	1%
7	pesquisa.bvsalud.org Fuente de Internet	1%
8	www.researchgate.net Fuente de Internet	1%

TABLA DE CONTENIDO

I. INTRODUCCIÓN	9
II. OBJETIVOS	17
III. CUERPO	18
3.1 METODOLOGÍA	18
3.2 SELECCIÓN DEL TEMA.....	18
3.3 BÚSQUEDA	19
3.4 RESULTADOS	22
3.5 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN	24
IV. CONCLUSIONES	31
V. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	32
VI. ANEXOS.....	39

RESUMEN

A medida que la pandemia fue evolucionando los gobiernos a nivel mundial adoptaron diferentes medidas con el fin de contener el virus, generando en el nivel educativo la aplicación de trabajo remoto, en muchos de los casos estos cambios de modalidad de trabajo se ejecutaron sin contar con lineamientos claros o con especificaciones, incumpliendo en muchas de ellas lo establecido en las normas laborales, lo que generó que el personal docente se adapte de manera abrupta repercutiendo en su estado de salud mental y física. Objetivo: Analizar las consecuencias del trabajo remoto en los docentes en el contexto de la pandemia del COVID-19. Metodología: se basó en una revisión bibliográfica de diseño documental, retrospectivo, se analizaron diferentes artículos científicos consultando bases de datos como Pubmed, Dialnet, Scielo, Google académico, NCBI, PMC, Rase, Redalyc, EBSCOhost, revistas y repositorios, se aplicaron criterios de inclusión y exclusión, utilizando descriptores boléanos y palabras claves de búsqueda en DeCs/MeSH. Resultados: se seleccionaron 21 artículos, en su mayoría estudios europeos, realizados en los 4 niveles educativos, las principales consecuencias del trabajo remoto a nivel de la salud mental son estrés (52.4%), ansiedad (33.3%), depresión (19%), alteración en la salud mental (23.8%), en relación con la salud física y mental se presenta disminución en su bienestar físico y agotamiento laboral (14.3%), alteración del bienestar físico, necesidad de cansancio, fatiga general (19%), alteración del sueño y sensación de cansancio (9.5%).Conclusiones: la realización del trabajo remoto en los docentes presentó

consecuencias a nivel de la salud física y en la salud mental. **Palabra clave: salud, profesores, pandemia, trabajo remoto, COVID-19.**

ABSTRACT

As the pandemic evolved, governments worldwide adopted different measures to contain the virus, generating the application of remote work at the educational level, in many cases these changes in work modality were executed without counting on clear guidelines or with specifications, failing in many of them what is established in the labor regulations, which caused the teaching staff to adapt abruptly, affecting their state of mental and physical health. Objective: To analyze the consequences of remote work on teachers in the context of the COVID-19 pandemic. Methodology: it was based on a retrospective bibliographic review of documentary design, different scientific articles were analyzed consulting databases such as Pubmed, Dialnet, Scielo, academic Google, NCBI, PMC, Rase, Redalyc, EBSCOhost, journals and repositories, criteria were applied. of inclusion and exclusion, using Boolean descriptors and search keywords in DeCs/MeSH. Results: 21 articles were selected, mostly European studies, carried out at the 4 educational levels, the main consequences of remote work at the level of mental health are stress (52.4%), anxiety (33.3%), depression (19%) , alteration in mental health (23.8%), in relation to physical and mental health there is a decrease in their physical well-being and work exhaustion (14.3%), alteration of physical well-being, need for tiredness, general fatigue (19%), sleep disturbance and feeling of tiredness (9.5%). Conclusions: remote work in teachers presented consequences at the level of physical health and mental health.

Keywords: health, teachers, pandemic, remote work, COVID-19.

INTRODUCCIÓN

El COVID-19 es una enfermedad infecciosa, teniendo como agente patológico al virus SARS-COV-2 , se transmite básicamente al tener un contacto muy cercano entre una persona infectada y otra sana por medio de pequeñas gotas de saliva que se eyectan al hablar, estornudar o toser, el proceso de la enfermedad podría variar desde cuadros asintomáticos hasta cuadros de neumonía grave y muerte (1), en marzo del pasado 2020 la OMS (Organización Mundial de la Salud) comunicó que el virus había originado una pandemia (2).

A medida que la pandemia fue evolucionando los gobiernos a nivel mundial adoptaron diferentes medidas con el fin de contener el virus, una de las medidas fue el confinamiento, lo cual llevó a que mucha de las personas realice sus labores en sus domicilios, en abril del 2020 la OIT (Organización Internacional del Trabajo) determinó en una publicación que un 81 % de la población laboral se encontraba viviendo en situación de confinamiento y aislamiento social. (3)

Por lo que todo ello generó que la modalidad de trabajo en la mayoría de las empresas e instituciones incluyendo el sector educativo se aplique la modalidad de trabajo remoto, en muchos de los casos este cambio de modalidad de trabajo se ejecutaron sin contar con lineamientos claros o con especificaciones, incumpliendo en muchas de ellas lo establecido en el Sistema de la Gestión en la Salud y la Seguridad Laboral, todo este gran

cambio tuvo como consecuencia un gran impacto a nivel económico y a nivel educativo, llevando según la publicación del artículo realizado en 21 de abril de 2020 por la UNESCO a que aproximadamente 826 millones de estudiantes no hayan asistido a un colegio, 43% no contaba con conexión internet en sus domicilios lo que no garantizaba una continuidad con la enseñanza en la mayoría de países.

Si bien es cierto el trabajo es toda actividad que va a producir servicios o bienes dentro de la economía (4), siendo en algunos casos con modalidades atípicas que difieren con el trabajo estándar como por ejemplo el trabajo temporal mediante agencias, a tiempo parcial, el temporal, trabajo con relación multipartita, el encubierto, el trabajo realizado por cuenta propia económicamente dependiente, y el trabajo a domicilio (5), cabe mencionar que ya en la época de los 70 debido a la crisis que Estados Unidos se encontraba viviendo se iniciaron estudios en relación a la aplicación de la tecnología informática para la realización del trabajo en casa, en la cual se da el inicio de la idea de trasladar el trabajo hacia los trabajadores, es decir en sus domicilios (6,7).

Por otro lado debemos considerar que el concepto de realizar el trabajo a distancia fue expreso en el Convenio Nro. 177 no estando comúnmente reconocido, aceptado (8) y no completamente ratificado por todos los estados, por lo que significó que muchos de los países no tengan conocimiento de las regulaciones internacionales para la realización de trabajo a distancia y contar con las respectivas legislaciones (6), por lo que

a inicios de la pandemia el trabajo remoto surgió a nivel mundial como una alternativa transitoria, con un gran incremento de esta modalidad de trabajo en los países más afectados (9).

Durante la pandemia, el trabajo remoto se caracterizó por la realización de la actividad laboral desde el hogar o el lugar en donde el trabajador se encuentre realizando el confinamiento o aislamiento, por lo cual utiliza diferentes medios o mecanismos que le permita realizar su trabajo, siempre en cuando la actividad laboral lo permita (10), si bien es cierto el trabajo remoto ha logrado que los trabajadores puedan cumplir con las medidas de prevención del virus y con sus labores (11) también significó un cambio muy grande en las dinámicas de trabajo de las organizaciones y de sus colaboradores.

La denominación de trabajo remoto en nuestro país nace como una medida temporal y excepcional ante la extensión de la COVID-19 (12,13) a raíz del estado de emergencia (14) en donde se origina esta nueva modalidad de trabajo siendo posteriormente regulada mediante el decreto de urgencia No. 026-2020 el cual fue emitido por el Poder Ejecutivo en marzo del 2020 (10), así como los ajustes establecidos en el decreto supremo No. 010-2020-TR realizado por el Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo (15).

En consecuencia, los docentes de las instituciones educativas también iniciaron con la modalidad de trabajo remoto, en donde se establecieron disposiciones establecidas por el Ministerio de Educación (MINEDU), para la regulación de esta modalidad de trabajo remoto docente (16,17) en

donde se inició con la educación on-line, a distancia o remota teniendo como resultado la modificación de la modalidad de educación que impartían de manera presencial a una manera virtual mediante sesiones asincrónicas y sincrónicas, con distintas condiciones laborales, largas horas de trabajo, a través de dispositivos y plataformas virtuales, modelo de enseñanza suscitado a partir del inicio de la pandemia y que en algunos países siguen experimentando.

Por lo que en la mayoría de los casos no se realizaron capacitaciones previas para el adecuado manejo de éstas nuevas tecnologías, en otros casos más extremos ni siquiera contaban con ellas, lo que generó que el personal docente se adapte de manera abrupta a las nuevas exigencias de enseñanza en el entorno virtual, en ocasiones teniendo que realizar improvisaciones del área de trabajo en relación al acondicionamiento de un aula en su domicilio y a su vez dividir su atención en las tareas domésticas, atención familiar y actividades laborales (18).

Cabe mencionar que en relación con las condiciones y relaciones laborales del trabajo remoto dependerán adicionalmente de algunos factores importantes como si la institución educativa pertenece al sector privado o público ya que dependerá de cada sector brindar en la medida posible todo lo necesario para la ejecución de la labor docente en sus domicilios siendo un determinante adicional para la presentación de consecuencias a nivel físico y mental en esta nueva modalidad de trabajo.

Según la revisión de los artículos podemos identificar algunas consecuencias del trabajo remoto en el personal docente durante sus labores diarias como alteraciones a nivel de la voz, dolores musculares, articulares, malestares a nivel psicológico, cuadros de agotamiento físico y mental, ansiedad, depresión, irritabilidad, miedo, trastornos en el sueño llegando a cuadros de insomnio o dándose casos a no tener un sueño que llegue a ser reparador, agotamiento físico (19–21).

En relación con el tiempo de las horas de trabajo no hay límites o son pocos establecidos entre al tiempo dedicado a la realización del trabajo y a la realización de otras actividades de la vida, que bajo el contexto de la pandemia se encuentra tenue (18).

En un artículo publicado el 2020 se reportó que un 50.4 % del personal docente había reportado que su carga laboral había aumentado luego de los cambios ocurridos por la pandemia adicionalmente un 58.3% informó una alta prevalencia en el empeoramiento en su bienestar general, dichos cambios fueron relacionados con el cambio en el ritmo laboral, a generados por el COVID-19, un 13% reportó un nivel moderado de estrés, otro 13% cuadros de ansiedad, se reportó también que un 15.9% había presentado depresión y un 43% del personal docente había presentado un alto grado de agotamiento a nivel laboral (22).

En un estudio que tuvo como objetivo de medir la prevalencia de la ansiedad e investigar sus factores en los docentes durante la pandemia determinó que la prevalencia de la ansiedad se dio en un 13,6% siendo mayor en las

mujeres que en los hombres, en relación a la prevalencia en relación a la ansiedad se determinó que se presentó en un 14.06%, cabe mencionar que el sexo así como la edad, ubicación del colegio, tipo de docente, nivel de educación, fuentes de información, miedo, la preocupación y el modo de comportamiento se encontraba asociado a un cuadro de ansiedad (23).

Por otro lado un estudio que tuvo como objetivo evaluar el impacto en la salud de los docentes antes y después de la pandemia del COVID-19, mediante un estudio longitudinal, mostró que había una disminución en la calidad de vida de los docentes, con mayor impacto en el sexo femenino, el cual podría estar ciertamente relacionado debió a la recarga laboral generados por el trabajo en casa generando sentimientos de miedo, soledad, aislamiento e incertidumbre (24).

En relación a la salud física un estudio que tuvo como objetivo el de determinar la prevalencia de los trastornos musculoesqueléticos en personal docente con modalidad de trabajo remoto, mediante un estudio transversal, tuvo como resultado que la prevalencia de dichos trastornos era 100% de los cuales un 67.2% dolor a nivel de la columna, un 64.5% presentó dolores a nivel del cuello, se presentó en un 44.5% dolor a nivel del hombro, un 38.2% a nivel de las manos y muñecas, un 19.1% a nivel del codo y del antebrazo, según los referido por el personal docente éstos padecimientos estaban asociados a largas jornadas laborales y posturas (25).

En nuestro país en un estudio realizado durante el año 2020 nos menciona que los trastornos musculoesqueléticos se encuentran una de las patologías

más frecuentes en relación a los trabajadores en modalidad de teletrabajo, generando una gran cantidad de discapacidades laborales, por ende, este estudio analítico con un corte transversal, con enfoque cuantitativo, tuvo como objetivos el de determinar la prevalencia de trastornos musculoesqueléticos y determinar la asociación con factores de riesgo ergonómico en docentes universitarios con modalidad de trabajo remoto durante el tiempo de a pandemia del COVID-19.

Como resultado de esta investigación se evidenció que los trastornos músculo esqueléticos con mayor frecuencia fueron a nivel de la columna - dorso-lumbar con un 67.27% y cuello en un 64.55 %, se evidenció menores casos a nivel del hombro con un 44.55%, mano y muñeca con un 38.18% , antebrazo/ codo con un 19.09% , asociados al personal docente a largas horas de trabajo, concluyéndose que existe asociación a los trastornos con factores de riesgo ergonómico como postura prolongada y largas jornadas laborales (26).

Así, ante lo anteriormente descrito se plantea la siguiente pregunta ¿cuáles son las consecuencias del trabajo remoto en docentes en el contexto de la pandemia del COVID-19 según la revisión de la literatura retrospectiva publicadas desde el inicio de la pandemia del COVID-19, diciembre 2019 hasta diciembre de 2021?

Si bien es cierto que el trabajo remoto ha generado beneficios para las empresas y trabajadores durante la pandemia del COVID-19, por otro lado, también ha generado algunas desventajas como por ejemplo no tener las

condiciones de trabajo adecuadas, ya sea en inmobiliario, iluminación, ergonomía, aislamiento, disminución en la comunicación con los demás trabajadores, impactos a nivel familiar, social, sedentarismo, enfermedades ocupacionales, trastornos músculo esqueléticos (27).

Por otro lado el trabajo desde el hogar puede tener aspectos positivos pero no está libre de que se presenten algunos riesgos y alteraciones que llegan a afectar el bienestar físico y mental del trabajador (25–28) en tal caso el personal docente bajo esta modalidad también estaría expuesto a los mismos riesgos, alteraciones físicas y mentales que repercutían directamente en su estado de salud.

Por todo ello, este estudio de revisión bibliográfica se convertirá en un documento de consulta que permitirá identificar las consecuencias del trabajo remoto en los docentes en el contexto de la pandemia del COVID-19, permitiendo el establecimiento de actividades preventivas con el fin de mantener y/o mejorar el estado de salud del personal docente, como beneficio social se podrán implementar acciones específicas en este grupo laboral de tal manera que adicionalmente los alumnos podrán contar con todo el apoyo necesario de sus docentes ya que éstos podrán encontrarse en equilibrio tanto en su salud física y mental, en donde se podrá asegurar que el desarrollo de sus alumnos sea óptimo, mejorando el proceso de enseñanza diaria en la modalidad remota durante la pandemia del COVID-19.

Si bien es cierto en un contexto anterior a la pandemia las empresas eran los encargados de controlar los riesgos generados en cada puesto laboral, bajo

el contexto del trabajo remoto esta responsabilidad recayó directamente en los trabajadores siendo ellos mismo quienes podrían controlar o eliminar sus riesgos, por ello deberían ser entrenados y capacitados (25–29), debemos considerar que el trabajo del personal docente en el contexto de la pandemia, según la bibliografía revisada es realmente extenuante tanto a nivel físico, mental y emocional.

I. OBJETIVOS

Objetivo General

- Analizar las consecuencias del trabajo remoto en los docentes en el contexto de la pandemia del COVID-19 según revisión bibliográfica entre diciembre 2019 hasta diciembre del 2021.

Objetivos Específicos

- Caracterizar las publicaciones encontradas según país, año, idioma, base de datos, tipo de estudio y nivel de educación en relación con las consecuencias del trabajo remoto en docentes en el contexto de pandemia del COVID-19.
- Identificar las consecuencias del trabajo remoto en la salud mental de los docentes en el contexto de pandemia por COVID-19.
- Identificar las consecuencias en relación con la salud física y mental de los docentes en el contexto de pandemia por COVID-19.

II. CUERPO

2.1 METODOLOGÍA

Esta presente monografía consiste en una revisión bibliográfica en base a un diseño documental, retrospectivo, se procedió al análisis de artículos científicos en revistas indizadas, se consideraron artículos incluidos en revisiones sistemáticas mediante estrategia de búsqueda de literatura basada en el principio de bola de nieve desde el inicio de la pandemia del COVID-19, diciembre 2019 hasta diciembre del 2021.

2.2 SELECCIÓN DEL TEMA

La revisión bibliográfica se basó bajo el análisis de la literatura teniendo en cuenta como criterios de inclusión a los artículos científicos con presentación en textos completos, artículos publicados en revistas indizadas, artículos incluidos en revisiones sistemáticas publicadas desde el inicio de la pandemia del COVID-19, diciembre 2019 hasta diciembre del 2021, se consideraron estudios transversales, longitudinales, cualitativos, observacionales, mixtos, de muestreo probabilístico y no probabilístico, descriptivos, transversales, cuantitativos se realizó la exclusión de artículos científicos incompletos, revistas indizadas publicadas antes del inicio de la pandemia del COVID-19, y las publicadas luego de diciembre del 2021, estudio de

casos, experiencias y los artículos no relacionados con el sector educativo.

2.3 BÚSQUEDA

Para la búsqueda de la información se consultaron las bases de datos y revistas como Pubmed, Dialnet, Scielo, Google académico, NCBI Recursos, PMC, Rase, Redalyc, EBSCOhost, La Referencia, Revista CienciAmérica, The Lancet, y repositorios, se utilizaron los descriptores booleanos AND, NOT, OR, utilizando palabras clave de búsqueda mediante los descriptores **DeCs/MeSH**.

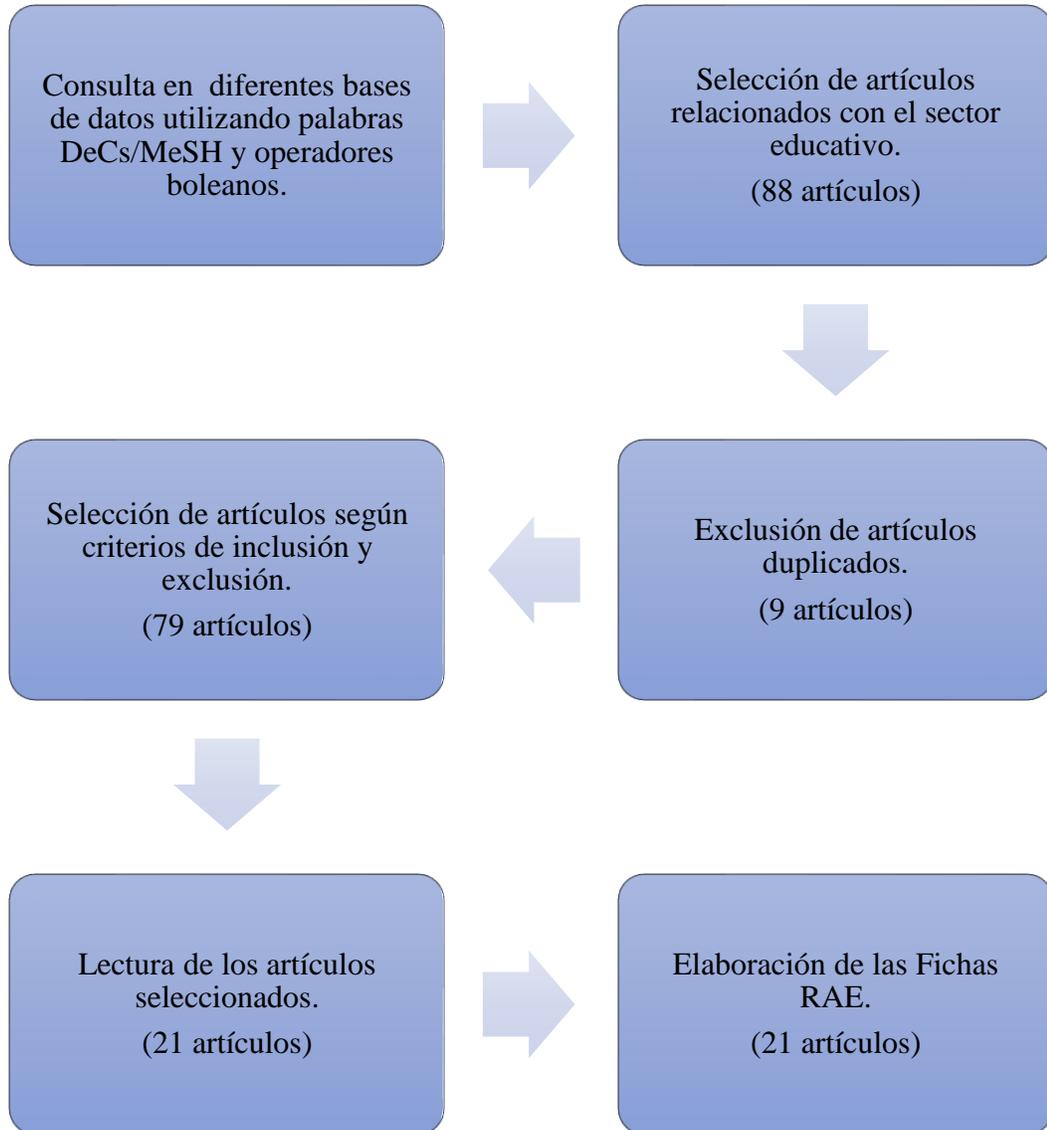
Se inició con una búsqueda exhaustiva mediante el uso de las palabras clave con las siguientes combinaciones en todas las bases y revistas consultadas : “Impacts on Health and Teleworking and Faculty”, “Mental Health and teacher and covid-19”, “Teachers and Teleworking and Health”, “Trabajo remoto docente” “COVID-19, “salud mental, actividad física, maestro,” “ Trabajo remoto”, “Health Status and teacher and covid-19”, “Health Status and teacher and covid-19 and teleworking”, “Health and teacher and covid-19 and teleworking”, “teacher and covid-19 and teleworking” “ pandemia and educación a distancia”, “trabajo remoto not oficina and profesor” “ homework and teacher and health”, “docente and pandemia”, “impacto salud and teletrabajo and docente”, “ Impactos en la Salud and trabajo remoto and docente or profesor or personal docente or educador”, “ Impactos en la

Salud and trabajo remoto and docente or profesor or personal docente and covid-19”, “ educación a distancia and Maestros or docentes and teletrabajo and pandemia por el Nuevo Coronavirus”.

Durante la búsqueda mediante las palabras claves no se encontraron artículos en algunas de las bases consultadas.

En esta búsqueda se localizaron 88 artículos relacionados con el tema de investigación, luego se procedió a excluir a 9 artículos duplicados y 58 artículos que no cumplían con el criterio de inclusión quedando solo 21 artículos que reunieron los criterios de inclusión, teniendo en cuenta el análisis del título, resumen, objetivos, resultados y posteriormente la lectura del documento en texto completo procesándose en las fichas RAE. (Anexo 1).

Secuencia de búsqueda Bibliográfica



Fuente: elaboración propia.

2.4 RESULTADOS

En relación con la caracterización de los 21 artículos analizados según país (Ver Tabla N° 1). se obtuvieron artículos de diferentes países tales como Argentina (4.8%), Brasil (9.2%), Chile (14.3%), Ecuador (9.2%), España (14.3%), China, USA, Grecia, Israel, Italia, Jordania, Marruecos, México, Reino Unido, Suecia (4.8%) (Anexo 2).

Se realizó la caracterización en relación con el año de publicación (Ver Tabla N° 2), el 47.6 % corresponden al año 2020 y el 52.4% corresponden al año 2021 (Anexo 3).

Se encontraron artículos en diferentes idiomas (Anexo 4) siendo en español en un 19%, inglés en un 76.2% y en portugués en un 4.8% (Ver Tabla N° 3).

Se encontraron diferentes tipos de estudios (Anexo 5), siendo de tipo cualitativo, cuantitativo, combinación de codificación inductiva y deductiva, descriptivo, métodos mixtos, muestreo no probabilístico de bola de nieve, muestro probabilístico, observacional, prospectivo, transversal y transversal exploratorio en un 4.8%, longitudinal en un 14.3%, transversales en un en un 42.9% (Ver Tabla N°4).

Por otro lado, teniendo en cuenta el nivel educativo (Anexo 6), pertenecen al nivel primario un 4.8%, secundario en un 14.3%, universitario con un 23.8%, en dos niveles educativos (primaria y secundaria) en un 14.3%, en 4 niveles educativos (inicial, primaria,

secundaria y universitario) en un 33.3% y se evidenció que un 9.5% de los artículos no especificaron el nivel de educación (Ver Tabla N°5).

En relación con los artículos identificados en las diferentes bases de datos (Anexo 7) el 4.8% pertenecen a revistas, Google Académico, Rase, Redalyc, un 9.5% pertenece a NCBI, el 66.7% a Pubmed (Ver Tabla N°6).

Sobre la identificación de las consecuencias del trabajo remoto a nivel de la salud mental (Anexo 9) en los docentes el contexto de la pandemia del COVID-19 se identificaron que de los 21 artículos analizados en las fichas RAE se encontró que los artículos mencionan como consecuencias cuadros de estrés (52.4%), nerviosismo (4.8%), angustia (14.3%), tensión (4.8%), pena (4.8%), miedo (9.5%), ansiedad (33.3%), síndrome de burnout (4.8%), trastornos mentales, (4.8%), depresión (19%), dificultad en la concentración (4.8%), mal humor (4.8%), agotamiento emocional (4.8%), alteración en la salud mental (23.8%), poca resiliencia mental (4.8%), por otro lado se evidencia que se arte de los docentes contaron con resiliencia mental (9.5%) (Ver Tabla N°8).

Sobre la identificación de las consecuencias del trabajo remoto en relación con la salud física y mental (Anexo 10) en los docentes el contexto de la pandemia del COVID-19 se identificaron que de los 21 artículos analizados en las fichas RAE encontramos que los artículos mencionan cuadros de sensación de cansancio (9.5%), disminución en su bienestar físico (14.3%), agotamiento laboral, (14.3%), alteración del

bienestar físico (19%), alteración del sueño (9.5%), dolor de garganta (9.5%), fatiga vocal (4.8%) ,necesidad de toser (4.8%),cansancio (19%), aumento del apetito (4.8%), falta de energía (4.8%),fatiga general (19%) carraspeo (4.8%) irritación o sequedad de la laringe: (4.8%), ronquera (9.5%), aumento en el tono de voz (4.8%), sequedad de garganta (4.8%),no se encontraron artículos que especifiquen solo las consecuencias a nivel físico en relación al sector educativo (Ver Tabla N°9), se identificó la presencia de consecuencias en dimensiones físico y mental y en algunos artículos solo a nivel mental (Ver Tabla N°7)

2.5 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Según los 21 artículos analizados (Anexo 8) el 100 % describe las consecuencias del trabajo remoto en docentes en el contexto de la pandemia del COVID-19 de los cuales se identificaron artículos que mencionan consecuencias a nivel mental en un 66.7%, consecuencias en relación con el nivel físico y mental en un 33.3 %, no se identificaron artículos que solamente mencionen consecuencias a nivel físico. (Ver Tabla N°7).

La pandemia de COVID-19 ha tenido un impacto a nivel mundial en el aspecto laboral, en la salud física y mental, en 6 artículos analizados mencionan que los docentes de las instituciones educativas pertenecientes al sector público enfrentaron una mayor demanda laboral por la falta de apoyo al sector educativo el mismo motivo por

el que puede ser un fuerte predictor para la presencia de mayor incidencia en las consecuencias en su salud física y mental cursando mayores cuadros de agotamiento, depresión, ansiedad y estrés.(30–35).

Así mismo los cambios producidos durante el confinamiento y por ende las metodologías en el sistema de enseñanza a distancia se vieron afectadas generando en el personal docente altos niveles de angustia debido a las largas jornadas laborales para el cumplimiento de las labores diarias y sumado a ello las responsabilidades a nivel familiar, por lo que 2 de los artículos nos hablan sobre la importancia de la realización de la actividad física para generación de bienestar físico y emocional entre los docentes durante el confinamiento previniendo aparición de problemas en su salud(33,36).

Habiendo analizado 21 artículos de investigación del trabajo docente se contrastó los resultados con un estudio realizado en China donde presentaron estrés, ansiedad moderada y cuadros de depresión (30), en Alemania presentaron un nivel alto de estrés (31) en Chile presentaron efectos negativos en la calidad de vida en especial de las jóvenes de sexo femenino (24), con lo que se demuestra la necesidad de estudiar las consecuencias sobre la salud mental y física.

Como mencionan los artículos estas consecuencias pueden estar asociados al cambio de trabajo en el sector educativo ya que la mayoría

del personal docente no se encontraba preparado para este cambio tan abrupto en el sistema de enseñanza.

Un dato que cobra gran relevancia en relación con el género más afectado en la realización del trabajo remoto siendo las mujeres las que según 6 artículos analizados son las que presentaban un impacto en su bienestar a nivel psicológico y bienestar físico, en donde se menciona que una posible explicación a estos resultados podría ser por la gran carga doméstica y responsabilidades en el hogar que las mujeres asumen o que pueden ser impuestas por la sociedad (36–41)

También en 14 de los artículos analizados describen las consecuencias del trabajo remoto y cómo afecta a la salud y bienestar del personal docente y muestra que los cuadros de mayor incidencia son: estrés, ansiedad, angustia y depresión. Describe también que los altos niveles de estrés mental y emocional pueden conllevar a presentar algunos trastornos psiquiátricos ya sea leves o graves produciendo alteraciones a nivel de la cognición, la memoria, la calidad en el sueño, el impacto cardiovascular, endocrino, alteración en las respuestas inmunes (32–34), corroborando la información presentada con 2 artículos donde mencionan que las alteraciones a nivel de la voz de los docentes se veía relacionada con la presencia de cuadros altos de estrés.

En relación con la salud física 2 de los artículos analizados mencionan alteraciones a nivel de la voz, 8 de los artículos mencionan cuadros de fatiga y agotamiento en general que según otras revisiones se presentan

de manera adicional una alta prevalencia en trastornos músculos esqueléticos (38–42), adicionalmente uno de los estudios analizados menciona que el incremento en la carga laboral genera un aumento de consumo de fuerza física y energía por lo que el entusiasmo por realizar las tareas disminuye poco a poco pudiendo llegar a cuadros de fatiga (32)

Por otro lado, los artículos mencionan que un factor determinante de presentar cuadros de más estrés es la cantidad de horas laboradas en un día, siendo los docentes con jornadas laborales mayores a 6 horas los que tendrían a presentar cuadros de más estrés que los docentes que laboraban hasta 4 horas al día(42).

Uno de los artículos describe que las consecuencias que manifiestan los docentes a la nueva modalidad de trabajo están muy relacionado al nivel de preparación, es así como los docentes de educación básica regular son los que presentarían más cuadros de estrés, debido a que los docentes con mayor preparación podrían ser más resilientes y tener menos estrés(42).

Así mismo en 7 artículos analizados mencionan que las consecuencias generadas a raíz del trabajo remoto no solo tienen consecuencias a nivel físico, sino de manera conjunta a nivel psíquico y cognitivo, esto por implicancia de la carga laboral (35).

Por lo mismo que para la realización de las tareas se debe de manejar horarios definidos y equilibrados más aún cuando la enseñanza es una

de las labores más estresantes y lo que convierte al personal docente a ser más vulnerables a sufrir cuadros depresivos (36,37).

Por otro lado, las condiciones laborales, designación de las tareas, nivel de responsabilidad, el tipo de organización de la institución, la satisfacción laboral, situaciones personales y las capacidades que tenga el personal docente han repercutido en su desempeño laboral teniendo repercusiones positivas o negativas influyendo en la calidad de vida y en su salud más aún este tiempo de pandemia (43)

Por lo que las enfermeras ocupacionales que ingresen a laborar en instituciones educativas deben de encontrarse preparadas para evitar la aparición de diversos problemas de salud y/o enfermedades profesionales, promoviendo o mejorando la calidad de vida de los trabajadores evaluando a detalle en este caso las labores realizadas por el personal docente con esta modalidad de trabajo, detectando oportunamente cualquier problema de salud para una pronta intervención en la cual se minimicen sus consecuencias a nivel de la salud física y mental.

Por ende, se debe enfatizar la necesidad de contar con una atención integral del personal docente más aún en este contexto de pandemia, en la cual se analicen las consecuencias del trabajo remoto en donde se cuide de su salud física y mental, mediante estrategias orientadas a realizar intervenciones grupales, individuales, el personal de enfermería es determinante para iniciar con el proceso de la promoción

de la salud, mediante su análisis y aplicación del proceso de atención de enfermería puede colaborar con el mejoramiento de las condiciones laborales, educando al personal docente con estrategias para el manejo del estrés, angustias, miedos, que pueden surgir en este periodo de pandemia mejorando su autocuidado y relaciones interpersonales.

Adicionalmente en cumplimiento de las leyes en seguridad y salud laboral, el personal de enfermería puede incitar en las instituciones educativas a que el trabajo remoto pueda realizarse de manera tal que se pueda preservar la salud de los docentes ofreciendo buenas condiciones de trabajo, bajo la vigilancia continua del personal de enfermería mitigando las consecuencias mencionadas en los 21 artículos analizados para este trabajo monográfico.

Es de suma importancia que se eduque al personal docente que estipule el tiempo dedicado a la realización de sus tareas, realizando pausas activas, delimitando tiempos de descanso, incentivando la actividad física cuidando su propia salud, así como también el cuidado de su familia.

Según los resultados de los artículos analizados se puede señalar que es muy importante para la enfermera en salud ocupacional determinar las estrategias de prevención en relación al cuidado de la salud mental y física mediante un monitoreo del entorno en la cual se realiza el trabajo remoto, comunicación oportuna de los medios en el cual se promuevan las redes de apoyo y para la notificación de los

problemas de salud en donde se oriente de los cuidados y las estrategias en donde se promueva el autocuidado (44)

En relación con las limitaciones no se ha encontrado mucha literatura relacionada con el tema de investigación desarrollada directamente en el sector educativo, en su mayoría los artículos encontrados estuvieron direccionados a labores administrativas en general.

III. CONCLUSIONES

- La realización del trabajo remoto en los docentes tuvo consecuencias negativas a nivel de la salud física y en la salud mental debido a los cambios producidos durante el confinamiento, en las metodologías en el sistema de enseñanza, sobrecargas laborales, excesivas jornadas laborales.
- Las consecuencias del trabajo remoto a nivel de la salud mental en los docentes según los artículos analizados fueron cuadros de estrés, ansiedad, depresión, alteración en la salud mental, nerviosismo, angustia, tensión, pena, miedo, síndrome de burnout, trastornos mentales, dificultad en la concentración, mal humor, agotamiento emocional, poca resiliencia mental, solo en unos casos parte de la plana docente presentó resiliencia mental.
- Las consecuencias del trabajo remoto en relación con la salud física y mental en los docentes según los artículos analizados fueron sensación de cansancio, disminución en su bienestar físico, agotamiento laboral, alteración del bienestar físico, alteración del sueño, dolor de garganta, fatiga vocal, necesidad de toser, cansancio, aumento del apetito, falta de energía, fatiga general, carraspeo, irritación o sequedad de la laringe, ronquera, aumento en el tono de voz, sequedad de garganta.

IV. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organization WH, Joint MC. Report of the WHO-China Joint Mission on Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). WHO-China Jt Mission Coronavirus Dis 2019 [Internet]. 2020;2019(February):16-24. Disponible en: <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/who-china-joint-mission-on-covid-19-final-report.pdf>
2. Livingston E, Bucher K, Rekito A. Coronavirus Disease 2019 and Influenza 2019-2020. JAMA - J Am Med Assoc [Internet]. 2020;323(12):1122. Disponible en: <https://jamanetwork.com/journals/jama/fullarticle/2762386>
3. International Laborur Organization. COVID-19 and the world of work. Int Labour Organ. 2020;(April):1-22.
4. Somavía J. El trabajo decente: una lucha por la dignidad humana [Internet]. Oficina Internacional del Trabajo y la Fundación Europea. 2014. 743 p. Disponible en: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---ro-lima/---sro-santiago/documents/publication/wcms_380833.pdf
5. International Labour Organization. Non-Standard Employment Around the World [Internet]. Vol. 44, ILO Cataloguing in Publication Data. Geneva: Firts published; 2016. 396 p. Disponible en: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/---publ/documents/publication/wcms_534326.pdf
6. Ushakova T. El Derecho de la OIT para el trabajo a distancia: ¿una regulación superada o todavía aplicable? Rev Int y Comp Relac Laborales y Derecho del

- Empl [Internet]. 2015;3(4):74-92. Disponible en: http://ejcls.adapt.it/index.php/rlde_adapt/article/viewFile/332/428
7. Nilles JM, Carlson FR, Gray P, Hanneman G. Telecommuting—An Alternative to Urban Transportation Congestion. IEEE Trans Syst Man Cybern [Internet]. 1976;SMC-6(2):77-84. Disponible en: <https://vdocuments.mx/telecommuting-an-alternative-to-urban-transportation-congestion.html>
 8. Huuhtanen P. The Health and Safety issues for Teleworkers in the European Union. Eur Found Improv Living Work Cond [Internet]. 1997;3:3-71. Disponible en: https://webs.ucm.es/info/seas/estres_lab/informes/Informe_europeo_Health_Safety_Issues_for_Teleworkers.pdf
 9. International Labour Organization. El teletrabajo durante la pandemia de COVID-19 y después de ella [Internet]. Vol. 1, Oficina Internacional del Trabajo y la Fundación Europea. 2020. 52 p. Disponible en: www.ilo.org/publns.%0Ahttps://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---travail/documents/publication/wcms_758007.pdf
 10. Presidencia del Consejo de Ministros. Decreto de Urgencia N° 026-2020 -PCM. D Of El Peru Normas Leg [Internet]. 2020;1-10. Disponible en: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/566447/DU026-20201864948-1.pdf>
 11. Sociales CFLJVGCSZJRZEABC de E. Trabajar desde casa: Posibilidades y desafíos. Cesla [Internet]. 2020;(July). Disponible en: <http://www.andi.com.co/Uploads/Trabajar desde casa posibilidades y desafíos CESLA ANDI.pdf>

12. Javier F, Moreno F. Implementación del trabajo remoto durante la pandemia. Rev Con-texto N° 09 [Internet]. 2021;59(230):146-58. Disponible en: [https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/1914246/Revista Con-texto N° 09 - Año 2021.pdf](https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/1914246/Revista_Con-texto_N°_09_-_Año_2021.pdf)
13. Delgado Á. El trabajo remoto en el Perú en tiempos del COVID-19. Rev Iberoam Derecho del Trab y la Segur Soc [Internet]. 2020;2:72-84. Disponible en: <http://aidtss.org/revistaiberoamericana/index.php/main/article/view/34/31>
14. Presidencia del Consejo de Ministros. Decreto de Urgencia N° 036-2020 -PCM. D Of El Peru Normas Leg [Internet]. 2020;5-9. Disponible en: https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/581842/DU036_2020.pdf
15. Presidencia del Consejo de Ministros. Decreto Supremo N° 010-2020-TR. D Of El Peru Normas Leg [Internet]. 2020;10-2. Disponible en: [www.gob.pe/mtpe%0Ahttps://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/569726/1865130-2.pdf](https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/569726/1865130-2.pdf)
16. Ministerio de Educación del Perú. R.V.M N° N° 097-2020 - MINEDU. D Of El Peru Normas Leg [Internet]. 2020;1-30. Disponible en: <https://busquedas.elperuano.pe/download/url/aprueban-el-documento-normativo-denominado-disposiciones-pa-resolucion-vice-ministerial-n-097-2020-minedu-1866651-1>
17. Ministerio de Educación del Perú. R.V.M N° 098-2020-MINEDU. D Of El Peru Normas Leg [Internet]. Disponible en: <https://busquedas.elperuano.pe/download/url/modifican-el-documento-normativo-denominado-disposiciones-p-resolucion-vice-ministerial-n-098->

2020-minedu-1866990-1

18. Souza KR de, Santos GB dos, Rodrigues AM dos S, Felix EG, Gomes L, Rocha GL da, et al. Trabalho remoto, saúde docente e greve virtual em cenário de pandemia. *Trab Educ e Saúde* [Internet]. 2021;19:1-14. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tes/a/RrndqvwL8b6YSrx6rT5PyFw/?format=pdf&lang=pt>
19. Ferreira LL. Lessons from schoolteachers on their joys and pains at work. *Cad Saude Publica* [Internet]. 2019;35:1-11. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/CdDxbQMP9Qw5KbWV8dmCSCg/?lang=pt>
20. Gomes L, Brito J. Desafios e possibilidades ao trabalho docente e à sua relação com a saúde. *Estud e Pesqui em Psicol* [Internet]. 2006;Ano 6(1):49-62. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/307746328_Desafios_e_possibilidades_ao_trabalho_docente_e_a_sua_relacao_com_a_saude
21. Neves MYR, de Brito JC, Muniz HP. Women schoolteachers' health, gender issues, and work in elementary education. *Cad Saude Publica* [Internet]. 2019;35:1-4. Disponível em: <https://www.scielosp.org/pdf/csp/2019.v35suppl1/e00189617/pt>
22. Evanoff BA, Strickland JR, Dale AM, Hayibor L, Page E, Duncan JG, et al. Erratum: 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 (2020) 22:8 (e21366) DOI: 10.2196/21366). *J Med Internet Res* [Internet]. 2021;23(4):19-21. Disponível

en: <https://www.jmir.org/2021/4/e29069/PDF>

23. Li Q, Miao Y, Zeng X, Wu C, Wu J. Prevalence and factors for anxiety during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) epidemic among the teachers in China. Elsevier [Internet]. 2020;(January). Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7425543/pdf/main.pdf>
24. Lizana PA, Vega-Fernandez G, Gomez-Bruton A, Leyton B, Lera L. Impact of the covid-19 pandemic on teacher quality of life: A longitudinal study from before and during the health crisis. Int J Environ Res Public Health [Internet]. 2021;18(7):1-11. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8038473/pdf/ijerph-18-03764.pdf>
25. Rojas Aranda AR. Riesgos Ergonómicos En El Teletrabajo En Tiempos De Pandemia De Covid-19. Vol. 0, [https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Producción peruana](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Producción%20peruana). Universidad Privada Antenor Orrego; 2020.
26. García-Salirrosas EE, Sánchez-Poma RA, García-Salirrosas EE, Sánchez-Poma RA. Prevalencia de trastornos musculoesqueléticos en docentes universitarios que realizan teletrabajo en tiempos de COVID-19. An la Fac Med [Internet]. 30 de septiembre de 2020 [citado 20 de marzo de 2022];81(3):301-7. Disponible en: <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/anales/article/view/18841>
27. Marroquín Santillán W. El Teletrabajo en el Covid 19. CienciAmérica [Internet]. 2020;9(2):1-6. Disponible en:

https://colombiadigital.net/images/stories/teletrabajo/presentaciones_feria/4-Sergio-Angel.pdf

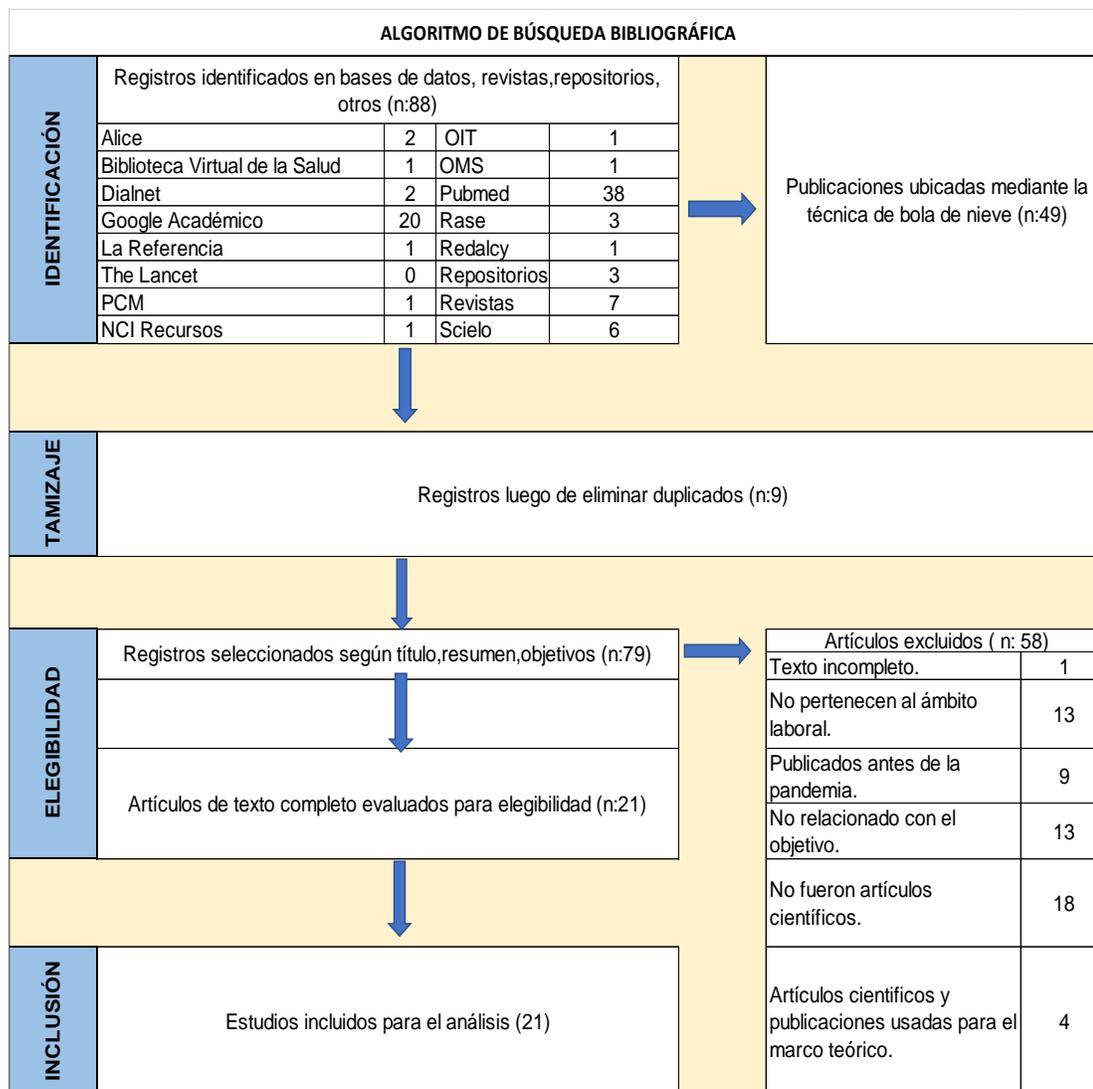
28. BCN B del CN de C/. Efectos positivos y negativos del teletrabajo sobre la salud. Bibl Del Congr Nac Chile Bibl Del Congr Nac [Internet]. 2018;1-9. Disponible en:
https://obtienearchivo.bcn.cl/obtienearchivo?id=repositorio/10221/26041/1/BCN_Efectos_del_teletrabajo_sobre_la_salud_FINAL.pdf
29. Harrington SS. Occupational safety and health training for teleworkers. NIOSH 2002 Nov; 1-58 [Internet]. 2002;(5). Disponible en:
<file:///C:/Users/grace/Downloads/PB2019100543.pdf>
30. Nemr K, Simões-Zenari M, De Almeida VC, Martins GA, Saito IT. COVID-19 and the teacher's voice: self-perception and contributions of speech therapy to voice and communication during the pandemic. Clinics. 2021;76(6):1-8.
31. Stachteas P, Stachteas C. The psychological impact of the COVID-19 pandemic on secondary school teachers. Psychiatrike. 2020;31(4):293-301.
32. Chen H, Liu F, Pang L, Liu F, Fang T, Wen Y, et al. Are you tired of working amid the pandemic? The role of professional identity and job satisfaction against job burnout. Int J Environ Res Public Health. 2020;17(24):1-14.
33. Aperribai L, Cortabarria L, Aguirre T, Verche E, Borges Á. Teacher's Physical Activity and Mental Health During Lockdown Due to the COVID-2019 Pandemic. Front Psychol. 2020;11(November):1-14.
34. Kim LE, Oxley L, Asbury K. "My brain feels like a browser with 100 tabs open": A longitudinal study of teachers' mental health and well-being during the

- COVID-19 pandemic. *Br J Educ Psychol.* 2022;92(1):299-318.
35. Besser A, Lotem S, Zeigler-hill V. Since January 2020 Elsevier has created a COVID-19 resource centre with free information in English and Mandarin on the novel coronavirus COVID- company ' s public news and information website . Elsevier hereby grants permission to make all its COVID-19-r. 2020;(January).
 36. Hidalgo-Andrade P, Hermosa-Bosano C, Paz C. Teachers' mental health and self-reported coping strategies during the covid-19 pandemic in ecuador: A mixed-methods study. *Psychol Res Behav Manag.* 2021;14:933-44.
 37. Zhou J, Yuan X, Huang H, Li Y, Yu HY, Chen X, et al. The Prevalence and Correlative Factors of Depression Among Chinese Teachers During the COVID-19 Outbreak. *Front Psychiatry.* 2021;12(June):1-7.
 38. Santamaría MD, Mondragon NI, Santxo NB, Ozamiz-Etxebarria N. Teacher stress, anxiety and depression at the beginning of the academic year during the COVID-19 pandemic. *Glob Ment Heal.* 2021;8.
 39. Estrada-Muñoz C, Vega-Muñoz A, Castillo D, Müller-Pérez S, Boada-Grau J. Technostress of chilean teachers in the context of the covid-19 pandemic and teleworking. *Int J Environ Res Public Health.* 2021;18(10).
 40. Pinho P de S, Freitas AMC, Cardoso M de CB, Silva JS da, Reis LF, Muniz CFD, et al. Trabalho remoto docente e saúde: repercussões das novas exigências em razão da pandemia da Covid-19. *Trab Educ e Saúde.* 2021;19.
 41. Casacchia M, Cifone MG, Giusti L, Fabiani L, Gatto R, Lancia L, et al. Distance education during COVID 19: an Italian survey on the university teachers'

- perspectives and their emotional conditions. *BMC Med Educ.* 2021;21(1):1-17.
42. Delgado-Gallegos JL, Padilla-Rivas GR, Zuñiga-Violante E, Avilés-Rodríguez G, Arellanos-Soto D, Villareal HF, et al. Teaching Anxiety, Stress and Resilience During the COVID-19 Pandemic: Evaluating the Vulnerability of Academic Professionals in Mexico Through the Adapted COVID-19 Stress Scales. *Front Public Heal.* 2021;9(May).
43. Meo AI, Dabenigno V. COVID-19 en Argentina . Condiciones materiales la responsabilidad social y la toma de decisiones. *Rev Sociol la Educ.* 2021;14(1):103-27.
44. Juárez A, Hernández E. Intervenciones de enfermería en la salud en el trabajo. *Rev Enferm Inst Mex Seguro Soc [Internet].* 2010;18(1):23-9. Disponible en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/enfermeriaimss/eim-2010/eim101e.pdf>

V. ANEXOS

ANEXO 01: ALGORITMO DE BÚSQUEDA



Fuente: Propio de la revisión bibliográfica.

ANEXO 02: ARTÍCULOS SEGÚN PAÍS DE ORIGEN

Tabla N.º 1

Artículos según país de origen		
País	N	%
Argentina	1	4.8 %
Brasil	2	9.5 %
Chile	3	14.3 %
China	1	4.8 %
China / USA	1	4.8 %
Ecuador	2	9.5 %
España	3	14.3 %
Grecia	1	4.8 %
Israel	1	4.8 %
Italia	1	4.8 %
Jordania	1	4.8 %
Marruecos	1	4.8 %
México	1	4.8 %
Reino Unido	1	4.8 %
Suecia	1	4.8 %
TOTAL	21	100 %

Fuente: Propio de la revisión bibliográfica.

ANEXO 03: ARTÍCULOS SEGÚN AÑO DE PUBLICACIÓN

Tabla N.º 2

Artículos según año de publicación		
Año	N	%
2020	10	47.6%
2021	11	52.4%
TOTAL	21	100%

Fuente: Propio de la revisión bibliográfica.

ANEXO 04: ARTÍCULOS SEGÚN IDIOMA

Tabla N.º 3

Artículos según idioma		
Idioma	N	%
Español	4	19.0%
Inglés	16	76.2%
Portugués	1	4.8%
TOTAL	21	100%

Fuente: Propio de la revisión bibliográfica.

ANEXO 05: ARTÍCULOS SEGÚN TIPO DE ESTUDIO

Tabla N.º 4

Artículos según tipo de estudio		
Estudio	N	%
Combinación de codificación inductiva y deductiva	1	4.8%
Cualitativo	1	4.8%
Cuantitativo	1	4.8%
Descriptivo	1	4.8%
Longitudinal	3	14.3%
Mixto (cuantitativo-cualitativo)	1	4.8%
Muestreo no probabilístico de bola de nieve.	1	4.8%
Muestreo probabilístico	1	4.8%
Observacional, prospectiva, transversal	1	4.8%
Transversal	9	42.9%
Transversal exploratorio	1	4.8%
Total	21	100%

Fuente: Propio de la revisión bibliográfica.

ANEXO 06: ARTÍCULOS SEGÚN NIVEL EDUCATIVO

Tabla N.º 5

Artículos según Nivel de educación		
Nivel Educativo	N	%
Primaria	1	4.8%
Secundaria	3	14.3%
Universitario	5	23.8%
Primaria y Secundaria	3	14.3%
Inicial, Primaria, Secundaria, Universitario	7	33.3%
No especifica nivel	2	9.5%
TOTAL	21	100%

Fuente: Propio de la revisión bibliográfica.

ANEXO 07: ARTÍCULOS SEGÚN IDIOMA

Tabla N.º 6

Artículos según base de datos		
Base de Datos	N	%
Revista Ciencia Digital	1	4.8%
Google Académico	1	4.8%
NCBI	2	9.5%
Pubmed	14	66.7%
Rase	1	4.8%
Redalyc	1	4.8%
Revista Ciencia en América	1	4.8%
TOTAL	21	100%

Fuente: Propio de la revisión bibliográfica.

ANEXO 08: ARTÍCULOS SEGÚN CONSECUENCIAS SOBRE LA SALUD

Tabla N.º 7

Artículos según consecuencias sobre la salud		
Nivel	N	%
Físico	0	0.0%
Mental	14	66.7%
Físico y Mental	7	33.3%
TOTAL	21	100%

Fuente: Propio de la revisión bibliográfica.

ANEXO 09: ARTÍCULOS SEGÚN CONSECUENCIAS LA SALUD MENTAL

Tabla N.º 8

Artículos según consecuencias sobre la salud mental		
Consecuencia	N	%
Estrés	11	52.4 %
Nerviosismo	1	4.8%
Angustia	3	14.3%
Tensión	1	4.8%
Pena	1	4.8%
Miedo	2	9.5%
Ansiedad	7	33.3%
Síndrome de burnout	1	4.8%
Trastornos mentales	1	4.8%
Depresión	4	19.0%
Dificultad para la concentración	1	4.8%
Mal humor	1	4.8%
Agotamiento emocional	1	4.8%
Alteración en la salud mental	5	23.8%
Poca resiliencia Mental	1	4.8%
Con resiliencia Mental	2	9.5%

Fuente: Propio de la revisión bibliográfica.

**ANEXO 10: ARTÍCULOS EN RELACIÓN CON LA SALUD FÍSICA Y
MENTAL**

Tabla N.º 9

Artículos en relación con la salud física y mental		
Consecuencia	N	%
Sensación de cansancio	2	9.5%
Disminución en su bienestar físico	3	14.3%
Agotamiento laboral	3	14.3%
Alteración en el bienestar físico	4	19.0%
Alteración del sueño	2	9.5%
Dolor de garganta	2	9.5%
Fatiga vocal	1	4.8%
Necesidad de toser	1	4.8%
Cansancio	4	19.0%
Aumento del apetito	1	4.8%
Falta de energía	1	4.8%
Fatiga general	4	19.0%
Carraspeo	1	4.8%
Irritación o sequedad de la laringe	1	4.8%
Ronquera	2	9.5%
Aumento en el tono de voz	1	4.8%
Sequedad de garganta	1	4.8%

Fuente: Propio de la revisión bibliográfica.

ANEXO 11: PALABRAS CLAVES DESCRIPTORES DE BÚSQUEDA

DECS/MESH

Descriptor Español:	Salud
----------------------------	--------------

Descriptor Inglés:	Health
---------------------------	--------

Descriptor Portugués:	Saúde
------------------------------	-------

Nota de Alcance	Estado del organismo cuando funciona de manera óptima, sin evidencia de enfermedad
------------------------	---

Términos Alternativos	Normalidad Normalidades
------------------------------	--------------------------------

Descriptor Español:	Impactos en la Salud
----------------------------	-----------------------------

Descriptor Inglés:	Impacts on Health
---------------------------	-------------------

Descriptor Portugués:	Impactos na Saúde
------------------------------	-------------------

Definición Español:	Impactos en la Salud
----------------------------	----------------------

Sinónimo en español:	Aspectos de Salud Consecuencias para la Salud Efectos en la Salud Riesgos para la Salud
-----------------------------	--
