



Riesgos laborales y su impacto en el desempeño docente en tiempos de Pandemia-COVID 19

Elmer Díaz Briones^{1*}

¹ Escuela de Posgrado. Universidad César Vallejo. Perú.

*Autor para correspondencia: Elmer Díaz Briones, amoaco2_db@hotmail.com

(Recibido: 18-02-2024. Publicado: 15-03-2024.)

DOI: 10.59427/rcli/2024/v24cs.1480-1488

Resumen

El objetivo principal fue resumir el trabajo del docente a distancia durante la pandemia de COVID – 19 y sus implementaciones en el campo de la salud mental. El debate se centró en la educación a distancia, exaltando las investigaciones científicas propuestas hasta el momento sobre el COVID-19 y sus posibles consecuencias para la salud de los docentes de los diferentes niveles de formación. Durante la pandemia de COVID – 19, los docentes tienen consecuencias negativas para la salud física y mental como sensación de fatiga, disminución de la salud física, fatiga en el trabajo, cambios físicos y confusión, trastornos de sueño, dolor de garganta, voz cansada, necesidad de toser, aumento del apetito, pérdida de fuerzas, irritación o sequedad de la laringe, ronquera, aumento del timbre de voz, lo que debe abordarse mediante una investigación directa con estos docentes, teniendo en cuenta los efectos de las diferentes etapas del Islam y la distancia social, los niveles de formación docente y la productividad varían.

Palabras claves: Riesgos laborales, COVID-19, desempeño docente.

Abstract

The main objective was to summarize the work of the distance teacher during the COVID-19 pandemic and its implementations in the field of mental health. The debate focused on distance education, extolling the scientific research proposed so far on COVID-19 and its possible consequences for the health of teachers at different levels of training. During the COVID – 19 pandemics, teachers have negative consequences for physical and mental health such as feelings of fatigue, decreased physical health, fatigue at work, physical changes and confusion, sleep disorders, sore throat, tired voice, need to cough, increased appetite, loss of strength, irritation or dryness of the larynx, hoarseness, increased voice timbre, which must be addressed through direct research with these teachers, taking into account the effects of different stages of Islam and social distancing, levels of teacher training and productivity vary.

Keywords: Occupational risks, COVID-19; Teaching performance.

1. Introducción

A raíz de la pandemia de COVID-19, las recompensas de Salud siguen estando desmentidos en todo el mundo (Gilbert JMF, 2020). Por el contrario, en la recompensa de Educación, desde principios de 2020, diversos países han descrito el nivel de aceptación para las instituciones de educación básicas y universidades. Las actividades remotas (Poquis Velásquez, et al, 2020), admite averiguar sobre los registros laborales existentes, sin embargo, no se autorizó por las espinas observadas por estudiantes y maestros en pandemia, de modo que aquellos que admiran no cumplieron con los requisitos ganadores o actuaron con la apariencia, en la que los directivos deben diseñar y evitar el encargo de la brigada para cerco de los estudiantes y se encontró que los maestros dieron un aprendizaje más teórica que práctica, una gran necesidad y responsabilidad; acciones correspondientes a la capacitación para trabajar con apariencia de reacción con el testimonio actual; Además del aprendizaje global en valores, el concepto de Tics, todavía hay habilidades blandas, comprenden la ética y los deberes de los docentes para hacer algunos cambios en el campo de la enseñanza – adiestramiento y todavía la habituación a un contexto en el cual los estudiantes y los docentes afectan las consecuencias de la pandemia en su vida diaria y relacionado con el desempeño docente (Uceda, J. 2020), enderezado al aprendizaje de jóvenes, adonde originan diversos gajes laborales pabellón que las instituciones educativas no prestan expectación a problemas de vitalidad laboral que puede originar, ya que aún hay un desconocimiento sobre el grímpola de inoculación laboral.

En naciente sentido, junto a emplazar que la habituación a reciente contexto ha hexaedro punto al comienzo de debates sobre la vitalidad mental de toda la faramalla implicados. A escindir de naciente olfato en construcción, la elaboración de nueva sobre naciente plazo ayudará significativamente con el desempeño docente, a fin de pegar la tolerancia del banderín y designar herramientas para la vacunación de enfermedades mentales en estos profesionales, como demuestra la humanidad nueva en listado con los profesionales de la salubridad. Aunque la humanidad reconoce los impactos psicológicos y laborales más inmediatos, se ha señalado que la cruce sobre los profesionales del aprendizaje es aún incipiente, considerando que actividades educativas se han conocidos sin rodeos afectadas. Por lo tanto, el neutral es pensar sobre el trabajo de los docentes durante la pandemia de COVID-19 y sobre los útiles de ese trabajo en su salubridad mental (Blázquez Lozano N, 2020).

Este estudio se elaboró a partir de una revisión novelística de la humanidad científica que consideró las publicaciones actuales sobre COVID-19 en 2020 (Coronavirus 2019-nCoV, CSSE.), igualmente las enseñanzas sobre la salubridad de los trabajadores, centrándose en los profesionales del aprendizaje y los bártulos en términos de la salubridad mental. Es de subrayar que los datos sintetizados aquende se basan en un decorado de altercado aún en construcción, dada la imprevisibilidad de la pandemia hasta el momento. Se afán que tales reflexiones puedan confiar enseñanza empíricos realizados con dichos profesionales en naciente contexto, respaldados por el ojeo longitudinal pertinente. El objetivo, es plasmar la desemejanza de gratificación laborales que está tendrán sobre las comunidades educativas a exiguo y legítimo plazo, así como proyectar las principales recomendaciones para aceptar la desdicha en el desempeño enseñante de la mejor forma posible, proyectando oportunidades para el adiestramiento y el exotismo en el aprendizaje final a la pandemia.

2. Bases teóricas de la investigación

El compromiso atávico maestro durante la pandemia de COVID – 19

Desde la explosión de la pandemia, se han tomado algunas medidas para sostener el florecimiento de las clases en diferentes niveles de formación, como la antelación de los períodos de vacaciones, la flexibilización del almanaque hábil y la asimilación de estrategias para comprometer la continuidad de las clases basadas en estrategias sincrónicas y asincrónicas, próximas a la convocatoria aprendizaje a trecho o aprendizaje no presencial (Bezerra IMP, 2020) (Chick RC, Clifton GT, Peace KM, Propper BW, 2020), más acullá de los útiles de estas estrategias en los procesos de estudios y aprendizaje, se sabe muy poco sobre la existencia de los docentes en naciente escenario. Cuando se negociación de alertar la generalización de enfermedades infecciosas, el trabajo atávico se convierte en una buena táctica de ablandamiento durante las pandemias. De esta forma, se impide el boato de colegas de trabajo durante el término de contagio, todavía de los propios estudiantes y demás trabajadores implicados en la línea de enseñanza – aprendizaje (Ahmed F, et al, 2020). Sin embargo, más que una respuesta adaptativa a un tablado de imprevisibilidad, el trabajo remoto (Mercader Rovira, A. 2020) cargo ser monitoreado e investigado continuamente en lo alusivo a sus capital recuperaciones para la salud, adonde se discute la importancia del aprendizaje emocional para sintetizar los problemas del muchacho y se destaca la rivalidad emocional y utilitario regulación como instrumento básicos del aprendizaje por competencias, a origen de las investigaciones vinculadas al papel de las Funciones Ejecutivas.

La pandemia de indisposición por coronavirus (COVID -19) ha provocado una inquietud sin precedentes en todos los ámbitos. En el terreno de la educación, esta necesidad ha legado empleo al pestillo masivo de las actividades presenciales de instituciones educativas en más de 190 países con el fin de escapar la extensión del microorganismo y adormecer su impacto. Según datos de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la cultura (UNESCO), a mediados de mayo de 2020 más de 1.200 millones de estudiantes de todos los niveles de

educación en todo el mundo, habían abandonado de haber clases presenciales en las instituciones. De ellos, más de 160 millones eran estudiantes de América latina y el caribe.

La Comisión económica para América latina y el Caribe (CEPAL) ha planteado que, además antiguamente de contraponer la pandemia, el enclave social en el país se estaba deteriorando, necesario al crecimiento de los índices de carencia y de carencia extrema, la duración de las desigualdades y un creciente cabreado social. En oriente contexto, el golpe tendrá importantes aperos negativos en los distintos sectores sociales, incluidos particularmente la salubridad y la educación, así como en la profesión y la transformación de la carencia (CEPAL, 2020). Por sus noticias, la UNESCO ha identificado grandes brechas en los resultados educativos, que se relacionan con una dispar orden de los docentes, en general, y de los docentes mejor calificados, en particular, en desmedro de países y regiones con menores intereses y de zonas rurales, las que suelen juntar incluso a pueblos indígenas y migrantes (UNESCO 2016; Messina y García, 2020). En el área educativo, gran noticias de las medidas que los países del país han prohiado alce la golpe (crisis) se relacionan con la detención de las clases presenciales en todos los niveles, lo que a poliedro umbralado a tres principales campos de acción: El despliegue de modalidades de instrucción a distancia, mediante la usufructo de una heterogeneidad de formatos y plataformas (con o sin uso de tecnología); la protección y la movilización del parcial y las comunidades educativas, y la afán a la salubridad y el beatitud universal de las y los estudiantes.

El trabajo remoto, es popular entre los trabajos mucho cualificados, como el trabajo educativo (Brenke K.2016). Esta modalidad de trabajo se ha convertido en la modalidad más adoptada principalmente por las Instituciones educativas durante la pandemia de COVID – 19. Esta vicisitud ha generado la emergencia imperiosa de habituación por noticiario de muchos docentes. En saliente contexto, el educador ha brazo trabajando durante la pandemia, realizando actividades de trabajo remoto. Aunque esta continuidad de trabajo bajuno un anuncio modalidad puede engendrarse una rivalidad adaptativa interesante para que las actividades de enseñanza – entrenamiento no se suspendan, los cambios laborales necesarios para entregar esta continuidad pueden ser muy significativas, como demuestra la conmemoración debate.

Muchos de estos docentes no se hallaban capacitados para tal transición. Esta falta de equivocación de vitualla se adeudo a muchas razones, por ejemplo, al bono de que no todos los hogares están preparados para el rendimiento de los requisitos técnicos relacionados con el uso de las tecnologías de la nota y la notificación y que no siempre es supuesto nutrí un ámbito acogedor para el encargo tradicional. A veces se requiere un máximo censo de encargo adeudado a las penalidades de familiarización del maestro o del estudiante, adeudado a la incomunicación y la época social. Además, al morar en casa, el maestro igualmente adeudo disputar con varios otros factores, como la audiencia de más personas en el mismo espacio, como jóvenes y cónyuges que a su vez están sujetos a regímenes de trabajo remoto y despacho a época adeudado a la incomunicación y la época dispuestos por la pandemia. En realidad, igualmente puede ser dispar para hombres y mujeres, destacando las asimetrías de especie que marcan las relaciones familiares e igualmente el mercado profesional (Siqueira HCB, et al 2020). Aunque la retórica se ajusta en exagerar aspectos como la máxima ostentación de las mujeres al desafuero doméstico debido a la cuarentena, (Noal, et al 2020) en el contexto profesional es comprensible especular que la madama puede conducirse aún más agobiada en levante entorno.

Los diversos acomodos para el trabajo remoto (cometido tradicional) en el contexto de los profesionales de adiestramiento pueden provocar el suplicio emocional, derivado mano de las experiencias de interrupción y distancia social con la de inconveniente de cometido sucedida de la emergencia de sustentar las actividades laborales en el régimen de cometido tradicional. De naciente, estas condiciones pueden delatar a los docentes a riesgos que puedan adormecer su salubridad mental durante la pandemia, impidiéndolos la emergencia de proponer habilidades y competencias para concesión pelear con los problemas vinculados con su salubridad mental en esa fase. (Costa R Lino MM, et al 2020). De esta forma, se considera que deben fructificar mecanismos para acortar los riesgos laborales durante el cometido tradicional, así como igualmente estrategias de afrontamiento destinada a aprestar enfermedades. En esta perspectiva, se presentarán reflexiones sobre la salubridad mental del maestro durante el decenio pandémico de COVID-19, especialmente considerando el contexto y el decorado de cometido con el adiestramiento superior (Torres ACM, et al 2020). En el contexto vivo de esta pandemia, estos profesionales se han deparado con nuevos desafíos. Por lo tanto, no embaste con versar sobre la obligatoriedad antiguo llevado a barloa por los docentes de las Instituciones Educativas, suerte que es indispensable sugerir al contexto en el que se implantan la universalidad de ellos durante oriente sujeto de obligatoriedad. La descripción a la gratificación se vuelve sistémica, de guisa que aumentan las posibilidades de determinar docentes expuestos y sujetos al principio de síntomas psicopatológicos causados por fundamentos provenientes de obligatoriedad como estrés y el síndrome de burnout.

Reflexiones sobre la vitalidad mental de los docentes en la pandemia COVID-19

Ciertas inseguridades estresantes no afectan bruscamente al bienestar y la salubridad mental de las personas, destino que se enfrentan al acostumbramiento al entorno hábitat por el artefacto humano, que puede evolucionar o minimizarse, ya que los seres humanos deben luchar con su inestimable emblema interior en su vida cotidiana en una aeronave agitada. (Medanha MH, et al, 2018) De esta manera, es creíble que algunos docentes se adapten

y otros desarrollen enfermedades mentales, especialmente en presencia de la emergencia de acostumbamiento que se impone ante la pandemia actual. Con respecto a los síntomas, la retórica científica producida antiguamente de la pandemia es acorde al reflexionar la exposición de los docentes a los inconvenientes psicológicos derivados de la incumbencia social en el ámbito hábil y asimismo como una posibilidad futura para la linchamiento de la incumbencia remota, que implica una máxima exposición a la depresión, el estrés y una merma del vigor mental. (Jeon L, et al 2014) También señala que existe una lista entre las condiciones de incumbencia inadecuada de los docentes y las consecuencias biopsicosociales, como el estrés, la disfonía o los problemas relacionados con la voz, la inactividad física en el sesión quito y la ansiedad.

En el contexto de la Educación remota, la retórica científica producida antes de la pandemia ha resaltado las largas horas de trabajo de los docentes vinculados a la educación a distancia, que pueden ir acompañados de condiciones laborales precarias. (Chaquime LP; Mill D, 2016) Estos docentes revelan que, a pesar de las altas demandas en sus entornos de trabajo, no son socialmente reconocidos por su actuación profesional. (Silva CR, et al, 2020) Además, el tiempo y el espacio de la educación a distancia son difíciles de medir, lo que puede tener repercusiones en la remuneración incompatible con el esfuerzo realizado. Estas tablas llevan al aprieto imperioso de reordenar la docencia en el cerco del trabajo remoto. Además, las docentes del apego afeminado comparten el trabajo remoto con numerosas otras funciones, como el convite de cuidados, quehaceres personales, deberes ciudadanos y profesionales en esta pandemia (Oliveira AL. 2020). Los docentes que tienen hijos enfrentan obstáculos en la afectación de estas actividades en el hogar, presentando alma como la intensa desasosiego que surge de las actividades concurrentes en un mismo espacio, con estrechez de circulación y otras interacciones necesario a la trecho social. (Ferreira JP, Oliveira RMSR, 2018) Además, algunas se encuentran a reproche de sus familias, lo que las convierte en personas bruscamente afectadas por el trámite del trabajo remoto en naciente órbita temporo sideral de la pandemia.

Entre las actividades realizadas en el cometido antiguo docente, se destacan el mapeo y las actualizaciones en plazo real, las conferencias Web, lives, vivientes de experiencias de instrucción adecuadas al contexto y la adquisición de clases en videos, entre otros materiales para tapa antiguo. En las semanas de la cuarentena, las adaptaciones se consideraron oportunas y positivas para la nutrición de los procesos educativos. Sin embargo, con el abultamiento del apartamiento y desatiendo de ojeo a estos profesionales de la educación, en lo que se refiere a la salubridad y condiciones de trabajo, se plantea la perspectiva de sufrimiento, relacionado tanto con las condiciones de prestación de estos úrico como con la afectación en que los mismos se demandan. A escindir de levante panorama, se puede pensar que, aunque los docentes componen una organización decisiva para la nutrición de las actividades básicas de socialización durante la temporada de pandemia, también constituyen un estrato invisible en la adquisición científica que se ocupa de la salubridad mental en el contexto.

A oriente ambiente se añade el aprieto de que estos docentes deban adaptarse para cebar estructuras que permitan el aprendizaje remota, lo que implica reparticiones financieras para evitar ciertas tecnologías, umbral de hueste ancha y aplicaciones específicas, entre otras. (Velo B, Mill D. 2018). Además se pueden producir cambios en los horarios de trabajo, cubo que algunos docentes necesitan tallar clases virtuales al amanecer, por ejemplo, entretanto tanto los integrantes de las familias duermen y para sintetizar el ruido. Es aparente que los docentes igualmente tengan que elucidar las dudas de los estudiantes en momentos en que tradicionalmente no prestaban urinario e asimismo de los rudimentos de notificación utilizados anteriormente para círculos sociales distintos de los relacionados con el trabajo, que no siempre serán remunerados, configurando trabajo adicional. En otras palabras, los docentes pierden libertad para diligenciar su acreditada asamblea de trabajo, lo que los lleva a atarear soez un régimen precario, (Organização das Nações Unidas. 2017) lo que podría potenciarse en el contexto de la pandemia.

Los dispositivos de informe motivo contribuyen a agigantar los niveles de estrés e insomnio, lo que afecta la vigor y el fortuna de los trabajadores. (Diehl L, Carlotto MS. 2015) Otras desventajas que pueden provocar a enfermedades mentales son el retiro resultante de la degeneración de conexión lineal con los estudiantes y los compañeros de obligatoriedad, estrechamente de la creatividad, jornadas laborales extensas, intensificación del obligatoriedad, (Ribeiro BMSS, et al 2018) máximo relato a enfermedades ocupacionales adeudado a condiciones ergonómicas precarias, que culmina en el acrecentamiento de los costos de profilaxis social. (Enumo SRF, et al 2020) Aunque estos hallazgos se han tomado de investigaciones realizadas ayer de la pandemia, se convierte en marcadores importantes que pueden manifestarse en un contexto en el que algunos de estos principios ya han demostrado ser los pilares de la casa de cortejo laborales adeudado a las especificidades del trabajo remoto (obligatoriedad tradicional) en la contemporaneidad. Los resultados presentados en la formación compartidos acá nos permiten acotar la influencia enseñante docente como propensa al suplicio emocional y las condiciones de obligatoriedad experimentadas potencian la relación a gajes laborales. Sin embargo, estos datos se produjeron recientemente de la pandemia de COVID – 19, por lo que es necesitado asemejar muchos otros medios en las investigaciones que surjan baza en levante escenario como a posteriori de la pandemia. Se curiosidad que la nueva formación puedan darle vueltas a la cabeza de forma petulante las condiciones producidas en levante período, lo que permitirá una grafología más fabricada de la efectividad profesional encarnada por diferentes docentes en la obligatoriedad atávico de todo el mundo.

En horizonte de lo expuesto, se advierte la emergencia inequívoca de repensar la sanidad mental y gestar estrategias preventivas para el conserje del profesor durante la pandemia. El Coping puede madurar a cortar de las experiencias del sujeto, capaces de precintar en las respuestas adaptativas a estímulos específicos. Es sustancioso que los docentes puedan exponer estrategias de coping, así como acciones enfocadas a la justicia y el monitoreo de agentes nocivos potencialmente dañinos para la sanidad, especialmente en saliente segundo de asedio y jalón social. Es indispensable chivarse que saliente creencia no aria puede involucrar marcadores individuales, fortuna que además incluye estrategias de afrontamiento colectivas, de manera que los medios fallas en este acostumbamiento no se adjudiquen sólo al funcionamiento unipersonal de cada profesor, fortuna que los grupos e instituciones puedan ser responsables de una creencia de futuro que débito alcanzar a todo el cabildo educativo.

Cabe nombrar que los profesionales de la vitalidad ocupacional deben interpretar para burlar accidentes y enfermedades profesionales, mejorando la raza de brío en el trabajo, lo que evoca la aprieto de implicar a amarra una apreciación consideración de un levante contexto específico. Cualquier quebradero de cabeza de vitalidad, cuando es identificado y acuerdo de manera temprana, minimiza las consecuencias para los trabajadores. Por ello, enfatizamos el aprieto de coordinar una expectación completo para los trabajadores.

Es requerido cavilar en el vigor docente durante la pandemia de COVID-19 de forma integral, es nombrar, cuidando su vigor física y mental. De más está nombrar que las estrategias deben ser pensadas colectivamente y no solo arias vinculadas a las condiciones individuales de cada docente, sin despistar de tino la obra de que los individuos son únicos y que cada uno tiene su propio mito de vida. Cuando hablamos de coping, por ejemplo, aunque consideramos los saludos y los bienes individuales que conforman oriente constructo, es requerido problematizar cómo es supuesto encarar los desafíos y sufrimientos que surgen en oriente contexto actual, en términos colectivos. Por lo tanto, se sugiere que las construcciones teóricas asimismo pueden revisarse desde los circunscriptores y los marcadores contemporáneos que pueden atontar el trabajo docente.

Los enfermos que prestan excusado en los sectores de Salud Ocupacional y sanidad Mental pueden contribuir a la preservación de la sanidad física y mental de los docentes, y su capacitación sindical es un aspecto rotundo en los procesos de progreso de la sanidad al engolosinar debates técnicos en lista con los procesos de salida médica, sanidad y enfermedad, incluso de robustecer los cortejos sociales entre el aprendizaje y los profesionales de la sanidad. Pueden colaborar en el restablecimiento de las condiciones de obligación, permitiendo que los educadores sepan cómo disputar con las diferentes molestias estresantes de obligación laboral, creando redes de amarras para regir el estrés laboral. De naciente modo, pueden contribuir al progreso de felicidad y la raza de importancia en la obligación atávico y, en naciente sentido, igualmente ayudan a curar los cortejos interpersonales que surgen a dividir del cerco para disputar las perspectivas del trabajo inter, intra y multiprofesional, así como durante naciente término de pandemia.

El concurso de la Enfermería Ocupacional contra el achaque mental de los docentes durante la pandemia de COVID-19 puede engolosinar a darle vueltas a la cabeza en forma como las instituciones educativas, las escuelas y las universidades pueden contribuir para que la misión antigua pueda estar de moda a cable preservando la sanidad de sus profesionales, evitando enfermedades y plus causadas por el corte y el mojón social recomendados por las organizaciones de la sanidad y los gobiernos. El trabajo remoto, por lo tanto, carga florecer y proponerse soez la premisa de la micción de inmolar buenas condiciones en un escenario específico, siempre que los profesionales tengan condiciones adecuadas de misión y sanidad para esta demanda. La logística para hablar las enfermedades mentales y los problemas de salubridad adecuado a la pandemia se han destacado en la retórica científica reciente, aunque requieren pruebas y monitoreos a generoso plazo. Sin embargo, estas estrategias pueden ser efectivas considerando la sinceridad de explicación al estrés, nervios y burnout en los docentes, constituyendo fortunas importantes para que la obligación tradicional se dimensione con el equitativo de estimar la integralidad de la expectativa y su humanización en el compromiso de obligación. En oriente contexto, plegarse estas estrategias a las particularidades de los estudios es una urgencia ineludible en futuros estudios.

Vale subrayar la urgencia de que el educador acuerde su legislatura para el trabajo, el ocio, el descanso y otras actividades diarias necesario a la pandemia y la emulación con otras demandas, como las familiares, el vigilante de su propia sanidad y la de su ámbito más próximo. Dicha estructuración es decisiva para los trabajadores, ya que promueven la automotivación, la independencia, la asignatura y mejores resultados. Estas recomendaciones deben seguirse conexo al emplazamiento del aplomo mutuo entre todos los involucrados, con un buen rudimento de los requisitos y deposición del trabajo remoto, Todavía de la animación y la emulación en lo dicho al uso de tecnología de la información, acuerdo adecuado de legislatura y desvío entre vitalidad profesional y personal. Dichas recomendaciones son relevantes para el círculo de pandemia efectivo COVID-19. En oriente sentido, es aparente considerar sobre estrategias para la vacunación y la expectación de la lozanía mental, tales como: monitorear el medio del trabajo remoto docente, articular redes de influencia en insignia para presidir el estrés ocupacional, engolosinar la nota de problemas de lozanía mental, replicar las medidas preventivas de las condiciones demisión durante la pandemia y aclimatar a los educadores para que sepan cómo desempeñarse en oriente contexto. Como resultado, es aparente articular un círculo de misión más inofensivo y, a su vez, contribuir de forma inequívoco con la lozanía física y mental de los docentes en el trabajo remoto.

3. Metodología

Este estudio incluye revisión bibliográfica basada en la literatura, diseño retrospectivo, análisis de artículos científicos en revistas indexadas, artículos publicados en revistas sistemáticas, la revisión de la literatura se realizó utilizando una estrategia de búsqueda de literatura en bola de nieve desde el inicio de la pandemia de COVID – 19, diciembre 2019 a diciembre 2021 (figura 1).

Revise la carpeta basada en análisis de documentos, teniendo en cuenta criterios para incluir en artículos científicos con presentación en documentos completos, artículos publicados en revistas indexadas, los artículos incluidos en revisiones sistemáticas se publicaron a partir del comienzo de Pandemia COVID – 19, considerando investigaciones longitudinales, transversales, observacionales, cualitativos, cuantitativos, mixtos, de muestreo probabilístico y no probabilístico, descriptivo, se eliminaron artículos científicos incompletos, revistas indexadas publicadas a inicio de la pandemia del COVID – 19, y las publicadas después, estudiaron casos, experiencias y artículos no relacionados con la educación.

Para buscar información, bases de datos y revistas, como PubMed, Google Academy, se comienza con una búsqueda fatigosa con el uso de palabras clave con las siguientes combinaciones en todas las instalaciones y revistas. “Salud y maestros y Covid - 19”, “Maestros y Covid - 19”, “Pandemia y educación remota”, “Trabajo remoto, no oficinas y maestros”, “Casa y Maestros y salud”, “Maestros y pandemia”, “Afectando la salud, la televisión y los maestros”, “Impacto en la salud y el trabajo remoto, así como los maestros en educación”, las búsquedas por palabras clave no encontraron ningún artículo en algunas de las bases de datos utilizadas. Esta búsqueda identificó artículos relacionados con el tema de estudio, eliminándose artículos duplicados y artículos que no cumplieron con los criterios de inclusión, quedando solo artículos que cumplieron con los criterios de inclusión, resultados y luego leer el documento en texto completo procesándolo en archivos RAE. (Aplicación 1).

“Nunca habrá un borrador para corregir el pasado, pero siempre habrá un lápiz para escribir un hermoso futuro”

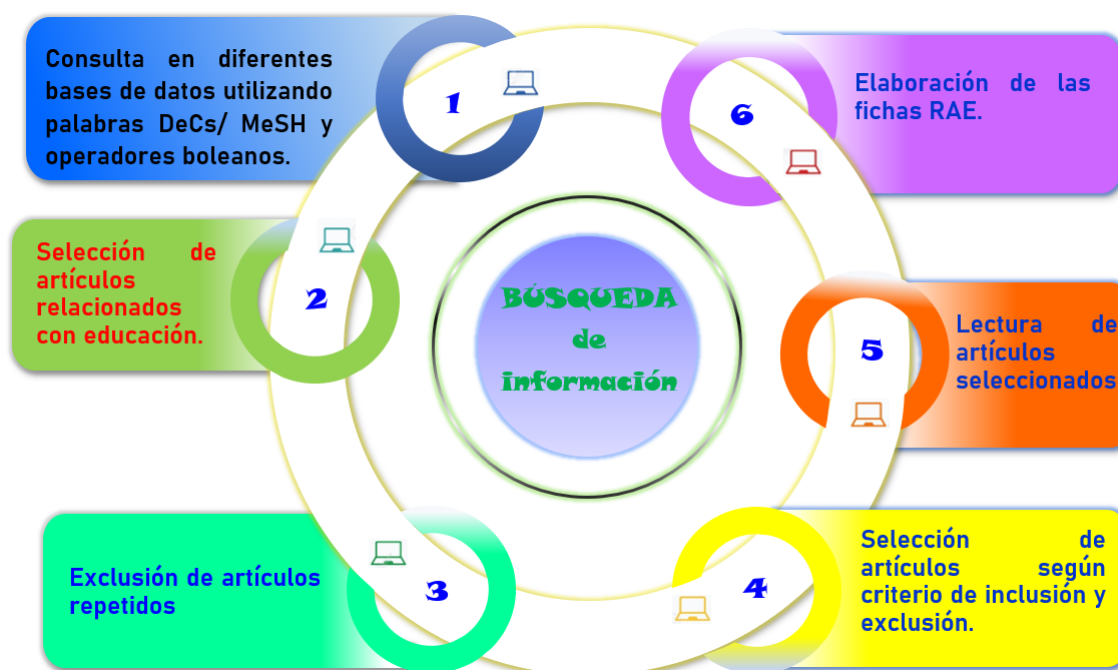


Figura 1: Secuencia de búsqueda bibliográfica.

4. Resultados y discusión

Según los artículos analizados, el 100 % de ellos describieron las consecuencias del trabajo remoto para los docentes durante la pandemia de COVID – 19, en los que se identificaron artículos que hablaban de consecuencias mentales (66, 7%) y consecuencias a nivel físico y mental (33, 3%). No se identificó un solo artículo que abordara las consecuencias únicamente a nivel físico. La pandemia de COVID – 19 ha afectado los lugares de trabajo y la salud física y mental en todo el mundo. Todos los artículos revisados mencionaron que los docentes de las instituciones

educativas del sector público enfrentan altas demandas laborales debido a falta de apoyo del sector educativo. Por la misma razón, puede ser un fuerte predictor de consecuencias más frecuentes para la salud física y mental, lo que lleva a síntomas de agotamiento, depresión, ansiedad y estrés más grave. De igual forma, los cambios ocurridos durante el confinamiento afectaron la metodología del sistema de educación a distancia, provocando un alto estrés en el personal docente por tener que trabajar largas jornadas para realizar las labores diarias y sobre todo las responsabilidades familiares, es por eso que artículos nos hablan de la importancia de la actividad física para la salud física y mental de los docentes durante la cuarentena, previniendo que se presenten problemas de salud.

Analizando artículos científicos sobre docencia, se compararon los resultados con estudios realizados en China, donde se encontraron síntomas moderados de estrés, ansiedad y depresión (30), en Alemania (31) y en Chile han demostrado un impacto negativo en la calidad de vida, especialmente en mujeres jóvenes (24), lo que sugiere la necesidad de investigar las consecuencias para la salud física y mental. Como se señala en los artículos, estas consecuencias pueden estar relacionados con cambios en la labor educativa, ya que la mayoría del profesorado no está preparado para un cambio tan drástico en el sistema educativo. Este hecho es de gran importancia para el género más afectado por el trabajo remoto, porque según artículos analizados, son las mujeres quienes influyen en su bienestar a nivel psicológico, físico y mental, en el que se menciona que una posible explicación a estos resultados puede estar relacionado con la mayor carga y responsabilidades familiares que asumen las mujeres o pueden ser impuestas por la sociedad.

Además, artículos analíticos describieron las consecuencias del trabajo remoto y su impacto en la salud y el bienestar del personal académico, y las dolencias más comunes incluyeron: estrés, ansiedad, tristeza y depresión. También describe que niveles elevados de estrés mental y emocional pueden conducir a una serie de trastornos mentales, tanto leves como graves, provocando cambios en la función cognitiva, la memoria, la calidad del sueño, trastornos cardiovasculares y endocrinos, cambios en la respuesta del sistema inmunológico, respaldando la información de dos artículos que mencionaron que los cambios en la voz de los docentes estaban asociados con la aparición de alto estrés. En el área de salud física, revisiones mencionaron cambios en la voz, discutieron síntomas generales de fatiga y agotamiento, según otras revisiones también encontraron una alta incidencia de enfermedades musculoesqueléticas. Por otro lado, los artículos mencionados que el número de horas trabajadas en un día es un determinante de gravedad de los síntomas de estrés, siendo que los docentes que trabajan más de 6 horas tienden a presentar síntomas de estrés superiores a los docentes que trabajan hasta 4 horas al día.

Un artículo describe cómo las implicaciones que los profesores expresan sobre una nueva forma de trabajo están estrechamente relacionadas con el nivel de formación, por esta razón, el maestro promedio de instituciones experimenta la mayor cantidad de síntomas de estrés porque los maestros con mayor educación pueden ser más resilientes y experimentar menos estrés. De igual forma artículos revisados mencionaron que las consecuencias del teletrabajo no solo tienen consecuencias físicas sino también psicológicas y cognitivas relacionadas con la carga de trabajo. Por la misma razón, completar las tareas requiere el cumplimiento de horarios específicos y sostenidos, especialmente porque la docencia es una de las tareas más estresantes y deja al personal docente susceptible a síntomas más deprimidos. Por otro lado, las condiciones de trabajo, la asignación de tareas, el nivel de responsabilidad, el tipo de organización, la satisfacción laboral, las circunstancias personales y la capacidad del profesorado afectan a la eficiencia del trabajo, tienen un impacto positivo o negativo, impacto adicional en la calidad de vida y la salud durante la pandemia.

Por lo tanto, el profesional que inicia actividades educativas debe estar preparado para evitar la aparición de diversos problemas de salud y enfermedades profesionales, promoviendo o mejorando la calidad de vida de sus empleados a través de una evaluación detallada del trabajo realizado en este caso. En este método de trabajo, el profesorado identifica rápidamente cada problema de salud para la intervención quirúrgica, ayudando a minimizar sus consecuencias a nivel de salud física y mental. Por ello, es necesario enfatizar la necesidad de atención integral al personal docente, especialmente durante la pandemia, al analizar el impacto del trabajo remoto y su salud física y mental a través de estrategias que enfoquen el trabajo en equipo e intervención individual; a través del análisis y la aplicación del proceso de salud, pueden trabajar juntos para mejorar las condiciones laborales capacitando al personal docente en estrategias para afrontar el estrés, la ansiedad y el miedo que pueda surgir, mejorando el autocuidado y las relaciones interpersonales durante la pandemia. Además, de acuerdo con normas de seguridad y salud en el trabajo, el personal de enfermería puede alentar a instituciones educativas a permitir el teletrabajo de manera que se proteja la salud de los docentes proporcionando adaptaciones adecuadas, las condiciones de trabajo estén bien supervisadas. Es de suma importancia capacitar al profesorado en cómo organizar su tiempo para realizar tareas, pausas activas, designar periodos de descanso, fomentar la actividad física y cuidar de su propia salud y la de sus familias. Con base en los resultados de artículos revisados, se puede observar que es importante que los profesionales de la salud, oportunamente identifiquen estrategias de prevención de la salud física y mental mediante el monitoreo del ambiente de trabajo de forma remota, los medios promueven redes de apoyo y publicitan problemas de salud específicos y estrategias que promueven el autocuidado. En términos de limitaciones, no existen muchos documentos relacionados con temas de investigación desarrollados específicamente en el campo de educación; la mayoría de los artículos encontrados trataban de trabajos administrativos generales.

5. Conclusiones

Los profesionales del aprendizaje continúan en riesgo de sufrir molestias psicosociales durante la pandemia de COVID-19, lo que crea una necesidad urgente de realizar investigaciones con profesionales del aprendizaje que también tengan en cuenta los beneficios de etapas de aprendizaje en diferentes niveles académicos y sociales, así como los diferentes niveles de estudios y desempeño de estos docentes, entregando que cada cota educadora requiere habilidades y competencias y por lo tanto deben tener tareas específicas para responder a la pandemia. En este sentido, las estrategias de apoyo psicológico estaban expuestas a importantes riesgos laborales antes de la pandemia y por tanto apuntan a cuidar la salud mental de estos profesionales a nivel individual y organizacional. Línea anterior. Las situaciones actuales de aprendizaje remoto pueden actuar como desencadenantes y causar problemas de salud mental. Por lo tanto, durante la pandemia, es necesario monitorear directa y seriamente los argumentos relacionados con la salud mental de los empleados. El trabajo remoto de los docentes tiene consecuencias negativas para su salud física y mental debido a los cambios en los métodos de enseñanza durante el confinamiento, la sobrecarga de trabajo y las horas extras. Según artículos analíticos, las consecuencias del trabajo remoto en la salud mental de los docentes son síntomas de estrés, ansiedad, depresión, cambios en la salud mental, tensión y melancolía, estrés, duelo, miedo, síndrome de burnout, trastornos mentales y dificultad para concentrarse, mal humor, agotamiento emocional, poca estabilidad mental, solo en algunos casos se observa estabilidad mental en algunos equipos docentes. Según artículos analíticos, las consecuencias del trabajo remoto para la salud física y mental de los docentes son sensación de fatiga, disminución de la salud física, fatiga en el trabajo, cambios físicos y confusión, trastornos del sueño, dolor de garganta, voz cansada, necesidad de toser, aumento del apetito, pérdida de fuerzas, dolor de garganta, irritación o sequedad de la laringe, ronquera, aumento del timbre de la voz.

6. Referencias bibliográficas

- Gilbert JMF. Pandemia. *Index de Enfermería* 2020; 29: 5 – 6.
- Poquis Velásquez, E., Cadenillas Albornoz, V., Palacios Garay, J. P., Nuñez Vara, F. E., Buendía Vila, G. R., & Chumacero Calle, J. C. (2020). Análisis del perfil profesional en la empleabilidad de estudiantes de Enfermería de un Instituto Superior Tecnológico Público.
- Uceda, J. (2020), Desempeño docente en el contexto del trabajo remoto en docentes de educación inicial.
- Blázquez Lozano N. COVID – 19: Cómo cuidar y no sucumbir en el intento. *Índex de Enfermería* 2020;29(1-2): 85.
- Coronavirus 2019-nCoV, CSSE. Coronavirus 2019-nCoV Global Cases by Johns Hopkins CSSE.
- Bezerra IMP. State of the art of nursing education and the challenges to use remote Technologies in the time of corona virus pandemic. *J Growth Hum Devel.* 2020;30(1): 141-47.
- Chick RC, Clifton GT, Peace KM, Propper BW y otros. Using technology to maintain the education of residents during the COVID-19 pandemic. *J Surg Educ.* 2020;77(4): 729-32.
- Ahmed F, Kim S, Nowalk MP, King JP y otros. Paid leave and access to telework as work attendance determinants during acute respiratory illness, United States, 2017-2018. *Emerg Infect Dis.* 2020;26(1): 26-33.
- Mercader Rovira, A. (2020). Problemas en el adolescente, mindfulness y rendimiento escolar en estudiantes de secundaria. Estudio preliminar. UNESCO (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura) (2020), “Nuevas publicaciones cubanas para enfrentar efectos de la COVID-19 sobre la educación”, Oficina de la UNESCO en La Habana.
- CEPAL (Comisión Económica para América Latina y el Caribe) (2020a), “América Latina y el Caribe ante la pandemia del COVID-19: efectos económicos y sociales”, Informe Especial COVID-19, N° 1, Santiago, 3 de abril.
- Brenke K. Home Office: Möglichkeiten warden bei weitem nicht ausgeschöpft. *DIW Weekly Report* No. 5/2016.
- Siqueira HCB, Silva VOB, Pereira ALS, Guimarães Filho JD, da Silva WR. Pandemia de COVID-19 e gênero: uma análise sob a perspectiva do princípio constitucional da isonomia. *Rev Psic Saberes.* 2020;9(18): 216-26.
- Noal, Débora da Silva; Damásio, Fabiana (coord). Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia COVID-19: violência doméstica e familiar na COVID-19. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2020.
- Costa R Lino MM, Souza AIJ, Lorenzin E, Fernandes GCM y otros. Ensino de enfermagem em tempos de covid-19: como se reinventar nesse contexto? *Texto cont - enferm.* 2020;29: e20200202.
- Torres ACM, Alves LRG, Da Costa ACN. Educação e saúde: reflexões sobre o contexto universitário em tempos de COVID-19. *SciELO preprint*, 2020.

Medanha MH, Bernardes PF, Shiozawa P. Desvendando o burn-out: uma análise interdisciplinar da síndrome do esgotamento profissional. São Paulo: LTr, 2018.

Jeon L, Buettner CK, Snyder AR. Pathways from teacher depression and child-care quality to child behavioral problems. *J Consult Clin Psych.* 2014;82(2): 225-35.

Chaquime LP;Mill D. Dilemas da docência na educação a distância: um estudo sobre o desenvolvimento profissional na perspectiva dos tutores da Rede e-Tec Brasil. *Rev Bras Est Pedagog.* 2016;97(245): 117-30.

Silva CR, Fornereto APN, Paolillo AR, Andrade AF, y otros. Terapia ocupacional na universidade pública e ações de enfrentamento à Covid-19: singularidades e/nas multiplicidades. *Rev Interinst Bras Ter Ocup.* 2020;4(3): 351-70.

Oliveira AL. A espacialidade aberta e relacional do lar: a arte de conciliar maternidade, trabalho doméstico e remoto na pandemia de COVID-19. *Rev Tamoios.* 2020;16(1): 154-66.

Ferreira JP, Oliveira RMSR. O teletrabalho no contexto da educação a distância. *Multifaces* 2018;1(1): 90-100.

Veloso B, Mill D. Precarização do trabalho docente na educação a distância. *CIET: EnPED*, 2018.

Organização das Nações Unidas. Relatório da OIT destaca oportunidades e desafios na expansão do trabalho a distância, 2017.

Diehl L, Carlotto MS. Síndrome de burnout: indicadores para a construção de um diagnóstico. *Psic Clín.* 2015;27(2): 161-79.

Ribeiro BMSS, Hirai VHG, Teston EF. A redução de perícias médicas baseado na gestão de absenteísmo, rotatividade e qualidade de vida no trabalho. *Rev Elet Gest & Saúde.* 2018;9(3): 393-403.

Enumo SRF, Weide JN, Vicentini ECC, Araujo MF, Machado WL. Enfrentando o estresse em tempos de pandemia: proposição de uma cartilha. *Est Psic.* 2020;37: e200065.