




Investigatio


ISSN: 1390 - 6399 • ISSN-e: 2602 - 8336

Universidad Espíritu Santo – UEES


Efectos de la Emergencia Covid-19 en la Salud Mental de los Trabajadores: Una Revisión de Alcance-Effects of the Covid-19 Emergency on Workers' Mental Health: A Scope Review

Efectos de la Emergencia Covid-19 en la Salud Mental de los Trabajadores: Una Revisión de Alcance-
Effects of the Covid-19 Emergency on Workers' Mental Health: A Scope Review

Alfonsina Isabel Rodríguez Vásconez¹  0000-0001-8565-2726

Pablo Roberto Suasnavas Bermúdez²  0000-0003-3197-760X

Gloria Helena Villalobos Fajardo³  0000-0002-9816-7698

Claudia Fabiana Varela Vielma⁴  0000-0003-2691-5041

¹Universidad Internacional SEK, Facultad de Ciencias del Trabajo y Comportamiento Humano, Quito, Ecuador.

²Universidad Internacional SEK, Facultad de Ciencias del Trabajo y Comportamiento Humano, Quito, Ecuador

³Docente e Investigadora en Factores Psicosociales, Bogotá, Colombia.

⁴Universidad Internacional SEK, Facultad de Ciencias del Trabajo y Comportamiento Humano, Quito, Ecuador.

Cita: Rodríguez Vásconez, A., Suasnavas Bermúdez, P., Villalobos Fajardo, G., & Varela Vielma, C. (2022). *Efectos de la Emergencia Covid-19 en la Salud Mental de los Trabajadores: Una Revisión de Alcance-Effects of the Covid-19 Emergency on Workers' Mental Health: A Scope Review*. *INVESTIGATIO*, (18). 122 - 142. <https://doi.org/10.31095/investigatio.2022.18.7>

Fechas · Dates

Recibido: 11.10.2021

Aceptado: 14.02.2022

Publicado: 25.03.2022

Correspondencia · Corresponding Author

Alfonsina Isabel Rodríguez Vásconez

Universidad Internacional SEK, Facultad de Ciencias del Trabajo y Comportamiento

Humano, Quito, Ecuador

alfonsina.rodriguez@uisek.edu.ec

Resumen

El presente estudio busca explorar los efectos de la Emergencia Covid-19 en la salud mental de los trabajadores e identificar estrategias de abordaje para el apoyo psicológico y emocional. Mediante una revisión documental de alcance con base en la metodología de Arksey y O'Malley y las mejoras Levac et al, se estudiaron 30 artículos y documentos técnicos que señalan las principales afectaciones y estrategias de abordaje referentes a la salud mental de los trabajadores en los países iberoamericanos.

En el personal sanitario (especialmente el de enfermería), se encuentran estudios sobre afectaciones físicas, emocionales y psicológicas con propensión a desarrollar formas leves, moderadas o graves de estrés, ansiedad y depresión; así como sintomatología relacionada con el Síndrome de Burnout, Síndrome de estrés post traumático y otros trastornos mentales.

Se identifica ansiedad, estrés y depresión en la población trabajador general y en la población docente los riesgos psicosociales se relacionan a las nuevas modalidades de trabajo.

Palabras clave: Covid-19; Salud Mental; Salud Laboral; Condiciones de Trabajo; Factores Psicosociales; Factores Protectores; Grupos Profesionales

Abstract

This study seeks to explore the effects of the Covid-19 Emergency on the Mental Health of workers and to identify approach strategies for the psychological and emotional support of this population. Through a comprehensive documentary review based on the Arksey and O'Malley methodology and the improvements Levac et al, 30 articles and technical documents were studied that indicate the main effects and approach strategies regarding the mental health of workers in the Ibero-American countries.

In health personnel (especially nursing), there are studies on physical, emotional and psychological affectations with a propensity to develop mild, moderate or severe forms of stress, anxiety and depression; as well as symptoms related to Burnout Syndrome, Post Traumatic Stress Syndrome and other mental disorders.

Anxiety, stress and depression are identified in the general working population and in the teaching population the psychosocial risks are related to the new work modalities.

Keywords: Covid-19; Mental Health; Occupational Health; Working Conditions; Psychosocial Factors; Protective Factors; Occupational Groups

Introducción

La Organización Mundial de la Salud (OMS) el 11 de marzo de 2020 declara “que COVID-19 puede caracterizarse como una pandemia” (OMS, 2020a). Esta epidemia mundial “tiene fuertes efectos en el ámbito de la salud y profundas implicaciones sobre el crecimiento económico y el desarrollo social” (CEPAL, 2020, pág. 1).

La Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) señala que las medidas adoptadas para frenar el contagio del coronavirus como es el distanciamiento físico y el aislamiento generan pérdidas de empleo y afectan los ingresos económicos de los hogares (2020). El panorama es desalentador tanto para empresas como para trabajadores debido al impacto económico, social y psicológico que tienen las medidas en

el estilo de vida de las personas. Los cambios son inexorables por lo que las empresas deben generar acciones que promuevan el bienestar laboral y la salud mental de sus colaboradores, en el contexto de esta “nueva normalidad”.

La OMS define a la salud mental como “un estado de bienestar por medio del cual los individuos reconocen sus habilidades, son capaces de hacer frente al estrés normal de la vida, trabajar de forma productiva y fructífera, y contribuir a sus comunidades” (2004, pág. 7). Pilar Collantes (2012) señala que el trabajo es fuente de satisfacción; sin embargo, las condiciones laborales pueden afectar el estado de salud mental de los colaboradores.

La OMS en su informe de políticas sobre “COVID-19 and Need for Action on Mental Health” señala que las acciones de promoción y prevención son responsabilidad esencial de las naciones para reducir las consecuencias de la pandemia en la salud mental. En el texto se señala la necesidad de que en todas las áreas de emergencia exista disponibilidad de soporte psicológico y atención de emergencia en salud mental. Además de la creación de servicios de salud mental como parte de un proceso de recuperación de la sociedad ante al COVID-19 (OMS, 2020b).

Antes de la emergencia, las estadísticas sobre las condiciones mentales eran desalentadoras, la economía mundial perdía US\$ 1 trillón de dólares por año a causa de la depresión y ansiedad, más de 264 millones de personas en el mundo sufrían de ansiedad y al menos 1 de cada 5 personas que vivían en entornos afectados por conflictos tenían una enfermedad mental (OMS, 2020b). La salud mental y los problemas psicológicos se incrementan durante las crisis y adversidades (2012), la pandemia no es la excepción y algunos países toman medidas para hacer frente a esta problemática.

Desde el ámbito laboral, la promoción, prevención y la generación de factores protectores y de estrategias de afrontamiento son primordiales, considerando que:

Los riesgos psicosociales y el estrés relacionado con el trabajo están asociados a comportamientos poco saludables, como el consumo excesivo de alcohol, el aumento del consumo de cigarrillos, los malos hábitos alimentarios, el ejercicio físico menos frecuente y las pautas de sueño irregulares. Todos estos comportamientos pueden afectar tanto a la salud física como a la salud mental y tener un impacto negativo en el rendimiento laboral. (OIT, 2020, pág. 25).

La adaptación a estos nuevos entornos laborales presenciales y virtuales derivados de la pandemia Covid-19 impactan negativamente en la salud mental del personal por la exposición a factores de riesgo psicosocial asociados a su actividad laboral o a condiciones extralaborales. Además, se ve la necesidad de

explorar esta problemática desde las políticas públicas y estrategias de entes técnicos con el fin de tomar conciencia de la relevancia de la salud mental en el ámbito laboral en los distintos países iberoamericanos.

Desde esta perspectiva, las organizaciones deben centrar esfuerzos en identificar, prevenir e intervenir en los factores psicosociales que agudizan los riesgos en el ámbito laboral, aún más los factores asociados al teletrabajo, al confinamiento y a la exposición del virus. La Pandemia del COVID-19 plantea retos y desafíos en el contexto laboral, en una “nueva normalidad” con medidas de aislamiento o confinamiento social y presencia de nuevas cepas que persisten a pesar de los esfuerzos de vacunación, una época llena de incertidumbre e inestabilidad.

Objetivos y preguntas de Investigación

Considerando esta problemática, el presente estudio busca explorar los efectos de la Emergencia Covid-19 en la salud mental de los trabajadores e identificar estrategias de abordaje para el apoyo psicológico y emocional de esta población. Las interrogantes de las que parte este estudio son: ¿Cómo está afectando la pandemia del COVID-19 en la salud mental de los trabajadores? y ¿Cuáles son las principales estrategias en los países iberoamericanos para reducir el impacto de la salud mental de los Trabajadores en la Emergencia Covid-19?

Materiales y Métodos

El estudio es una revisión documental de alcance soportado en las orientaciones metodológicas de los autores Arksey y O'Malley (2005) y las mejoras realizadas por el autor Levac et al. (2010) que permiten mapear los hallazgos claves y las principales fuentes de investigación. Para la presentación e identificación de resultados se cumplió con las siguientes etapas, conforme la metodología mencionada: 1. determinar la pregunta de investigación, 2. identificar los estudios relevantes, 3. selección de documentos académicos y técnicos por medio de los criterios de inclusión, 4. graficar los datos del proceso y 5. sistematización de la información, la etapa 6. consulta a partes interesadas no se consideró en el presente estudio.

La selección de unidades de estudio son artículos y documentos técnicos de los dos últimos años, escritos en español e inglés, en países iberoamericanos u organismos internacionales que se relacionan con los temas: salud mental laboral en el marco del COVID 19, seguridad y salud en el trabajo en el marco del COVID-19, factores de riesgo psicosocial laborales, riesgos psicosociales en el trabajo, promoción de la salud y prevención en salud mental laboral, retorno al trabajo, teletrabajo y trastornos mentales en el contexto de la pandemia COVID-19.

Se consultaron diversas bases de datos electrónicas: Scopus, PubMed, ScienceDirect, Scielo empleando las palabras “salud”, “mental”, covid-19”, “laboral”, “trabajadores”, “factores”. Además, de páginas electrónicas de

observatorios de Seguridad y Salud, documentos de Organización Internacional del Trabajo, OIT, Organización Iberoamérica de Seguridad Social (OISS), Organización Panamericana de la Salud (OPS), Centro de Investigación en Salud Laboral (CISAL), Organización Mundial de la Salud (OMS), Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST), entre otras. Como criterios de inclusión se consideraron los siguientes:

1. que los documentos dieran respuesta a las preguntas de investigación, 2. documentos relacionados a las palabras claves o conceptos relacionados que sean relevantes para el estudio, 3. documentos académicos y técnicos relevantes, 4. estudios realizados en países iberoamericanos u organismos Internacionales, 5. población trabajadora, 6. Estudios realizados en el marco del COVID-19.

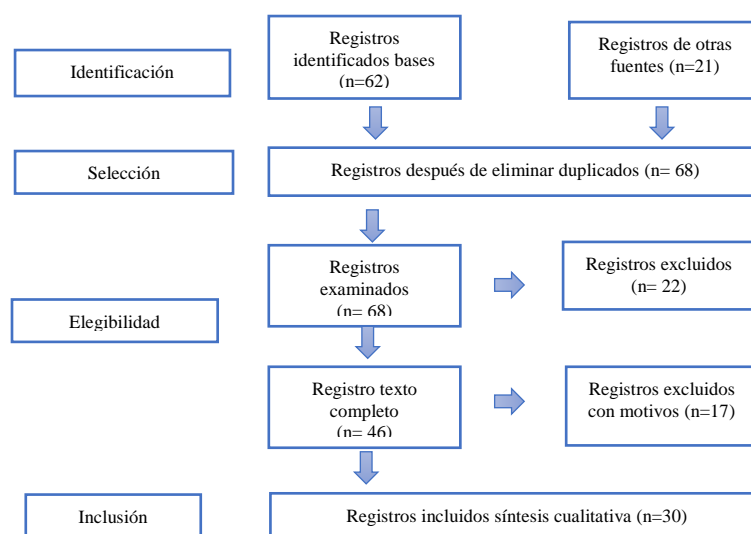
De 83 documentos consultados, se seleccionaron 30 artículos y documentos técnicos que señalan las afectaciones del COVID-19 en la salud mental de los trabajadores y las principales estrategias en los países iberoamericanos para reducir el impacto en la salud mental de los trabajadores en la emergencia sanitaria por el Covid-19.

Resultados

De la búsqueda realizada se identificaron 83 artículos, 62 de bases de datos y 21 de otras fuentes, se eliminaron 15 artículos duplicados. Además, se excluyeron documentos que se encontraban incompletos o no cumplían con los criterios de inclusión. Se determinaron 30 documentos para la síntesis cualitativa que cumplieron los criterios de inclusión (Figura 1.).

Figura 1.

Flujo de información a través de las diferentes fases de la revisión de alcance



Se encontraron 16 documentos pertenecientes a publicaciones realizadas en el año 2020 y 14 del año 2021, de los estudios el 26,7% fue realizado en España; el porcentaje restante en Colombia, Chile, Perú, Brasil, Ecuador, México, Paraguay, Uruguay, Suiza (organismos internacionales) y en el 6,7% no se define el lugar de publicación. Los estudios que predominaron son los relacionados a población de trabajadores del área sanitaria con un 73,3%, estudios de población trabajadora general con un 20%, y en menor porcentaje estudios en el área de educación con un 6,7%.

Dentro de las poblaciones mencionadas se identificó que el 60% de documentos corresponden a estudios relacionados a efectos del Covid-19 y el 40% a documentos que plantean estrategias para reducir el impacto de la salud mental, en la Emergencia Covid-19; sin embargo, algunos estudios relacionados también señalan varias estrategias de abordaje para el apoyo psicológico, emocional y bienestar laboral.

Trabajadores del área sanitaria

Sobre los hallazgos de los efectos de la Emergencia Covid-19 en la salud mental de los trabajadores del área sanitaria (Tabla 1.) se evidenció que el tema más abordado fue el estrés nombrado también como distrés, estrés agudo o altos niveles de estrés y sintomatología asociada al estrés, el estudio de Chapa, G. et al. evidencia que el 88.8% de 206 encuestados del área de salud presentan más de nueve síntomas de estrés agudo y que estos síntomas son usuales en el contexto de la pandemia (2021).

La ansiedad es otra consecuencia de la exposición a la pandemia por parte del personal sanitario, siete de cada diez médicos encuestados presentan síntomas de ansiedad o estrés laboral (Monterrosa, A. 2020). Otro estudio, reporta el porcentaje de presencia moderada y severa de sintomatología en los participantes con 64.3% en fatiga por compasión, 41.3% en ansiedad, 38.9% en distrés, 32.2% para depresión y 27.8% en insomnio (Samaniego, A. et al.2020).

El agotamiento emocional y la despersonalización se asocian al síndrome de burnout, niveles de estrés y ansiedad, la COVID-19 implica situaciones que predisponen a los trabajadores de salud a mayores niveles de estrés, reacciones emocionales o malestar psicológico (Muñoz, S. et al.2020). Villca, J. et al. identifica que la ansiedad, depresión, insomnio y malestar psicológico derivado del estrés, del personal de salud puede propiciar el Síndrome de Burnout o Síndrome de estrés postraumático (2021).

Además, existe una alta prevalencia de problemas de sueño, calidad de sueño e insomnio y malos hábitos alimenticios asociados a factores psicosociales del ambiente laboral y a situaciones de ansiedad y estrés; también, se asocia esta prevalencia a síntomas depresivos (Arriola, L. et al. 2021).

Se identificó en los estudios que una población especialmente vulnerable en el ámbito de la salud es el personal de enfermería, Loyola da Silva, T. et al. señala que existe una alta afectación a esta población debido a su rol de acompañamiento que la hace susceptible a síntomas del Síndrome Burnout (2020). Asimismo, se señala sintomatología de estrés, ansiedad y síntomas depresivos (Bueno, M., y Barrientos, S.2021).

Aspectos menos reconocidos en la literatura estudiada fueron temas como trastornos mentales asociados a la pandemia como en el estudio realizado por Alonso, J. et al., en el que se identificó que los encuestados dan positivo en al menos uno de los cinco elementos evaluados (Trastorno depresivo mayor TDD, Trastorno de ansiedad generalizada TAG, Ataques de pánico, Trastorno de estrés postraumático TEP y Trastorno por uso de sustancias (TUS) y el 14,5% algún trastorno discapacitante (Escala de Discapacidad de Sheehan) (2021).

Otro elemento identificado fue el tema de la discriminación percibida asociada a la salud mental, en el estudio de Mediavilla, R. et al. se menciona que el 30% de la población encuestada señaló haber percibido discriminación o estigmatización, con esta percepción se asoció puntuaciones significativas en depresión y malestar psicológico. Además, del doble de riesgo de referir ideas de muerte (2021).

Los resultados identificados en esta sección permiten visibilizar varias problemáticas entorno a la salud mental laboral, elementos que van desde la afectación a los hábitos de sueño y de alimentación de la población debido a la presencia de estrés, ansiedad y depresión como las reacciones emocionales y malestar psicológico. En ese sentido, se destaca que las afectaciones presentes en esta población se establecen en niveles moderado o severos; por lo que las medidas de intervención son emergentes.

Tabla 1.

Efectos de la Emergencia Covid-19 en la Salud Mental de los Trabajadores del área sanitaria.

No.	Autor	Estudio	Tipo	País y año	Idioma
1	Alonso, J. et al.	Impacto en la salud mental del personal sanitario español de la primera ola de la pandemia COVID-19: un amplio estudio transversal	Estudio cuantitativo	España 2021	Inglés
2	Arriola, L. et al.	Calidad de sueño y antojo por azúcares en médicos residentes durante la pandemia de COVID-19 en el Perú	Estudio cuantitativo	Perú 2021	Español
3	Carranza E. et al.	Preocupación por el contagio de la COVID-19 y carga laboral como predictores del malestar psicológico	Estudio cuantitativo	Perú 2021	Inglés, español

No.	Autor	Estudio	Tipo	País y año	Idioma
		durante la emergencia sanitaria en personal de salud de Perú			
4	Chapa, G. et al.	Frecuencia de trastorno por estrés agudo en el personal de salud de un hospital pediátrico de tercer nivel durante la Jornada Nacional de Sana Distancia para la prevención de la COVID-19	Estudio cuantitativo	México 2021	Inglés
5	Erquicia, J. et al.	Impacto emocional de la pandemia de Covid-19 en los trabajadores sanitarios de uno de los focos de contagio más importantes de Europa	Estudio cuantitativo	España 2020	Inglés, español
6	García, J. et al.	Impacto del SARS-CoV-2 (Covid-19) en la salud mental de los profesionales sanitarios: una revisión sistemática	Revisión sistemática	España 2020	Español
7	Koppmann, A. et al.	Distrés moral y Burnout en el personal de salud durante la crisis por COVID-19	Revisión bibliográfica	Chile 2021	Español
8	Loyola da Silva, T. et al.	El impacto de la pandemia en el rol de la enfermería: una revisión narrativa de la literatura	Revisión bibliográfica	Brasil 2021	Español, inglés y portugués
9	Mediavilla, R. et al.	Asociación entre discriminación percibida y salud mental en profesionales sanitarios durante la primera ola de la pandemia de COVID-19	Estudio cuantitativo	España 2021	Inglés
10	Monterrosa, A. et al.	Estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales colombianos	Estudio cuantitativo	Colombia 2020	Español, inglés
11	Restrepo, M. et al.	Prevalencia y características clínicas de los síntomas depresivos y ansiosos de los trabajadores de una institución de salud en Medellín durante la pandemia por COVID-19	Estudio cuantitativo	Colombia 2021	Español

No.	Autor	Estudio	Tipo	País y año	Idioma
12	Samaniego, A. et al.	Sintomatología asociada a trastornos de salud mental en trabajadores sanitarios en paraguay: Efecto COVID-19	Estudio cuantitativo	Paraguay 2020	Español
13	Urzúa, A. et al.	Salud mental en trabajadores de la salud durante la pandemia por COVID-19 en Chile	Estudio cuantitativo	Chile 2020	Español
14	Villca, J. et al.	Influencia de la pandemia del COVID-19 en la salud mental de los trabajadores en salud	Estudio bibliográfico	Bolivia 2021	Español

Los factores de riesgo como son: el tiempo de trabajo o temor a contagiarse o contagiar por COVID-19 entre otros, predisponen al malestar psicológico y a alteraciones de la salud mental de los trabajadores sanitarios (García-Iglesias, J. et al.2020), otros estudios también señalan el papel de los factores protectores para hacer frente a las situaciones de estrés. Ante esto, se evidencia la necesidad de abordar esta temática a través de estrategias de prevención que permitan generar factores protectores y reducir los riesgos psicosociales. Se seleccionaron varios documentos técnicos que plantean estrategias para mitigar y prevenir las consecuencias presentes en esta emergencia (Tabla 2.)

Varios documentos revisados aportan procesos y procedimientos de actuación como es el caso del Protocolo de Prevención de Riesgo Psicosocial del Ministerio de Salud del Ecuador (MSP), en el que establecen acciones que pretenden abordar distintos niveles como son el cognitivo, emocionales, conductuales y físicos del personal y establece que “Cuidarse a sí mismo y animar a otros a autocuidarse, mantiene la capacidad de los profesionales, de cuidar a los usuarios” (2020, pág. 5).

Otro documento es el de Dapuetto, J.et al., que presenta un estudio sobre el “Diseño e implementación del Programa de Bienestar Profesional del Colegio Médico del Uruguay” (2021, pág. 3), en el que se establecen estrategias para atención emergente como es el caso del suicidio, donde se demuestra una actuación rápida ante el COVID-19, uno de los elementos establece son grupos para apoyo emocional para reducir el impacto emocional de la epidemia.

En los documentos estudiados se hace presente la necesidad de generar estrategias para el cuidado de la salud física y mental de los cuidadores sanitarios.

Tabla 2.

Principales estrategias en la Emergencia Covid-19 para reducir el impacto de la Salud Mental de los trabajadores del área sanitaria.

No.	Autor	Estudio	Tipo	País y año	Idioma
1	Antiporta, D. A., & Bruni, A.	Desafíos, estrategias y oportunidades emergentes de salud mental en el contexto de la pandemia de COVID-19: perspectivas de los tomadores de decisiones de América del Sur	Estudio cualitativo	2020	Ingles
2	Bueno, M., y Barrientos, S	Cuidar al que cuida: el impacto emocional de la epidemia de coronavirus en las enfermeras y otros profesionales de la salud	Revisión bibliográfica	España 2021	Español
3	Dapuetto, J.et al.	Diseño e implementación del Programa de Bienestar Profesional del Colegio Médico del Uruguay	Estudio cualitativo	Uruguay 2021	Español
4	Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST), O.A., M.P	Trabajar en tiempos de COVID19: buenas prácticas de intervención psicosocial en centros sanitarios	Documento técnico	España 2020	Español
5	Ministerio de Salud Pública	Protocolo de prevención del Riesgo Psicosocial en Intervinientes Operativos y Administrativos en COVID-19	Documento técnico	Ecuador 2020	Español
6	Muñoz, S. et al.	Estrés, respuestas emocionales, factores de riesgo, psicopatología y manejo del personal de salud durante la pandemia por COVID-19	Revisión bibliográfica	México 2020	Español
7	Silva, J., et al.	Reflexiones sobre los riesgos ocupacionales en trabajadores de salud en tiempos pandémicos por COVID-19	Revisión bibliográfica	Brasil 2020	Español
8	OIT	La COVID-19 y el sector de la salud	Documento técnico	2020	Español

Población trabajadora general

Se identificó un bajo porcentaje de estudios y documentos sobre esta población (Tabla 3.). Sin embargo, se señalan efectos relacionados al estrés, ansiedad, depresión, fatiga, problemas de sueño y riesgos psicosociales asociados a las condiciones laborales. En el estudio de Flores, J. "Se encontró que el 60% de los trabajadores presentan sintomatologías relacionadas a estrés normal con tendencia a afecciones de estrés, un 65% de los trabajadores presentan estados de ansiedad y un 34 % presentan estados de depresión" (2021, pág. 1).

La evidencia señala que el teletrabajo como medida adoptada en las empresas genera sentimientos de aislamiento y jornadas laborales más extensas; también "el desdibujamiento entre las líneas entre el trabajo y la vida familiar". (2020a, pág. 23). Venegas, C, señala que la fatiga a pesar de tener muchas causas, en el teletrabajo puede ser de origen laboral al igual que la carga mental.

Tabla 3.

Efectos de la Emergencia Covid-19 en la Salud Mental de la población trabajadora general.

No.	Autor	Estudio	Tipo	País y año	Idioma
1	Diz, E. et al.	Efecto del confinamiento por la pandemia de COVID-19 sobre la calidad del sueño en Galicia	Estudio cuantitativo	España 2021	Español
2	Flores, J.C.	Estrés, Ansiedad y Depresión Durante y Post-pandemia Covid-19 en Trabajadores: El Caso Ecuatoriano	Estudio cuantitativo	Ecuador 2021	Español
3	Venegas, C., y Leyva, A.	La fatiga y la carga mental en los teletrabajadores: a propósito del distanciamiento social	Revisión bibliográfica	Perú 2020	Español

En este apartado se identifican varios documentos técnicos que buscan proteger la salud y el bienestar de los trabajadores en el contexto actual (Tabla 4.). Se señala que "peligros psicosociales derivados de la incertidumbre presente y futura de la situación laboral" (Papandrea, D. OIT, 2020a, pág. 19). así como, los riesgos psicosociales asociados al teletrabajo y al aislamiento, requieren de una gestión psicosocial de riesgo debe enfocada a la implementación de medidas preventivas y correctivas que protejan la salud de los colaboradores.

El documento técnico de la OIT, “Gestión de los riesgos psicosociales relacionados con el trabajo durante la pandemia de COVID-19” presenta varias actuaciones que permitirán una mejor gestión psicosocial en las empresas, establecida en diez ejes:

1. Medio ambiente y equipo de trabajo, 2. Carga de trabajo, ritmo de trabajo y horario de trabajo, 3. Violencia y acoso, 4. Equilibrio entre la vida laboral y la vida personal, 5. Seguridad en el Empleo, 6. Liderazgo en la gestión, 7. Comunicación, información y formación, 8. Promoción de la salud y prevención de los comportamientos, negativos para afrontar la pandemia, 9. Apoyo social, 10. Apoyo psicológico (2020).

El documento técnico de la Superintendencia de Seguridad Social de Chile, da directrices para la construcción de espacios mentalmente sanos, en el ámbito laboral, se establece que para tener un buen funcionamiento organizacional y controlar el temor al contagio se establecen las siguientes directrices: 1. El temor al contagio es normal, 2. Información clara y a tiempo, 3. Compromiso de la alta gerencia/autoridad y jefatura con la salud de todos/as, 4. Canales de comunicación bilateral, 5. Gestión participativa del riesgo. (2021)

Se señala que la comunicación en los distintos niveles será esencial para identificar las acciones más oportunas para mitigar los efectos económicos y problemas laborales que se derivan de las nuevas modalidades (Papandrea, D. 2020a, pág. 33).

Tabla 4.

Principales estrategias en la Emergencia Covid-19 para reducir el impacto de la Salud Mental de la población trabajadora general.

No.	Autor	Estudio	Tipo	País y año	Idioma
1	Superintendencia de Seguridad Social	COVID-19 Directrices para una mejor Salud Mental en los trabajadores/as.	Documento técnico	Chile 2020	Español
2	Papandrea, D. y OIT	Frente a la pandemia: Garantizar la Seguridad y Salud en el Trabajo	Documento técnico	Suiza 2020	Español
3	OIT	Gestión de los riesgos psicosociales relacionados con el trabajo durante la pandemia de COVID-19	Documento técnico	Suiza 2020	Español

Trabajadores del área de Educación

En el ámbito de la población docente las afectaciones van directamente relacionadas con las nuevas modalidades de trabajo, la situación educativa se modificó por completo (Tabla 5.)

es difícil imaginar que en un par de semanas una institución educativa cambie su aprendizaje presencial por un aprendizaje en línea, teniendo en cuenta que es muy complicado crear cursos y herramientas digitales en tan corto tiempo. Y estas exigencias de cambio han empezado a generar en los docentes altos niveles de estrés (Mejía, J. et al. 2020, pág. 136).

La falta de recursos tecnológicos y didácticos para hacer frente a la educación virtual, sumados a la sobrecarga de trabajo y al aislamiento expone a los docentes a riesgos psicosociales que pueden derivar en problemas de salud mental (Ribiero, D. et al. 2021).

Tabla 5.

Efectos de la Emergencia Covid-19 en la Salud Mental de los Trabajadores del área de Educación.

No.	Autor	Estudio	Tipo	País y año	Idioma
1	Ribiero, D. et al.	Ser docente en el contexto de la pandemia de COVID-19: reflexiones sobre la salud mental	Revisión bibliográfica	España 2021	Español

Actualmente, con el retorno a la normalidad y con las nuevas condiciones educativas en que se medía la educación virtual con la presencialidad en aulas híbridas los docentes deben readaptarse y en esta readaptación se configuran otros potenciales factores psicosociales. Por eso es esencial identificar aquellas acciones o estrategias que atiendan a esta población (Tabla 6). En el estudio señalado en este apartado se propone una ruta de actuaciones que contemplan la identificación y evaluación del riesgo en espacios laborales, específicamente el Síndrome de Burnout a través de señales de alerta como estado de ánimo cambiantes, falta de motivación a las tareas, agotamiento y falta de energía, En caso de identificación de la presencia del riesgo en el trabajador se propone atención de nivel terciario y en caso de ausencia acciones a nivel primario como medidas de prevención.

En el documento, se señala intervención psicosocial individual y grupal; así como, la capacitación de los docentes para que aprendan a identificar la sintomatología asociada y la implementación de medidas que permitan prevenir como pueden ser una organización adecuada del trabajo, separar los tiempos y espacios laborales de los familiares y descansos durante la jornada laboral.

Tabla 6.

Principales estrategias en la Emergencia Covid-19 para reducir el impacto de la Salud de los Trabajadores del área de Educación.

No.	Autor	Estudio	Tipo	País y año	Idioma
1	Mejía, J. et al.	Ruta de atención psicosocial para docentes con síndrome de Burnout a causa de la cuarentena generada por el COVID-19	Revisión bibliográfica	Colombia 2020	Español

Discusión

El objetivo de este trabajo fue explorar los efectos de la Emergencia Covid-19 en la salud mental de los trabajadores e identificar estrategias de abordaje para el apoyo psicológico y emocional de esta población. Para esto se revisaron 30 documentos relacionados con la salud mental en el contexto laboral o documentos técnicos con estrategias para mitigar y prevenir los riesgos psicosociales presentes en la pandemia.

De los estudios analizados de la población trabajadora general se identifica que “Trabajar desde casa puede provocar una sensación de aislamiento, jornadas laborales más largas y el desdibujamiento entre las líneas entre el trabajo y la vida familiar”. (OIT, 2020a, pág. 23). “Los trabajadores pueden verse afectados por los peligros psicosociales derivados de la incertidumbre presente y futura de la situación laboral o de los cambios en los procesos y disposiciones laborales” (2020a, pág. 19); asimismo, la presencia de factores de riesgo puede causar alteraciones en la calidad de sueño por el aumento del estrés generado por la pandemia (Diz. E. et al., 2021).

También, se identifica la presencia de ansiedad, estrés y depresión en esta población por lo que “el entorno de trabajo debe garantizar al trabajador la seguridad necesaria para el desarrollo de sus actividades laborales” (Díaz, J. 2021, pág. 3). En los documentos técnicos analizados se establecen estrategias para prevenir y mitigar los riesgos, lo cual implica desde el análisis de factores de protección, como el equilibrio de la vida laboral y la vida persona, hasta elementos constitutivos de las organizaciones.

Sobre el trabajo docente se destaca que “El actual escenario de la educación a distancia puede operar como desencadenante y generar la afectación de la salud mental, razón por la cual, se requiere un seguimiento directo en el campo de la salud mental del trabajador” (Ribiero et al., 2021).

Se señala la presencia de factores que generan Síndrome de Burnout, en la población del sector educativo, por lo que “se requiere hacer un plan de intervención, que sea garante de la salud mental de los docentes pues así se garantizaría un ambiente escolar optimizado” (Mejía, Silva, y Rueda, 2020, pág. 20).

De los estudios analizados se identificó un mayor número de documentos que abordaban los efectos de la pandemia en los profesionales de salud, efectos que tienen mayor impacto en aquellos profesionales que trabajan en primera línea. En el artículo elaborado por Villca et al. (2021) se establece que “La enfermedad COVID-19 ha producido en el personal de salud ansiedad, depresión, nerviosismo, desvelo, entre otros” (2021, pág. 75), se señalan que los posibles síntomas de estos pueden ser desencadenados por “turnos prolongados, excesiva carga de trabajo, capacitación inadecuada y equipo de protección personal escaso, haciéndolos propensos a desarrollar trastornos tales como el Síndrome de Burnout o Síndrome de estrés postraumático” (2021, pág. 75).

El Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST) señala que “La vigilancia de la salud (...) del personal sanitario, con especial atención a la salud mental, es un instrumento fundamental tanto para la detección precoz como para el abordaje de los daños producidos por el impacto de la pandemia”. (2020, pág. 54). En el estudio de Antiporta, D. A., & Bruni, A. titulado “Desafíos, estrategias y oportunidades emergentes de salud mental en el contexto de la pandemia de COVID-19: perspectivas de los tomadores de decisiones de América del Sur”, se señala que:

La pandemia ha generado necesidades específicas que requieren medidas apropiadas, como las intervenciones virtuales, la orientación de la formación de capacidad hacia la protección de los usuarios y prestadores de servicios de salud, el fortalecimiento de la toma de decisiones basadas en la evidencia, y la integración de la salud mental y el apoyo psicosocial en los mecanismos de alto nivel que guían la respuesta a la COVID-19. (2020, pág. 5)

Varios estudios coincidieron que dentro de los profesionales de la salud una población especialmente susceptible es el personal de enfermería, el estudio de Silva J. S. E. et al. señala que

Los estudios muestran que los trabajadores de enfermería se ven más afectados mentalmente que otras profesiones, ya que están más directamente relacionados con los pacientes y son susceptibles a niveles más altos de estrés, agotamiento emocional y despersonalización, síntomas del Burnout Síndrome (2020, pág. 537).

En otro estudio se indica que

Los factores de riesgo asociados a mayor malestar psicológico fueron el hecho de ser mujer (o hombre joven), trabajar como auxiliar de enfermería, celador o técnico de radiología, estar en contacto directo con pacientes Covid-19, no haber realizado la PCR, tener la sensación de no contar con los elementos

de protección personal y haber experimentado la muerte de una persona cercana por Covid-19. (Erquicia, 2020, pág. 434)

En los datos del estudio de Urzúa, A. et al. "se encontró que los médicos tenían menor presencia de síntomas ansiosos y depresivos (carácter leve a severo), que las enfermeras y otros profesionales de la salud, al igual que menor sintomatología asociada a insomnio y estrés" (2020, pág. 1125).

Esta revisión de alcance permite identificar puntos comunes de los efectos que tiene la emergencia del Covid-19 en la salud mental de la población trabajadora, entre los más importantes identificados es que no todas las personas experimentan el mismo nivel de impacto de la pandemia, el teletrabajo, el distanciamiento o la exposición continua al virus, en su salud mental por lo que es adecuado establecer medidas que permitan mitigar y prevenir la exposición a los riesgos, otorgándoles herramientas de afrontamiento, apoyo emocional y comunicación clara y oportuna, de acuerdo con las necesidades de cada población y las situaciones particularidades de cada profesión u oficio.

Es importante señalar que existen varios temas que pueden convertirse en futuros estudios de investigación que surgen en virtud de los hallazgos obtenidos, como es: la identificación de las afectaciones psicosociales a través de la aplicación de instrumentos híbridos que permitan conocer cuantitativa y cualitativamente el estado actual de la salud mental de la población trabajadora; estudios del teletrabajo y sus implicaciones psicosociales más relevantes tales como la conciliación entre vida familiar y laboral, el aislamiento, el tecnoestrés, entre otros.

Igualmente, fenómenos como el Síndrome de Burnout y Síndrome de Estrés Postraumático en tanto expresiones agudas del Estrés Laboral, requieren un estudio de la nueva configuración que adquirieron luego de la pandemia. Es conveniente indagar también sobre las estrategias de afrontamiento de salud mental aplicables al personal de enfermería, puesto que son los cargos del sector sanitario que más afectaciones psicosociales presentan. Finalmente, sería relevante un estudio dedicado a las estrategias de abordaje para el apoyo psicológico y emocional, ampliando el rango de búsqueda para conocer experiencias más específicas de otras latitudes que no se consideraron en el presente estudio.

Como limitaciones del estudio se identifica la falta de acceso a otras bases de datos electrónicas, los artículos de pago, documentos que no contienen información relevante para el estudio y pocos estudios de la población trabajadora general y población docente.

Financiamiento

Presupuesto de proyecto de investigación UISEK

Conflicto de intereses

Ninguno.

Contribuciones de autoría

Todos los autores han contribuido sustantivamente al trabajo de investigación, a través de la concepción del proyecto, identificación de la metodología de investigación y sistematización de resultados. Además, en la redacción del artículo y/o su revisión. Todos los autores asumen la responsabilidad por los aspectos del trabajo y la aprobación de la versión final. A continuación, algunos comentarios de los autores:

Alfonsina Isabel Rodríguez Vásquez: El personal sanitario de primera línea de atención sufre repercusiones en su estado de salud mental. Los documentos estudiados señalan que existen Síntomas de ansiedad, estrés, depresión y estados emocionales alterados, elementos que muestran el estado crítico al que se expuso el personal sanitario; sin embargo, es alentador observar el número de documentos que se realizaron con el fin establecer estrategias para prevenir y mitigar los riesgos a los que están expuestos este personal.

Pablo Roberto Suasnavas Bermúdez: Con esta investigación, se ha evidenciado que los efectos del covid-19, en la salud mental y emocional de la población trabajadora han sido devastadores, así como las pérdidas por los trastornos de depresión y ansiedad, que han impactado gravemente en la productividad empresarial.

La necesidad de cuidar la salud mental de las personas, será clave para la recuperación de las organizaciones. Es una responsabilidad colectiva de los gobiernos y de las empresas. No tomar en serio el bienestar emocional de las personas tendrá costos sociales y económicos de largo plazo para la sociedad

Gloria Helena Villalobos Fajardo: La investigación en salud mental representa un avance que guía hacia nuevas prácticas cotidianas y deja en evidencia la necesidad de proteger integralmente la salud en los entornos laborales. La pandemia del Covid-19 visibilizó la labor silenciosa de muchas personas que cuidan de otros y evidenció la vulnerabilidad humana que reclama acciones eficaces de prevención e intervención que deberán implementarse en los lugares de trabajo como respuesta a una necesidad sentida y a las políticas públicas en materia de salud.

Claudia Fabiana Varela Vielma: La reflexión que genera el estudio de estos artículos pone de manifiesto la importancia de visibilizar los tabúes que giran en torno a cómo se suelen percibir los efectos psicológicos que han dejado la emergencia sanitaria y el confinamiento; se trata de una situación que revolucionó por completo las estructuras de la cotidianidad. La llamada “nueva normalidad” nos invita entonces a establecer nuevos parámetros para el abordaje de la salud mental desde la comprensión de estas circunstancias más allá de meramente establecer ajustes sobre los modelos existentes.

Mensajes clave

¿Qué se sabe sobre el tema?

Después de dos años de la pandemia y con la incertidumbre de nuevas olas de COVID-19, los efectos de la emergencia en la salud mental de los trabajadores son evidentes; sin embargo, aún queda un camino largo en la identificación de los riesgos psicosociales y efectos en la salud mental del personal de las organizaciones en esta época de incertidumbre y donde la dinámica social va cambiando. Estos primeros hallazgos permiten conocer algunos efectos negativos como rutas para promover la salud y bienestar en las organizaciones, sean estas de empresas proveedoras de salud, servicios, educación o producción.

¿Qué añade el estudio realizado a la literatura?

El presente estudio compilatorio permite puntualizar las principales afectaciones a la salud mental en la población trabajadora producto de la pandemia por COVID-19, así como también cuáles han sido las estrategias que a nivel institucional se propusieron para el abordaje de esta situación a nivel laboral; por lo que representa un insumo importante de consulta pues permite establecer un punto de referencia para todas las investigaciones que se quieran realizar sobre este tema.

Referencias

- Alonso, J., Vilagut, G., Mortier, P., Ferrer, M., Alayo, I., Aragón-Peña, A., Aragonès, E., Campos, M., Cura-González, I. D., Emparanza, J. I., Espuga, M., Forjaz, M. J., González-Pinto, A., Haro, J. M., López-Fresneña, N., Salazar, A., Molina, J. D., Ortí-Lucas, R. M., Parellada, M., Pelayo-Terán, J. M., ... MINDCOVID Working group (2021). Mental health impact of the first wave of COVID-19 pandemic on Spanish healthcare workers: A large cross-sectional survey. *Revista de psiquiatría y salud mental*, 14(2), 90–105. <https://doi.org/10.1016/j.rpsm.2020.12.001>
- Antiporta, D. A., & Bruni, A. (2020). Emerging mental health challenges, strategies, and opportunities in the context of the COVID-19 pandemic: Perspectives from South American decision-makers. *Revista panamericana de salud pública = Pan American journal of public health*, 44, e154. <https://doi.org/10.26633/RPSP.2020.154>
- Arriola, L., Palomino, K., & Quintana, L. (2021). Calidad de sueño y antojo por azúcares en médicos residentes durante la pandemia de COVID-19 en el Perú. [Quality of sleep and sugar craving among resident physicians during the COVID-19 pandemic in Peru]. *Neurología Argentina*, 13(1), 7–13. <https://doi.org/10.1016/j.neuarg.2021.01.004>
- Arkey, H., & O'Malley, L. (2005). Scoping Studies: Towards a Methodological Framework. *International Journal of Social Research Methodology*, 8(1), 19–32. <https://doi.org/10.1080/1364557032000119616>

- Bueno, M., & Barrientos, S. (2021). Caring for the caregiver: The emotional impact of the coronavirus epidemic on nurses and other health professionals. *Enfermería clínica (English Edition)*, 31, S35–S39. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2020.05.006>
- Carranza, R., Mamani O., Quinteros D., & Farfán, R. (2021). Preocupación por el contagio de la COVID-19 y carga laboral como predictores del malestar psicológico durante la emergencia sanitaria en personal de salud de Perú. *Revista Colombiana de Psiquiatría*. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.06.005>
- CEPAL. (2020). El desafío social en tiempos del COVID-19, Informe especial COVID-19 No.3. Santiago de Chile. https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45527/5/S2000325_es.pdf
- Chapa, G., Jean, M., Ávila, A., Márquez, H., & Garduño, J. (2021). Frequency of acute stress disorder in health care workers of a tertiary level pediatric hospital during the National Safe Distance Strategy for COVID-19 prevention. *Boletín médico del Hospital Infantil de México*, 78(1), 10-17. Epub 24 de marzo de 2021. <https://doi.org/10.24875/bmhim.20000226>
- Collantes, P. (2012). Prevención de Riesgos Psicosociales y Salud Mental. En O. V. Moral, *La Salud Mental de las y los Trabajadores* (pp. 23-48). Wolters Kluwer España, S.A. https://www.osalan.euskadi.eus/contenidos/libro/medicina_201320/es_saludmen/adjuntos/salud_mental_trabajadores.pdf
- Dapuzo, J., Klasse, E., Campos, N., Rodríguez, B., Romero, S., Braquehais, M., Tolchinsky, G., Pereira, M. T., Sarubbo, L., Ceroni, C., Sánchez, N., & Blanc, L. (2021). Design and implementation of the Professional Wellbeing Programme of the Medical Council Association of Uruguay. Diseño e implementación del Programa de Bienestar Profesional del Colegio Médico del Uruguay. *Revista Colombiana de psiquiatría (English ed.)*, S0034-7450(21)00043-3. Advance online publication. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.02.005>
- Diz E., Díaz, P., Nicolau, M., Criado, M., Ayán, C., & Diz, J. (2021). Efecto del confinamiento por la pandemia de covid-19 sobre la calidad del sueño en Galicia. *Revista Española de Salud Pública*, 95, e202101001. https://www.sanidad.gob.es/biblioPublic/publicaciones/recursos_propios/resp/revista_cdrom/VOL95/O_BREVES/RS95C_202101001.pdf
- Erquicia, J., Valls, L., Barja, A., Gil, S., Miquel, J., Leal-Blanquet, J., Schmidt, C., Checa, J., & Vega, D. (2020). Emotional impact of the Covid-19 pandemic on healthcare workers in one of the most important infection outbreaks in Europe. *Medicina clínica (English ed.)*, 155(10), 434–440. <https://doi.org/10.1016/j.medcle.2020.07.010>
- Flores, J. (2021). Estrés, ansiedad y depresión durante y Post-pandemia Covid-19 en Trabajadores: El Caso Ecuatoriano. *Gestión De La Seguridad Y La Salud En El Trabajo*, 2(2), 17–21. <https://journal.poligran.edu.co/index.php/gsst/article/view/2107>
- García-Iglesias, J. J., Gómez-Salgado, J., Martín-Pereira, J., Fagundo-Rivera, J., Ayuso-Murillo, D., Martínez-Riera, J. R., & Ruiz-Frutos, C. (2020). Impacto del Sars-Cov-2 (covid-19) en la salud mental de los profesionales sanitarios: Una revisión sistemática. *Revista Española de Salud Pública*, 94, e202007088. https://www.sanidad.gob.es/biblioPublic/publicaciones/recursos_propios/resp/revista_cdrom/VOL94/REVISIONES/RS94C_202007088.pdf
- Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST), O.A., M.P. (2020). Trabajar en tiempos de COVID-19: buenas prácticas de intervención psicosocial en centros sanitarios. <https://www.insst.es/documents/94886/710902/Trabajar+en+tiempos+de+COVID19+buenas+pr%C3%A1cticas+de+intervenci%C3%B3n+psicosocial+en+centros+sanitarios+-+A%C3%B1o+2020.pdf/24564955-b26b-c550-036b-c656c84c2f15?t=1612177306684>
- Jaramillo, F. (2018). Los riesgos psicosociales en el Derecho del Trabajo: ¿Una figura aplicable en el Derecho ecuatoriano? *USFQ Law Review*, 5(1), 100-117. <https://doi.org/10.18272/lr.v5i1.1219>

- Koppmann, A., Cantillano, V., & Alessandri, C. (2021). Moral Distress and Burnout among health professionals during COVID-19. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 32(1), 75–80. <https://doi.org/10.1016/j.rmcl.2020.12.009>
- Levac, D., Colquhoun, H. & O'Brien, K. Scoping studies: advancing the methodology. *Implementation Sci* 5, 69 (2010). <https://doi.org/10.1186/1748-5908-5-69>
- Levie, J., & Autio, E. (2011). Regulatory Burden, Rule of Law, and Entry of Strategic Entrepreneurs: An International Panel Study. *Journal of Management Studies*, 48(6), 1392–1419. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6486.2010.01006.x>
- Loyola da Silva, T., de Medeiros Pinheiro Fernandes, Á., Brito do O'Silva, C., de Mesquita Xavier, S., & Bezerra de Macedo, E. (2021). El impacto de la pandemia en el rol de la enfermería: una revisión narrativa de la literatura. *Enfermería Global*, 20(63), 502-543. Epub 02 de agosto de 2021. <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.454061>
- Mediavilla, R., Fernández, E., Andreo, J., Morán, I., Muñoz, S., Moreno B., Mascayano, F., Ayuso, J., Bravo, M., Martínez G., & COVID 19 Health Care Workers Spain HEROESSPA Working Group (2021). Association between perceived discrimination and mental health outcomes among health workers during the initial COVID-19 outbreak. *Revista de psiquiatría y salud mental*, S1888-9891(21)00062-8. Advance online publication. <https://doi.org/10.1016/j.rpsm.2021.06.001>
- Mejía, J., Silva, C., & Rueda, Y. (2020). Ruta de atención psicosocial para docentes con síndrome de burnout a causa de la cuarentena generada por el COVID-19. *Revista De Investigación En Gestión Industrial, Ambiental, Seguridad Y Salud En El Trabajo - GISST*, 2(2), 133-142. <https://doi.org/10.34893/gisst.v2i2.86>
- Ministerio de Salud Pública Ecuador. (2020). Protocolo de prevención del Riesgo Psicosocial en intervinientes operativos y administrativos en COVID-19. <https://oiss.org/protocolo-de-prevencion-del-riesgo-psicosocial-en-intervinientes-operativos-y-administrativos-en-covid-19/>
- Monterrosa, A., Dávila, A., Mejía, A., Contreras, J., Mercado, M., & Flores, C. (2020). Estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales colombianos. *MedUNAB*. 2020;23(2): 195-213. <https://doi.org/10.29375/01237047.3890>
- Muñoz, S., Molina, D., Ochoa, R., Sánchez, O., & Esquivel, J. (2020). Stress, emotional responses, risk factors, psychopathology and management of healthcare workers during (COVID-19) pandemic. *Acta Pediátrica De México*, 41(4), S127-S136. <http://dx.doi.org/10.18233/APM41No4S1ppS127-S1362104>
- OIT. (2020). Gestión de los riesgos psicosociales relacionados con el trabajo durante la pandemia de COVID-19. Ginebra. https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/instructionalmaterial/wcms_763314.pdf
- OIT. (2020a). Frente a la pandemia: Garantizar la Seguridad y Salud en el Trabajo. Ginebra. https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/publication/wcms_742732.pdf
- OIT. (2020c). La COVID-19 y el sector de la salud. https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_dialogue/---sector/documents/briefingnote/wcms_745391.pdf
- OMS. (2020a). La OMS caracteriza a COVID-19 como una pandemia. <https://www.paho.org/es/noticias/11-3-2020-oms-caracteriza-covid-19-como-pandemia>
- OMS. (2020b). Policy Brief: COVID-19 and the Need for Action on Mental Health. <https://unsdg.un.org/sites/default/files/2020-05/UN-Policy-Brief-COVID-19-and-mental-health.pdf>
- OMS. (2004). Invertir en Salud Mental. https://www.who.int/mental_health/advocacy/en/spanish_final.pdf
- Pérez, J., & Nogareda, C. (2012). Factores psicosociales: metodología de evaluación. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.
- PNUD. (s.f.). COVID-19: la pandemia. La humanidad necesita liderazgo y solidaridad para vencer a COVID-19. <https://www.ec.undp.org/content/ecuador/es/home/coronavirus.html>

- Restrepo, M., Escobar, M., Marín, L., & Restrepo, D. (2021). Prevalence and Clinical Characteristics of Depression and Anxiety Symptoms in Staff at a Health Institution in Medellín During the COVID-19 Pandemic. *Revista Colombiana de psiquiatría (English ed.)*, *S0034-7450(21)00037-8*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.02.001>
- Ribiero, S., Scorsolini F., & de Marchi, R. (2021). Ser docente en el contexto de la pandemia de COVID-19: reflexiones sobre la salud mental. *Index de Enfermería*, *29(3)*, 137-141. Epub 25 de enero de 2021. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962020000200008&lng=es&tlng=es.
- Samaniego, A., Urzúa, A., Buenahora, M., & Vera-Villarroel, P. (2020). Symptomatology associated with mental health disorders in health workers in Paraguay: COVID-19 effect. *Revista Interamericana De Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, *54(1)*, e1298. <https://doi.org/10.30849/ripij.v54i1.1298>
- Silva, J., Batista de Carvalho, A., Leite, H., & Oliveira, E. (2020). Reflexiones sobre los riesgos ocupacionales en trabajadores de salud en tiempos pandémicos por COVID-19. *Revista Cubana de Enfermería*, *36(2)*. <http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/3738/555>
- Superintendencia de Seguridad Social Chile (2020). COVID-19: Directrices para una mejor Salud Mental en los trabajadores/as. <https://oiss.org/directrices-para-una-mejor-salud-mental-en-los-trabajadores-as/?cn-reloaded=1>
- Urzúa, A., Samaniego, A., Caqueo, A., Pizarro, A., & Domínguez, M. (2020). Salud mental en trabajadores de la salud durante la pandemia por COVID-19 en Chile. *Revista médica de Chile*, *148(8)*, 1121-1127. <https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872020000801121>
- Venegas, C., & Leyva, A. (2020). La fatiga y la carga mental en los teletrabajadores: a propósito del distanciamiento social. *Revista Española De Salud Pública*, *94*, e202010112. https://www.mscbs.gob.es/biblioPublic/publicaciones/recursos_propios/resp/revista_cdrom/VOL94/R_EVISIONES/RS94C_202010112.pdf
- Villca, J. ., Moreno, R., Gómez, C. ., & Vargas, A. (2021). Influencia de la pandemia del Covid-19 en la Salud Mental de los Trabajadores en salud: Pandemia de COVID-19 y Salud Mental en trabajadores en salud. *Gaceta Médica Boliviana* *44(1)*, 75-80. <https://doi.org/10.47993/gmb.v44i1.200>
- Weller, J. (2020). La pandemia del COVID-19 y su efecto en las tendencias de los mercados laborales. Documentos de Proyectos (LC/TS.2020/67). CEPAL. https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45759/S2000387_es.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- World Health Organization & United Nations High Commissioner for Refugees (2012). *Assessing Mental Health and Psychosocial Needs and Resources: Toolkit for Humanitarian Settings*. Ginebra. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/76796/9789241548533_eng.pdf;jsessionid=CB24776928D6BF04485ACE3FF51A5540?sequence=1