

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES

DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL



***ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS
CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL***

Ana María Chiappe Rodríguez

ID: 918048

Milena Flórez Garzón

ID: 919226

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Virtual y a Distancia

Programa Especialización en Gerencia en Riesgos Laborales, Seguridad y Salud en
el Trabajo

Diciembre 2023

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES

DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

***ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS
CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL***

Ana María Chiappe Rodríguez

ID: 918048

Milena Flórez Garzón

ID: 919226

Monografía presentada como requisito para optar al título de Especialista en
Gerencia en Riesgos Laborales, Seguridad y Salud en el Trabajo

Asesor

Edinson Johan Gómez Solano

Ingeniero industrial, Especialista en gerencia de proyectos

Magister en Prevención de Riesgos Laborales, MBA

Doctorando en Dirección de Proyectos

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Virtual y a Distancia

Especialización en Gerencia en Riesgos Laborales, Seguridad y Salud en el Trabajo

Julio 2023

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES

DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

Dedicatoria

El presente trabajo quiero dedicarlo principalmente a Dios por darme la oportunidad de adquirir esta nueva etapa en mi formación académica y darme la suficiente fuerza y salud para culminarla con éxito, adicional a esto quiero dedicar este trabajo a mis padres y a mi pareja, quienes me apoyaron y alentaron a cursar esta nueva etapa en mi formación académica y durante este proceso me apoyaron y acompañaron

Ana María Chiappe

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES

DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

Agradecimientos

Quiero agradecer a Dios por darme la fuerza para culminar con este proyecto, a mis padres y pareja que me apoyaron incondicionalmente. Agradezco al tutor Edinson Johan Gómez Solano, que nos guío con paciencia y amabilidad durante la ejecución del proyecto y a todos los docentes que aportaron con sus enseñanzas al desarrollo del proyecto.

Ana María Chiappe

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES

DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

Contenido

Resumen ejecutivo	7
Introducción	8
1. Problema	10
1.1 Descripción del problema	10
1.2 Pregunta de investigación	10
2. Objetivos	11
2.1 Objetivo general	11
2.2 Objetivos específicos	11
3. Justificación	12
4. Marco de referencia	14
4.1 Marco teórico	14
4.2 Marco legal	16
5. Metodología	18
5.1 Enfoque y alcance de la investigación	18
5.2 Descripción de la estrategia de búsqueda	19
5.3 Instrumentos	20
5.4 Procedimientos.	22
5.5 Análisis de información.	22
5.6 Consideraciones éticas	23

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES

DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

6. Cronograma	24
7. Resultados y discusión	25
7.1. Desarrollo objetivo 1.	25
8. Conclusiones	34
9. Recomendaciones	35
10. Referencias bibliográficas	36
Anexos	45
1. Matriz de recolección de información	45
2. Video entrevista	45

Listas Especiales

Gráfico 1. Bibliografía encontrada en las diferentes bases de datos.....	26
Gráfico 2. Revisión bibliográfica en Scopus.	27

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

Resumen ejecutivo

La presente monografía es el resultado de una investigación minuciosa con la intención de exponer los factores de riesgo psicosocial a los que se enfrentan los creadores de contenido a nivel mundial. Posterior a esto se dio paso a la identificación y análisis de 24 documentos investigativos, que contribuyen a describir la evolución de la aparición de enfermedades mentales en los creadores de contenido para finalmente determinar las medidas de prevención que se tienen a nivel mundial para estas personas. Para la monografía se utilizó la metodología de enfoque cualitativo y como instrumento se empleó una entrevista virtual a la creadora de contenido Paula Lovera, con lo que se pudo concluir que los creadores de contenido presentan un deterioro en su salud mental, el cual se evidencia con la presentación de síntomas como: ataque de pánico, ansiedad, estrés y depresión.

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

Introducción

En la actualidad las redes sociales han aumentado su auge, debido a que han cambiado la forma en que nos comunicamos, en que compartimos nuestra información y nuestras experiencias a lo largo del mundo. (Instituto peruano de Marketing, 2023)

En el área de las redes sociales, un creador de contenido es una “persona que produce y distribuye contenido original en los canales digitales, estos pueden ser en forma de textos, imágenes, videos, audios y gráficos” (Londoño, 2023), este contenido puede llegar a audiencias globales que provocan su viralización.

Actualmente muchas personas no consideran el ser influencer como una forma de trabajo formal, sin embargo, expertos mencionaron para el Portafolio (2023) que “la industria de creación de contenidos vale en la actualidad más de 21.000 millones de dólares, y es una labor que implica mucha dedicación”.

No obstante, esta labor ha traído consigo consecuencias negativas y retos especialmente relacionados en la seguridad y salud en el trabajo enfocados en el riesgo psicosocial de los creadores de contenido. “Chloe Homan, creadora de contenido acerca de tips de belleza, menciona que no es una labor sencilla y que implica gran cantidad de tiempo para su ejecución”. (Portafolio, 2023)

Es por esta razón que la salud mental de los creadores de contenido, se vuelve un reto en su profesión, debido a que la naturaleza de la labor trae consigo, una alta exposición al público, una presión social para generar contenidos atractivos a los usuarios para que sea viralizado, la interacción entre influencers y consumidores que generan comentarios de aceptación y de rechazo, y adicional a esto los creadores de contenido no tienen límites claros

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES

DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

entre su vida virtual y vida real; todos estos factores se ven reflejados en alteraciones a la salud mental, con enfermedades como la depresión, el estrés y la ansiedad.

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES

DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

1. Problema

1.1 Descripción del problema

La creación de contenido se ha vuelto una de las formas de trabajo más anhelada especialmente por los jóvenes ya que hay estudios que demuestran que es un tipo de trabajo en lo que se hace lo que gusta y genera muy buen dinero. (PiscoAbreu, s.f) Este contenido se comparte a través de plataformas digitales que tienen muy buena acogida y consumo de las personas haciéndolas tener un buen raiting lo que las hace un excelente campo de trabajo para los creadores de contenido. (Moreno,2021) Sin embargo, el alimentar estas plataformas con contenido no es tarea fácil ya que se necesita de mucha dedicación, exigencia, tiempo para editar, crear nuevas ideas lo que hace que sea un trabajo de muchas horas en soledad convirtiéndose en un trabajo un poco superficial pues la presión de tener al público contento y la incertidumbre de que el contenido ofrecido va a tener buena acogida hace que estas personas lleguen a estados de ansiedad y posteriormente a la depresión. . (PiscoAbreu, s.f)

1.2 Pregunta de investigación

¿Cuáles son los principales riesgos psicosociales a los cuales se encuentran expuestos los creadores de contenido?

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES

DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

2. Objetivos

2.1 Objetivo general

Analizar los factores de riesgo psicosocial en los creadores de contenido a nivel mundial, para establecer las posibles consecuencias en la salud a largo plazo.

2.2 Objetivos específicos

Identificar la literatura acerca de los factores de riesgo psicosocial en los creadores de contenido durante los últimos 10 años para detectar las principales afectaciones en la salud mental.

Describir la evolución de la aparición de enfermedades mentales en los creadores de contenido para mostrar el panorama a nivel mundial en esta profesión.

Determinar las medidas de prevención que se tienen a nivel mundial, para las personas que padecen enfermedades psicosociales a causa de su trabajo.

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

3. Justificación

Es inminente el desarrollo de las redes sociales como medio de comunicación durante la era digital y el aumento en el uso de estas por parte de las personas (Durango, 2014), sin embargo, a raíz de la pandemia del COVID -19 se generaron impactos en el desarrollo cotidiano de la vida del ser humano, y se evidenció un incremento en el uso de la tecnología debido a el trabajo desde el hogar y el desarrollo de clases escolares y universitarias llevadas a cabo desde casa (Organización Panamericana de la Salud, 2023)

Actualmente se evidencia un aumento en el uso de las redes sociales, lo que ha generado un mayor número de personas dedicadas a la creación de contenido, este rol se caracteriza por generar cierto tipo de influencia en los usuarios de las diferentes redes sociales; los también llamados youtubers nacen inicialmente con el fin de compartir experiencias, vivencias y opiniones en relación a diversos temas. (De Casas Moreno & Vizcaño Verdú, 2020)

El crear contenido es un trabajo de la época moderna que exige una alta dedicación de tiempo y altos niveles de creatividad, pues deben cautivar con sus diferentes publicaciones a los usuarios, y mantenerlos interactivos a lo largo del tiempo. Al ser un trabajo nuevo no se han caracterizado de manera profunda los diferentes riesgos a los cuales están expuestos y las enfermedades que se puedan generar a largo o corto plazo.

El rol de los creadores de contenido va mucho más allá de compartir fotografías, recibir invitaciones y ganar popularidad, ya que implica variedad de retos implícitos en la salud mental de estos. En una entrevista realizada a la influencer Eleonora Pons Maronese, señala que sufre de depresión debido al acoso cibernético recibido por las redes sociales. La influencer, más conocida como Lele Ponds reveló que padece de Trastorno Obsesivo Compulsivo, síndrome de Tourette t déficit de atención con hiperactividad. (Hernández, 2021)

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

De la misma forma la creadora de contenido Diana Otero, menciona que ser influencer es un juego mental, en el cual vive burlas y un gasto de tiempo considerable que debe invertir en sus ideas y en la puesta en marcha de las mismas. (Hernández, 2021)

Teniendo en cuenta lo anterior se observa, que aún hay muchas personas no toman el ser creador de contenido como un trabajo oficial, por esta razón y al haber pocos estudios en los efectos adversos que pueden generar el ser influencer en la actualidad, esta caracterización y revisión literaria permitirá tomar los controles necesarios para eliminar, reducir o mitigar los riesgos detectados y así mismo crear estrategias para evitar que se generen enfermedades a largo plazo y puedan tener un tratamiento oportuno y a tiempo en pro de la salud de los trabajadores.

Así mismo, se mostrarán las diferentes reacciones y perspectivas en relación a las plataformas digitales y el uso que se da a estas tanto los usuarios como los creadores del contenido.

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES

DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

4. Marco de referencia

4.1 Marco teórico

El nacimiento de la Web 2.0 contribuyó a que los menores tomaran el liderazgo de la creación del contenido digital, en los cuales, muestran sus emociones y experiencias (Marsh, 2014); según el estudio realizado por Kamus et al. (2009) en Estonia, el uso del internet en jóvenes entre los 15 y los 19 años, es notoriamente alto, alcanzando aproximadamente un 97% de uso.

A causa de la pandemia por COVID-19, se transformaron los hábitos digitales de las personas, lo cual aumentó el consumo, la producción y la interacción de las diferentes plataformas digitales tanto académicas, como de entretenimiento y de comunicaciones. (Escobar, 2021)

Debido a esto y en los últimos años, los youtubers, streamers, influencers e instagramers, son los diferentes perfiles que se pueden incluir en el concepto de creadores de contenido, los cuales son figuras cada vez más conocidas y presentes, no solo en redes sociales, sino también en los diferentes medios de comunicación y en diferentes campañas publicitarias; actualmente el ser creador de contenido es considerado como una nueva forma de trabajo que genera una monetización del contenido. (Oliva, 2022).

Este perfil de creador de contenido, requiere que sean desarrolladas diversas capacidades, habilidades, organización del tiempo y una gestión de sus propios recursos y espacios de producción. La definición de Generación C, es una de las teorías que se aproximan al concepto de creador de contenido (Herrero & Ramos, 2016), según Bruns (2006) la letra “C” recopila variedad de conceptos, que traducidos al inglés inician con dicha consonante, como lo son *content creation* (creación de contenido), *creativity* (creatividad), *celebrity* (celebridad),

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

control (control) y finalmente *casual collapse* (colapso informal); las cuales son necesarias para triunfar como creador de contenido en las redes sociales. La forma en que son elaborados los contenidos digitales, involucra colaboraciones continuas, sin definir horarios ni espacios físicos, los cuales se extienden a una mejora y actualización constante de los contenidos. (Herrero & Ramos, 2016)

Sin embargo, uno de los riesgos asociados a los creadores de contenido, es el riesgo psicosocial, el cual es definido por la resolución 2646 (2008) como las “condiciones psicosociales cuya identificación y evaluación muestra efectos negativos en la salud de los trabajadores y en el trabajo de los mismos. Los factores psicosociales comprenden los aspectos tanto internos como externos a la organización y las condiciones individuales del trabajador, las cuales influyen en la salud y el desempeño de las personas”.

Los factores psicosociales están representados por diferentes situaciones en el ámbito laboral, relacionadas con la organización del trabajo, el tipo de puesto, la realización de las actividades y el entorno laboral, las cuales afectan el desarrollo de las actividades y la salud y estabilidad de los trabajadores. (Gil, P. 2012)

En los últimos años los riesgos psicosociales han significado una de las principales fuentes de siniestralidad en España y en Europa (Sánchez & Kahale, 2016), por esta razón actualmente al hablar de salud mental, se refiere a un estado de bienestar tanto físico como emocional y social en el ámbito en el que la persona se desenvuelve. (Verano & Garavito, 2015)

Los principales efectos nocivos para los trabajadores en relación a los factores psicosociales están asociados en la relación de aspectos como el ambiente de trabajo, las relaciones laborales, la comunicación, los estilos de liderazgo, y variables personales y ambientales, que pueden producir patologías como el síndrome de burnout, acoso laboral, estrés,

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES

DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

y otras alteraciones psicológicas, (Charria et al., 2011) de igual forma, se ha evidenciado la aparición de patologías en la tabla de enfermedades profesionales de Colombia del decreto 1477 (2014) como la ansiedad, la depresión la hipertensión, enfermedades o urgencias cardiovasculares, colon irritable, entre otros, que afectan la calidad de vida de los trabajadores.

Para finalizar y según el diario el sur, los youtubers están estresados, exhausto y con cuadros de ansiedad, lo cual ha sido producido por un estrellato y una audiencia infiel, es por esta razón que muchos creadores de contenidos deciden darse un tiempo en las plataformas digitales, esto lo describen con el caso del reconocido influencer El Rubius, quien en una entrevista al diario el sur mencionó “cada vez siento más y más presión y me pongo más nervioso y me cuesta más respirar, me dan bajones y en algunos directos he tenido que acabar super pronto porque sentía que me desmayaba por los nervios de intentar ser la mejor versión de mí. Estoy luchando con estos demonios que tengo en mi cabeza” y por esta razón debió darse un tiempo para tomar un respiro de la vida digital. (Asenjo, 2018)

4.2 Marco legal

En Colombia existe una serie de leyes, decretos y resoluciones que son importantes mencionar en la presente monografía, una de ellas es la resolución 2646 de 2008 “Por la cual se establece disposiciones y se definen responsabilidades de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para la determinación del origen de patologías causadas por el estrés ocupacional”, esta resolución cuenta con cinco capítulos de los cuales los más importantes para nuestra monografía son el capítulo I donde nos da la definición de factores riesgo psicosociales, estrés, carga mental, psíquica o emocional y patologías derivadas del estrés, en su capítulo II nos habla de la “identificación y evaluación de los factores psicosociales en el trabajo y sus efectos”, su capítulo III “intervención de los factores psicosociales en el trabajo y sus efectos” y en su

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES

DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

capítulo IV se da la “determinación del origen de las patologías presuntamente causadas por el estrés ocupacional”. (Resolución 2646, 2008)

Así mismo, para en el año 2013 se da un paso muy importante con Ley 1616 del 21 de enero de 2013, “por medio de la cual se garantiza el ejercicio pleno del derecho a la salud mental a la población colombiana priorizando a niños, niñas y adolescentes”. (Ley 1616, 2013)

Por otra parte, con el Decreto 1072 de 2015, “decreto único reglamentario del sector trabajo, en su capítulo 6 se definen las directrices de obligatorio cumplimiento para implementar el Sistema de Gestión e la Seguridad y Salud en el Trabajo”. (Decreto 1072, 2020)

De este modo en la resolución 0312 de 2019 por la cual se “establece los estándares Mínimos del Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo SG-SST para personas naturales y jurídicas” (Resolución 0312, 2019), en la cual los empleadores deberán implementar análisis de riesgos a los trabajadores en el cual deberá de incluirse el riesgo psicosocial de ser necesario, y se deberán tomar las medidas preventivas y de protección para controlar los riesgos encontrados.

Y por último la resolución 2764 de 2022 es una de las más recientes que tiene como objeto “adoptar como referentes mínimos obligatorios, para la identificación, evaluación, monitoreo permanente e intervención de los factores de riesgo psicosocial, instrumentos de evaluación y Guías de intervención”. (Resolución 2764, 2022)

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES

DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

5. Metodología

5.1 Enfoque y alcance de la investigación

La monografía, al plantearse como un ejercicio de revisión bibliográfica exhaustivo se clasificará como un estudio de tipo documental, el cual consiste en el análisis de información escrita sobre un tema determinado.

La presente monografía se basa en una metodología de la investigación que cumple con las características y necesidades de enfoque cualitativo. Pues buscamos analizar los factores de riesgo psicosocial de los creadores de contenido a nivel mundial y sus consecuencias a largo plazo.

De acuerdo con Sampieri (2014), en una investigación bajo el enfoque cualitativo, se pretende “describir, comprender e interpretar los fenómenos, a través de las percepciones y significados producidos por las experiencias de los participantes, para que el investigador se forme creencias propias sobre el fenómeno estudiado”. Por ello, la recolección de los datos está orientada a proveer de un mayor entendimiento de los significados y experiencias de las personas y no se inicia con instrumentos preestablecidos, sino que el investigador comienza a aprender por observación y descripciones de los participantes y concibe formas para registrar los datos que se van refinando conforme avanza investigación.

Por otro lado, Uwe Flick (2014) nos indica que la investigación cualitativa ha evolucionado con características distintivas. Esta se distingue por su objetivo de explorar el mundo con el fin de comprender, describir y ocasionalmente explicar fenómenos sociales. Esto se logra a través del análisis de individuos o grupos de individuos, el estudio de sus interacciones y comunicaciones, y la revisión de documentos.

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

Nuestra investigación pertenece a un tipo carácter explicativo, pues queremos indagar sobre los factores de riesgo psicosocial en los creadores de contenido.

Los estudios descriptivos tienen como objetivo detallar las propiedades, características y perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetivos, u otro fenómeno de análisis. En otras palabras, su único propósito es medir o recolectar información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o variables que abordan, sin buscar explicar las relaciones entre ellos. (Samperi, 2014)

5.2 Descripción de la estrategia de búsqueda

Como estrategia de búsqueda para la presente monografía se seleccionó la base de datos SCOPUS, debido a contiene más de 22,000 títulos de más de 5,000 editoriales de todo el mundo. En esta base de datos se establecieron palabras claves, como salud mental, riesgo psicosocial, depresión, influencer, youtuber, creador de contenido, entre otras. En esta base de datos se realizan búsquedas con ayuda de unos operadores que conectan sus palabras de búsqueda y así generar mayor cantidad de resultados acordes al tema de elección. Los tres operadores booleanos básicos son: AND, OR y NOT. (Biblioteca Conrado F. Asenjo, 2023)

Por medio de las facilidades de la base de datos y de los conectores se creó la siguiente ecuación:

```
"mental health" OR "Psychosocial risk" OR "psychological disease" OR "depression" AND  
influencer OR youtuber OR "content creator" OR "vlogger" OR "Blogger" AND "redes  
sociales" AND PUBYEAR > 2013 y PUBYEAR < 2023
```

Cabe resaltar que se toma como referencia de búsqueda 10 años, ya que la OMS suscribe el plan de acción integral sobre salud mental 2013-2030, “por el que se comprometen a lograr metas mundiales para transformar la salud mental” (Organización Mundial de la Salud,

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

2022), adicional a esto en Colombia para el año 2013 se da un paso importante con la Ley 1616 del 21 de enero de 2013, “por medio de la cual se garantiza el ejercicio pleno del derecho a la salud mental a la población colombiana priorizando niños, niñas y adolescentes”.

Debido a que se está iniciando con las nuevas tecnologías e investigaciones relacionadas a seguridad y salud en el trabajo, se toma como segunda estrategia de búsqueda la plataforma Pubmed ya que comprende más de 36 millones de citas de literatura biomédica de MEDLINE, revistas de ciencias biológicas, y libros en línea. En esta plataforma se toma como facilidad de búsqueda las palabras “bloggers and mental health”

Como tercera estrategia de búsqueda tenemos la plataforma ScienceDirect esta plataforma tiene contenido desde ciencias fundamentales hasta investigaciones nuevas y novedosas, se realizó búsqueda manual con diferentes palabras claves asociadas al tema de estudio.

Adicional a esto, se realizarán búsqueda de videos de entrevistas o conferencias que aborden temas relacionados a la salud mental en creadores de contenido, y a la evolución de este trabajo moderno.

5.3 Instrumentos

La información obtenida en las revistas indexadas, a partir de la ecuación de búsqueda planteada, será recolectada en una base de datos que permita organizar y analizar la información de forma idónea, esta se anexará en un documento en Excel y se relacionará la siguiente información de cada uno de los artículos.

Tabla 1. Base de datos de la monografía.

No	Título	Año	Tipo de artículo	Fuente	Autores	Resumen	Objetivos	Conclusiones	Referencia
----	--------	-----	------------------	--------	---------	---------	-----------	--------------	------------

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

Adicional a esto se realizarán entrevistas que permitirán un acercamiento a la vida de los creadores de contenido, a continuación, se relaciona el formato de las preguntas que se realizarán a los creadores de contenido.

Entrevista a creadores de contenido

1. Cómo es su nombre, que edad tiene.
2. Hace cuánto tiempo realiza videos para las redes sociales, y cómo fueron sus inicios.
3. ¿Cuántas horas en el día dedica a grabar, editar y publicar contenido?
4. ¿Qué sacrificios ha tenido que hacer en su vida personal, para crecer como creador de contenido?
5. ¿Cuáles son los obstáculos que ha tenido que pasar en el proceso de creación de contenido?
6. ¿Cuáles han sido las satisfacciones que ha tenido durante este proceso?
7. ¿Cómo se ve en cinco años a nivel profesional en las redes?
8. ¿Ha visto afectaciones a su salud física o mental desde que se dedica a la creación de contenido?
9. ¿Ha tenido episodios de estrés, ansiedad o depresión?
10. ¿Alguna vez ha pensado en tomarse un descanso de las redes sociales?
11. Tiene algún mensaje para aquellos que quieren dedicarse a la creación de contenido

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

5.4 Procedimientos.

En la base de datos SCOPUS, se desarrollará la ecuación de búsqueda, con las palabras claves en relación al tema de investigación; con la cual se recolectarán los artículos cuya información se relacione con el tema de investigación será recopilada en la base de datos mencionada anteriormente, donde se realizará un análisis de cada componente y se describirá la relación con el tema a investigar.

De igual forma, se realizará búsqueda manual, en otras bases de datos como ScienceDirect, Pubmed y en Google Scholar, lo que permitirá recopilar mayor número de artículos, informes o investigaciones relacionados con el tema de estudio.

Adicional a esto se realizarán algunas entrevistas a creadores de contenido, donde se conozca las opiniones personales y experiencias de vida con respecto a la salud mental que se genera en esta actividad, las cuales serán transcritas y analizadas para un mayor acercamiento al tema a investigar.

5.5 Análisis de información.

Después de haber aplicado la ecuación de búsqueda en la base de datos seleccionada, se compilará la información en la base de datos (tabla 1) que se realizará en el programa Excel, donde se tomará información clave de los artículos encontrados para realizar un análisis y una comparación adecuada.

Adicional a esto se realizará la transcripción de las entrevistas realizadas la cual dará una visión más real, a la salud mental y física de los creadores de contenido, y a la visión que tienen de la seguridad y la salud en el trabajo de creación de contenidos.

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES

DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

Cabe resaltar que los análisis a realizar son cualitativos, es decir que nos permite extraer el conocimiento de datos ya sean en forma textual o narrativa, esta forma de análisis nos permite crear un conocimiento más profundo acerca del tema de investigación.

5.6 Consideraciones éticas

Durante esta investigación y dando cumplimiento a la ley 23 de 1982 t su modificación, ley 1915 de 2018, se respetará la información consultada y se relacionará el autor de la misma dando así el reconocimiento por la información recolectada, garantizando el buen uso de la información y con la intención de no perjudicar a futuras investigaciones, realizado con la intención de generar un aumento del conocimiento. Adicional a esto se debe dar un trato de respeto frente a las experiencias de vida relatadas en las entrevistas que se desarrollaran a lo largo de la investigación.

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES

DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

6.Cronograma

Para el desarrollo de la monografía se plantea el siguiente cronograma

No	Actividad	Tiempo (meses)		Producto
		desde	hasta	
1	Definición tema de monografía	Julio	Julio	Definir el título objetivo general y objetivos específicos.
2	Crear marco teórico y marco legal	Julio	Julio	Revisión literaria de conceptos y leyes relacionadas con el tema
3	Metodología, enfoque y creación de ecuación	Agosto	Agosto	Plasmear la metodología del proyecto y creación de ecuación en base de datos scopus
4	Lectura y agrupación de documentos encontrados	Septiembre	Septiembre	Alimentar nuestra base de datos
5	Realizar entrevistas al grupo seleccionado	Octubre	Octubre	Sacar conclusión de entrevistas realizadas
6	Lectura detallada de los artículos escogidos para el desarrollo de la monografía	Octubre	Octubre	Análisis de documentos
7	Entregar trabajo de grado final	Noviembre	Noviembre	Trabajo final y sustentación

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

7. Resultados y discusión

7.1. Desarrollo de los objetivos.

Para el alcance del primer objetivo se trabajaron diferentes fuentes de búsqueda, en estas se encontraron un total de 24 literaturas, tomando como referencia trabajos de investigación de los últimos diez años, entre estos se encontraron tres artículos de la fuente Scopus, uno de la fuente Anuario Electrónico de Estudios en Comunicación Social “Disertaciones”, dos trabajos de grado de la fuente Deposito de investigación universidad de Sevilla, un artículo de la plataforma Dialnet, un artículo de Google Scholar, cuatro artículos de plataforma Pubmed, un trabajo de grado de fuente Repositorio digital TDA, dos trabajos de grado de Repositorio institucional de documentos universidad de Zaragoza, un trabajo de grado de Repositorio Institucional Universidad Piloto de Colombia, un artículo de la revista de comunicación y salud, seis artículos de ScienceDirect y un video de youtube, las cuales se encuentran representadas en el gráfico 1.

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES

DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

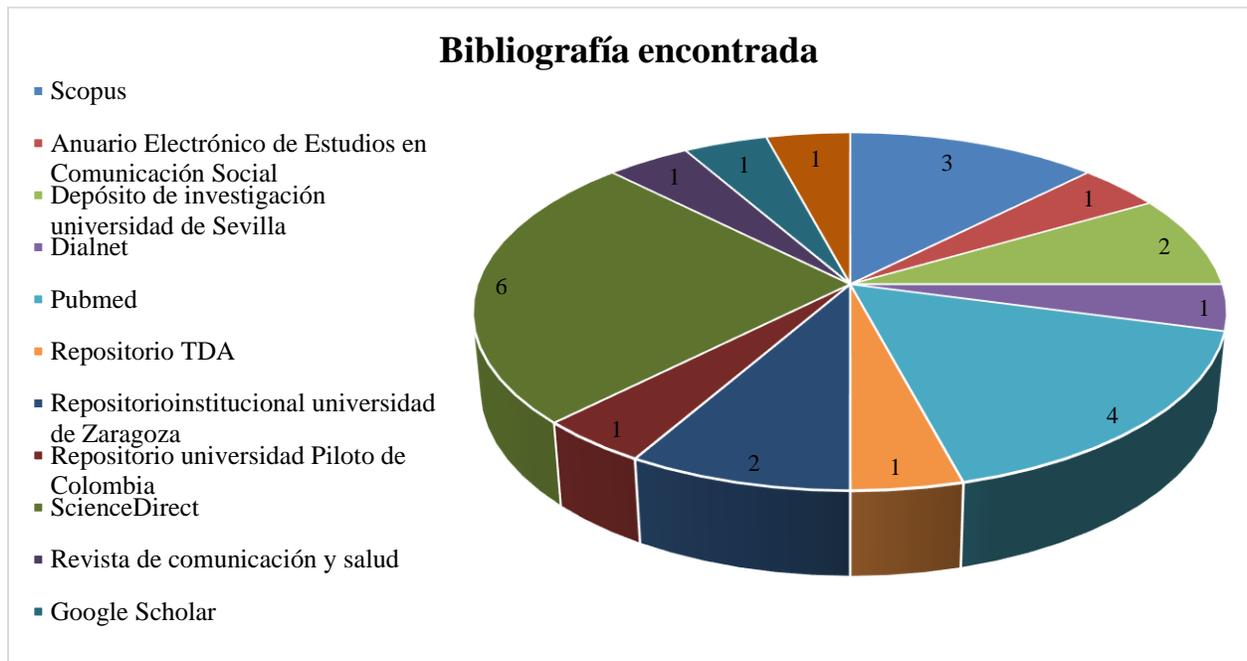


Gráfico 1.

Bibliografía encontrada en las diferentes bases de datos. Fuente: autores

La base de datos a usar inicialmente es Scopus, en esta y por medio de la ecuación de búsqueda se obtuvieron 55 documentos, a los cuales se les realizó una revisión y selección de la cual se escogieron 3 fuentes literarias que aportaban de forma adecuada información al proyecto. (Gráfico 2.).

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES

DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

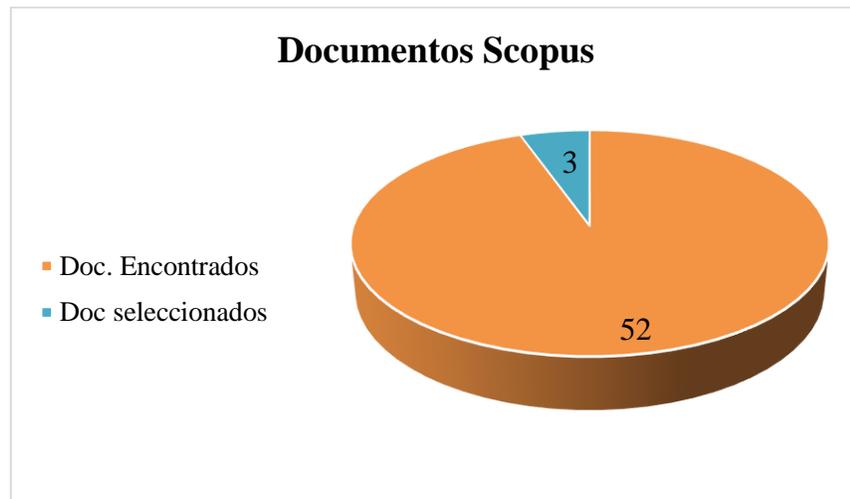


Gráfico 2.

Revisión bibliográfica en Scopus. Fuente: autores

A lo largo de la revisión literaria, se identificó la poca información e investigaciones acerca de la salud mental en creadores de contenido, esto debido a que es una profesión de la era moderna, lo cual representa retos en diversos aspectos como la seguridad y salud en el trabajo.

Adicional a esto se realiza una entrevista a un creador de contenido que permitirá un acercamiento a la realidad de aquellas personas que ejercen esta profesión.

Continuando con el desarrollo del segundo objetivo es importante entender qué es ser un creador de contenido en el mundo de las redes sociales, según Bermejo (2021), el término surge para hacer referencia a los que crean material para las redes sociales o plataformas digitales; durante el confinamiento la red social TikTok presentó una gran evolución, actualmente los “tiktokers” son aquellos usuarios que crean contenido para esta y otras plataformas con el fin de obtener gran viralización.

Adicional a esto se encontró que el artículo “*redes sociales en línea y salud mental*” realiza una revisión de diferentes resultados de investigaciones relacionadas con la conexión

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

entre las redes sociales y los síntomas depresivos, cambios de autoestima u otros problemas psiquiátricos. (Pantic,2014)

Para el año 2016, Seabrook et al. realizaron una revisión sistemática con el fin de resumir investigaciones relacionadas con la depresión y la ansiedad en el contexto de las redes sociales, donde como resultado obtuvieron que el nivel de depresión y ansiedad, varía según la interacción que se tenga con las redes, es decir, si la interacción es negativa se le atribuye a los niveles más altos de depresión y ansiedad, contrario a si la interacción es positiva la cual es relacionada con los niveles más bajos de depresión y ansiedad. El artículo publicado por ediciónmédica (2018) realiza un análisis de un estudio realizado por La Royal Society of Public Health, las tasas de ansiedad y depresión en los jóvenes han aumentado un 70% en los últimos 25 años, debido a la evolución que se ha presentado en las redes sociales.

Pierre et al. (2019) mediante su estudio revelan que la ansiedad social y las relaciones parasociales con YouTubers son predictores de la adicción a YouTube, es decir que entre más ansioso socialmente este una persona, más podría desarrollar una adicción a YouTube.

Teniendo en cuenta el trabajo de grado de Galvis et al. (2019) quien define el tecnoestrés como el “estrés producido debido al uso de sistemas de información que incluye condiciones ambientales donde la tecnología tiene presencia predominante y sus demandas se consideran estresantes” (p. 4), esto genera una tensión psicológica y comportamental, debido a que se produce un bajo nivel de satisfacción con el uso de las tecnologías, adicional a esto, este uso provoca la necesidad de actuar o tener comportamientos según la tecnología debido a las malas experiencias con estas.

En el análisis realizado por Daniel García (2020), se expone como las redes sociales son perjudiciales para la salud mental, en la actualidad las plataformas digitales ofrecen

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES

DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

oportunidades para aprender, innovar y ser creativo, sin embargo, esto hace que los jóvenes pierdan el contacto con la realidad, adicional a esto el uso de las redes sociales se ha vinculado a las mayores tasas de ansiedad, depresión y falta de sueño.

En el trabajo de grado realizado por Iglesias Andrea (2021) se realizaron entrevistas personales a pertenecientes a ámbitos de las artes plásticas que en algún momento recibieron monetización por creación de contenido, sin embargo en muchas de estas entrevistas manifestaron haberse retirado con comentarios como “mi salud mental es más importante que una red social”, Iglesias (2021), concluye que el uso de redes sociales sea como consumidor o como creador de contenido generan consecuencias negativas en el factor anímico, emocional y de autoestima.

En este contexto, se considera que el mal uso de las redes sociales puede generar consecuencias adversas en la salud mental, donde aspectos como la alimentación, el sueño, la adicción y la autoestima se ven afectados por las redes sociales y cabe señalar que las personas que manifiestan conductas de adicción han experimentado un aumento en la depresión. (Basterra y Cabrera, 2021)

Es importante que los padres tengan una supervisión del uso de las redes de los niños lo que permitirá evitar adicciones y evitar ser víctima de ciberbullying, debido a que esto afecta la salud mental y la autoestima de usuarios y creadores de contenido. (Martin et al., 2021)

Sin embargo, Weinstein et al. (2021) realizan un estudio con personas donde identifican las experiencias positivas y negativas que se han producido en usuarios y creadores de contenido de las redes sociales, donde obtuvieron que las redes, permiten una conexión y apoyo social entre las personas, así como también reunir a personas con intereses compartidos; contrario a esto, en las experiencias negativas, resaltaron problemas de adicción a las redes y el

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

uso del celular, estrés, comparaciones auto-denigrantes, ansiedad, entre otros aspectos que alteran la salud mental de usuarios y creadores.

El surgimiento de nuevas redes sociales y el uso generalizado de estas irá en aumento en los próximos años, es por esto que Hussenoeder (2022) menciona la importancia de que creadores de tecnología y contenido se vuelvan más transparentes, para que los usuarios comprendan, construyan y controlen los entornos digitales

Por lo anterior, en un artículo, se hace énfasis en que los creadores de contenido se han vuelto transparentes al momento de expresar públicamente las consecuencias negativas de la labor que se relacionan con la salud mental, expresan mediante su contenido la presión a la que se encuentran sometidos, la cantidad de tiempo que debe dedicarse para realizar el contenido de las redes, el odio o también conocido como hate que suelen recibir. (Villegas,2022) , para esto ejemplificaron la historia de Dulceida, quien abandonó las redes debido al acoso que estaba recibiendo en redes debido a su ruptura sentimental, quien mencionó que debía abandonar para volver a recuperarse y debía dejar de exponerse. (Mejías, 2021, como se citó en Villegas, 2022)

De igual forma, como resultado del estudio de Mercè, actualmente los creadores de contenido hablan abiertamente sobre los sacrificios de su trabajo en relación a la intensificación, la confusión entre la vida personal y profesional y el trabajo emocional que implica la tarea. (Mercè, 2022)

En materia de seguridad y salud en el trabajo se ha visto ausente en el ámbito de la creación de contenidos digitales, Lykke et al. (2022) en su artículo menciona que los creadores de contenido usualmente son considerados como trabajadores independientes o empresarios, debido a esto no son cubiertos en materia SST debido a que no están categorizados como

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES

DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

empleados, por esta razón es muy escasa o ausente la presencia e importancia de la seguridad y salud en el trabajo en la labor de creación de contenido digital.

Como ya se ha mencionado, la salud mental de los consumidores de las redes sociales, de plataformas digitales y de los creadores de contenido se ha visto afectada; López et al. (2023) menciona que las redes sociales son usadas diariamente principalmente por los jóvenes nacidos desde el año 2000, conocidos como centenials, quienes son más susceptibles a las enfermedades y al acoso como el *grooming* o el *ciberacoso*, en donde se concluyó que los jóvenes no son conscientes de sufrir algún síntoma relacionado con el consumo de redes sociales, a pesar de que algunos describan síntomas relacionados, sin embargo los jóvenes desconocen la terminología de las patologías. Durante el estudio se muestra como empiezan a aparecer síntomas como el tecnoestrés, la tensión psicológica y comportamental en los seres humanos.

Finalmente con la entrevista realizada a la creadora de contenido Paula Lovera se pudo dar testimonio de que los creadores de contenido sufren a diario de ataques de pánico, depresión y ansiedad que es causada por la incertidumbre que se genera a raíz del contenido publicado y por los comentarios positivos como negativos que surgen a través de estas publicaciones, en ese mismo contexto la creadora de contenido manifiesta que en el mundo digital los creadores de contenido y los consumidores están expuestos a sufrir de depresión y ansiedad por la presión que se vive y se muestra a través de una pantalla siendo inconscientes de que esta termina siendo un tipo de vida artificial, para concluir expresa la importancia de poner límites y respetar los tiempos personales, familiares y laborales con el fin de reducir el impacto negativo que este genera en la salud mental.

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

Y finalmente para dar cumplimiento al tercer objetivo, Colombia cuenta con una serie de normatividad con la que busca prevenir los factores de riesgo psicosocial y la salud mental, una de ellas es la Ley 1616 del 21 de enero del 2013, en la cual el objetivo de esta se enfoca en garantizar el ejercicio pleno del derecho a la salud mental a la población colombiana.

De esta se desprende la Resolución 2764 de 2022 en la cual se adopta la batería de instrumentos para la evaluación para factores de riesgos psicosocial.

En el artículo “la salud mental en el trabajo” la OMS (2022) propone que para prevenir los problemas de salud mental enfocados al trabajo se deben tratar los riesgos psicosociales en el área de trabajo, esto mediante la intervención de instituciones que permita evaluar, mitigar, modificar o eliminar los riesgos para la salud mental en el ambiente laboral.

Así mismo, la OMS (2022) enfatiza en la importancia de que los trabajadores reconozcan los problemas de salud mental en el trabajo, para que se puedan tomar las medidas necesarias. Adicional a esto recomienda realizar capacitaciones que faciliten a los trabajadores el reconocimiento de las enfermedades mentales y cómo influye el trabajo en estas, para poder generar acciones que mitiguen su aparición.

Del mismo modo la Universidad de Alicante (2021) propone el fomento del trato equitativo entre los miembros de los distintos grupos de trabajo, que permitan facilitar las condiciones ambientales entre los pertenecientes a la organización; además, es de gran importancia que se establezcan mecanismos de control y vigilancia que imposibiliten las situaciones de riesgo. Y no menos importante, se debe mantener actualizada la legislación que esté enfocada a evitar conductas ya actitudes que se conviertan en factor de riesgo

El 10 de octubre, la OMS (2023) lo declara como el Día Mundial de la Salud Mental, con el fin de visibilizar el trastorno mental, que se ha vuelto cada vez más frecuente en

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

los jóvenes, esto es una oportunidad para que las personas y las comunidades se unan en torno al lema La salud mental es un derecho humano universal a fin de mejorar los conocimientos, sensibilizar e impulsar medidas que promuevan y protejan la salud mental de todos como derecho humano universal. (Valor Compartido, 2023)

Según el material leído a través de la revisión bibliográfica de la presente monografía es importante señalar que para la disminución del riesgo psicosocial en esta población específica se puede seguir una serie de pasos que ayudaran a disminuir los niveles de estrés y ansiedad como lo son tener buenas horas de descanso, comer alimentos saludables, hacer ejercicio, evitar el alcohol y las drogas, respirar profundo, organizar el tiempo y separar lo laboral de lo personal, no dejarse afectar por comentarios negativos, y buscar ayuda profesional cuando sea necesario.

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

8. Conclusiones

Se analizo literaturas de los últimos 10 años a nivel mundial, realizando una búsqueda minuciosa con ayuda de una ecuación de búsqueda la cual se aplicó en la plataforma Scopus y complementario a este se efectuó una búsqueda manual en otras plataformas teniendo como resultado un total de 22 literaturas y una coincidencia del deterioro de la salud mental por el mal uso de las redes sociales y las plataformas digitales en los creadores de contenido y consumidores de estas.

Se identifico como ha sido la evolución de los factores de riesgos psicosociales y como se ha venido deteriorando la salud mental de las personas a causa de las plataformas digitales y las redes sociales, sus principales síntomas han sido el ciberacoso, el tecnoestrés, la tensión psicológica, la ansiedad, los ataques de pánico y la depresión.

Se determino que es de gran importancia la identificación, prevención, mitigación o eliminación de los factores de riesgo psicosocial en el trabajo, mediante la regulación y la normatización que favorezcan la prevención de las enfermedades mentales.

De manera general en el desarrollo de la presente monografía se dio alcance a los objetivos planteados en la cual contribuyo al análisis y a poner en evidencia los factores de riesgo psicosocial y la afectación de la salud mental a los que se están enfrentando los creadores de contenido a nivel mundial.

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

9. Recomendaciones

De acuerdo con lo mencionado en esta monografía se recomienda explorar más sobre las nuevas tendencias de trabajo digital y el uso de las redes sociales, previamente exhibir las consecuencias que estas acarrearán en las cuales se ven relacionadas los factores de riesgo psicosocial y la salud mental.

Se tuvo como limitación poco material de investigación por esto se recomienda investigar y publicar en las respectivas revistas indexadas y repositorios universitarios sobre este tema, ya que el mundo está en constante avance tecnológico y con este han nacido nuevas redes sociales y plataformas digitales y a su vez nuevos tipos de trabajo en los cuales se debe hacer seguimiento a los factores de riesgo psicosocial y a la salud mental de las personas.

Se recomienda a las administradoras de riesgos laborales en Colombia y a las respectivas entidades a nivel mundial investigar, promover y proteger la salud mental de los creadores de contenido ya que son una población que está creciendo pero que no está vigilada por ninguna entidad.

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

10. Referencias bibliográficas

Asenjo Isaac. La enfermedad que hunde a los youtubers. Diario el sur. 12 de octubre de 2018. <https://www.diariosur.es/sociedad/salud/enfermedad-hunde-youtubers-dia-enfermedad-mental-ansiedad-20181012073935-ntrc.html>

A Bruns (2006): Towards Prodsusage: Futures for User-Led Content Production. En F Sudweeks, H Hrachovec y C Charles (Eds.). Proceedings Cultural Attitudes towards Communication and Technology 2006, 4 (275-284). Murdoch: Australia: School of Information Technology - Murdoch University. <http://eprints.qut.edu.au>

Arellano Díaz, J., & Rodríguez Cabrera, R. (2013). Salud en el trabajo y seguridad industrial. México: Alfaomega. Obtenido de https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=D4RzEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=origen+de+la+seguridad+y+salud+en+el+trabajo&ots=jDV_ZD3Ho0&sig=wdyTsXI9H3IPA-WUAwuql81iaI4#v=onepage&q&f=false

Basterra Olives, M. y Cabrera Hernández, L. (2021). Las redes sociales y su influencia en trastornos como la depresión en los jóvenes [Trabajo de grado, Universidad de La Laguna]. <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/23966/Las%20redes%20sociales%20y%20su%20influencia%20en%20trastornos%20como%20la%20depresion%20en%20los%20jovenes..pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Bermejo Sánchez, E.M. (2021). Impacto de la red social TikTok: influencia como medio de comunicación desde el confinamiento por COVID-19 [Trabajo de grado, Universidad de Sevilla].

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

[https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/126185/PER_BERMEJOS%
c3%81NCHEZ_TFG.pdf?
sequence=1&isAllowed=y](https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/126185/PER_BERMEJOS%c3%81NCHEZ_TFG.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Biblioteca Conrado F. Asenjo. Búsquedas Estratégicamente Efectivas: Operadores Booleanos. 10 de agosto de 2023. <https://rcm-upr.libguides.com/estrategiasdebusqueda/operadoresbooleanos#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20son%20los%20Operadores%20Booleanos%3F&text=Los%20operadores%20booleanos%20forman%20la,%3A%20AND%2C%20OR%20y%20NOT>.

Charria V, Sarsosa K, Arenas F. Factores de riesgo psicosocial laboral: métodos e instrumentos de evaluación. Rev. Fac. Nac. Salud Pública 2011; 29(4): 380-391
<https://www.redalyc.org/pdf/120/12021522004.pdf>

Circular 0064 de 2020. [Ministerio del trabajo]. Acciones mínimas de evaluación e intervención de los factores de riesgo psicosocial, promoción de la salud mental y la prevención de problemas y trastornos mentales en los trabajadores en el marco de la actual emergencia sanitaria por sars-cov-2 (covid-19) en Colombia. Octubre 07 de 2020.
<https://www.mintrabajo.gov.co/documents/20147/0/Circular+0064.PDF/a3370954-2e5c-72fd-0801-f359a91ba67c?t=160210757>

De Bérail, P., Guillon, Marlene., Bungener, Catalina. (2019). Las relaciones entre adicción a YouTube, ansiedad social y relaciones parasociales con YouTubers: un modelo de mediación moderada basado en un marco cognitivo-conductual. Las computadoras en el comportamiento humano. (99), 190-204. 10.1016/j.chb.2019.05.007

Decreto 1477 de 2014. [Presidencia de la república]. Por el cual se expide la Tabla de Enfermedades Laborales. Agosto 05 de 2014.
<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=58849#5>

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES

DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

Edición médica. (2018, diciembre, 14). Redes sociales provocan impacto negativo para la salud. Edición médica. <https://www.edicionmedica.ec/secciones/salud-publica/redes-sociales-provocan-impacto-negativo-para-la-salud-mental-93344>

Escobar Ronquillo, A. (2021). Pandemia y nuevas realidades para la comunicación en Ecuador. Periodística y nuevas culturas informativas. Primera edición. Obtenido de: https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/85382389/32_Manuscrito_de_libro_215_1_10_20220131_1_-libre.pdf?1651549553=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DPandemia_y_nuevas_realidades_para_la_com.pdf&Expires=1690596971&Signature=S7hXCq1bFhFlghI5eOoLhuhxSk23ivxOtajsDxiCk-JinjLXJ8QLXtNFwDrc~I6dLCbwNd1EQGu0OBbXLb6dCm9jm7r2DXiiRbHFZqbI1qNTuAwKVqjN-1kbpwgY4jHIpP4qWfkdUgsPrz3XSZTSestHCtgM8Dgs~c7lGMKhYxCWeGZMaC5~WNvF6fqzYkO1vO42GiJmAAAnlxq3tOs5Mu5~uH-UhtDji197FQ1uOBP1R3xVhyQqv4auTNfcjl0TrPFGkrTYXjQBqrDEHFLO3j895adv2eyTS0pGK~noTMbIHlt-jDt-K02elpWBazEdvnVPulP8Guf6-jy4zoyiWpg__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA#page=57

Flick, Uwe. (2014). El diseño de investigación cualitativa. Ediciones Morata, S.L. Obtenido de: https://edmorata.es/wp-content/uploads/2020/06/Flick.Disen%CC%83oInvestigacionCualitativa.PR_.pdf

Fundación Saldarriaga Concha. (s.f). Estigma, la barrera más grande para acceder a la atención en salud mental. Recuperado el 2023, de <https://www.saldarriagaconcha.org/estigma-la-barrera-mas-grande-para-acceder-a-la-atencion-en-salud->

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

mental/?gad=1&gclid=CjwKCAjw5MOlBhBTEiwAAJ8e1mjuE4no6hSPAVsuXpNbyK5nmpnIQW7jaLtQBhACoqrVVloqGkXF5hoC1kIQAvD_BwE

Galvis, A.F., Pineda, E.A., León, J.P., Torres, L.F. (2019). Análisis de la relación entre el uso de redes sociales virtuales, la ansiedad social y la adicción al Internet con la presencia de tecnoestrés [Trabajo de grado para obtener el título de Psicólogo, Universidad Piloto de Colombia]. Repositorio institucional Universidad Piloto de Colombia.

<http://repository.unipiloto.edu.co/bitstream/handle/20.500.12277/6187/An%20de%20la%20relaci%20entre%20el%20uso%20de%20redes%20sociales%20virtuales%20y%20la%20ansiedad%20social%20y%20la%20adicci%20al%20Internet%20con%20la%20presencia%20de%20tecnoestr%20s.docx.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

García Muñío, D. (2020). La influencia de las redes sociales en la salud mental de jóvenes y adolescentes. [Trabajo de grado, Universidad de Zaragoza].

<https://zaguan.unizar.es/record/101935/files/TAZ-TFG-2020-1522.pdf>

Gil-Monte, P. (2012). Riesgos psicosociales en el trabajo y salud ocupacional. Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Publica. Obtenido de

http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=s1726-46342012000200012&script=sci_arttext

Hernández, P. A. (agosto de 2021). Los retos mentales de ser creadores de contenido e influencers. Recuperado el 2023, de <https://www.esmental.com/llos-retos-mentales-de-ser-creadores-de-contenido-e-influencers/>

Hussenoeder, F.S. (2022). Los sitios de redes sociales como entornos de aprendizaje y sus implicaciones para la salud mental. National Library of Medicine.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9589159/>

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

Iglesias Lozano, A. *Creador o esclavo de las redes* [Trabajo de grado, Universidad de Sevilla]. Depósito de investigación Universidad de Sevilla.

<https://idus.us.es/handle/11441/130600>

Instituto Peruano de Marketing. (2023). Evolución de las redes sociales: breve historia. <https://ipm.com.pe/2023/09/14/evolucion-de-las-redes-sociales-breve-historia/>

Ley 1616 de 2013. *Por medio de la cual se expide la ley de salud mental y se dictan otras disposiciones*. Enero 21 de 2013.

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/ley-1616-del-21-de-enero-2013.pdf>

Londoño, P. (2023). Qué es un creador de contenido, qué hace y cómo ser uno. <https://blog.hubspot.es/marketing/creador-de-contenido>

López-Iglesias, M; Tapia-Frade, A; Ruiz-Velasco C M. (2023). *Patologías y dependencias que provocan las redes sociales en los jóvenes nativos digitales*. Cátedra de Comunicación y salud.

<https://www.revistadecomunicacionysalud.es/index.php/rcys/article/view/301/837>

Lykke Nielsen, M.; Perez Laursen, C. y Dyreborg, J. (2022) . ¿Quién se ocupa de la seguridad y la salud de los trabajadores y jóvenes? Responsabilización de la SST en la economía de plataformas. <https://doi-org.ezproxy.uniminuto.edu/10.1016/j.ssci.2022.105674>

Martin Criado, J.M.; Casas, J. A.; Ortega Ruiz, R. y Del Rey, R. (2021). Supervisión parental y víctimas de ciberbullying: influencia del uso de redes sociales y la extimidad online. *Revista Psicodidáctica*. 26 (02). 161-168. <https://www-sciencedirect-com.ezproxy.uniminuto.edu/science/article/abs/pii/S1136103421000058>

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

Mejías, A. (23 de agosto de 2021). Dulceida abandona las redes sociales para cuidar su salud mental. La Vanguardia.

<https://www.lavanguardia.com/gente/20210823/7676479/dulceida-abandona-redes-sociales-cuidar-salud-mental-mmn.html>

Merce, O. (2022). Me encanta mi trabajo, pero es un trabajo: Creadores de contenido en redes sociales e imaginarios laborales. 25(4), e2544.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8863545>

Ministerio de protección social. (2008). Resolución 2646. Obtenido de:

[https://www.apccolombia.gov.co/normativa/resolucion-no-2646-de-2008-del-ministerio-de-la-proteccion-](https://www.apccolombia.gov.co/normativa/resolucion-no-2646-de-2008-del-ministerio-de-la-proteccion-social#:~:text=Por%20la%20cual%20se%20establecen,causadas%20por%20el%20estr%C3%A9s%20ocupacional.)

[social#:~:text=Por%20la%20cual%20se%20establecen,causadas%20por%20el%20estr%C3%A9s%20ocupacional.](https://www.apccolombia.gov.co/normativa/resolucion-no-2646-de-2008-del-ministerio-de-la-proteccion-social#:~:text=Por%20la%20cual%20se%20establecen,causadas%20por%20el%20estr%C3%A9s%20ocupacional.)

Moreno, S. (28 de febrero de 2021). El País. Obtenido de

https://verne.elpais.com/verne/2021/02/26/articulo/1614354382_994914.html

Oliva, M. (2022). ‘Me encanta mi trabajo, pero es un trabajo’: creadores de contenido en redes sociales e imaginarios laborales. Palabra Clave, 25(4), e2544. Obtenido de:

http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0122-82852022000402544&script=sci_arttext DOI:

<https://doi.org/10.5294/pacla.2022.25.4.4>

Organización Mundial de la Salud. (2022). La salud mental en el trabajo.

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-at-work>

Organización Panamericana de la Salud. (2023). Salud mental y COVID-19.

Obtenido de <https://www.paho.org/es/salud-mental-covid-19>

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

P Herrero-Diz, M Ramos-Serrano, J Nó (2016): —Los menores como usuarios creadores en la era digital: del prosumer al creador colaborativo. Revisión teórica 1972-2016. Revista Latina de Comunicación Social, 71, pp. 1.301 a 1.322
<http://www.revistalatinacs.org/071/paper/1147/67es.html> DOI: 10.4185/RLCS-2016-1147

Portafolio. (02 de octubre de 2023). ¿Ser influencer es un “trabajo serio”? expertos hablan al respecto. <https://www.portafolio.co/negocios/industrias/influencers-crear-contenido-para-redes-sociales-es-un-trabajo-serio-589907>

PsicoAbreu. (s.f). Tiktokers, youtubers, influencers: ¿Cómo se gestiona la fama efímera? Recuperado el 2023, de <https://www.psicologos-malaga.com/creadores-contenido-fama-efimera/>

Resolución 2646 de 2008 [Ministerio de Protección Social]. Por la cual se establecen disposiciones y se definen responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para la determinación del origen de las patologías causadas por el estrés ocupacional. Julio 17 de 2008.

https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/resolucion_minproteccion_2646_2008.htm

Resolución 2764 de 2022 [Ministerio del Trabajo]. Por la cual se adopta la Batería de instrumentos para la evaluación de factores de Riesgo Psicosocial, la Guía Técnica General para la promoción, prevención e intervención de los factores psicosociales y sus efectos en la población trabajadora y sus protocolos específicos y se dictan otras disposiciones. Julio 18 de 2022. <https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=127124>

Riehm KE , Feder KA , Tormohlen KN, et al. Asociaciones entre el tiempo dedicado al uso de las redes sociales y la internalización y externalización de problemas entre los jóvenes

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

estadounidenses. *JAMA Psiquiatría*. 2019;76(12):1266

1273. doi:10.1001/jamapsychiatry.2019.2325

Sampieri, R.; Fernández, C. & Baptista, M. (2014). Metodología de la investigación. McGrawHill. <https://www.icmujeres.gob.mx/wp-content/uploads/2020/05/Sampieri.Met.Inv.pdf>

Sanchez Gutiérrez, V. (2023). Problemas durante la jornada laboral que perjudican la salud mental de los trabajadores. Recuperado el 2023, de <https://www.larepublica.co/alta-gerencia/problemas-en-el-trabajo-que-perjudican-la-salud-mental-3592582>

Sánchez Trigueros, C., & Kahale Carrillo, D. T. (2016). Las enfermedades psicosociales y su consideración como enfermedad del trabajo. *Anales de Derecho*, 34(1). Recuperado a partir de <https://revistas.um.es/analesderecho/article/view/221141>

Seabrook, E.M., Kern, M.L., Rickard, N.S. (2016). Sitios de redes sociales, depresión y ansiedad: una revisión sistemática. *JMIR Mental Health*. 10.2196/mental.5842

Universidad de Alicante. (2021). Servicio de prevención y promoción de salud. <https://sp.ua.es/webs/gestion-de-la-calidad/pcspua/definicion-y-objetivos.html>

Valor Compartido. (2023). 1 de cada 8 personas en el mundo padece de algún problema de salud mental. <https://valor-compartido.com/1-de-cada-8-personas-en-el-mundo-padece-algun-problema-de-salud-mental/>

Verano Quitian, R. A., & Garavito Ariza, C. (2015). Los factores psicosociales y su relación con las enfermedades mentales. *Gestión de las personas y tecnología*, 30-37. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5771023>

Villegas Simon, I. (2022). Los captadores de la atención: creadores de contenido ante las lógicas de las plataformas digitales. *Anuario Electrónico de Estudios*

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES
DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

en Comunicación Social, 15(02), 1-17.

<https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/disertaciones/a.11716>

Weinstein, E; Kleiman, E.M.; Franz, P.J.; Joyce, V.W.; Nash, C.C.;

Bunopane, R. y Nock, M.K. (2021). Usos positivos y negativos de las redes sociales entre adolescentes hospitalizados por conducta suicida. *Journal of Adolescence*, 87, 63-73.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0140197120301974>

ANÁLISIS DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL DE LOS CREADORES

DE CONTENIDO A NIVEL MUNDIAL

Anexos

1. Matriz de recolección de información
2. Video entrevista