

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo



Análisis de los posibles riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en la modalidad del teletrabajo en una Compañía Aseguradora

JENNY CAROLINA SÁNCHEZ MARINO

JEISON ETNY PINZÓN MARTÍNEZ

JONATHAN ANDRÉS LEAL GANTIVAR

MARTHA CECILIA GONZÁLEZ BARRIOS

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Virtual y a Distancia

Sede / Centro Tutorial Bogotá D.C. - Sede Principal

NRC 321: Opción de grado

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

Trabajo

Año 2021

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

**Análisis de los posibles riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en la
modalidad del teletrabajo en una Compañía Aseguradora**

JENNY CAROLINA SÁNCHEZ MARINO
JEISON ETNY PINZÓN MARTÍNEZ
JONATHAN ANDRÉS LEAL GANTIVAR
MARTHA CECILIA GONZÁLEZ BARRIOS

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

Asesor

OSCAR DARIO SALAMANCA RODRIGUEZ

Formación: Abogado

Especialista en Medicina Laboral y del Trabajo

Auditor Medico

Experiencia en docencia de 5 años

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Virtual y a Distancia

Sede / Centro Tutorial Bogotá D.C. - Sede Principal

NRC 321: Opción de grado

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

Año 2021

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

Dedicatoria

Dedicamos esta investigación a todas las personas que se han visto afectadas tanto en salud como a nivel laboral, económico y laboral, al igual que a quienes han fallecido a causa del padecimiento del virus del Covid – 19.

En honor a sus vidas, que quedaran en las memorias de sus seres queridos y cercanos, ya que las consecuencias en cuanto a factores socio-económicos a causa de la pandemia y por la muerte de miles de personas, motivaron a nivel mundial la implementación del teletrabajo como una medida para afrontar la dificultad económica que afrontaron las organizaciones y sus colaboradores.

En honor a sus memorias

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

Agradecimientos

Estas palabras son de agradecimiento principalmente a Dios y a la vida por la oportunidad de ampliar y profundizar nuestros conocimientos con el curso de esta especialización., donde la sabiduría y la responsabilidad estuvieron presentes a diario en este camino.

Agradecemos a la Compañía Aseguradora, por su apoyo y colaboración al desarrollo de nuestra investigación, por la calidez y profesionalismo de sus colaboradores en cabeza del Presidente y su Gerente de Gestión Humana.

Agradecemos a nuestras familias por el apoyo y ayuda durante el desarrollo de esta especialización, por la comprensión y disposición para afrontar los cambios que se dieron al estar en la virtualidad durante este proceso.

Finalmente agradecemos al cuerpo docente de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, que acompañaron y fortalecieron el proceso de aprendizaje, por darnos la oportunidad de desarrollar con éxito nuestros estudios y prepararnos para enfrentar los retos de la vida profesional como especialistas en Gerencia en Riesgos Laborales, Seguridad y Salud en el Trabajo.

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

CONTENIDO

Resumen ejecutivo	7
Abstrac	8
Introducción	9
1. Problema	12
1.1 Descripción del problema	12
1.2 Pregunta de investigación	13
2. Objetivos	14
2.1 Objetivo general	14
2.1 Objetivos específicos	14
3. Justificación	15
4. Marco de referencia	17
4.1 Marco teórico	17
4.2 Antecedentes o Estado del arte (marco investigativo)	20
Teletrabajo: ¿Cuán importante son las pausas activas?	24
4.3 Marco legal	24
5. Metodología	27
5.1 Enfoque y alcance de la investigación	27
5.2 Población y muestra	28
5.3 Instrumentos	28
5.3.1 Entrevista personal (Anexo 1).	29
5.3.2 Entrevista Grupo focal (Anexo 2).	30
5.3.3 Guía de Observación (Anexo 3).	31
5.1 Procedimientos.	32
5.2 Análisis de información.	33
5.3 Consideraciones éticas	33
6. Cronograma	34
7. Presupuesto	34
8. Resultados y discusión	36
9. Conclusiones	47
10. Recomendaciones	48
11. Referencias bibliográficas	49
Anexos	53

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

Lista de Anexos

Anexo 1. Entrevista abierta para teletrabajadores de la aseguradora.....	53
Anexo 2. Entrevista abierta para grupo focal teletrabajadores de la aseguradora.....	54
Anexo 3. Guía de observación teletrabajadores de la aseguradora.....	1
Anexo 4. Consentimiento Informado para Participantes de Investigación.....	1
Anexo 5. Aplicación instrumento Guía de observación.....	1
Anexo 6. Aplicación instrumento Entrevistas.....	1

Lista de Tablas

Tabla 1. Número de casos de contagio a nivel Mundial y en Colombia.....	12
Tabla 2. Clasificación variables Entrevista personal.....	29
Tabla 3. Clasificación variables Entrevista grupo focal.....	30
Tabla 4. Clasificación variables guía de observación.....	31
Tabla 5. Cronograma de actividades.....	34
Tabla 6. Relación de rubros.....	35
Tabla 7. ¿Cómo se siente ahora que sabe que no volverá al trabajo presencial?.....	36
Tabla 8. ¿Piensa que el teletrabajo ha fortalecido la interacción con jefes y compañeros?.....	38
Tabla 9. Manejo de herramientas tecnológicas de la compañía.....	39
Tabla 10. ¿Está cómodo en el espacio físico que dispuso para trabajar?.....	41
Tabla 11. Pausas activas.....	42
Tabla 12. Jornadas de orden y aseo.....	43

Lista de Figura

Figura 1. Porcentaje de conformidad con el cambio de modalidad de trabajo.....	37
Figura 2. Fortalecimiento de la interacción interpersonal.....	38
Figura 3. Manejo de herramientas tecnológicas.....	40
Figura 4. Adecuación del espacio físico para el teletrabajo.....	41
Figura 5. Pausas activas.....	42
Figura 6. Jornadas de orden y aseo.....	43
Figura 7. Higiene postural en el teletrabajo.....	45

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

Resumen ejecutivo

Durante las últimas décadas el teletrabajo se ha ido incorporando a nivel global como una nueva modalidad de desarrollar y planificar el trabajo al interior de las compañías partiendo desde el avance tecnológico, la velocidad de las redes de comunicación y la difusión comercial en internet. Pero esta modalidad laboral había sido poco explorada en Colombia. En el año 2020 a raíz de la pandemia declarada por la OMS en el mes marzo, se hizo necesaria la implementación del trabajo en casa, por el tiempo que dure la emergencia sanitaria.

El análisis de los beneficios de esta modalidad de trabajo lleva a la compañía a iniciar unas pruebas piloto y gradual para la implementación del teletrabajo.

Esta situación evidencia la necesidad de investigar los riesgos en salud y seguridad que podrá generar este cambio de modalidad laboral. Por lo tanto, la presente investigación se orienta en realizar un análisis que identifique los posibles riesgos psicosociales y biomecánicos que afectan la seguridad y salud de los teletrabajadores, el ambiente laboral y como consecuencia el desempeño, cumplimiento de metas y objetivos misionales de la organización, a través de una situación actual de los posibles riesgos en la aseguradora y sus colaboradores con respecto al cambio de modalidad laboral.

Palabras clave: Riesgo Psicosocial, Riesgo Biomecánico, Teletrabajo, Modalidad laboral, Seguridad y salud en el trabajo, Implementación.

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

Abstrac

During the last decades teleworking has been incorporated globally as a new way of developing and planning work within companies based on technological progress, the speed of communication networks and commercial dissemination on the Internet. But this work modality had been little explored in Colombia. In 2020, as a result of the pandemic declared by the WHO in March, it became necessary to implement work at home, for the duration of the health emergency.

The analysis of the benefits of this work modality leads the company to initiate pilot and gradual tests for the implementation of teleworking.

This situation evidences the need to investigate the health and safety risks that this change in work modality may generate. Therefore, this research is oriented to carry out an analysis that identifies the possible psychosocial and biomechanical risks that affect the safety and health of teleworkers, the work environment and, as a consequence, the performance, fulfillment of goals and missionary objectives of the organization, to through a current situation of possible risks in the insurance company and its collaborators with respect to the change of work modality.

Keywords: Psychosocial Risk, Biomechanical Risk, Telework, Work modality, Safety and health at work, Implementation.

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

Introducción

La compañía aseguradora con más de 30 años en el mercado, con presencia a nivel nacional y con una modalidad de trabajo 100% presencial en un principio tenía un tabú frente a la posibilidad de realizar trabajo en casa o teletrabajo.

Con la llegada al mundo de la actual pandemia mundial por coronavirus (COVID-19) notificado a la OMS por primera vez en Wuhan (China) el 31 de diciembre de 2019, y posteriormente declarado como pandemia, situación que llevó a las autoridades locales y nacionales a tomar medidas de confinamiento y aislamiento total, con excepciones según decretos, situación que obligó a la Compañía al inicio de un camino de apertura que inicialmente fue trabajo presencial en alternancia, con horarios flexibles a cambiar de un día a otro a la modalidad de trabajo en casa del 100% de sus colaboradores (1.000).

Durante el tiempo de confinamiento y observando tanto el comportamiento de la pandemia como los beneficios corporativos y para las personas del trabajo en casa se da inicio a la transformación del mito inicial a la implementación de la modalidad de teletrabajo.

De esta manera la compañía aseguradora da inicio a un plan piloto de manera gradual y a una población objeto para la implementación del teletrabajo, diseñando los parámetros básicos y claros para que este nuevo cambio de modalidad laboral sea eficaz para la organización y los colaboradores, teniendo en cuenta que este cambio conlleva entre otros

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

aspectos como es a la reducción de costos operacionales, optimización de recursos, intercambio de información y conocimiento, y sobre todo un mayor reconocimiento a las capacidades y fortalezas del teletrabajador.

En Colombia, el teletrabajo se encuentra definido en la Ley 1221 de 2008 como: “Una forma de organización laboral, que consiste en el desempeño de actividades remuneradas o prestación de servicios a terceros utilizando como soporte las tecnologías de la información y comunicación -TIC- para el contacto entre el trabajador y la empresa, sin requerirse la presencia física del trabajador en un sitio específico de trabajo”. (Artículo 2, Ley 1221 de 2008).

Al ser una implementación relativamente reciente y sin mucha exploración a nivel nacional, y siendo un proceso necesario a raíz de la pandemia, son pocas las investigaciones y estudios que se han realizado para abordar el teletrabajo ya e que en Colombia esta modalidad es resiente. Dentro del proceso de exploración las investigaciones que tratan el tema de riesgos tanto psicológicos como biomecánicos serán fundamento teórico para poder realizar una discusión de los hallazgos que se obtendrán en el desarrollo del análisis de la implementación de esta modalidad de trabajo en la aseguradora.

Apoyando la investigación con una metodología cualitativa podremos obtener resultados encaminados a la identificación y caracterización de los posibles riesgos psicosociales y biomecánicos, lo que nos permitirá focalizar los posibles riesgos y hacer las recomendaciones que sean del caso para contribuir a la mitigación de los mismos.

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

El presente documento postula un análisis de los posibles riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el cambio modalidad laboral en una compañía aseguradora, en el cual se identifiquen estos posibles riesgos que puedan afectar la seguridad y salud de los teletrabajadores, el ambiente laboral y como consecuencia el desempeño y cumplimiento de metas tanto de la organización como de los teletrabajadores, partiendo del contexto laboral, las políticas y la capacidad de la aseguradora para asumir estos cambios.

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

1. Problema

¿cuál es la forma adecuada de implementar el teletrabajo después de realizar trabajo en casa?

1.1 Descripción del problema

Superando 118.000 casos en 114 países, y 4291 personas fallecidas la OMS el 11 de marzo de 2020 declara el brote de Covid 19 como una pandemia y hace un llamado a todos los países a adoptar medidas para enfrentar esta nueva enfermedad.

Actualmente y en ocasión de la emergencia sanitaria generada por la pandemia el Gobierno Nacional genera el Decreto 457 del 22 de marzo de 2020, obligando a los ciudadanos colombianos a permanecer en sus casas con el fin mitigar la propagación del virus. Con esta medida se inicia una etapa de aislamiento preventivo obligatorio, limitando la libre circulación de personas y vehículos en el territorio nacional, con las excepciones previstas en los decretos que el Gobierno.

La primera cuarentena comenzó el pasado 24 de marzo y se ha ido prorrogando de acuerdo a la curva de contagios que al 28 de agosto de 2020 es:

Tabla 1. *Número de casos de contagio a nivel Mundial y en Colombia*

A nivel mundial	En Colombia
24.473.843 casos confirmados	590.520 casos confirmados
832.002 muertes	18.767 muertes

Tabla 1. Estadística de comportamiento del virus COVID-19 a nivel mundial y el impacto en Colombia. (As.com. 2020, 24 junio)

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

Siguiendo estas recomendaciones, como una situación ocasional, y acatando el mandato de las autoridades locales y nacionales se autorizó a nivel nacional al 100% de los colaboradores iniciar trabajo en casa, “modalidad que no requiere requisitos de teletrabajo, como lo señala el artículo 6 de la ley 1221 DE 2008”.

Los colaboradores de la aseguradora inician labores de trabajo en casa el 19 de marzo de 2020.

En este tiempo hemos evidenciado los beneficios corporativos y personales del trabajo en casa, así mismo las afectaciones de salud que pueden sufrir los trabajadores.

Es así como al cuarto mes de trabajo en casa se da inicio a una prueba piloto para la implementación de teletrabajo de una manera gradual, teniendo como premisas el bienestar de los trabajadores y el cumplimiento de metas de la compañía.

1.2 Pregunta de investigación

¿Cómo pasar del trabajo presencial al teletrabajo sin afectar la integridad psicosocial y minimizando los posibles riesgos biomecánicos del teletrabajador?

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

2. Objetivos

2.1 Objetivo general

Realizar un análisis que identifique los posibles riesgos psicosociales y biomecánicos que afectan la seguridad y salud de los teletrabajadores, el ambiente laboral y como consecuencia el desempeño, cumplimiento de metas y objetivos misionales de la organización.

2.1 Objetivos específicos

Analizar el impacto psicológico que genera el cambio de modalidad laboral frente a las condiciones de seguridad y salud en la compañía Aseguradora

Establecer los factores de riesgo biomecánico que el cambio de modalidad laboral puede originar en el puesto de trabajo.

Caracterizar los factores de riesgos relevantes en el desarrollo de las actividades de teletrabajo evidenciados en la presente investigación.

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

3. Justificación

Teniendo en cuenta las condiciones actuales con las que se ha desarrollado el entorno laboral de los empleados de la compañía Aseguradora, a causa de la pandemia del COVID-19, es necesario plantear y evaluar los posibles escenarios para la implementación del teletrabajo como medio de ejercer las funciones laborales para las cuales fueron contratados.

Por este motivo se tiene planteado como objetivo principal, realizar un acompañamiento a este modo de trabajo, con un enfoque especial a las condiciones de salud de los trabajadores que se acogen a esta modalidad, identificando los posibles riesgos a la salud y seguridad en los sitios donde se realizan estas labores. Manteniendo el buen clima laboral, reconocido por GPTW, como la mejor compañía para trabajar en latino américa.

De acuerdo a este enfoque de investigación y con base en las observaciones y estudios a realizar se generarán los planes de prevención y se realizará un adecuado seguimiento y control a todos los parámetros que impliquen riesgos de salud y seguridad a los teletrabajadores.

La nueva modalidad del teletrabajo que se pretende implementar en la compañía Aseguradora permitirá a los empleados a través del manejo de las nuevas tecnologías de información y telecomunicaciones, realizar sus funciones en ambientes más favorables y

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

flexibles que permitirán garantizar los elementos esenciales de la relación laboral con el contratante.

En mención de lo anterior nosotros como estudiantes en calidad de investigadores adquirimos conocimientos y gran experiencia en la implementación de esta modalidad de teletrabajo, el cual gracias a sus beneficios sociales, ambientales, culturales y económicos será una modalidad está siendo implementada en grandes organizaciones a nivel nacional e internacional. Así mismo la corporación universitaria Minuto de Dios en calidad de garante de esta investigación puede acoger el resultado de la investigación para ser presentada como casos de éxito de la facultad de posgrados.

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

4. Marco de referencia

Al momento de afrontar la modalidad del teletrabajo, como una opción laboral en la compañía Aseguradora, es necesario conocer e interpretar en los diferentes conceptos, legislaturas e impactos que están relacionados con el teletrabajo en su implementación y consolidación en la compañía.

En Colombia se cuenta con la normatividad vigente con respecto al teletrabajo como se encuentra definido en la ley 1221 de 2008 “una forma de organización laboral, que consiste en el desempeño de actividades remuneradas o prestación de servicios a terceros utilizando como soporte las tecnologías de información y comunicación TIC para el contacto entre el teletrabajador y la empresa, sin requerir la presencia física del trabajador en un sitio específico de trabajo”. También Colombia cuenta con varios elementos de consulta para la implementación del teletrabajo con el fin de identificar los riesgos ocupacionales que se deriven del ambiente físico, psíquico y del uso frecuente de las TIC’s.

4.1 Marco teórico

El teletrabajo ha sido un nuevo y gran reto para las compañías que no tenían implementado esta modalidad, ya que por motivos de la pandemia COVID-19 se vieron en la necesidad de implementar esta modalidad, aunque cuenta con normatividad vigente en el país se encuentran falencias en cuanto a la seguridad y salud para los trabajadores debido a

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

la falta de cultura, acompañamiento y planes de acción para los riesgos de salud física y psíquica.

En cuanto a las modalidades del teletrabajo en Colombia la Ley 1221 de 2008 tiene una clasificación o denominaciones de este. Estas denominaciones son tres y se determinan de acuerdo con los lugares, actividades a realizar y perfil del teletrabajador. Estas denominaciones son: teletrabajo autónomo: el cual corresponde a trabajadores independientes, que se valen de las TIC 's para el desarrollo de sus tareas, ejecutándose desde cualquier lugar elegido por ellos. El teletrabajo suplementario: que son trabajadores con contrato laboral que alternan sus tareas en distintos días de la semana entre la empresa y un lugar fuera de ella, usando las TIC 's para dar cumplimiento. El teletrabajo móvil: Son los trabajadores que utilizan dispositivos móviles para ejecutar sus tareas. Su actividad laboral les permite ausentarse con frecuencia de la oficina.

Así como fue un reto para la mayoría de las compañías, a lo largo del camino estas debilidades se han convertido en fortalezas y oportunidades de mejora en sus procesos y calidad de vida para los colaboradores, ya que se suprimen los tiempos de desplazamiento entre el lugar de residencia y el lugar de trabajo y así poder disponer de este tiempo en gestión y desarrollo para la organización, así como el mejoramiento de vida de los colaboradores.

Esto fue lo que experimentó la organización Aseguradora, quien durante la pandemia y los tiempos prolongados de cuarentena evidenciaron las fortalezas tecnológicas de la

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

compañía, lo que sumado a las bondades del trabajo en casa dieron pie al desarrollo de una prueba piloto para implementar sus actividades laborales normales a la alternativa de teletrabajo con un porcentaje de la población trabajadora.

Con el desarrollo de la presente investigación buscamos evaluar el comportamiento de los riesgos laborales en el ámbito del teletrabajo, al analizarlo desde una perspectiva de la mezcla de los riesgos laborales con los riesgos que se presentan en el hogar, como los son biomecánicos, psicológicos y de seguridad.

En cuanto a los riesgos psicológicos del trabajo en casa y teletrabajo que, aunque ya existe la norma que lo reglamenta resolución 2646, aún se encuentra en una fase exploratoria ya que en nuestro país esta modalidad de trabajo no es habitual y no existe aún evidencia de las consecuencias que pueden traer este tipo de riesgos.

Si bien es cierto los riesgos psicológicos hacen parte del SGSST, aún no se diferencian los riesgos psicológicos que se ocasionan en el trabajo presencial y los posibles riesgos del trabajo en casa y teletrabajo. En el año 2008 la resolución 2646 publicada en el Diario Oficial No. 47.059 de 23 de julio de 2008 el MINISTERIO DE LA PROTECCIÓN SOCIAL 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 estrés.

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

4.2 Antecedentes o Estado del arte (marco investigativo)

En la revisión bibliográfica realizada con respecto al teletrabajo es necesario la identificación de los posibles riesgos que pueda generar inconvenientes que se deriven de esta nueva modalidad en la compañía, para esto diseñando planes de acción para los riesgos que se presenten, estableciendo responsabilidades en cuanto a la exposición que puedan tener los teletrabajadores, identificando su entorno tecnológico, físico y social, realizando seguimiento al nivel de desempeño, realizando preparación e incentivos a esta nueva modalidad y por último implementando una herramienta de manera guía para el teletrabajador.

De acuerdo a los contenidos estudiados para el desarrollo de esta investigación se ha podido evidenciar que para la puesta en marcha de la modalidad del teletrabajo se han desarrollado varias pruebas por parte de los empleadores en las cuales se busca mitigar la materialización de los riesgos valorados en la matriz de peligros de cada organización, así mismo se han diseñado puestos de trabajo de acuerdo a los espacios y ambientes de cada colaborador, pero no se han presentado estudios en los cuales se valoren los riesgos laborales combinados con las actividades laborales para las cuales fueron contratados.

Con la bibliografía estudiada podemos apoyar nuestra investigación en cuanto a los Riesgos psicológicos y biomecánicos asociados a la modalidad de teletrabajo.

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

En el trabajo de grado titulado <<Efectos en la salud a partir de los riesgos laborales asociados al teletrabajo suplementario>> donde presentan como objetivo el identificar los efectos en la salud a partir de los riesgos laborales de los trabajadores empleados bajo la modalidad de teletrabajo con un enfoque metodológico y su fundamentación epistemológica es tipo correlacional, teniendo en cuenta la recopilación de la información y el análisis de resultados, existen factores que llevan a relacionar estado de salud, hábitos y actividades físicas y que a partir de los resultados de la investigación se pudo identificar que los principales riesgos a los que están expuestos los teletrabajadores hacen referencia a las condiciones se asocian con el sedentarismo y los malos hábitos tanto de alimentación como de comportamientos. (Carmen Alicia Fiesco Jaimes, Ginna Paola Moyano Mesa, 2018).

En la revisión de las investigaciones que se han realizado frente al teletrabajo encontramos el trabajo de grado titulado << El teletrabajo y la transformación de las relaciones interpersonales en el contexto laboral >> donde se plantea comprender la forma en la que el teletrabajo transforma las relaciones interpersonales en el contexto laboral, en ese sentido, teletrabajar no cambia la naturaleza de la tarea, sino el escenario y el tipo de relación, sin embargo, se recalca la importancia de no tomarse a la ligera la implementación de esta nueva modalidad, puesto que se deben contemplar medidas que permitan la adaptación de los individuos, lo que incluye cambios organizativos como “estructuras en red y definición del contenido del trabajo, coordinación y cooperación”. (Andrea Carolina Rincón Rincón y Martha Lucia Rivera Molano, 2015).

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

En el trabajo de grado titulado <<Identificación de las condiciones requeridas del SG-SST para la implementación del teletrabajo en la empresa Software Quality Assurance S.A. “SQA”>> su objetivo es identificar las condiciones requeridas del sistema de gestión de seguridad y salud en el trabajo, para la implementación de la modalidad de teletrabajo dicha investigación es través de un método de investigación cuantitativo que permite una observación objetiva, orientada a un diseño descriptivo, que permita definir la situación actual de la organización, los perfiles de los colaboradores y estándares del entorno de trabajo en los participantes como de la organización para identificar las condiciones requeridas desde el marco técnico y legal vigente dentro del sistema de gestión de seguridad y salud en el trabajo. (Claudia Rosio Castellanos, Jhensson Alberto Chica y Carlos Enrique Marroquín).

Así mismo en la investigación realizada de manera pedagógica como trabajo de grado titulada << Diseño de un manual ergonómico para los teletrabajadores del área administrativa de la empresa ING GREEN.>>, en el cual su objetivo principal es diseñar un manual ergonómico en el cual permita la adopción y uso del lugar de trabajo en pro de disminuir los riesgos en los teletrabajadores de la empresa Ing. Green, este manual se diseñó de por métodos de evaluación ergonómica basado en evidencias de observación para la evaluación de posturas, ya con las evaluaciones se realizó la evaluación de los riesgos basados en la GTC-45 y métodos de evaluación ergonómica como JSI, método OCRA, método REBA y método RULA (Yineth Catalina Alfonso, Dennis Maryith Rodriguez, Karen Dahiana Torres)

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

El Ministerio de la Protección Social, dentro de los seis (6) meses siguientes a la promulgación de esta ley, formulará una política pública de incorporación al teletrabajo de la población vulnerable (Personas en situación de discapacidad, población en situación de desplazamiento forzado, población en situación de aislamiento geográfico, mujeres cabeza de hogar, población en reclusión, personas con amenaza de su vida)” 8 La población vulnerable no ha sido beneficiada aún por este proceso de transformación laboral en Colombia, ya que siguen estando aisladas por su condición especial, no cumpliéndose así con las disposiciones del gobierno nacional de incluir a estas personas, en la generación de empleo a través del teletrabajo, sin indicar con esto que sean las únicas personas a las que va dirigida esta modalidad de vinculación laboral.

Tecnoestrés: Cómo manejarlo en la era del teletrabajo

Acorde a resultados del estudio sobre Tecnoestrés 2020 del Observatorio de Prevención de Riesgos Laborales, del Instituto de Seguridad, Salud y Bienestar Laboral (ISBL), realizado en países de habla hispana, el 42% de trabajadores considera que la tecnología le genera consecuencias negativas y el 20% dice sentirse agotado siempre o con frecuencia después de hacer uso de las tecnologías, y que el empleo de las TIC conduce a trabajar con plazos muy ajustados siempre y a contrarreloj algunas veces.

Tomando como referencia el texto de Valoración de los riesgos ergonómicos por parte de las ARL cuando se desarrollan actividades de teletrabajo Autoras: Sara Lucia Trujillo Uribe Janeth Milena Martínez Quintero, se evidencia que los riesgos se encuentran

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

de manera permanente independientemente de la modalidad de trabajo, sea presencial o teletrabajo.

Teletrabajo: ¿Cuán importante son las pausas activas?

03 de junio de 2020 Las pausas activas actúan como un factor preventivo, dado que disminuyen la fatiga e incrementan la productividad y, de paso, permiten mitigar los efectos que puede ocasionar el sedentarismo. El cuerpo está diseñado para estar en movimiento, por lo que el estar sentado frente al computador durante períodos prolongados de tiempo no es saludable, según indica Lizette Cenzano, docente de Pedagogía en Educación Física de la sede Valdivia de la Universidad San Sebastián. “Quienes pasan largas horas sentados tienden a presentar varias molestias. Las más comunes son a nivel cervical, abdominal, trastornos en la zona lumbar y alteraciones del sistema circulatorio y nervioso, principalmente, de miembros inferiores”, puntualiza.

4.3 Marco legal

En Colombia el teletrabajo se encuentra reglamentado como un modelo de empleabilidad para personas que, por sus condiciones y opciones de vida, no habían conseguido emplearse, por esta razón ha sido reconocido y reglamentado. En este proceso interceden organizaciones que a nivel local y a nivel internacional han reconocido que esta modalidad de trabajo ocupe un lugar y empiece su proceso de estabilización.

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

Este nuevo concepto de teletrabajo se mantiene bajo la cobertura de la diversa normatividad vigente en lo que respecta a salud ocupacional, hoy Seguridad y salud en el trabajo como lo es el decreto 884 de 30 de Abril de 2012 por medio del cual se reglamenta la Ley 1221 de 2008, aunque la implementación es en la modalidad de Autónomos (*Son aquellos que utilizan su propio domicilio o un lugar escogido para desarrollar su actividad profesional, puede ser una pequeña oficina, un local comercial. En este tipo se encuentran las personas que trabajan siempre fuera de la empresa y sólo acuden a la oficina en algunas ocasiones*), por disposición de la compañía y siendo una nueva modalidad para la misma existe una recomendación interna de no trasladarse de las ciudades de las oficinas ya que aún existe expectativa frente a los resultados de esta modalidad de trabajo.

El decreto 1072 de 2015 Decreto Único Reglamentario Del Sector Trabajo, es importante destacar que independientemente del cambio de modalidad laboral para algunos colaboradores, la compañía debe dar cumplimiento en su totalidad a lo dispuesto en las normas establecidas en este decreto.

Decreto ley 1295 de 1994 por el cual se determina la organización y administración del Sistema General de Riesgos Profesionales, artículo 9 del código sustantivo del trabajo, aunque aún no se tiene plena identificación por parte de las ARL frente a los posibles riesgos psicosociales y biomecánicos esto no exime a la compañía a realizar un seguimiento estricto a los teletrabajadores, con metodologías como capacitaciones.

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

Ley 1616 de 2013 que se expide sobre salud mental, la resolución 2646 del 2008 para la determinación del origen de las patologías causadas por el estrés ocupacional; y donde se identificó por medio de la matriz de riesgo como lo indica el decreto 1072 del 2015 y la evaluación de los estándares mínimos de la resolución 0312 del 2019 y utilizando la guía técnica de la resolución 2404 del 2019 para la promoción, prevención, e intervención de los riesgos psicosociales de una población trabajadora

Ley 1562 de 2012 por la cual se modifica el sistema de riesgos laborales y se dictan otras disposiciones en materia de salud ocupacional en las cual se encuentra el teletrabajo y se encuentra establecido en los párrafos de los artículos 26 y 27 “referente al teletrabajo, las obligaciones del empleador en Riesgos Laborales y en el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo SG-SST son las definidas por la normatividad vigente. De cara a la ley, nos permitiremos observar el impacto del cumplimiento de la misma en las personas a las cuales se les hizo cambio de contrato a teletrabajadores.

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

5. Metodología

En este capítulo se hace referencia al proceso metodológico establecido para el desarrollo de la investigación del Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

5.1 Enfoque y alcance de la investigación

Para el proyecto se definió un análisis de investigación cualitativo teniendo en cuenta que es un proceso de exploración en los efectos en salud como en seguridad que generará el cambio de modalidad de trabajo en casa a teletrabajo, este análisis se realiza teniendo en cuenta herramientas de recolección de información tanto de los teletrabajadores como de la compañía; dicha recolección se realizará aplicando los instrumentos, entrevistas y apoyo en grupos focales y observación.

El alcance de la investigación se dará descriptivamente ya que se busca especificar de una manera precisa las características, perfiles, propiedades de los posibles riesgos psicosociales y biomecánicos que se materializan al momento de realizar el cambio de modalidad de trabajo en casa al teletrabajo, siendo resultado de un análisis de la información recolectada en el desarrollo de la investigación.

La investigación se realizará a un grupo seleccionado de la compañía Aseguradora, el diseño del estudio teniendo en cuenta que tendrá un enfoque cualitativo se realizará a través

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

de técnicas de teoría fundamentada ya que se aplicará a un grupo específico de la compañía con la característica particular del de la transición de la modalidad de trabajo.

5.2 Población y muestra

Continuando con el enfoque cualitativo en el que desarrollamos nuestra investigación, tendremos un tipo de muestra no probabilístico de acuerdo a que los participantes para realizar nuestras pruebas serán escogidos intencionalmente entre las diferentes áreas y/o gerencias que integran a la Aseguradora.

Variables Sociodemográficas:

La edad promedio de la población trabajadora de la Aseguradora e trabajadores con edades que oscilan entre las edades de 18 a 25 años en las cuales podemos encontrar nuevas ideas para la sostenibilidad de la organización en el ámbito del teletrabajo.

La aplicación de las encuestas se realizará a los colaboradores que presenten una antigüedad de 12 meses o más en la organización

5.3 Instrumentos

Dentro del enfoque cualitativo de la investigación usaremos los siguientes instrumentos:

- ✓ Entrevista personal
- ✓ Entrevista Grupo focal
- ✓ Guía de Observación

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

5.3.1 Entrevista personal (Anexo 1).

Objetivo: Aplicar entrevistas a los Teletrabajadores que nos permitan identificar las condiciones de salud y seguridad en trabajo en casa y el cambio a la modalidad de teletrabajo

Estructura: Preguntas abiertas

Categoría: Riesgos de salud y seguridad del cambio de modalidad laboral

Variabes:

Tabla 2. Clasificación variables Entrevista personal.

Variable	Tipo	Justificación
Tecnoestrés	Cualitativa - Nominal	Depende de la capacidad de desenvolverse en las herramientas tecnológicas de cada teletrabajador
Horarios y ritmos biológicos	Cuantitativa - Discreta	Se da por el ritmo biológico del día a día del teletrabajador
Problemas con los atuendos	Cualitativa - Nominal	Disposición del teletrabajador para iniciar su jornada laboral
Identificar posibles efectos por aislamientos	Cualitativo - Nominal	Se pueden establecer por el desempeño y productividad del teletrabajador
Adecuación del espacio físico en la casa	Cualitativo - Nominal	Se identifica mediante parámetros antropométricos establecidos en la bibliografía de un óptimo puesto de trabajo
Dificultades de compaginar trabajo y familia	Cualitativo - Nominal	Varía según la relación del núcleo familiar del teletrabajador
Identificar el entorno social del teletrabajador	Cualitativo - Nominal	Varía según la relación social o interpersonal de cada teletrabajador

Tabla 2. Definición de las variables a evaluar en la entrevista personal. (Fuente del autor).

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

Formato: Virtual, herramienta Zoom

https://drive.google.com/file/d/11Yj1OGBDUGyF3y_v_7ozT1OVKMI0yTHv/view

5.3.2 Entrevista Grupo focal (Anexo 2).

Objetivo: Profundizar en los cambios de estado de salud física y psicológica, de tal manera que nos permita focalizar aspectos específicos a trabajar.

Estructura: Preguntas abiertas.

Categoría: Riesgos del teletrabajo.

VARIABLES:

Tabla 3. Clasificación variables Entrevista grupo focal.

Variable	Tipo	Justificación
Problemas relacionados con los nuevos tipos de interacciones laborales empleadores-empleados.	Cualitativo – Nominal	Se da según el carácter y personalidad de cada teletrabajador
Adicción al trabajo.	Cualitativo – Nominal	De acuerdo a las responsabilidades del teletrabajador
Percepción de estancamiento profesional.	Cualitativo – Nominal	Depende de las metas y planes personales de cada teletrabajador
Caos en la ingesta de alimentos.	Cualitativo – Ordinal	Se puede establecer por los efectos asociados a desordenes o alteraciones en la salud

Tabla 3. Definición de las variables a evaluar en la entrevista grupo focal. (Fuente del autor).

Formato: Virtual, herramienta Zoom

https://drive.google.com/file/d/11Yj1OGBDUGyF3y_v_7ozT1OVKMI0yTHv/view

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

5.3.3 Guía de Observación (Anexo 3).

Objetivo: Identificarla con un registro visual que permita conductas características y condiciones de los teletrabajadores.

Categoría: Posibles accidentes del trabajo en casa

Variables:

Tabla 4. Clasificación variables guía de observación.

Variable	Tipo	Justificación
Posturas Prolongadas	Cualitativa – Nominal	Basándonos en la comparación de las posturas adoptadas por teletrabajador con el método rula de ergonomía
Movimientos repetitivos	Cualitativa – Ordinaria	Comparación de los movimientos realizados por parte del teletrabajador con en el método rula de ergonomía
Desordenes musculo esqueléticos	Cualitativa – Nominal	Depende de las condiciones físicas y de salud de cada teletrabajador
Riesgo biomecánico por posturas inadecuadas	Cualitativa – Ordinal	Depende del autocuidado y concientización del desarrollo de las medidas de prevención y promoción.
Cómo afecta el medio que rodea la ubicación del teletrabajador (ruido e iluminación)	Cualitativa – Nominal	Se referencia al contexto del lugar donde reside el teletrabajador
Problemas de salud causados por un puesto de trabajo deficiente	Cualitativa – Nominal	Se identifica mediante parámetros antropométricos y las consecuencias de la deficiencia del puesto de trabajo

Tabla 4. Definición de las variables a evaluar en la guía de observacion. (Fuente del autor).

Formato Virtual, herramienta Zoom

https://drive.google.com/file/d/11Yj1OGBDUGyF3y_v_7ozT1OVKMl0yTHv/view

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

5.1 Procedimientos.

El primer paso que se va a tomar dentro del proceso de la investigación será realizar un primer acercamiento con a la Gerente de Gestión Humana donde se presentará la idea de la investigación, así como los objetivos que se quieren alcanzar en el desarrollo de la misma; partiendo de este acercamiento se procede a gestionar los permisos y autorizaciones por parte de la compañía Aseguradora para el tratamiento de la información y la aplicación de los instrumentos establecidos anteriormente también se buscará el apoyo y acompañamiento del área de gestión humana de la compañía permitiendo referirnos a los profesionales como psicólogos que colaboran dentro de la compañía.

El proceso de investigación continuará con la aplicación de los instrumentos de medición, la cual detalla las condiciones de salud y seguridad en el entorno donde se ha desarrollado la modalidad de trabajo en casa y se daría el cambio al teletrabajo, así como los factores individuales como los hábitos que podrían llevar a generar un riesgo psicosocial o biomecánico en el desarrollo de esta modalidad.

Como resultado final de la investigación se gestionará el estado de la condición actual y las condiciones de cómo realizar el cambio de modalidad de trabajo sin afectar la integridad y calidad de vida del trabajador en la compañía.

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

5.2 Análisis de información.

La información que se obtenga de la aplicación de los instrumentos se analizará desde el contexto de establecer las mejores prácticas de la transición, para lo cual se evaluará y tabulará en herramientas de office las respuestas, identificando patrones de comportamiento que puedan llevar a una posible materialización del riesgo, así mismo proponer posibles acciones de mejora para mitigar la probabilidad de ocurrencia de los mismos en el desarrollo de las actividades.

5.3 Consideraciones éticas

Toda la información suministrada estará manejada con fines académicos y con el consentimiento de la compañía Aseguradora, y se regirá por las consideraciones éticas definidas por la Corporación Universitaria Minuto de Dios, reservando la confidencialidad de la información suministrada y hallada en la investigación. **(Anexo 4)**

Los instrumentos que se utilizarán como las entrevistas virtuales a los teletrabajadores al momento de ejecutarlas se les solicitará su autorización y/o consentimiento para ser grabada sin afectar su dignidad, ética, responsabilidad e integridad laboral.

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

6. Cronograma

Tabla 5. Cronograma de actividades.

No.	Actividad	Tiempo (meses)		Producto
		Desde	Hasta	
1	Elaboración de anteproyecto (Introducción, problema de investigación, objetivos, justificación, marco de referencia, metodología, cronograma y presupuesto)	Septiembre 2020	Octubre 2020	Anteproyecto
2	Aval por parte instrumentos de la metodología por parte del área de investigación de la UNIMINUTO	Octubre 2020	Octubre 2020	Aval instrumentos de metodología
3	Acercamiento y presentación del proyecto a la compañía Aseguradora	Octubre 2020	Octubre 2020	Presentación del proyecto ante la compañía.
4	Entrevista teletrabajadores de la compañía.	Febrero 2021	Febrero 2021	Entrevista abierta virtual.
5	Entrevista a grupo focal teletrabajadores de la compañía Aseguradora	Febrero 2021	Febrero 2021	Entrevista abierta virtual
6	Guía de observación teletrabajadores de la compañía Aseguradora	Febrero 2021	Febrero 2021	Guía de observación virtual
7	Resultados y la discusión obtenidos con las herramientas aplicadas y agrupados por objetivos específicos	Marzo 2021	Marzo 2021	Resultados y discusión
8	Conclusiones obtenidas por los resultados en la ejecución del proyecto	Marzo 2021	Marzo 2021	Conclusiones del proyecto
9	Recomendaciones que se elaborarán obteniendo los resultados en la metodología del proyecto.	Marzo 2021	Marzo 2021	Recomendaciones

Tabla 5. Definición de las fechas para la realización de las actividades para el desarrollo de la investigación. (Fuente del autor).

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

7. Presupuesto

Tabla 6. *Relación de rubros.*

Rubros	Rubros propios	Contrapartida Empresa	SUBTOTAL
1. Personal (Horas hombre trabajadas)	\$2.048.000	\$500.000	\$2.548.000
2. Equipos	\$0	\$0	\$0
3. Software	\$50.000	\$0	\$50.000
4. Materiales e insumos	\$150.000	\$0	\$150.000
5. Viajes nacionales	\$0	\$0	\$0
6. Viajes internacionales	\$0	\$0	\$0
7. Salidas de campo	\$0	\$0	\$0
8. Servicios técnicos	\$200.000	\$0	\$200.000
9. Capacitación	\$0	\$0	\$0
10. Bibliografía: Libros, suscripción a revistas y vinculación a redes de información.	\$0	\$0	\$0
11. Difusión de resultados: Correspondencia para activación de redes, eventos	\$100.000	\$0	\$100.000
12. Propiedad intelectual y patentes	\$0	\$0	\$0
13. Otros (AIU 5%)	\$152.400	\$0	\$152.400
TOTAL			\$3.200.400

Tabla 6. Definición de los rubros propios y de la compañía para el desarrollo de la investigación. (Fuente del autor).

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

8. Resultados y discusión

En este capítulo se realiza una discusión a partir de los resultados de la aplicación de los instrumentos a la población en modalidad de teletrabajo en la compañía, frente a investigaciones y postulaciones que se han realizado frente a cada tema de los objetivos específicos abordados en el documento.

a) Analizar el impacto psicológico que genera el cambio de modalidad laboral frente a las condiciones de seguridad y salud en la compañía Aseguradora.

De acuerdo con el resultado que arrojaron las entrevistas realizadas a los teletrabajadores, se pudo evidenciar que el impacto psicológico del cambio de la modalidad del trabajo presencial a la modalidad de teletrabajo fue positivo para el 99% de los encuestados, ya que por la circunstancia actual producto de la emergencia sanitaria generada por el COVID 19, podrán aislarse y mantenerse protegidos dentro de sus hogares con sus familias evitando el riesgo de contagio.

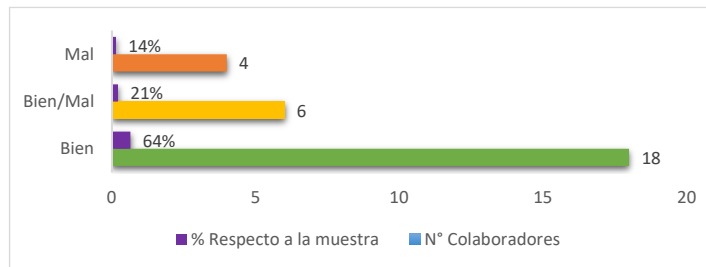
Tabla 7. *¿Cómo se siente ahora que sabe que no volverá al trabajo presencial?*

<i>¿Cómo se siente ahora que sabe que no volverá al trabajo presencial?</i>		
	N° Colaboradores	% Respecto a la muestra
Bien	18	64%
Bien/Mal	6	21%
Mal	4	14%
TOTAL	28	100%

Tabla 7. Aceptación de los colaboradores al cambio de modalidad laboral. (Fuente del autor).

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

Figura 1. *Porcentaje de conformidad con el cambio de modalidad de trabajo.*



La mayoría de los teletrabajadores se sienten conformes y agradados con esta modalidad de trabajo, aunque se hace notar que en algunas ocasiones se extraña el compartir con los compañeros de trabajo.

Con respecto a la pregunta *¿Cómo se siente ahora que sabe que no volverá al trabajo presencial?* El 64% (tabla No 7) de la población objeto se siente satisfecho con el cambio de modalidad ya que les permite tener mayores beneficios en su vida familiar y en sus hábitos saludables, este resultado también fue evidenciado con aceptación en la investigación de los autores consultados. (Carmen Alicia Fiesco Jaimes, Ginna Paola Moyano Mesa, 2018) ya que ellos manifestaron que la modalidad de teletrabajo les permite pasar más tiempo con sus familias, ahorran más tiempo en desplazamientos y presentan menos estrés.

En la pregunta *¿Piensa que el teletrabajo ha fortalecido la interacción con jefes y compañeros?* Los teletrabajadores nos compartieron sus puntos de vista arrojando como resultado que en el 57% se ha mejorado la interacción con sus líderes y compañeros de área, mientras que el segundo más relevante con un 32% afirmó que no ha servido como mejoramiento de interacción entre ellos. Así fueron los resultados.

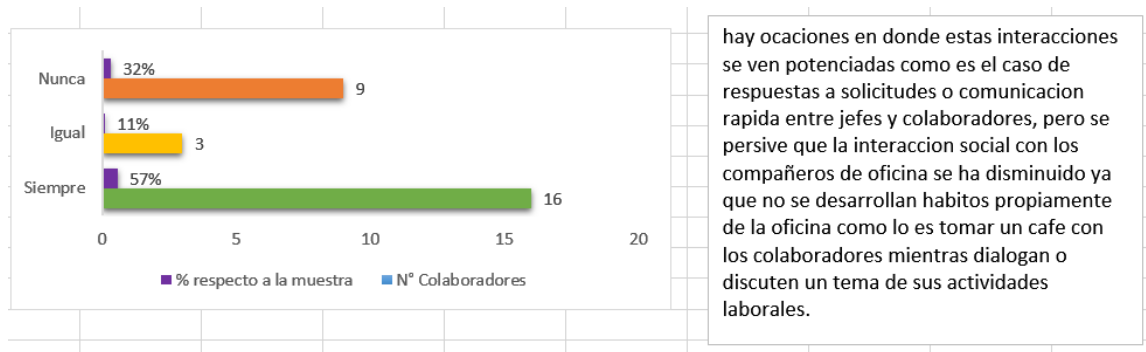
Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

Tabla 8. ¿Piensa que el teletrabajo ha fortalecido la interacción con jefes y compañeros?

¿Piensa que el teletrabajo ha fortalecido la interacción con jefes y compañeros?		
	Nº Colaboradores	% Respecto a la muestra
Siempre	16	57%
Igual	3	11%
Nunca	9	32%
TOTAL	28	100%

Tabla 8. Fortalecimiento de la interacción interpersonal. (Fuente del autor).

Figura 2. Fortalecimiento de la interacción interpersonal.



Partiendo de este resultado podemos afirmar que el teletrabajo indiscutiblemente transforma las relaciones interpersonales a nivel laboral, sin embargo, esta transformación se da en función de las circunstancias y situaciones de ámbito laboral particulares de cada sujeto y no de manera generalizada, de allí que el 57% de los colaboradores que fueron dispuestos en esta modalidad de trabajo presente una aceptación frente a este cambio y evidencie el fortalecimiento de la interacción con sus jefes y compañeros.

Al momento de comparar este resultado podemos encontrar que hay una congruencia frente a la investigación desarrollada por Andrea Carolina Rincón Rincón y Martha Lucía Rivera Molano en la Universidad Piloto de Colombia titulada “El teletrabajo y la transformación de las relaciones interpersonales en el contexto laboral” donde se determina

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

que las relaciones con los jefes y compañeros en la población inmersa en la modalidad de teletrabajo se perciben en su mayoría de manera positiva, a pesar de no encontrarse presencialmente en la organización, la cual se atribuye en gran medida al flujo constante de la comunicación y acompañamiento de la dirección y el área de gestión humana. (Andrea Carolina Rincón Rincón y Martha Lucia Rivera Molano, 2015).

Este resultado también nos permite evidenciar el cumplimiento y la satisfacción de las campañas que ha venido implementando la compañía para el fortalecimiento de las relaciones entre sus colaboradores, al mismo tiempo, que se debe seguir con la realización de este acompañamiento con fines de mantener la productividad de los teletrabajadores.

Así mismo un factor importante que puede generar estrés en el teletrabajador es la destreza para el correcto manejo de las herramientas ofimáticas dispuestas por la organización, para lo cual, los teletrabajadores mostraron en sus respuestas que al momento de desarrollar las actividades no presentan dificultades para el desarrollo de las actividades diarias.

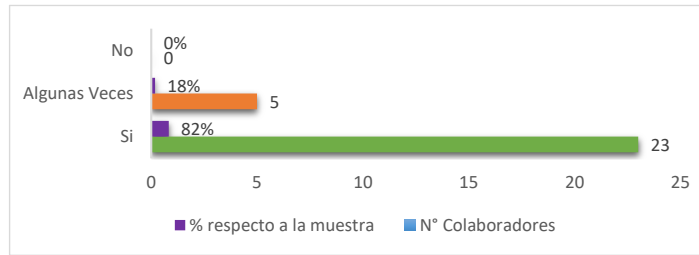
Tabla 9. Manejo de herramientas tecnológicas de la compañía.

<i>¿Considera que tiene un buen manejo de las herramientas tecnológicas de la compañía? (como Teams, Share Point, redes sociales -Yammer).</i>		
	N° Colaboradores	% respecto a la muestra
Si	23	82%
Algunas Veces	5	18%
No	0	0%
TOTAL	28	100%

Tabla 9. Satisfacción en el manejo de las herramientas tecnológicas de la compañía. (Fuente del autor).

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

Figura 3. Manejo de herramientas tecnológicas.



La compañía ha venido adelantando capacitaciones en el manejo de las herramientas informáticas y tecnológicas, las cuales han sido aceptadas de manera acertada por la mayor parte de los teletrabajadores; aunque se presentan dificultades en los colaboradores que se encuentran en un rango de edad de 45

Los resultados de nuestra investigación indican que los colaboradores en teletrabajo consideraron tener un buen manejo de las herramientas tecnológicas, gracias al acompañamiento y continuas capacitaciones realizadas por la compañía, lo que difiere con el estudio realizado por el Observatorio de Prevención de Riesgos Laborales, del Instituto de Seguridad, Salud y Bienestar Laboral (ISBL) que da como resultado al estudio sobre Tecnoestrés del 2020, realizado en países de habla hispana, el 42% de trabajadores considera que la tecnología le genera consecuencias negativas y el 20% precisa sentirse agotado siempre o con frecuencia después de hacer uso de las tecnologías, y que el empleo de las TIC conduce a trabajar con plazos muy ajustados siempre y a contrarreloj algunas veces.

B). Establecer los factores de riesgo biomecánico que el cambio de modalidad laboral pudo originar en el puesto de trabajo.

En el desarrollo de esta investigación pudimos establecer que en el momento de transición del cambio de modalidad de trabajo los colaboradores rediseñaron las condiciones naturales de su ambiente familiar para desarrollar las actividades laborales. Al terminar esta etapa de trabajo en casa y definirse de manera contractual las nuevas

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

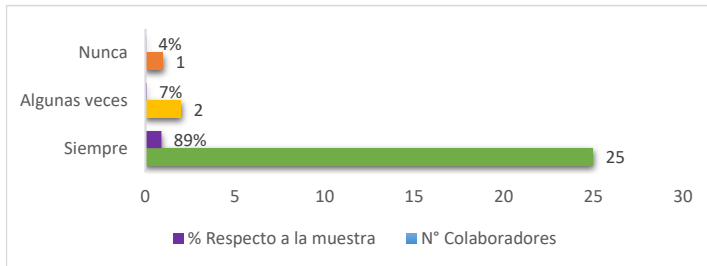
condiciones de la modalidad de teletrabajo observamos que los colaboradores con el apoyo de la compañía acondicionaron sus puestos de trabajo adoptando posturas óptimas para el desarrollo de las actividades y así evitar la fatiga muscular por el tiempo de exposición en el puesto de trabajo. Esto se puede evidenciar en la tabla que presentamos a continuación.

Tabla 10. *¿Está cómodo en el espacio físico que dispuso para trabajar?*

<i>¿Está cómodo en el espacio físico que dispuso para trabajar?</i>		
	N° Colaboradores	% Respecto a la muestra
Siempre	25	89%
Algunas veces	2	7%
Nunca	1	4%
TOTAL	28	100%

Tabla 10. Comodidad del teletrabajador en el espacio físico determinado para su actividad laboral. (Fuente del autor).

Figura 4. *Adecuación del espacio físico para el teletrabajo.*



Con acompañamiento de la compañía y apoyado en la ARL se dan parámetros y recomendaciones para un óptimo puesto de trabajo, las cuales, son adoptadas por los teletrabajadores brindando comodidad y buenas condiciones de seguridad. Aunque se hace énfasis que al estar en el hogar se presentan ocasiones donde se improvisa con respecto a los espacios de trabajo.

En concordancia con los resultados analizados y presentados en las fuentes investigadas <<Diseño de un manual ergonómico para los teletrabajadores del área administrativa de la empresa ING GREEN>>. Desarrollado por (Yineth Catalina Alfonso, Dennis Maryith Rodriguez, Karen Dahiana Torres), podemos confirmar que la adopción e instalación de un puesto de trabajo en condiciones no ergonómicas aumentarían el riesgo a desarrollar traumas-musculoesqueléticos relacionados con la postura inadecuada del sistema mano-muñeca, la mayoría de ellos por el uso de puesto de trabajo que no permite una postura

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

neutra de los miembros superiores, se hace necesario el diseño del puesto de trabajo con el fin de ayudar a corregir la postura y disminuir el riesgo de exposición.

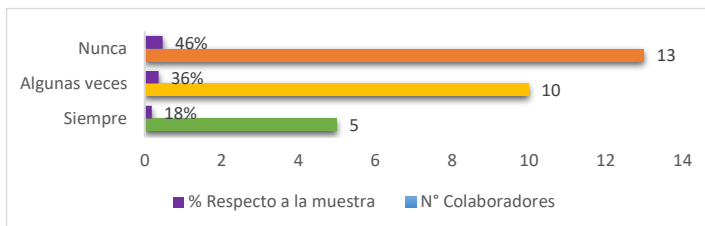
Así mismo algunas de las actividades que están definidas por el área de seguridad y salud en el trabajo de la organización, es el desarrollo y ejecución de las pausas activas o gimnasia laboral en el desarrollo de las actividades con el objetivo de mitigar la fatiga muscular y el cambio periódico de posturas, pero pudimos ver que en un porcentaje cerca del 50% de los colaboradores no las desarrollan por diversos factores lo cual nos puede conducir al origen de enfermedades laborales. (Ver tabla No. 11).

Tabla 11. *Pausas activas.*

<i>¿Dentro de su jornada laboral en la modalidad de teletrabajo realiza las pausas activas propuestas por la compañía?</i>		
	N° Colaboradores	% Respecto a la muestra
Siempre	5	18%
Algunas veces	10	36%
Nunca	13	46%
TOTAL	28	100%

Tabla 11. Cumplimiento de la realización de las pausas activas como medio de prevención de posibles riesgos. (Fuente del autor).

Figura 5. *Pausas activas.*



Al no tener un medio de control presencial la realización de las pausas activas se ve afectada, lo cual, debe ser atendido por el área de gestión humana para fortalecer la responsabilidad y autoconsciencia para la realización de las pausas activas como medio de prevención

El resultado de la investigación nos indica que menos del 50 % de los teletrabajadores hace pausas activas, situación que genera una gran probabilidad de generación de riesgos

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

biomecánicos, como lo indica Lizette Cenzano, docente de Pedagogía en Educación Física de la sede Valdivia de la Universidad San Sebastián. “Quienes pasan largas horas sentados tienden a presentar varias molestias. Las más comunes son a nivel cervical, abdominal, trastornos en la zona lumbar y alteraciones del sistema circulatorio y nervioso, principalmente, de miembros inferiores”, puntualiza.

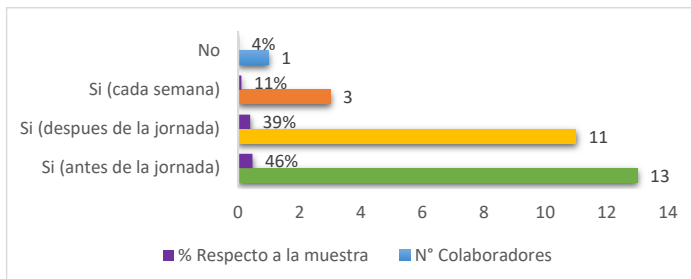
Por otra parte, y no menos importante, obtuvimos como resultado que los teletrabajadores para el inicio de la jornada de trabajo, realizan jornadas de orden y aseo que ayudan a que tanto su puesto de trabajo como en su entorno estén los elementos necesarios y se disminuya la probabilidad de que se ocasione un accidente de trabajo. En la tabla que se presenta a continuación podemos resaltar el desarrollo de lo antes mencionado.

Tabla 12. *Jornadas de orden y aseo.*

<i>¿Realiza jornadas de orden y aseo para evitar posibles accidentes de trabajo?</i>		
	N° Colaboradores	% Respecto a la muestra
Si (antes de la jornada)	13	46%
Si (después de la jornada)	11	39%
Si (cada semana)	3	11%
No	1	4%
TOTAL	28	100%

Tabla 12. Realización del orden y aseo de las áreas destinadas para las actividades laborales. (Fuente del autor).

Figura 6. *Jornadas de orden y aseo.*



La jornada de aseo se realiza en la mayoría de los casos antes de iniciar a laboral como una condición de presentación personal y comodidad en el desarrollo de las actividades laborales.

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

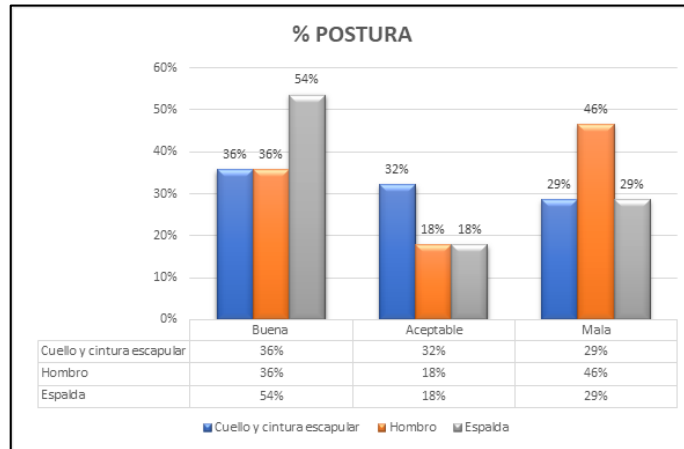
Como resultado en la pregunta **¿Realiza jornadas de orden y aseo para evitar posibles accidentes de trabajo?** Se evidencio que el 96% los teletrabajadores realizan jornadas de orden y aseo a su lugar de trabajo. Comparando con la investigación de los autores consultados (Claudia Rocío Castellanos, Jhensson Alberto Chica y Carlos Enrique Marroquín) el 93% de los teletrabajadores también cumplen con las condiciones adecuadas de orden y aseo en sus puestos de trabajo y sus áreas comunes y así no generar inconformismo para el desarrollo de la actividad realizada. Por lo tanto, se evidencia en las dos investigaciones que los teletrabajadores prestan importancia a este aspecto para que así su trabajo sea agradable y seguro.

Continuando con los resultados y el análisis de las posturas que adopta el personal, en la observación que se realizó a los teletrabajadores en el momento de la entrevista (la cual no fue permitida grabar por orden de la Compañía) y el registro fotográfico suministrado por los mismos, se verifico la postura de hombro, espalda, cuello y cintura escapular.

Nuestra población objeto corresponde a 28 teletrabajadores de los cuales se presentan las siguientes condiciones ergonómicas (Ver grafica No. 13), 46% de los teletrabajadores evaluados presentaron una mala postura con respecto a la zona de hombro, esto dado a que no contaban con un puesto de trabajo adecuado.

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

Figura 7. *Higiene postural en el teletrabajo.*



Como se describe en la investigación “Riesgos laborales del teletrabajo en Colombia” los riesgos biomecánicos, los cuales afectan la salud de los teletrabajadores en este caso las posturas prolongada, siempre van a estar latentes por condiciones propias de la modalidad de trabajo y es así que los resultados de las observaciones realizadas nos permiten confirmar este planteamiento y concordamos que es esencial un diseño ergonómico para evitar lesiones por esfuerzo repetitivo ya que estas lesiones por tensión pueden extenderse a lo largo del tiempo y pueden conducir a una discapacidad a largo plazo.

C) Caracterizar los factores de riesgo relevantes en el desarrollo de las actividades de teletrabajo evidenciados en la presente investigación.

Con base a los resultados antes mencionados estructuramos el análisis para priorizar los factores de riesgos psicosociales y biomecánicos identificados en el desarrollo de las actividades de teletrabajo evidenciados en la presente investigación.

Durante la aplicación de los instrumentos de entrevista y observación se evidencio en el cambio de modalidad laboral, en cuanto a riesgos psicosociales que los teletrabajadores

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

presentaron gran satisfacción de la modalidad de teletrabajo, en cuanto a riesgos biomecánicos se evidencio mala postura en un 46% en la población objeto generando un factor de riesgo principalmente el nivel del hombro relacionado para hombro doloroso, en segundo y tercer nivel de afectación se evidencia un origen de trastornos musculoesqueléticos a nivel de cuello y espalda.

Por consiguiente, confrontando los resultados con lo documentado por los autores consultados (Carmen Alicia Fiesco Jaimes, Ginna Paola Moyano Mesa, 2018) que describen como principales riesgos a los que están expuestos los teletrabajadores hacen referencia a las condiciones que se asocian con el sedentarismo y los malos hábitos tanto de alimentación como de comportamientos.

Encontramos que la motivación y enfoque del teletrabajo en tiempos anteriores se dio a conocer como un beneficio propio para el trabajador en el cual se evitaría el estrés y el tiempo destinado en el desplazamiento de su lugar de residencia al lugar de trabajo con un trasfondo para las empresas de una reducción de costos fijos.

El enfoque y/o motivación actual del teletrabajo obtuvo un impulso a causa de la emergencia sanitaria desarrollada por el Covid-19, el cual fue adoptado por casi el 80% del sector productivo del país.

Los comportamientos y estilos de vida actuales llevan a mejores hábitos alimenticios, efectivamente el sedentarismo continúa siendo un riesgo potencial del teletrabajo, por lo cual observamos que se requiere un acompañamiento constante por parte de la compañía.

9. Conclusiones

Como conclusión de las entrevistas que se realizaron de manera virtual se pudo evidenciar que el riesgo psicosocial tuvo un impacto favorable para los teletrabajadores ya que se puede destinar más tiempo para estar con la familia y evitar el estrés y riesgo de contagio en los desplazamientos diarios.

Por medio de la observación realizada durante las entrevistas virtuales y el análisis realizado al registro fotográfico entregado por la organización, concluimos que los teletrabajadores están altamente expuestos a desarrollar una enfermedad laboral por trastornos de desórdenes musculoesqueléticos con ocasión de la falta de autocuidado por parte de los teletrabajadores al no realizar las pausas activas durante la jornada.

Con base a los resultados obtenidos de las entrevistas y observaciones realizadas durante la investigación se desarrolló una caracterización en el cual se definieron los factores de riesgos biomecánicos principalmente a nivel del hombre y en segundo y tercer nivel de cuello y espalda lo que pueden originar una enfermedad laboral a los teletrabajadores.

10. Recomendaciones

Con los resultados obtenidos recomendamos a la compañía y a los teletrabajadores fomentar la realización de actividad física, pausas activas, no exceder los horarios de trabajo establecidos, planificar y priorizar las actividades laborales y familiares.

Realizar capacitaciones de concientización de la importancia y beneficio de tener posturas adecuadas.

Continuar generando por parte de la compañía espacios de actividades de acompañamiento, que permitan fortalecer el vínculo laboral y mitigar así la posible sensación de soledad.

Para futuras investigaciones recomendamos tener contacto directo con los teletrabajadores ya que una de las limitaciones presentadas en nuestro estudio de investigación, fueron ocasionadas por el cumplimiento de las medidas de bioseguridad actuales a raíz de la pandemia de Covid-19 impidiendo el contacto personal con el entrevistado ya que se pueden obviar factores de riesgo relevantes para el desarrollo de la investigación.

Una recomendación importante para un futuro estudio de investigación podría ser el evaluar la afectación auditiva en el desarrollo del teletrabajo ya que en la mayoría de los casos los teletrabajadores hacen uso de audífonos ya sea de inserción o copa.

11. Referencias bibliográficas

As.com. (2020, 24 junio). Cuarentena en Colombia: qué es, cuándo empezó y cuándo acaba. AS Colombia.

https://colombia.as.com/colombia/2020/06/24/actualidad/1593011326_126254.html.

Recuperado el 29 de Agosto del 2020

Ministerio de Salud. (s. f.). CORONAVIRUS (COVID-19). Minsalud. Recuperado 29 de agosto de 2020, de <https://covid19.minsalud.gov.co/>. Recuperado el 29 de Agosto del 2020

Ministerio de Trabajo – Ministerio de Tecnologías de la Información y la Comunicación. (s. f.). LIBRO BLANCO EL ABC DEL TELETRABAJO EN COLOMBIA. https://teletrabajo.gov.co/622/articles-8228_archivo_pdf_libro_blanco.pdf. Recuperado el 29 de Agosto del 2020

Organización Mundial de Salud. (2020, 11 marzo). Alocución de apertura del Director General de la OMS en la rueda de prensa sobre la COVID-19 celebrada el 11 de marzo de 2020. World Health Organization. <https://www.who.int/es/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>. Recuperado el 29 de Agosto del 2020

Ministerio de Justicia. (2008, 16 julio). LEY 1221 DE 2008. Sistema Único de Información Normativa. <http://www.suin-juriscol.gov.co/viewDocument.asp?ruta=Leyes/1675702>. recuperado el 29 de agosto del 2020

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

Presidencia de la Republica. (2020, 22 marzo). DECRETO 457 DE 2020. Sistema Único de Información Normativa. <http://www.suin-juriscol.gov.co/viewDocument.asp?ruta=Decretos/30038972>. Recuperado el 29 de Agosto del 2020

Benjamín Bloom. (1971). TAXONOMÍA DE BLOOM. https://202051.aulasuniminuto.edu.co/pluginfile.php/11723/mod_resource/content/1/Taxonomia%20de%20Bloom.pdf. Recuperado el 11 de septiembre del 2020.

Pérez Parra, Lizeth Briggitt; Bastidas Pedraza, Leidy Mayerly; Espinosa Ortiz, Erika Leonor; Fajardo Velandia, Jeisson (2019, 22, noviembre) PROPUESTA DE UN PROGRAMA DE MECANISMOS DE PREVENCIÓN, INTERVENCIÓN Y MONITOREO PERMANENTE DE LOS FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL EN LA COMPAÑÍA CI BOGOTÁ EMERALD MART S.A.S. <https://repository.uniminuto.edu/handle/10656/10375>. Recuperado el 18 de septiembre del 2020.

Alonso Fabregat, María Bernardina; Cifre Gallego, Eva PAPELES DEL PSICÓLOGO NÚMERO: 83 (2002), <https://www.redalyc.org/pdf/778/77808308.pdf>. Recuperado el 17 de Septiembre del 2020.

Observatorio de Prevención de Riesgos Laborales, del Instituto de Seguridad, Salud y Bienestar Laboral (ISBL) TECNOESTRES: COMO SE MANEJA EN LA ERA DEL TELETRABAJO (2021), <https://www.latercera.com/que-pasa/noticia/tecnoestres-como-manejarlo-en-la-era-del-teletrabajo/PVTTVUEI5ZD4ZBBYP4NVO4DB5A/> Recuperado el 4 de Marzo del 2021.

Sara Lucia Trujillo Uribe Janeth Milena Martínez, (2020) VALORACIÓN DE LOS RIESGOS ERGONÓMICOS POR PARTE DE LAS ARL CUANDO SE DESARROLLAN ACTIVIDADES DE TELETRABAJO,

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

<https://alejandria.poligran.edu.co/bitstream/handle/10823/1249/Art%C3%ADculo%20-%20TELETRABAJO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>, Recuperado el 4 de Marzo del 2021.

Claudia Roció Castellanos j. Jhensson Alberto Chica M. Carlos Enrique Marroquín, (2020) IDENTIFICACIÓN DE LAS CONDICIONES REQUERIDAS DEL SG-SST PARA LA IMPLEMENTACIÓN DEL TELETRABAJO EN LA EMPRESA SOFTWARE QUALITY ASSURANCE S.A. “SQA”, <https://www.uss.cl/ciencias-educacion/teletrabajo-pausas-activas/> Recuperado el 4 de Marzo del 2021.

Andrea Carolina Rincón Rincón y Martha Lucia Rivera Molano (2015), EL TELETRABAJO Y LA TRANSFORMACIÓN DE LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN EL CONTEXTO LABORAL. <http://polux.unipiloto.edu.co:8080/00002689.pdf> Recuperado el 19 de Noviembre de 2020

Alba Luz Sánchez Escudero, Revista Reflexiones y Saberes ISBN-2389-7511(2016) EL TELETRABAJO: NUEVA TENDENCIA MUNDIAL DE INTERACCIÓN SOCIAL. UNA RESIGNIFICACIÓN EN LOS CONCEPTOS DE TIEMPO, ESPACIO Y RELACIONES SOCIALES O PERSONALES IMPLÍCITAS DENTRO DE LA MODALIDAD LABORAL, <https://revistavirtual.ucn.edu.co/index.php/RevistaRyS/article/view/735> Recuperado el 3 de Marzo de 2021

Dayin Stephany Valencia Delgado y Ivan Mauricio Pinzón Warner (2018) IDENTIFICACIÓN, ANÁLISIS Y PREVENCIÓN DEL FACTOR DE RIESGO ERGONÓMICO EN EL TELETRABAJO, <https://repository.unimilitar.edu.co/bitstream/handle/10654/21025/Pinz%C3%B3n%20Wagner%20Ivan%20Mauricio%2c%20y%20Valencia%20Delgado%20Dayin%20Stephany.%20Tesis..pdf?sequence=1&isAllowed=y> recuperado el 3 de Marzo de 2021

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

Moncho Terol (2020) CONOCE LOS BENEFICIOS DE LAS PAUSAS ACTIVAS PARA TU SALUD EN EL TELETRABAJO, <https://empresas.blogthinkbig.com/pausas-activas-teletrabajo-oficina/>, Recuperado, 05 de Marzo de 2021

Angelica Sogamoso Loaiza, Lina Marcela Arce Gil y Stephany Meneses Ruiz (2019) RIESGOS LABORALES DEL TELETRABAJO EN COLOMBIA, <https://repository.usc.edu.co/bitstream/handle/20.500.12421/4701/RIESGOS%20LABORALES%20DEL%20TELETRABAJO.pdf?sequence=3&isAllowed=y> recuperado el 3 de Marzo de 2021

Yinneth Catalina Alonso Gutiérrez, Dennis Maryith Rodríguez, Karen Dahianna Torres Torres (2019), DISEÑO DE UN MANUAL ERGONÓMICO PARA LOS TELETRABAJADORES DEL ÁREA ADMINISTRATIVA DE LA EMPRESA ING GREEN <https://repository.udistrital.edu.co/bitstream/handle/11349/15725/PROYECTO> recuperado el 4 de marzo de 2020.

Prevencionar (2016), TELETRABAJO: RIESGOS ERGONÓMICOS Y PSICOSOCIALES. <http://prevencionar.com.pe. Ist.cl. RECOMENDACIONES ERGONÓMICAS PARA EL TELETRABAJO> recuperado 1 de marzo de 2020.

Universidad Libre, Colombia Sandra Margarita Rubio-Avila,1 Rogelio Vicente Gómez-Sánchez, (2018) FACTORES PSICOSOCIALES EN EL TRABAJO. <file:///C:/Users/general/Downloads/5427-Texto%20del%20art%C3%ADculo-9956-3-10-20200522.pdf>. recuperado 6 de marzo de 2020.

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

Anexos



Anexo 1. *Entrevista abierta para teletrabajadores de la aseguradora.*

Nombres y Apellidos: _____

Área: _____

Género: Femenino _____ Masculino _____ **Fecha:** _____

Acercamiento: El investigador se presenta, pide autorización para grabar la entrevista, explica el objetivo de la entrevista y da inicio a la misma.

1. ¿Considera que tiene un buen manejo de las herramientas tecnológicas de la compañía? (como teams, Share Poin, redes sociales Yamer).
2. ¿Qué hábitos alimenticios ha cambiado con él teletrabajo?
3. ¿Cómo se siente ahora que sabe que no volverá al trabajo presencial?
4. ¿Cómo está conformado su grupo de convivencia actual?
5. ¿Cómo compagina el trabajo con su familia o las personas con las que convive?
6. ¿Está cómodo en el espacio físico que dispuso para trabajar?
7. ¿Dentro de su jornada laboral en la modalidad de teletrabajo realiza las pausas activas propuestas por la compañía?
8. ¿El puesto de trabajo que adopto dentro de su vivienda le permite desarrollar su actividad laboral sin presentar dolencias musculares?
9. ¿Sus actividades diarias propias del hogar interfieren con el horario laboral?
¿Cuales?
10. ¿Realiza jornadas de orden y aseo para evitar posibles accidentes de trabajo?

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo



Anexo 2. Entrevista abierta para grupo focal teletrabajadores de la aseguradora

Acercamiento: El investigador se presenta, pide autorización para grabar la entrevista, explica el objetivo de la entrevista y da inicio a la misma.

1. ¿Piensa que el teletrabajo ha fortalecido la interacción con jefes y compañeros?
2. ¿Ha extendido sus horarios de trabajo?
3. ¿Cuál es su percepción del crecimiento profesional ahora que está en la modalidad de teletrabajo?
4. ¿Considera adecuada la frecuencia de las actividades de acompañamiento por parte de la compañía?
5. ¿El enfoque de las actividades de acompañamiento y motivación es adecuado para fortalecer las relaciones y desempeño de los teletrabajadores?
6. ¿Sobre qué tema le gustaría que se realizarán estas actividades de acompañamiento?
7. ¿Con que frecuencia realizan las pausas activas establecidas por la compañía?
8. ¿La adecuación del puesto de trabajo estuvo asesorado por el analista del SGSST?
9. ¿El desarrollo de sus actividades laborales dentro de la modalidad de teletrabajo puede ser dispuestas en un lugar diferente a su lugar de residencia?
10. ¿Las situaciones propias del hogar interfieren en el desarrollo de sus actividades laborales?

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo



Anexo 3. Guía de observación teletrabajadores de la aseguradora

Nombre del teletrabajador	
Área	
Cargo	
Tiempo en el cargo	
Rango de edad	18 a 25
	26 a 35
	36 a 45
	46 a 55
	Más de 56

Parte del cuerpo	Exigencia biomecánica	Fuerte evidencia	Evidencia suficiente	Sin evidencia	Imagen de Referencia
Cuello y cintura escapular	Repetición				
	Fuerza				
	Postura				
Hombro	Repetición				
	Fuerza				
	Postura				
Espalda	Levantamiento - Movimiento Forzado				
	Postura inadecuada				
	Postura estática				

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

Anexo 4. Consentimiento Informado para Participantes de Investigación



El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer a los colaboradores en esta investigación una clara explicación de la naturaleza de esta, así como de su rol en ella como participantes.

La presente investigación es conducida por estudiantes de Posgrado “Gerencia en Riesgos Laborales, Seguridad y Salud en el Trabajo” de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, los cuales se mencionan a continuación:

- Jenny Carolina Sánchez Mariño
- Jeison Pinzón Martínez
- Jonathan Andrés Leal Gantivar
- Martha Cecilia González Barrios

El objetivo principal de este estudio es identificar cuáles son los riesgos psicológicos y biomecánicos que se generan cuando se hace la transición de trabajo en casa a teletrabajo en la compañía Aseguradora.

Con la aceptación de participar en este estudio, se le pedirá autorización para que los colaboradores seleccionados por la Compañía respondan preguntas en una entrevista virtual (o completar una encuesta, o lo que fuera según el caso). Esto tomará aproximadamente 20 minutos de su tiempo. Lo que conversemos durante estas sesiones se grabará, de modo que el investigador pueda transcribir después las ideas que usted haya expresado.

La participación en este estudio es direccionada e intencional. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Si desea sus respuestas a la entrevista podrán ser codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas. Una vez transcritas las

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

entrevistas, las grabaciones se eliminarán. Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él. Si alguna de las preguntas durante la entrevista le parece incómoda, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador o de no autorizarlas.

Desde ya le agradecemos su participación.

Acepto participar en esta investigación, conducida por Jenny Carolina Sánchez Mariño, Jeison Pinzón Martínez, Jonathan Andrés Leal Gantivar y Martha Cecilia González Barrios. He sido informado que el objetivo principal de este estudio es identificar cuáles son los posibles riesgos con enfoque psicosocial y biomecánico que se generan cuando se hace la transición de trabajo en casa a teletrabajo en la compañía Aseguradora.

La investigación se realizará a través de cuestionarios y/o entrevistas ya estructuradas con una duración de aproximadamente de 20 minutos.

Reconozco que la información que se provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. Así mismo, he sido informado de la facultad que se me concede para realizar preguntas sobre el proyecto durante la ejecución de este y puedo retirarme en caso de que así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona.

De tener preguntas sobre la participación en este estudio, puedo contactar a Martha Cecilia González Barrios. Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento será entregada, y que es posible solicitar información de los resultados de este estudio una vez haya culminado.

Nombre de la Empresa Participante

Firma del Coordinador de Bienestar

Fecha

Análisis de los riesgos psicosociales y biomecánicos que se presentan en el teletrabajo

Anexo 5. Aplicación instrumento Guía de observación

En este anexo se presentan los resultados obtenidos durante la aplicación de la guía de observación, desarrollada dentro del espacio establecido para el acercamiento con los teletrabajadores por medio de la herramienta virtual Zoom.

Además de la observación realizada por los investigadores, se apoyó la tabulación de los resultados con el material fotográfico suministrado por la compañía como sustento de las ponderaciones establecidas en cada uno de los casos.

El desarrollo de la guía puede ser revisado en documento anexo n° 5 a este trabajo formato Excel, titulado (Anexo 5_ Aplicación instrumento guía de observación).

Anexo 6. Aplicación instrumento Entrevistas

Este anexo presenta los resultados, tabulaciones y graficas obtenidos al momento de la realización del análisis de las respuestas dadas por parte de los teletrabajadores y los grupos focales al momento de la aplicación de las entrevistas las cuales, fueron desarrolladas dentro del espacio establecido para el acercamiento con los teletrabajadores por medio de la herramienta virtual Zoom.

El análisis de las entrevistas puede ser revisado en documento anexo n° 6 a este trabajo formato Excel, titulado (Anexo 6_ Análisis respuestas entrevistas).