



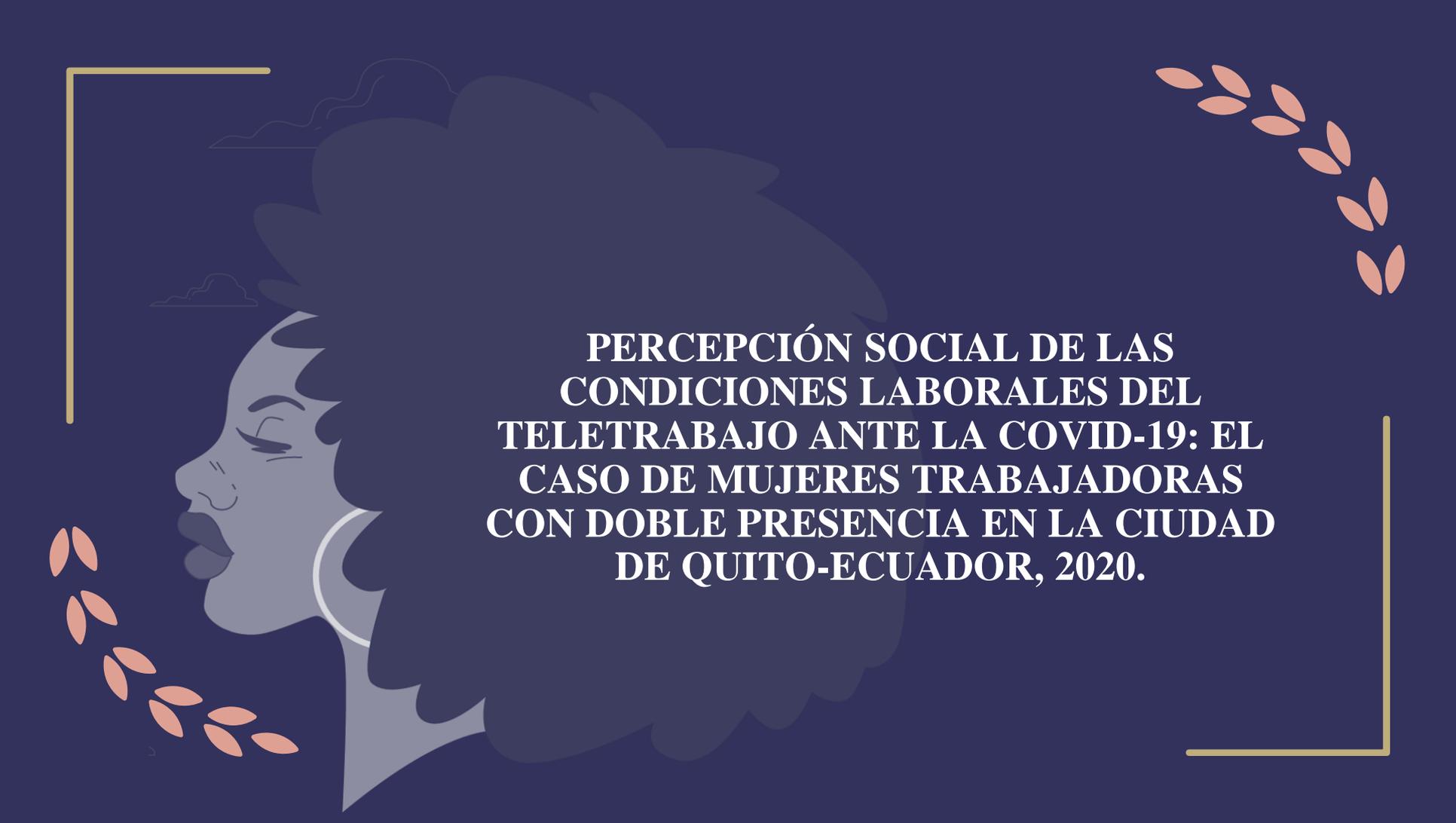
ECUADOR

UNIVERSIDAD  
INTERNACIONAL  
SEK

# INGENIERÍA EN SEGURIDAD Y SALUD OCUPACIONAL

Carla Gaethe

Julio 2020



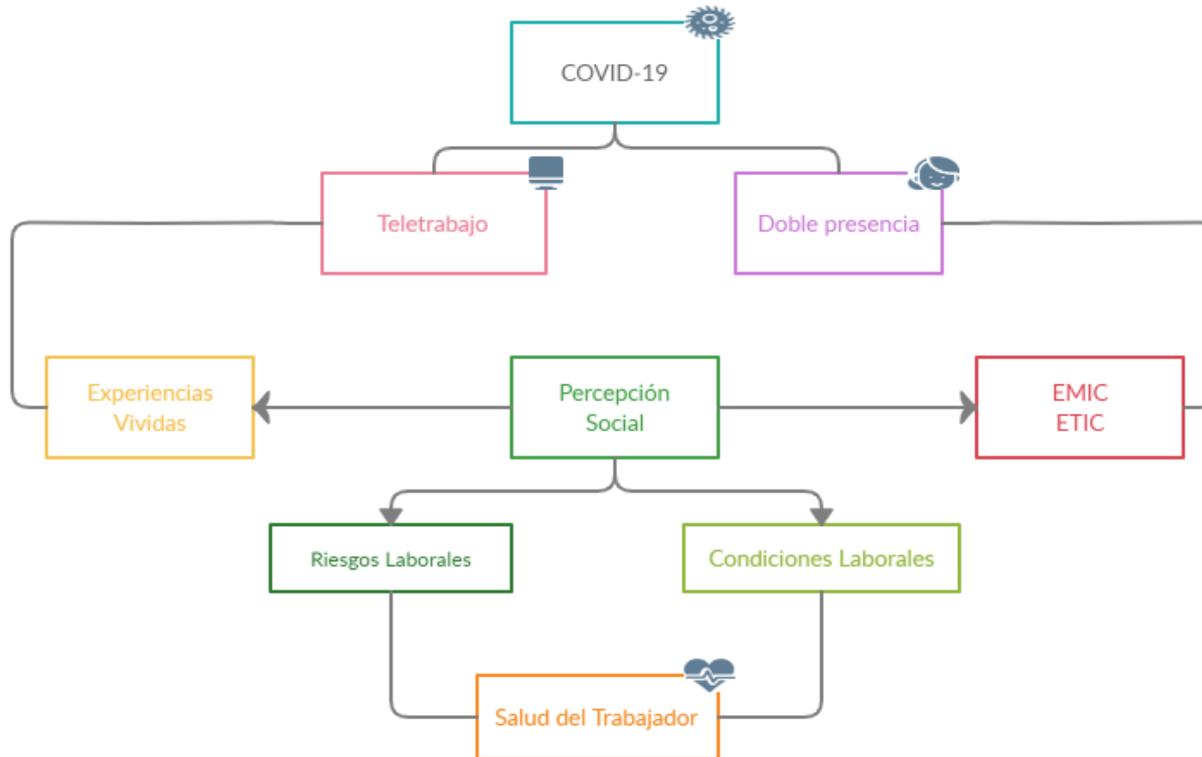
**PERCEPCIÓN SOCIAL DE LAS  
CONDICIONES LABORALES DEL  
TELETRABAJO ANTE LA COVID-19: EL  
CASO DE MUJERES TRABAJADORAS  
CON DOBLE PRESENCIA EN LA CIUDAD  
DE QUITO-ECUADOR, 2020.**

# Vida laboral vs familiar



☺☺ Trabajar de la forma que estamos trabajando **no** es compartir en **familia**, porque si tu te pones a trabajar no puedes estar pendiente al tiempo de la otra persona y de las necesidades que tenga porque retrasarías tu **trabajo** y tu **incumplimiento** al mismo. ☹☹

# PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA



# OBJETIVO

## GENERAL

- Analizar la percepción social de las condiciones laborales del teletrabajo ante la COVID-19 a través del método fenomenológico que permita explorar las experiencias y vivencias de mujeres trabajadoras con doble presencia en la ciudad de Quito-Ecuador, 2020.

## ESPECÍFICOS

- Describir las vivencias de las mujeres trabajadoras con doble presencia a través de la observación etnográfica participante y de entrevistas a profundidad para entender las condiciones laborales del teletrabajo ante las medidas emergentes por la COVID-19.
- Tematizar las experiencias laborales de las mujeres trabajadoras con doble presencia mediante el análisis fenomenológico de su discurso en las entrevistas a profundidad a fin de conceptualizar sus condiciones laborales actuales.
- Describir e interpretar los momentos de temporalidad, espacialidad, corporeidad, racionalidad de las condiciones laborales en base al análisis fenomenológico de Merleau Ponty bajo la percepción social del teletrabajo de las mujeres trabajadoras con doble presencia.
- Proponer medidas preventivas ante los resultados establecidos a fin de contribuir al bienestar físico y emocional de las mujeres trabajadoras con doble presencia que están afrontando la emergencia ante la COVID-19.

# JUSTIFICACIÓN



## MAGNITUD

Debido a la emergencia sanitaria del COVID-19, el teletrabajo se convierte en una alternativa para que las empresas no detengan las actividades en el 100%, según el Ministerio de Trabajo hay 235 194 personas con esta modalidad de empleo hasta el miércoles 18 de marzo del 2020. El 90% corresponde al sector público.

Según la Organización Internacional del Trabajo, la prevalencia de hogares monoparentales constituye el 5.3% de la población mundial en edad de trabajar y que a escala mundial, el 78.4% de estos hogares están encabezados por mujeres, que están asumiendo cada vez más las responsabilidades financieras y de cuidado de niñas y niños sin el apoyo de los padres.

En el Ecuador existen 3.810.548 hogares de lo cuales el 29% tiene jefatura femenina. Aunque hombres y mujeres dediquen tiempo para realizar las actividades, las mujeres dedican 14,14 horas semanales más que los hombres.

# JUSTIFICACIÓN



## VULNERABILIDAD

Uno de los mayores problemas de especial relevancia en tiempos de COVID, es la mezcla de espacios y la distinta distribución de mujeres y hombres en los espacios. La mezcla de espacios altera las dinámicas de trabajo y las dinámicas familiares.

Saber qué cambios ha tenido que afrontar durante estos últimos meses y si ha tenido repercusiones en su salud tanto física como mental, ya que se sabe que tener la doble presencia puede conllevar a la aparición de factores psicosociales como el estrés, ansiedad, depresión fatiga física y mental, entre otras.

Convertir el trabajo presencial de una organización en uno virtual al 100 % o en una mezcla de ambos conlleva una serie de retos tanto para el teletrabajador como para el líder de la empresa. Los desafíos suponen ajustes durante la etapa de transición que pueden causar grandes problemas de comunicación, confianza y resultados.

# JUSTIFICACIÓN



## LEGALIDAD

- Constitución de la República del Ecuador Art. 33, Art. 326 numeral 5
- Código del Trabajo Art.10
- Decisión 584 Capítulo 1 Art.1 sección h
- Acuerdo Ministerial 190 (MDT-2016-190) para el sector privado
- Acuerdo Ministerial (MDT-2017-0090-A) para el sector público
- Acuerdo Ministerial Nro. MDT-2020-076

# JUSTIFICACIÓN

- Constitución de la República del Ecuador 2008, Art. 332, Art. 34, Art. 36

- Convenio 156 Convenio sobre la igualdad de oportunidades y de trato entre trabajadores y trabajadoras: trabajadores con responsabilidades familiares

- Convenio N° 111 sobre la discriminación en el empleo y ocupación, 1958



# MARCO TEÓRICO METODOLÓGICO

Fundamento filosófico:  
Idealismo

“Las cosas reales son aquellas cosas que percibimos inmediatamente; y (...) que las cosas percibidas inmediatamente son ideas que solo existen en la mente”  
(Berkeley)

Fundamento Teórico:  
Fenomenología

“Diferenciación entre lo que percibimos y cómo lo percibimos”  
Husserl

“El sentido común presupone el mundo de la vida cotidiana y le otorga el acento de realidad en tanto nuestras experiencias prácticas prueban su unidad y congruencia” Schutz

Micro teoría:  
Percepción Social

“La percepción no es un añadido de eventos a experiencias pasadas sino una constante construcción de significados en el espacio y en el tiempo”  
(Merleau-Ponty)

# MÉTODO

TIPO DE ESTUDIO

*Estudio metodológico cualitativo*



MODALIDAD DE INVESTIGACIÓN

*Carácter Fenomenológico*



# MÉTODO

## POBLACIÓN

(5) madres trabajadoras, (3) casadas y (2) solteras que se encuentren en la ciudad de Quito-Ecuador.

### CRITERIOS DE INCLUSIÓN

- Mujeres que sean madres.
- Realizar teletrabajo.

### CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

- Madres que no realicen teletrabajo.
- No residir en Quito

### CRITERIOS DE ELIMINACIÓN

- La persona que se niegue a firmar el consentimiento informado.

# MÉTODO

## INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN



**Observación etnográfica participante**



***Entrevistas a profundidad***



# RESULTADOS

## ANÁLISIS FENOMENOLÓGICO

Relaciones  
humanas vividas



Cuerpo vivido



Tiempo vivido



Espacio vivido



# RESULTADOS



LIRIO

Tiene actitud relajada, contacto visual directo, es colaboradora, participativa.



GIRASOL

Contacto visual directo, tiene actitud segura, se muestra una persona estricta, en ocasiones se muestra preocupada.



ORQUÍDEA

Su rostro denota preocupación y tristeza, su postura es relajada, no tiene contacto visual directo.



CLAVEL

Contacto visual directo, postura relajada, tiene firmeza en cada una de sus respuestas.



IRIS

No realiza contacto visual directo, la postura del cuerpo es retraída, tiene actitud segura.

# RESULTADOS

## Categorías y Códigos de la Fenomenología

Componente fenomenológico	Categoría	Unidades de análisis	Segmentación
Relaciones Humanas Vividas	Apoyo Social	Familia	Soporte, apoyo, responsabilidad.
		Trabajo	Productividad, prioritario, discriminación
Cuerpo Vivido	Afectaciones físicas y emocionales	Riesgos Físicos y afectaciones físicas	Iluminación. Afectaciones: dolor de cabeza, fatiga visual
		Riesgos Ergonómicos y afectaciones	Adopción de posturas forzadas, movimientos repetitivos. Afectaciones: dolores de espalda, cuello, muñecas.
		Riesgos Psicosociales y afectaciones	Emergencia sanitaria, doble presencia, estabilidad laboral Afectaciones emocionales: inseguridad, estrés, ansiedad, tristeza, depresión, miedo.

# RESULTADOS

Tiempo Vivido	Estado de emergencia	Teletrabajo	Dificultades de adaptación, expectativas futuras, incertidumbre
		COVID-19	Expectativas, desempleo, miedo, incertidumbre,
Espacio Vivido	Condiciones Laborales	El hogar	Espacio de trabajo, falta de equipos, falta de capacitación.
		Doble presencia	Responsabilidad, esfuerzo, cansancio

# RELACIONES HUMANAS VIVIDAS

## FAMILIA

*“La familia es lo más principal en cualquier ser humano, (eehh) para mí no es la excepción, la familia es **lo mejor que yo tengo** y realmente sentirme **apoyada** y bendecida con todas las personas que están a mi alrededor pues es algo fantástico y maravilloso sobretodo tener la alegría de saber que todos estamos bien”. (Girasol; 47 años).*

*“Son mi **saporte**, son las personas que están siempre en las buenas, en las malas, en las peores y para mi ellos son un apoyo fundamental, son como el tercer brazo que necesito a veces”. (Lirio; 32 años).*

# RELACIONES HUMANAS VIVIDAS

## TRABAJO

*“Trabajar me ayuda mucho a mi **autoestima**, a saber, que aun soy capaz de hacer muchas cosas y poder ejercer mi título siendo productiva con mi vida generando mis propios ingresos, me da más valor, más ánimo y más **autoestima**”. (Lirio; 32 años).*

*“El trabajo nos tiene que gustar para nosotros seguir en eso y saber que, si no tengo trabajo, **no me van a pagar** y que pasará con la empresa si talvez me puedan **despedir** y quedar sin nada”. (Iris; 43 años).*

## CUERPO VIVIDO

*“**La vista** porque si estar frente al computador muchas horas si me afecta, además en la silla que yo utilizo no me ayuda porque no me puedo arrimar bien, me duele la **espalda** porque no llega al espaldar porque es una silla de comedor la que estoy utilizando”.* (Lirio; 32 años).

*“No tengo una silla giratoria no cumple con las características ergonómicas no tiene eso para apoyar los brazos mi mouse **no es ergonómico**, el teclado lo acomodo lo mejor que puedo ya que tengo un problema pre existente del túnel carpiano por tanto teclear y me **genera molestias en la muñeca**, además al ser una persona pequeña mis pies quedan flotando y si mi llega a generar molestias”.* (Clavel; 37 años).

## CUERPO VIVIDO

*“Las primeras semanas que asumimos el teletrabajo si fue complicada la adaptación, ya que me demoraba más en realizar distintas actividades por **falta de organización** y si me llevaban a situaciones de **estrés** porque no estaba cumpliendo con mi trabajo y eso hacía que retrase el trabajo de los demás y mi jefa si me llamo la atención”. (Orquídea; 29 años).*

*“Cuando tenía algún pendiente que realizar y mi hijo se despierta con el pie izquierdo, si han sido días súper **estresantes**, en los que por ejemplo me estreso, me enojo y si he tenido esos días en lo que digo ya no avanzo”. (Lirio; 32 años).*

AFECCIONES  
EMOCIONALES

## TIEMPO VIVIDO

COVID-19

*“Bueno mira, es una situación que realmente nunca ni nos imaginamos, es muy difícil al inicio fue difícil asimilar la **separación física de los seres queridos**, es un tema muy duro creo que nos afectó a todos, ahora que talvez ya hemos visto y asimilado la enfermedad como tal, ahora estamos viviendo otro fenómeno en el país que es le ver como miles de personas se quedan **sin empleo**, es una montaña rusa de sentimientos que medio te acoplas y empieza otra cosa igual o peor, la inseguridad que se vive en las calles, pero debemos irnos acoplando mediante todos los cuidados para poder seguir la vida porque igual encerrados es para volverse **locos**”.* (Clavel; 37 años).

## TIEMPO VIVIDO

*“No solo es el hecho de habernos aislado y haber implementado el **teletrabajo**, sino más que nada por todos los cambios que se vienen a **futuro** y por todos los cambios y adaptaciones que todos vamos a tener que hacer de aquí en adelante, entonces (eehh) siento que hay mucho que planificar, siento que hay mucho que organizar y siento más que nada que necesitamos la voluntad de **querer cambiar**”. (Lirio; 32 años).*

*“La verdad yo teniendo un niño de tres años y teniendo una **condición respiratoria** para mi es una problemática yo no me quiero arriesgar a salir o a contagiarme hasta que haya una vacuna o que haya una solución más latente porque ahorita no la hay, (eehh) pienso que la gente está muy tranquila que muchos no creen, yo ya tuve familia que estuvo contagiada y el momento en que uno palpa eso, digamos la gente que no ha tenido algún contagiado o algún muerto pienso que no lo están tomando en serio”. (Iris; 43 años).*

# TIEMPO VIVIDO

## TELETRABAJO

*“(…) eso ha sido lo más fuerte porque de una sola que cojan y te cambien la modalidad de trabajo de donde tenías tú todo el acceso de a información y ahora tienes de forma parcial y que te exijan que tienes que seguir al día con las obligaciones es súper fuerte, es súper duro porque **no sabes si estás haciendo bien tu trabajo**, la adaptación es compleja porque **no cuentas con todos los recursos te dan computador**, pero nada más”. (Girasol; 47 años)*

*“Si ha sido un poco penoso como le digo ahora con esto de ser casi **como profesora aquí de mi hija si me lleva mucho más tiempo** entonces siempre va a estar por un lado o por el otro y si tenemos errores, falencias en el trabajo por justamente dividir las actividades a la vez. el papá se ha incluido un poco en la parte de la educación de mi hija, pero en realidad a mí me ha tocado ser o sentir esa responsabilidad de enviar los deberes a la profesora y me **alarga la jornada laboral**”. (Orquídea; 29 años).*

# TIEMPO VIVIDO

*“Creo que la mayoría ha tenido las mismas dificultades, por ejemplo, el **internet** colapsó en esta casa, entonces había que establecer un horario en el que este menos congestionado la red para ahí tratar de hacer o enviar los pendientes que yo tenía, otra dificultad que se **suspendieron las actividades en las entidades públicas** y muchos tramites quedaron pendientes de hacer y eso me generaba mucho **estrés**”.*  
(Lirio; 32 años).

TELETRABAJO

# CONDICIONES DE TRABAJO

## ESPACIO VIVIDO

*“(…), no se tiene todos los servicios al tiempo, no es lo mismo trabajar en un computador de escritorio, sobre todo las personas que estamos a trabajar en un **computador de escritorio con pantalla grande con teclado grande** con otras cosas, yo mi computador personal casi no lo usaba y ahora es la única herramienta y claro no tiene las mismas bondades que uno de escritorio, esta es más lenta”. (Girasol; 47 años).*

*“Yo si me he sentido mal porque he tenido más **carga de trabajo** y ahí en la empresa **no evalúan que no todos tenemos la misma rapidez** y tampoco tienen consideración por la cual yo si me he sentido afectada”. (Orquídea; 29 años)*

## ESPACIO VIVIDO

### CONDICIONES DE TRABAJO

*“Yo tengo espacio suficiente para realizar el teletrabajo, no he tenido problemas más que los **tecnológicos**. (...) **mi espacio** no cumple con condiciones de seguridad tú te adaptas a lo que tienes, tú no tienes programado que vas a trabajar en la casa, **tu casa está adaptada para vivienda y nada más**”. (Girasol; 47 años).*

## ESPACIO VIVIDO

*“Representa un poco más de esfuerzo, un poco más de compromiso, como te mencionaba antes, tal vez es algo personal pero antes que hacíamos íbamos y les dejábamos a nuestros hijos en la escuela y nos enfocábamos en trabajar, ahora también nos hemos convertido en **profesoras** y eso te genera un poco más **compromiso** y un poco más de **estrés** y puede ser que esto lleve a que **baje el rendimiento en tu trabajo y aún más cuando eres sola**”.*  
(Clavel; 37 años).

*“Prácticamente me ha tocado dividirme (eehh) y tratar de cumplir con las dos obligaciones, tanto como **profesional y como mamá**, si es un reto muy difícil que uno vive a diario, y si claro uno se llega hasta la última hora cansada, pero en realidad se ha logrado salir adelante, como digo ser mamá siempre va a ser duro en todo ámbito, pero uno siempre debe estar con esa confianza en Dios que todo va a estar bien”.* (Orquídea; 29 años).

# DISCUSIÓN

## Conclusiones

- Ha existido un aumento de estrés en las personas entrevistadas a partir de la presencia de la pandemia y las consecuencias derivadas de la misma, señalan que ha sido difícil la integración de la parte laboral y domestico-familiar debido a que no se encontraban preparadas para asumir las actividades laborales dentro de casa y la falta de organización ha provocado un desequilibrio en el cumplimiento de las responsabilidades laborales como también la familiar.
- En cuanto a las condiciones de trabajo señalan que no cuentan con un espacio adecuado para desarrollar sus actividades y tampoco de las herramientas necesarias para realizar sus labores como son iluminación suficiente, sillas ergonómicas y mesas adecuadas lo que ha provocado que las mujeres tengan dolencias a nivel osteomuscular como la espalda, las muñecas y la cintura.

# DISCUSIÓN

## Conclusiones

- Han presenciado que en la modalidad de teletrabajo habido un aumento en la jornada laboral señalando que de forma presencial trabajaban 8 horas y ahora son 10 horas debido a la sobrecarga de trabajo por parte de la empresa por lo cual se ha ido acumulando sus tareas ya que deben estar pendientes de las labores domésticas y la atención a sus hijos.
- Presencian riesgos ergonómicos asociados a los movimientos repetitivos y posturas forzadas ocasionadas por la modalidad del teletrabajo ya que mencionan tener una jornada más larga e ininterrumpida a comparación con la actividad presencial que tenían antes de la presencia de la pandemia del coronavirus.

# DISCUSIÓN

## Recomendaciones

- Se deberá realizar campañas de concientización hacia los trabajadores con el fin de proporcionar información acerca de los riesgos que puedan generarse a partir de trabajar bajo la modalidad de teletrabajo para así poder evitar futuras consecuencias negativas en la salud.
- Establecer horarios, estipular tiempos y designar tareas para realizar los quehaceres domésticos, el cuidado de los niños así no se juntarán las tareas y se reducirán los niveles de estrés.
- Acondicionar un espacio de trabajo lo más adecuado posible, que tenga una buena iluminación, que no exista alta exposición al ruido, disponer de una silla ergonómica, equipos periféricos, escritorios con espacio suficiente y reposapiés en caso de necesitarlo.

# DISCUSIÓN

- Las empresas deberán establecer una planificación de cada una de las actividades que van a realizar los tele trabajadores para así evitar una sobrecarga laboral y a su vez dar reconocimiento a cada uno de ellos para elevar estado emocional.
- Mediante los datos reales obtenidos a través del discurso de las trabajadoras es preciso emitir políticas de seguridad y salud ocupacional y las medidas preventivas a tomar porque son quienes están viviendo la realidad de los riesgos presentes en cada puesto de trabajo.

## PLAN DE ACCIÓN

Objetivos	Actividades	Recursos	Presupuesto
<p>Socializar y sensibilizar sobre el impacto que está teniendo el confinamiento y la presencia del COVID-19 en las mujeres trabajadoras.</p> <p style="text-align: center;">(DOBLE PRESENCIA)</p>	<p style="text-align: center;">Realizar charlas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Igualdad de género y una parentalidad igualitaria a toda la empresa.</li> <li>-Consecuencias del estrés laboral en la familia y como afecta.</li> <li>-Importancia de la colaboración en las tareas domésticas para facilitar la compatibilidad de la carga laboral y familiar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Computador</li> <li>▪ Material didáctico</li> </ul>	\$400
	<p style="text-align: center;">Establecer política de conciliación familiar y laboral en la empresa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Permisos por cuidado de enfermedades.</li> <li>- Derechos laborales para conciliar: lactancia, reducción de jornada, excedencia.</li> <li>-Permisos por nacimiento: maternidad.</li> <li>-Opción a cambios de turno, horario o asumir teletrabajo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Computador</li> </ul>	\$0

	<p>Realizar planes de tiempos y plazos adecuados a cada trabajador para evitar alargar las jornadas de trabajo y fatiga excesiva.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Computador</li> </ul>	<p>\$0</p>
	<p>Realizar charlas de conciliación familiar y laboral a todos los trabajadores</p> <p>-División del trabajo en el hogar.</p> <p>-Barreras y dificultades de la conciliación.</p> <p>- Ventajas y beneficios de la conciliación en la empresa (absentismo y productividad).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Material didáctico digital</li> <li>▪ Computador</li> </ul>	<p>\$300</p>
<p>Fomentar la seguridad y salud en las trabajadoras que realizan las actividades laborales bajo la modalidad de teletrabajo.</p>	<p>Realizar capacitaciones a los trabajadores para identificar y prevenir riesgos relacionados al teletrabajo:</p> <p>-Capacitar sobre la higiene postural y ergonómica a todos los trabajadores.</p> <p>-Fuentes y causas de fatiga visual.</p> <p>-Fuentes y causas de trastornos musculoesqueléticos y prevención los mismos.</p> <p>-Fuentes y causas de riesgo de estrés laboral y prevención del mismo.</p> <p>-Fuentes, causas y prevención del riesgo eléctrico.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Material didáctico en digital.</li> <li>▪ Computador</li> </ul>	<p>\$200</p>

<p>Realizar talleres sobre salud mental ante la presencia de la pandemia del COVID-19 a las madres trabajadoras.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Manejo de estrés y ansiedad a través de la meditación.</li> <li>-Gestión de emociones.</li> <li>-Liderazgo y motivación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Computador</li> <li>▪ Material didáctico digital</li> </ul>	<p>\$400</p>
<p>Establecer políticas de seguridad y salud para realizar la modalidad de teletrabajo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-El empleador deberá proporcionar al trabajador de equipos, herramientas y materiales.</li> <li>-Comunicar al trabajador las condiciones de seguridad y salud que el puesto de trabajo debe cumplir.</li> <li>-Realizar inspecciones periódicas de las condiciones laborales presentes en el domicilio del trabajador con previa autorización.</li> <li>- En forma previa al inicio de las labores de teletrabajo, el empleador deberá efectuar capacitación acerca de las medidas de seguridad y salud para el desempeño del cargo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Computador</li> </ul>	<p>\$0</p>

<p>Crear un portal interactivo donde se encuentre información de alimentación saludable, la importancia de descanso y la práctica de ejercicio físico.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Computador</li> </ul>	<p>\$100</p>
<p>Crear un plataforma empresarial de comunicación interactiva para que los trabajadores puedan realizar consultas en caso de necesitar, a especialista de seguridad y salud, médico o psicólogo de la empresa</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computador</li> <li>• Diseñador de plataforma</li> </ul>	<p>\$550</p>



GRACIAS