



UNIVERSIDAD INTERNACIONAL SEK

FACULTAD DE CIENCIAS DEL TRABAJO Y DEL COMPORTAMIENTO HUMANO

Trabajo de fin de carrera titulado:

**“EVALUACIÓN DE CARGA MENTAL EN DOCENTES A TIEMPO COMPLETO DE UNA
UNIVERSIDAD PRIVADA DE LA CIUDAD DE QUITO, EN EL PERÍODO ACADÉMICO
2020-3, EN EL MARCO DEL COVID-19”**

STEPHANIE RUSSO

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

◇ Carga mental:

Los efectos de las tareas que realizan.

Factores externos a las tareas.

- ◇ COVID-19
- ◇ Teletrabajo
- ◇ Clases Virtuales
- ◇ Falta de conocimiento
- ◇ Aislamiento Social
- ◇ Herramientas Tecnológicas
- ◇ Riesgos Psicosociales
- ◇ Doble presencia

“

OBJETIVOS

Objetivo general

Evaluar los riesgos psicosociales de los docentes a tiempo completo en una universidad privada de la ciudad de Quito, en el periodo académico 2020-3, en el marco del COVID-19.

Objetivos específicos

- 1.- Establecer el perfil sociodemográfico y laboral de los docentes para conocer los diferentes rasgos de la población analizada.
- 2.- Valorar los riesgos psicosociales, utilizando la metodología de evaluación F-PSICO Versión 3.1.
- 3.-Diseñar un plan de acción para atenuar la carga mental de los docentes.



JUSTIFICACIÓN

- ◇ Estudios Realizados
- ◇ Consecuencias





- Constitución
- Ley orgánica de educación superior
- Ministerio de trabajo
- Reglamento de carrera y escalafón del profesor e investigador del sistema de educación superior
- Normativa transitoria para el desarrollo de actividades académicas en las instituciones de educación superior. (IES)

MÉTODO

Población

- ◇ La presente investigación se aplicó a los docentes que laboran en una Universidad privada de la ciudad de Quito.

Muestra

- ◇ Dentro de esta población se escogió una muestra representativa la misma consta de 19 docentes que laboran a tiempo completo en la Facultad de Ciencias del Trabajo y Comportamiento Humano



Criterios de Inclusión

- ◇ Académicos, de condición laboral a tiempo completo con carga horaria de 40 horas semanales.
- ◇ Sin condición predeterminada en relación al número de participantes de cada sexo, edad y tiempo laborando en la institución.
- ◇ Aceptación positiva para la realización del cuestionario.

Criterios de Exclusión


- ◇ Docentes que durante el período de recopilación de datos para el estudio se encontraren con permiso, vacaciones o incapacitados.
- ◇ Docentes que no acepten participar.
- ◇ Personal administrativo y de servicios.

Criterios de sustitución:

- ◇ De no completarse el número estimado de la población para la recolección de datos, se podrá sustituir hasta un 30% con docentes laborando a medio tiempo (20 horas semanales) o con docentes honorarios que cumplan hasta 12 horas de clases semanales.



METODOLOGÍA

- 
- ◆ **Encuesta:** Cinco preguntas de opción múltiple enfocadas en el teletrabajo. Estas preguntas han sido recopiladas de un artículo denominado Teleeducación y COVID-19 (2020)

Método FPSICO 3.1

- ◆ Tiempo de Trabajo
- ◆ Autonomía
- ◆ Carga de Trabajo
- ◆ Demandas Psicológicas
- ◆ Variedad/ Contenido de Trabajo
- ◆ Supervisión y participación
- ◆ Interés por el trabajador/ Compensación
- ◆ Desempeño de Rol
- ◆ Relaciones y apoyo Social

- ◆ **Encuesta Sociodemográfica** objetivo conocer de las características de la población evaluada.





RESULTADOS

- ◇ Carga de trabajo: presenta una mayor incidencia en el sexo femenino.
- ◇ El 63,2% de los docentes considera que no han recibido las condiciones necesarias para proporcionar un proceso de enseñanza- aprendizaje adecuado.
- ◇ Factor de demanda psicológica: se evidencia que el 85,7% de las mujeres presenta riesgo psicológico debido a la demanda emocional y psicológica que se encuentran enfrentando
- ◇ Factor de riesgo variedad/ contenido de trabajo: Los docentes demostraron que, a pesar de que existe un cambio rápido en la metodología de enseñanza que ha generado varias dificultades para adaptarse a la nueva modalidad.





- ◇ Interés por el trabajador /compensación: Al evidenciar que existe en las docentes un 43% y en los docentes un 50% se comprueba que, independientemente del sexo, existe preocupación generalizada por la estabilidad y el desarrollo profesional y laboral dentro de la universidad.
- ◇ Desempeño del Rol: se evidenciaron porcentajes altos en los docentes que sienten que no existe una valoración por parte de los superiores.
- ◇ Relaciones y apoyo social: a pesar de existir varios canales de comunicación, no se ha logrado establecer una comunicación adecuada indispensable especialmente en esta época de aislamiento social.
- ◇ Carga de trabajo: se evidenciada en los docentes de género masculino (8%) y femenino (29%), y demuestra que el riesgo en el factor de autonomía, en general no es elevado.
- ◇ Relaciones y apoyo social: Se observa la presencia de este riesgo en las docentes mujeres con un porcentaje del 71% y en hombres del 67%.

PLAN DE INTERVENCIÓN

Mediante la aplicación de la metodología FPSICO 3.1, elaborada por el INSHT, se deduce que los factores que presentan niveles de riesgo desde moderados hasta muy elevados son los siguientes:

- ❖ Carga de Trabajo: 11% riesgo moderado, 16% riesgo elevado y el 47% riesgo muy elevado.
- ❖ Participación y supervisión: 5% riesgo moderado, 32% riesgo elevado y el 37% presenta un riesgo muy elevado.

Factores de riesgo	Acciones por realizar	Porcentaje	Objetivo	Actividades	Herramientas, metodologías y recursos	Temporalidad de intervención y aplicació	Presupuesto	Responsables	Medios de verificación
Participación / Supervisión (PS) Carga de Trabajo (CT)	Riesgo muy elevado	-Participación / Supervisión (PS): 5% riesgo moderad. 32% riesgo elevado. 37% presenta un riesgo muy elevado. - Carga de Trabajo (CT); 11% riesgo moderado. 16% riesgo elevado. 47% riesgo muy elevado.	Disminuir el riesgo elevado presente en los factores de carga de trabajo (carga mental), participación y supervisión.	Difundir entre los docentes la necesidad de reconocer los peligros y riesgos psicosociales que pueden existir en el teletrabajo.	Charlas Talleres Conversatorios con preguntas via online, mediante la utilizacion de las Plataformas Digitales (Teams o Zoom) Correos	Inmediato	A determinar	Unidad de Talento Humano	Actas de Reunión
				Asignar una hora semanal, via on line, con el objeto de recreación que ayude a distender las tenciones provocadas por los cambios metodológicos y la presencia de la pandemia	Mediante la utilizacion de las Plataformas Digitales (Teams o Zoom)	Periodocas	A determinar	Asociación de profesores	Actas de Reunión
				Brindar asistencia terapeutica, via on line, a los docentes que requieran a través del área de psicología de la Universidad.	Mediante la utilizacion de las Plataformas Digitales (Teams o Zoom)	Inmediato	A determinar	Unidad de Psicología	Informes Técnicos
				Brindar apoyo a los docentes que han sufrido perdidas familiares producto de la pandemia.	Mediante la utilizacion de las Plataformas Digitales (Teams o Zoom)	Inmediato	A determinar	Unidad de Psicología	Informes Técnicos

Factores de riesgo	Acciones por realizar	Porcentaje	Objetivo	Actividades	Herramientas, metodologías y recursos	Temporalidad de intervención y aplicación	Presupuesto	Responsables	Medios de verificación
Participación / Supervisión (PS) Carga de Trabajo (CT)	Riesgo muy elevado	-Participación / Supervisión (PS): 5% riesgo moderad. 32% riesgo elevado. 37% presenta un riesgo muy elevado. - Carga de Trabajo (CT); 11% riesgo moderado. 16% riesgo elevado. 47% riesgo muy elevado.	Disminuir el riesgo elevado presente en los factores de carga de trabajo (carga mental), participación y supervisión.	Fomentar la comunicación y apoyo entre los grupos de trabajo y los jefes directos de cada área.	Charlas Talleres Conversatorios con preguntas via online mediante la utilización de las Plataformas Digitales (Teams o Zoom) Mensajes	Permanentes	A determinar	Asociación de profesores	Informes Técnicos
				Establecer horarios fijos en relación a la jornada laboral con inicio y fin.	Comunicación mediante la utilización de las Plataformas Digitales (Teams o Zoom)	Inmediato	A determinar	Área de Talento Humano	Informes Técnicos
				Proporcionar tiempos de descanso y tiempos establecidos de almuerzo.	Comunicación Mediante la utilización de las Plataformas Digitales (Teams o Zoom)	Inmediato	A determinar	Asociación de profesores	Informes Técnicos
				Fomentar las actividades de ocio como realizar ejercicio, leer, realizar juegos entre familia.	Plataformas Informativas Correos	Permanentes	A determinar	Área de comunicación	Campañas informativas en redes sociales

Factores de riesgo	Acciones por realizar	Porcentaje	Objetivo	Actividades	Herramientas, metodologías y recursos	Temporalidad de intervención y aplicación	Propuesta de control	Responsables	Medios de verificación
Participación / Supervisión (PS) Carga de Trabajo (CT)	Riesgo muy elevado	-Participación / Supervisión (PS): 5% riesgo moderad. 32% riesgo elevado. 37% presenta un riesgo muy elevado. - Carga de Trabajo (CT); 11% riesgo moderado. 16% riesgo elevado. 47% riesgo muy elevado.	Disminuir el riesgo elevado presente en los factores de carga de trabajo (carga mental), participación y supervisión.	Dentro del espacio de trabajo es necesario proporcionar una area especifica para realizar el teletrabajo.	Comunicación mediante la utilizacion de las Plataformas Digitales (Teams o Zoom)	Inmediato	A determinar	Unidad de Seguridad y Salud	Informes Técnicos
				Involucrar a los docentes en las decisiones relativas a la metodologia y el uso de nuevas tecnologias.	Charlas Talleres Conversatorios con preguntas via online mediante la utilizacion de las Plataformas Digitales (Teams o Zoom)	Inmediato	A determinar	Asociación de profesores	Actas de Reunión
				Brindar capacitacion permanente a los docentes en el uso de herramientas tecnologicas vinculadas a la teleeducación y al teletrabajo.	Charlas Talleres Conversatorios con preguntas via online mediante la utilizacion de las Plataformas Digitales (Teams o Zoom)	Inmediato	A determinar	Área de sistemas	Informes Técnicos
				Organizar y celebrar una vez por semana charlas y- o talleres con el propósito de identificar herramientas y estrategias para enfrentar la época de pandemia, lo cual demostrarían el interés institucional por sus colaboradores.	Charlas Talleres Conversatorios con preguntas via online mediante la utilizacion de las Plataformas Digitales (Teams o Zoom)	Permanente	A determinar	Unidad de Psicología	Actas de Reunión

Factores de riesgo	Acciones por realizar	Porcentaje	Objetivo	Actividades	Herramientas, metodologías y recursos	Temporalidad de intervención y aplicación	Propuesta de control	Responsables	Medios de verificación
Participación / Supervisión (PS) Carga de Trabajo (CT)	Riesgo muy elevado	-Participación / Supervisión (PS): 5% riesgo moderad. 32% riesgo elevado. 37% presenta un riesgo muy elevado.	Disminuir el riesgo elevado presente en los factores de carga de trabajo (carga mental), participación y supervisión.	Evaluar la carga de trabajo de los docentes, con el fin de equilibrar la distribución de tareas y aliviar los efectos de la carga mental.	Mediante la utilización de metodologías de evaluación apropiadas. Encuestas específicas y elaboración de diagnóstico. Aplicación de recomendaciones	Inmediato	A determinar	Área de Talento Humano	Informes Técnicos
		- Carga de Trabajo (CT); 11% riesgo moderado. 16% riesgo elevado. 47% riesgo muy elevado.		Difundir entre los docentes las diferentes metodologías que se utilizan en universidades extranjeras enfocadas a la educación virtual.	Conversatorios con preguntas vía online mediante la utilización de las Plataformas Digitales (Teams o Zoom)	Inmediato	A determinar	Asociación de Profesores	Actas de Reunión Campañas informativas
		Conformar un grupo de trabajo que analice las ventajas y desventajas de la teleeducación y del teletrabajo con el propósito de mitigar las deficiencias y dificultades y fortalecer los aspectos positivos.		Decisión de las autoridades. Integración de grupo. Elaboración de informe. Difusión de resultados Conversatorio final en línea.	Inmediato	A determinar	Unidad de Seguridad y Salud	Informes Técnicos	

Factores de riesgo	Acciones por realizar	Porcentaje	Objetivo	Actividades	Herramientas, metodologías y recursos	Temporalidad de intervención y aplicación	Propuesta de control	Responsables	Medios de verificación
Participación / Supervisión (PS) Carga de Trabajo (CT)	Riesgo muy elevado	-Participación / Supervisión (PS): 5% riesgo moderado. 32% riesgo elevado. 37% presenta un riesgo muy elevado. - Carga de Trabajo (CT); 11% riesgo moderado. 16% riesgo elevado. 47% riesgo muy elevado.	Disminuir el riesgo elevado presente en los factores de carga de trabajo (carga mental), participación y supervisión	Elaboración y aplicación de encuesta. Determinación de diagnóstico y resultados. Aplicación de recomendaciones y seguimiento.	Plataforma informativa Correos	Permanente	A determinar	Área de comunicación.	Campañas informativas
				Realizar campañas sobre el consumo de alcohol, tabaco y drogas.	Charlas Talleres Conversatorios con preguntas via online mediante la utilización de las Plataformas Digitales (Teams o Zoom)	Periodicas	A determinar	Área de comunicación Unidad de seguridad y salud.	Actas de Reunión
				Capacitaciones para los docentes con el objetivo de mejorar la metodología utilizada en las clases virtuales	Charlas Talleres Conversatorios con preguntas via online mediante la utilización de las Plataformas Digitales (Teams o Zoom)	Inmediato	A determinar	Asociación de profesores	Actas de Reunión



GRACIAS!

