



Maestría en Salud y Seguridad Ocupacional

Proyecto de Titulación asociado al Programa de Investigación de Seguridad y Salud en el Trabajo, línea Condiciones de trabajo y diagnóstico de Salud y Seguridad Ocupacional

ESTRÉS LABORAL DURANTE LA COVID-19: A PROPÓSITO DE UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA

MAESTRANTE

Juan Carlos Quiranza Montalvo
jcquiranza.mprl@uisek.edu.ec

DIRECTOR/A

Yolis Yajaira Campos Villalta
yolis.campos@uisek.edu.ec

Fecha: 17 marzo de 2021

RESUMEN

Objetivo: Se propone como objetivo principal recolectar información científica que permita el análisis del estrés laboral durante la actual pandemia COVID-19, para lo cual se aborda una metodología de fuentes primarias para ver el estado del arte. **Método:** revisión sistemática cualitativa de búsqueda de artículos científicos obtenidas de base de datos científicas, aplicando la metodología prisma. **Resultados:** se recuperaron 200 artículos científicos, en español e inglés, considerándose la calidad de la investigación, fecha publicación (2015 al 2020), comprobabilidad de la información, excluyendo los artículos científicos duplicados, obteniendo 29 investigaciones, codificadas en una lista maestra.

Conclusión: El estrés laboral, tiene mayor impacto con la presente pandemia COVID-19, por todo el contexto actual, fake news, nuevas formas de trabajo, aislamiento social, manejo de nuevas tecnologías, reducción de salarios, mostrándose mayor afectación de los trabajadores de servicios críticos, considerados como trabajadores de primera línea.

La investigación científica disponible de la COVID-19 relacionada con el estrés laboral arroja gran cantidad de información, siendo necesario sintetizar la evidencia científica, que proporcione un alto nivel de calidad, permitiendo generar nuevas hipótesis de investigación, identificar aspectos no estudiados o utilizarla como herramienta para la toma de decisiones en el ámbito de la salud laboral.

Palabras clave:

Estrés laboral, COVID-19, revisión sistemática, agotamiento profesional, despersonalización

ABSTR ACT

Objective: Therefore, it is proposed to collect scientific information on work stress during the current pandemic, through a systematic review to see the state of the art. **Method:** qualitative systematic review of search of scientific articles obtained from scientific databases, applying the prism methodology. **Results:** 200 scientific articles were recovered, in Spanish and English, considering the quality of the research, publication date (2015 to 2020), verifiability of the information, excluding duplicate scientific articles, obtaining 29 investigations, coded in a master list. **Conclusion:** Work stress has a greater impact with the current COVID-19 pandemic, due to the entire current context, fake news, new forms of work, social isolation, management of new technologies, reduction of wages, showing a greater impact on workers in critical services, considered as frontline workers.

The scientific research available on COVID-19 related to work stress yields a large amount of information, making it necessary to synthesize scientific evidence, which provides a high level of quality, allowing the generation of new research hypotheses, identifying aspects not studied or using it as a tool for decision-making in the field of occupational health.

Keywords:

Occupational Stress, Coronavirus Infections, Systematic review, Burnout Professional, depersonalization.

Introducción

El 31 de diciembre de 2019 en la República Popular China, la comisión Municipal de Salud de Wuhan menciona casos de neumonía vírica, argumentando neumonía de causa desconocida, varias autoridades de salud del mundo se contactan con la Organización Mundial de la Salud (OMS), solicitando información adicional, el 4 de enero de 2020 la OMS publica la existencia de un conglomerado de casos de neumonía sin víctimas mortales en Wuhan, provincia de Hubei, iniciando las investigaciones para determinar las causas. Las autoridades chinas comprueban que el brote es provocado por un nuevo coronavirus, ocurriendo el primer deceso el 11 de enero 2020. El primer caso fuera de la República Popular China, se registra en Tailandia y, la OMS expone al nuevo coronavirus como transmisible entre seres humanos, declarando la pandemia como COVID-19 ¹.

“Actualmente, el mundo está afrontando la primera pandemia global de la historia”², ocasionando la adopción de estrictas medidas de confinamiento domiciliario, cambiando los estilos de vida y condiciones de empleo de millones de personas. En Ecuador las medidas de bioseguridad implementadas, por las autoridades son acatadas de forma irregular por la población, adoptando condiciones de empleo atípicas, como teletrabajo, tiempo parcial, reducción o incremento de la jornada laboral, esto último se visualiza principalmente en los profesionales de la salud, y muchos otros han perdido el empleo como consecuencia del cierre de empresas, generando un incremento de los riesgos psicosociales, como el estrés laboral.

La salud, es definida por la OMS, como “un estado de completo bienestar físico mental y social y no solo la ausencia de afecciones o enfermedades”³.

Mientras el “estrés laboral se conceptualiza como una respuesta fisiológica, psicológica o conductual para adaptarse a presiones en el entorno u organización en el trabajo, intentando recuperar la homeostasis”⁹, comportándose de forma diferente en cada individuo, dependiendo de varios aspectos, personales, económicos, emocionales y sociales ¹⁰.

La COVID-19, es un suceso estresante que amenaza la vida de millones de personas, desencadenando sintomatología psicofisiológica, como agotamiento, despersonalización, falta de realización personal, depresión, bien por el incremento de la jornada laboral, la redistribución de las tareas, la sobrecarga de trabajo o cualquier otro factor, que está ocasionando un mayor riesgo de suicidios⁷. Sin embargo, no todos los trabajadores

experimentan el mismo impacto emocional, considerando que algunos cuentan con herramientas psicológicas para manejar situaciones adversas, mientras que otros, con mayor vulnerabilidad tienen mayor propensión a padecer trastornos psicológicos⁴⁻⁵.

Los trabajadores que desarrollan estrés laboral, probablemente laboran en entornos que exigen una mayor demanda psicológica, dificultando su adaptación. Una encuesta realizada por la EU-OSHA, refiere que 8 de cada 10 europeos consideran que el estrés laboral se incrementará en los próximos 5 años, por su parte, la OMS y la OIT (Organización Internacional del Trabajo) señalan este flagelo como la epidemia del siglo XXI ⁶.

La OMS también considera que la salud de los trabajadores se verá afectada por las nuevas condiciones de empleo e inseguridad, pudiendo desencadenar trastornos depresivos, como miedo, frustración, insomnio, culpa, incluso, estrés postraumático¹³.

Sin dejar a un lado, el aislamiento social, la inestabilidad laboral o la pérdida de un ser querido, generadoras de problemas de salud mental, reflejado principalmente en la población con bajo nivel socio económico¹².

Estos efectos adversos se exacerbarán, mientras la pandemia se prolongue, por el sedentarismo, la adopción de hábitos alimenticios poco saludables, cambios en los patrones de sueño, consumo de tabaco, abuso de alcohol y drogas, entre otros⁸.

De igual forma es notorio el sector laboral, también se ha visto severamente afectado, representando un reto tanto para las empresas como para sus trabajadores, generando mayores niveles de estrés laboral, bien por la ausencia de procedimientos claros de bioseguridad, falta de correspondencia salarial, y, sobrecarga de trabajo. La fuerte crisis económica, ha ocasionado una reducción de los salarios, el cierre de varias empresas y consecuente despidos a trabajadores, constituyendo un importante factor de predicción para el desarrollo de trastornos mentales y de estrés¹¹.

Según el sector económico, muchos trabajadores mantuvieron el trabajo presencial, sometiéndose a mayores factores estresantes, por el riesgo de contagio, la dificultad de movilización, el incumplimiento de las normas de bioseguridad en muchos lugares de trabajo, la inseguridad social, entre otros aspectos¹⁰. Otros, adoptaron la modalidad del teletrabajo, teniendo que adaptarse a laborar en medios virtuales, generando incertidumbre por el uso de la tecnología y la distribución del tiempo para lograr conciliar la obligaciones laborales y domésticas.

El estrés laboral ocurre cuando el entorno exige mayor capacidad de la persona volviéndose más difícil la adaptación, desencadenado en tensión física y psicológica¹³; los profesionales de la salud, denominados de primera línea, manifiestan que producto de la COVID-19 sufrieron una modificación de su jornada laboral (26%), otros refieren modificación en la misma (30%) y la población trabajadora en general (70%) refiere una reducción en su jornada, considerando, además que su nivel de estrés laboral alcanza una puntuación de 7-8 puntos, en una escala de 1 al 10¹⁴. En USA, se observa un exceso en el consumo de alcohol, aumentando las ventas en un 55%, asimismo se observa un incremento de cuadros depresivos en adultos mayores, confusión, ira, suicidios y trabajadores migrantes presentan mayor prevalencia en síntomas de estrés¹⁵⁻²⁰.

Por su parte, los docentes experimentan estrés laboral por miedo a enfermarse o perder su trabajo de cerrar la enseñanza online, por la baja interacción social, la ambigüedad de roles, la organización de las clases en el entorno virtual, la falta de apoyo tecnológico y la falta de gestión organizativa; también ha aumentado la ansiedad y la tensión, ligada el síndrome de burnout²¹⁻²²⁻²³.

La población trabajadora en general con salarios relativamente bajos, presentan frustración, sobre carga emocional y sobrecargo de horas de trabajo, desencadenando altos niveles de estrés, sin embargo, paradójicamente, estos niveles de estrés son mayores en empleados jóvenes de 21 a 40 años, quizás por presentar dificultades para adaptarse a las necesidades reales del puesto de trabajo¹⁶⁻¹⁸⁻²⁰.

En Hong Kong la tasa de suicidios en la población trabajadora aumentó significativamente en adultos mayores, aumentó la ansiedad (30%), en los grupos vulnerables durante el pico de la pandemia se descubrieron niveles elevados de estrés y trastornos mentales subnormales en el 40% de 994 participantes encuestados, 13% con depresión, 12% Insomnio¹⁷.

Los avances científicos acontecidos en los últimos años, ponen a disposición una gran cantidad de información, siendo complejo la lectura de toda, por lo cual, surge la necesidad de sintetizar la evidencia científica en relación a la COVID-19; el estrés laboral que esto ha desencadenado en la población trabajadora.

La aplicación del método científico para la realización de una revisión sistemática concerniente al tema, proporcionará un nivel de evidencia con altos estándares de calidad, pudiendo, además, generar nuevas hipótesis de investigación, identificar aspectos no estudiados o utilizarse como herramienta para la toma de decisiones en el ámbito de la salud laboral⁴⁻⁵.

En tal sentido, la presente investigación se propone realizar una revisión exploratoria de la literatura científica que permita la

identificación de los factores que contribuyen al estrés laboral durante la pandemia COVID-19.

Método

Se realizó una revisión sistemática cualitativa de artículos científicos originales en los idiomas de inglés y español, sobre estrés laboral durante la actual pandemia COVID-19, con un máximo de 5 años de antigüedad, publicados en revistas indexadas en las principales bases de datos: Scopus, Pub Med, Lilacs, Scielo, Google Scholar, ILO, DeCS.

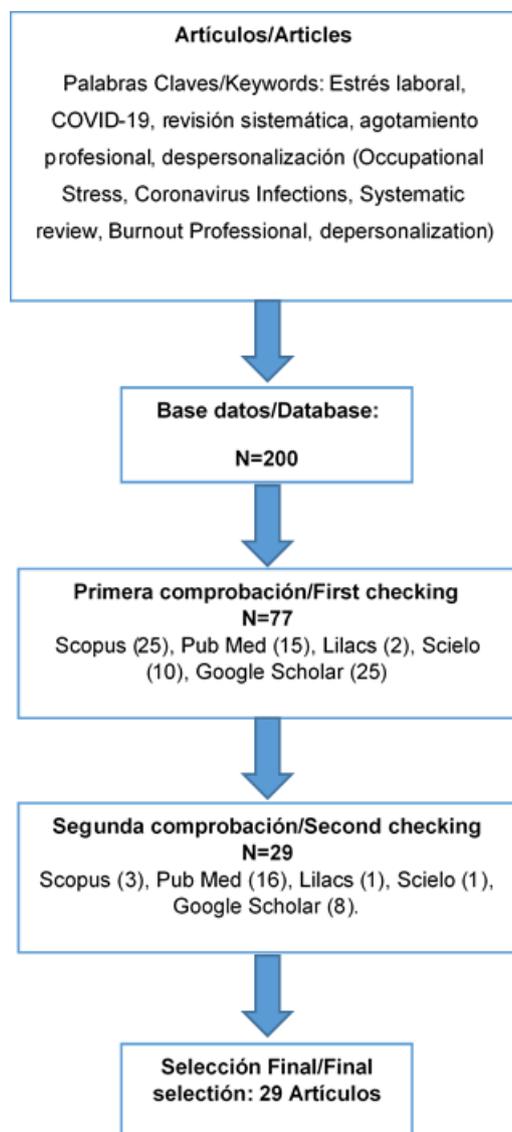
Utilizando como descriptores de búsqueda; pandemic, health, systematic review, estrés, salud, teletrabajo, occupational stress, burnout professional recuperando 200 artículos.

Terminada la búsqueda, se realizó la revisión primaria donde se verificaron los artículos que contenían información sobre estrés laboral durante la pandemia COVID-19. Obteniéndose un total de 77 artículos: Scopus (25), Pub Med (15), Lilacs (2), Scielo (10), Google Scholar (25).

En una segunda revisión se identificaron aquellos artículos científicos que se encontraran duplicados en varias bases de datos de forma simultánea, quedando seleccionados 29 artículos, distribuidos de la siguiente forma: Scopus (3), Pub Med (16), Lilacs (1), Scielo (1), Google Scholar (8).

En la siguiente fase, se revisó nuevamente cada uno de los artículos depurados, codificando una lista maestra, para lograr un aporte objetivo de la síntesis de información del estrés laboral durante la pandemia COVID-19.

Gráfico 1. Diagrama de flujo de revisión sistemática del estrés laboral durante la pandemia COVID-19.



Resultados

El estrés laboral; se produce por un proceso de adaptación ante las demandas o exigencias del entorno laboral, pueden llegar a ser desbordantes para el individuo. Demostrándose en un estudio realizado en hospitales ecuatorianos en profesionales de la salud en una población de 84 trabajadores, conformada por 33.3% hombres y 66.7% mujeres, en edades entre los 33 a 42 años, dividida en dos grupos, Grupo 1 asintomáticos (69%), Grupo 2 sintomáticos (31%), encontrándose diferentes niveles de estrés; leve (56.7%), moderado (30.8%), severo (11.5%) en el grupo sintomático⁸.

En la Región de Murcia se aplicó una encuesta a 264 residentes entre ellos, profesionales de primera línea: "servicio médico, servicios de protección", donde el 30% manifiesta modificación o aumento de su jornada, 70% reducción de la misma y, basándose

en una escala de percepción subjetiva los encuestados reportan síntomas de estrés laboral con un puntaje de 7-8 puntos, en una escala del 1 a 10¹⁴.

Un importante grupo de médicos principalmente varones, por la falta de correspondencia salarial, alta carga de trabajo (superior a las 48 horas/semana), priorizan el trabajo sobre sus necesidades personales, evitando mostrar signos de debilidad, cansancio o temor, siendo quienes menos buscan apoyo para afrontar el estrés laboral³.

Por motivos económicos, laboran en varios lugares, pudiendo incrementar los niveles de estrés, afectando su vida personal y familiar, presentando insatisfacción laboral, falta de realización personal e incluso laboral, esto último, se presenta al no poder brindar tratamientos adecuados a los pacientes con COVID-19²³. Al analizar el nivel de auto eficacia profesional entre docentes y personal sanitario, el 7% de los docentes universitarios obtienen indicadores altos de agotamiento, 13% afronta sensación de ineficacia, 24% declara estar satisfecho con su eficacia, 19% considera contar con altos niveles de eficacia; el personal sanitario, 11% reporta alta eficacia y 20% considera baja su eficacia, además, aquellos con menos recursos para atender a los enfermos COVID-19, mostraron desconfianza en el sistema de salud pública¹⁶.

Esta situación se vio reflejada en docentes, quienes adoptaron medios virtuales como herramienta pedagógica para el cumplimiento de los programas educativos; generando en ellos estrés, agotamiento, ansiedad, incertidumbre, por el bajo conocimiento en trabajar por convergencia de medios la falta de apoyo de las instituciones¹⁸⁻²².

Sin embargo, aquellos docentes que contaron con mayor apoyo institucional, reportaron ser eficaces en su trabajo y, experimentaron niveles de estrés laboral más bajo²¹.

Una encuesta aplicada en diferentes estados mexicanos a 720 personas reveló desiguales niveles de estrés laboral, entre muy leves (1%-20%), leves (21%-40%), moderados (41%- 60%), fuertes (61%-80%), muy fuertes (81% -100%)¹⁰.

Las nuevas condiciones de empleo, impactan negativamente la calidad de vida de los trabajadores, el crecimiento económico de las empresas, reportando también bajas laborales ligadas directamente al estrés (28%), el 14,3% de los hombres y 20,4% de las mujeres señalan tener estrés laboral, el 82,1% consideran que su trabajo se agravó en esta pandemia, no obstante, solo el 44,4% acude a consulta¹⁹.

En la encuesta global COVIDiSTRESS Global Survey, aplicada en la población trabajadora mexicana, recopila información sobre el impacto psicológico y conductual de la COVID-19, reflejando niveles altos de estrés laboral, al compararse con 56 países,

demonstrando dentro de sus resultados que, pertenecer al sexo femenino es un factor de mayor estrés en ese país ²⁴.

El estrés laboral se refleja en tres dimensiones, primer lugar agotamiento emocional, segundo lugar aislamiento, tercer lugar cambio de modalidad de trabajo o realizar labores domésticas ².

En cuanto al perfil sociodemográfico, las mujeres y personas jóvenes con educación básica, presentan mayores niveles de estrés laboral; reportando angustia e incertidumbre, pérdida del sueño, tristeza, y ansiedad, entre otros. No obstante, los trabajadores con mayor nivel de instrucción (tercer nivel y cuarto nivel), cuentan con mejores herramientas para enfrentar los factores estresores en el lugar de trabajo ¹¹.

En los estudios de impacto de la pandemia COVID-19, los participantes presentan altos niveles de angustia, síntomas de ansiedad, depresión, trastornos de adaptación, estrés postraumático, consumo nocivo de alcohol, reportando mayores niveles de estrés laboral, principalmente en aquellos trabajadores migrantes ¹⁵.

Un estudio de Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21) aplicado a 1210 personas en China, señala que el miedo a lo desconocido e incertidumbre conduce a desarrollar enfermedades mentales, estrés laboral, somatización, ansiedad, depresión, aumento en el consumo de alcohol y tabaco. Presentando síntomas depresivos (16.5%), de ansiedad (28.8%) y, de estrés laboral (8.1%), todos de moderada a grave intensidad ⁶.

El mismo método (DASS-21) aplicado a la Comunidad Autónoma Vasca en una muestra de 976 personas (792 mujeres y 184 hombres), mostro niveles de depresión, ansiedad, o estrés laboral en el 14.7% de los estudiados, mientras que el 85.1% no refirió ninguna alteración ⁶.

En una población de 687 profesionales, conformada por médicos (n=182), enfermeras (n= 221), estudiantes (n=43), docentes y personal administrativo (n=60), profesionales de finanzas (n=135), agricultores (n=26) y, otras profesiones (n=20), se observó un incremento en la depresión (17,9%), ansiedad (30,3%) y estrés laboral (13,7%). Los profesionales de finanzas por contar con una carga horaria de 8 a 12 diarias, no reporto la sintomatología mencionada. El personal médico resulto el grupo más vulnerable a la depresión y los estudiantes a la ansiedad¹⁷.

Tabla 1. Tabla de Resultados

Tabla de resumen de Resultados

Autor	Título	Fecha de Publicación	Tipo de Estudio	Revista	Objetivo	Resultados
Mayorga Aldáz E, Rivera Escobar M, Pacheco Mayorga N, Olivarez Yaguar M ⁸ .	Efectos del estrés ocupacional en trabajadores de salud por pandemia coronavirus en hospitales ecuatorianos	12/7/2020	Observacional Descriptivo Transversal	Dilemas contemporáneos: Educación Política y Valores	Determinar el impacto psicofísico en la salud de los profesionales que tratan a pacientes con COVID-19.	Estudio realizado en hospitales ecuatorianos en profesionales de la salud en una población de 84 trabajadores 33.3% hombres y 66.7% mujeres, con un intervalo de edad de 33 a 42 años. Dividiéndose en dos grupos, Grupo 1 (asintomáticos) con el 69%, Grupo 2 (sintomáticos) con el 31%. Donde los participantes del grupo 2 presentan diferentes niveles de estrés; leve (56.7%), moderado (30.8%) y severo (11.5%).
A. Sánchez D, Madrigal Laguía P, Serrano Porta S, Guardiola Olmos J, Cañadilla Ferreira M ¹⁴ .	Análisis de la actividad laboral de los profesionales sanitarios en formación de la Región de Murcia ante la pandemia por COVID-19	4/5/2020	Estudio Transversal	Revista Española de Educación Médica	Analizar la situación laboral de los profesionales en formación del Servicio Murciano de Salud (SMS) ante el estado de emergencia sanitaria española (BOE Orden SND/232/2020) decretado por la pandemia del nuevo coronavirus 2019-nCoV.	En la Región de Murcia se aplicó una encuesta a 264 residentes entre ellos profesionales de primera línea "servicio médico, servicios de protección", el 30% manifiesta modificación o aumento de su jornada, 70% reducción de jornada. Basándose en una escala de percepción subjetiva presentan síntomas de estrés laboral con puntaje de 7-8 puntos, en una escala del 1 a 10.
Zaluska U, Kwiatkowska D, Slazyk-Sobol ¹⁶ .	Burnout Syndrome as the Example of Psychological Costs of Work – Empirical Studies among Human-Oriented Professions in Poland	19/8/2020	Estudio Transversal	Ibima Publishing	Medir la percepción y conocimiento sobre el fenómeno del burnout entre los profesionales que trabajan en contacto con pacientes, clientes, estudiantes y alumnos.	Al analizar el nivel de auto eficacia profesional entre docentes y personal sanitario. donde 7% de docentes universitarios declaran un alto índice de agotamiento, 13% se enfrenta a una sensación de ineficacia, 24% declara estar satisfecho con su eficacia, 19% cree que su nivel de eficacia es alto. El 11% del personal sanitario considera alta su eficacia, 20% considera baja su eficacia y aquellos con menos recursos para atender a los enfermos COVID-19, mostraron desconfianza en el sistema de salud pública.
Muñoz-Fernández SI, Molina-Valdespino D, Ochoa-Palacios R, Sánchez-Guerrero O, Esquivel-Acevedo A ³ .	Estrés, respuestas emocionales, factores de riesgo, psicopatología y manejo del personal de salud durante la	22/5/2020	Estudio Descriptivo	Acta pediátrica Mex	Describir las reacciones emocionales esperadas ante la COVID-19, los factores individuales protectores y de riesgo, la patología psiquiátrica y las distintas intervenciones que pueden efectuarse en apoyo de las diversas reacciones.	Debido a la falta de correspondencia salarial, la alta carga laboral, superior a 48 horas/semana, un importante número de médicos, principalmente hombres, priorizan el trabajo sobre sus necesidades personales, evitando mostrar signos de debilidad, cansancio o temor, siendo quienes menos buscan apoyo para afrontar el estrés laboral.

	pandemia por COVID-19					
Arturo BM ¹⁰ .	El estrés de pandemia (COVID 19) en población mexicana	1/6/2020	Correlacional, Transversal, y no experimental	Centro de estudio clínica e investigación psicoanalítica	Estudio del estrés de pandemia, mediante dos fases de trabajo: En la 1° fase se construye y se obtiene la confiabilidad y evidencia de validez del Inventario SISCO del Estrés de Pandemia; 2° fase se establece el perfil descriptivo del estrés de pandemia en población mexicana y su relación con 5 variables sociodemográficas: sexo, edad, actividad principal que realiza, nivel máximo de estudios y estado de la república donde vive.	Se aplica encuesta a 720 personas radicadas en varios estados mexicanos, reportando diferentes niveles de estrés laboral, muy leve (1%-20%), leve (21%-40%), moderado (41%- 60%), fuerte (61%-80%), muy fuerte (81% -100%).
Juarez B ²⁴ .	Burnout y pandemia: COVID-19, el virus que también quema laboralmente	05/07/2020	Estudio de caso	Capital Humano	Medir el desgaste profesional, niveles de estrés y sobrecarga laboral en México	Se aplica la encuesta global de COVIDiSTRESS Global Survey en la población trabajadora mexicana, la cual recopila información sobre el impacto psicológico y conductual de la COVID-19, reportando niveles altos de estrés laboral, al compararse con 56 países, resaltando dentro de sus resultados que, pertenecer al sexo femenino es un factor de mayor estrés en ese país.
Ovidiu Panisoara I, Lazar I, Panisoara G, Chirca R, Simona Ursu A ²¹ .	Motivation and Continuance Intention towards Online Instruction among Teachers during the COVID-19 Pandemic: The Mediating Effect of Burnout and Technostress	30/10/2020	Estudio Transversal	Environmental Research and Public Health	Investigar los efectos complementarios de las motivaciones y de las respuestas efectivas en relación con intención de continuar con la enseñanza en línea por parte de los profesores.	Los profesores que se consideran más eficaces en sus actividades laborales son los que tienen mayor apoyo institucional, experimentando menores niveles de estrés.
Gómez Dávalos NR, Rodríguez Fernández P ²² .	Estrés en docentes en el contexto de la pandemia de covid-19 y la educación, FENOB UNA - FILIAL coronel Oviedo	1/6/2020	Observacional, Descriptivo, Transversal con enfoque Cuantitativo	Academic Disclosure UNA FENOB	Medición del estrés percibido durante el periodo de cuarentena por la pandemia de COVID-19 en docentes de la Facultad de Enfermería y Obstetricia de la Universidad Nacional de Asunción, Filial Coronel Oviedo	Las disposiciones para los docentes de adoptar medios virtuales como herramientas pedagógicas y el cumplimiento con el desarrollo de los programas educativos, generan incertidumbre y ansiedad en la comunidad educativa ante algo poco utilizado, y la mayoría sin conocimientos para su implementación teniendo en cuenta un futuro incierto
Hem Chand Dayal, Lavinia Tiko ¹⁸ .	When are we going to have the real school? A case study of early childhood	1/8/2020	Estudio de casos	Australasian Journal of Early Childhood	Explorar cómo dos centros privados de educación y atención a la primera infancia de un pequeño estado insular en desarrollo del Pacífico se enfrentan a la	Los profesores experimentan emociones fuertes, como el miedo a enfermarse o a perder su trabajo, así como las preocupaciones relacionadas con sus profesiones.

	education and care teachers' experiences surrounding education during the COVID-19 pandemic.				escolarización durante la COVID-19.	
Vindegaard N, Eriksen Benros M ²³ .	COVID-19 pandemic and mental health consequences: Systematic review of the current evidence	30/5/2020	Revisión Sistemática	Brain, Behavior, and Immunity	Búsqueda sistemática en la base de datos Pubmed que incluía estudios que medían los síntomas psiquiátricos o morbilidades asociadas a la COVID-19 entre pacientes infectados y no infectados, estos últimos divididos en pacientes psiquiátricos, trabajadores sanitarios y no sanitarios.	Por motivos económicos, laboran en varios lugares, pudiendo incrementar los niveles de estrés, afectando su vida personal y familiar, presentando además, insatisfacción laboral, falta de realización personal e incluso laboral, esto último al no poder brindar tratamientos adecuados a los pacientes con COVID-19.
Hagger MS, Keech JJ, Hamilton K ¹¹ .	Managing stress during the coronavirus disease 2019 pandemic and beyond: Reappraisal and mindset approaches	1/6/2020	Revisión Sistemática	Psychological Sciences, University of California Merced	Manejo del estrés durante la pandemia de la enfermedad del coronavirus 2019 y más allá: enfoques de reevaluación y mentalidad	El perfil sociodemográfico: mujeres y personas jóvenes con educación básica presentan mayores niveles de estrés laboral, refiriendo angustia e incertidumbre, pérdida del sueño, tristeza, y ansiedad, entre otros. Mientras que los trabajadores con mayor nivel de instrucción (tercer nivel y cuarto nivel), cuentan con mejores herramientas para enfrentar los factores estresores en el lugar de trabajo.
De Arco Paternina LK, Castillo Hernández JA ² .	Síndrome de Burnout en época de pandemia: caso colombiano	24/7/2020	Revisión Sistemática	Interconectados Saberes, 2020	Revisión de la literatura entre los años 2018 y 2020 sobre el Síndrome de Burnout (SB), para determinar el impacto que éste en los profesionales colombianos (especialmente durante la pandemia actual).	El estrés laboral se presenta en tres dimensiones, primer lugar agotamiento emocional, segundo lugar aislamiento, tercer lugar cambio de modalidad de trabajo o realizar labores domésticas.
Darejan Javakhishvili J, Ardino V, Bragesjö M, Kazlauskas E, Olf M, Schäfer I ¹⁵ .	Trauma-informed responses in addressing public mental health consequences of the COVID-19 pandemic: position paper of the European Society for Traumatic Stress Studies (ESTSS)	9/7/2020	Observacional, Descriptivo	European Journal of Psychotraumatology	Esbozar la estrategia de la ESTSS para abordar los problemas de salud mental relacionados con COVID-19.	En los estudios de impacto de la pandemia COVID-19, los participantes presentan altos niveles de angustia, síntomas de ansiedad, depresión, trastornos de adaptación, estrés postraumático, consumo nocivo de alcohol, presentado mayores niveles de estrés laboral, principalmente aquellos trabajadores migrantes.

Ozamiz-Etxebarria N, Dosil-Santamaria M, Picaza-Gorrochategui M, Idoiaga-Mondragon N ⁶ .	Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España	2/4/2020	Estudio Exploratorio, Descriptivo, Transversal	Cuadernos de Salud Pública	Medir los niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote de la COVID-19 en una muestra de la Comunidad Autónoma Vasca, justo en el momento en el que estalla la crisis, para analizar las necesidades psicológicas a las que se enfrenta la ciudadanía y sus posibles predictores	Estudio de Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21) aplicado a 1210 personas en China, señala que el miedo a lo desconocido e incertidumbre conduce al desarrollo de enfermedades mentales, estrés laboral, somatización, ansiedad, depresión, aumento en el consumo de alcohol y tabaco. Presentando síntomas depresivos (16.5%), de ansiedad (28.8%) y de estrés laboral (8.1%), todos de moderada a grave intensidad. De igual forma el DASS-21 se aplicó en la Comunidad Autónoma Vasca, en una muestra de 976 personas, 792 mujeres, 184 hombres; donde 14.7% de los encuestados indicaron tener depresión, ansiedad, o estrés laboral, mientras que 85.1% negó presentar alguna enfermedad.
Du J, Mayer G, Hummel S, Oetjen N, Gronewold N, Zafar A, et al ¹⁷ .	Mental Health Burden in Different Professions During the Final Stage of the COVID-19 Lockdown in China: Cross-sectional Survey Study	12/12/2020	Estudio Transversal	Journal of Medical Internet Research	Evaluar la carga de salud mental de los distintos profesionales en China para identificar los grupos vulnerables, factores de influencia y formas exitosas de afrontamiento durante las últimas 4 semanas del cierre en la provincia de Hubei.	En una población de 687 personas, conformada por 182 médicos, 221 enfermeras, 43 estudiantes, 60 docentes y personal administrativo, 135 profesionales de finanzas, 26 agricultores, y, 20 de otras profesiones; se observó un incremento en la depresión (17,9%), ansiedad (30,3%), estrés laboral (13,7%). Los médicos resultaron las profesionales más vulnerables a la depresión y los estudiantes a la ansiedad. Los profesionales de finanzas por tener una carga laboral de 8 a 12 diarias, no se asociaron con depresión, ansiedad o estrés laboral.
Azcona Castellot JR, Guillén Subirán C, Meléndez López A, Pastrana Jiménez JI	Guía sobre el manejo del estrés desde Medicina del Trabajo.	1/1/2016	Estudio de casos	Sans Growing Brands. Barcelona	Evaluar de los riesgos psicosociales en los sectores productivos	Las nuevas condiciones de empleo, impactan negativamente la calidad de vida de los trabajadores, el crecimiento económico de las empresas, reportando también bajas laborales ligadas directamente al estrés (28%), el 14,3% de los hombres y 20,4% de las mujeres señalan tener estrés laboral, el 82,1% consideran que su trabajo se agravó en esta pandemia, no obstante, solo el 44,4% acude a consulta

Discusión y Conclusiones

De la literatura científica revisada en los idiomas español e inglés, se seleccionan 77 artículos, descartando los artículos duplicados; resultando seleccionados 29 artículos, distribuidos en las siguientes bases de datos: Scopus (3), Pub Med (16), Lilacs (1), Scielo (1), Google Scholar (8).

Se identificaron varios factores que inciden, en percibir mayor estrés laboral, dentro de los cuales se mencionan, las nuevas formas de empleo (Teletrabajo), confinamiento, exceso de noticias sobre la pandemia, reducción en ingresos económicos¹²; la pandemia COVID-19 es un evento irreversible difícil de controlar, para la cual no estábamos preparados, sin embargo, diferentes sectores de la sociedad realizaron un gran esfuerzo para sobre llevar el estrés laboral.

Esta situación se refleja en los hospitales ecuatorianos, donde profesionales de la salud experimentan diferentes niveles de estrés⁸. Los galenos, refieren un incremento de su jornada laboral, arrojando puntuaciones de estrés laboral de 7-8, en una escala de 1 al 10 (30%)¹⁴, predominando en hombres, quienes además evitan demostrar signos de debilidad, cansancio, temor, siendo los que menos buscan apoyo ante dicho flagelo³. Coincidiendo con una investigación realizada en médicos cirujanos y residentes en Arabia Saudita, donde la escala de estrés percibido reveló un nivel moderado, encontrándose mayores niveles de estrés asociados con un mayor número de días de trabajo y largos períodos de guardia²⁵.

En el estudio realizado por Arturo BM¹⁰ y Vindegaard N, Eriksen Benros M.²³, los índices de estrés laboral del personal médico resultaron mayores por la falta de recursos que disponían para atender a los enfermos por COVID-19, generando desconfianza en el sistema de salud pública. Apoyando la investigación realizada en China, donde el personal médico resulto el grupo de profesionales más vulnerable a la depresión¹⁷, considerando un desafío para estos profesionales mantenerse mentalmente sanos, dada la situación actual y los desafíos éticos que afrontan al trabajar con recursos insuficientes e inadecuados para el cuidado de sus pacientes²⁶.

Los docentes que utilizan medios virtuales como herramientas pedagógicas para cumplir con los programas educativos, refieren agotamiento, ansiedad e incertidumbre por el poco conocimiento en el manejo de estos medios²² y falta de apoyo institucional²¹; concordando con un estudio realizado en docentes de la Universidad del Oeste de Maharastra, en la India, donde reportan

que el cambio frecuente de normas de enseñanza, el trabajo investigativo obligatorio y la falta de atención de los estudiantes son factores estresantes²⁷.

Las mujeres, personas jóvenes con menor nivel de instrucción constituyen el perfil sociodemográfico que generan mayores niveles de estrés¹¹, en el estudio realizado en México, también las mujeres (20.3%) reportaron niveles de estrés laboral y el 82.4% considero que la COVID-19 afecto su condición laboral²⁴. Apoyando los resultados de la encuesta de Escala de impacto de los sucesos (IES-R), y la Escala de autoevaluación y ansiedad (SAS) aplicada en el hospital universitario de Verona, Italia donde el personal femenino relacionado directamente con pacientes COVID-19 eran más propensas a generar estrés laboral²⁸.

En China y la comunidad Autónoma Vasca, la aplicación de la escala de depresión, ansiedad y estrés (DASS-21) reportó síntomas depresivos ansiedad y estrés laboral⁶. De igual forma, el estudio de carga de salud mental en distintas profesiones reportó incremento de depresión, ansiedad y estrés laboral¹⁷. Por lo cual, investigaciones relacionadas con el Burnout y el estrés postraumático por COVID-19 mencionan los innumerables retos que enfrentan todas las profesiones, dadas las nuevas condiciones de trabajo impuestas por la actual pandemia²⁹.

La pandemia afecto la salud física y psicológica de los trabajadores, alterando la calidad de vida laboral, creando estresores laborales¹⁵, fisiológicos, cognitivos, emocionales¹⁹.

Observándose mayores niveles de estrés en los trabajadores jóvenes, posiblemente por la inexperiencia, mientras que la población trabajadora más experimentada presenta pensamientos de abandono del trabajo¹⁶.

Existen diversas investigaciones que abordaron el estrés laboral durante la COVID-19, no obstante, el 70% se centran en profesionales de la salud, personal docente y administrativo con funciones de tele trabajo, con instrucción de tercer nivel.

En tal sentido, dada la brecha existente de investigaciones sobre el estrés y la COVID-19 en otros sectores productivos, se abre un abanico de oportunidades para desarrollar nuevos estudios que involucren otros profesionales y otros sectores productivos.

Resulta pertinente diseñar programas psicosociales preventivos y correctivos que permitan gestionar los niveles de estrés laboral generados bajo la actual pandemia, garantizando un entorno de trabajo saludable, para lo cual, se requiere implementar métodos de evaluación e intervención oportuna por un equipo multidisciplinar dentro de las organizaciones.

Para reducir los niveles de tecnoestrés es necesario educar y dotar a los trabajadores de herramientas psicológicas que les permitan priorizar el tiempo y las tareas.

Referencias bibliográficas

1. OMS. COVID-19: Cronología de la actuación de la OMS. [Online]; 2020. Acceso 17] de enero de 2021. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/29-06-2020-covidtimeline>.
2. De Arco Paternina LK, Castillo Hernández JA. Síndrome de Burnout en época de pandemia: caso colombiano. *Interconectando Saberes*. 2020.
3. Muñoz-Fernández SI, Molina-Valdespino D, Ochoa-Palacios R, Sánchez-Guerrero O, Esquivel-Acevedo A. Estrés, respuestas emocionales, factores de riesgo, psicopatología y manejo del personal de salud durante la pandemia por COVID-19. *Acta Pediátrica de México*. 2020; 41(1)
4. Manchado Garabito R, Tamames Gómez S, López González M, Mohedano Macías L, D'Agostino M, Veiga de Cabo J. Revisiones Sistemáticas Exploratorias. *MEDICINA y SEGURIDAD del trabajo*. 2009; 55(216).
5. Hutton B, López FC, Moher D. La extensión de la declaración PRISMA para revisiones sistemáticas que incorporan metaanálisis en red: PRISMA-NMA. *MEDICINA CLÍNICA*. 2016.
6. Ozamiz-Etxebarria N, Dosil-Santamaria M, Picaza-Gorrochategui M, Idoiaga-Mondragon N. Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. *CUADERNOS DE SAÚDE PÚBLICA*. 2020; 36(4).
7. Restauri N, Sheridan AD. Burnout and Posttraumatic Stress Disorder in the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Pandemic: Intersection, Impact, and Interventions. *American College of Radiology*. 2020; 17(7).
8. Mayorga Aldáz E, Rivera Escobar M, Pacheco Mayorga N, Olivarez Yaguar M. Efectos del estrés ocupacional en trabajadores de salud por pandemia coronavirus en hospitales ecuatorianos. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*. 2020; 67(1).
9. Benjamin Guessouma S, Lachal J, Radjack R, Carretier E, Minassian S, Benoit L, et al. Adolescent psychiatric disorders during the COVID-19 pandemic and lockdown. *Psychiatry Research*. 2020.
10. Arturo BM. El estrés de pandemia (COVID-19) en población mexicana. 1st ed. S.C CdECeIP, editor. México : ISBN; 2020.
11. Hagger MS, Keech JJ, Hamilton K. Managing stress during the coronavirus disease 2019 pandemic and beyond: Reappraisal and mindset approaches. *Psychological Sciences, University of California Merced*. 2020.
12. Chen H, Liu F, Pang L, Liu F, Fang T, Wen Y, et al. Are You Tired of Working amid the Pandemic? The Role of Professional Identity and Job Satisfaction against Job Burnout. *Environmental Research and Public Health*. 2020.
13. Lotzin A, Acquarini E, Ajdukovic D, Ardino V, Böttche M, Bondjers K, et al. Stressors, coping and symptoms of adjustment disorder in the course of the COVID-19 pandemic – study protocol of the European Society for Traumatic Stress Studies (ESTSS) pan-European study. *European Journal of Psychotraumatology*. 2020.
14. A. Sánchez D, Madrigal Laguía P, Serrano Porta S, Guardiola Olmos J, Cañadilla Ferreira M. Análisis de la actividad laboral de los profesionales sanitarios en formación de la Región de Murcia ante la pandemia por COVID-19. *Revista Española de Educación Médica*. 2020.
15. Darejan Javakhishvili J, Ardino V, Bragesjö M, Kazlauskas E, Olf M, Schäfer I. Trauma-informed responses in addressing public mental health consequences of the COVID-19 pandemic: position paper of the European Society for Traumatic Stress Studies (ESTSS). *European Journal of Psychotraumatology*. 2020.
16. Zaluska U, Kwiatkowska D, SLAZYK-SOBOL M. Burnout Syndrome as the Example of Psychological Costs of Work – Empirical Studies among Human-Oriented Professions in Poland. *IBIMA Publishing*. 2020; 2020.
17. Du J, Mayer G, Hummel S, Oetjen N, Gronewold N, Zafar A, et al. Mental Health Burden in Different Professions During the Final Stage of the COVID-19 Lockdown in China: Cross-sectional Survey Study. *JOURNAL OF MEDICAL INTERNET RESEARCH*. 2020; 22.
18. Chand Dayal H, Tiko L. When are we going to have the real school? A case study of early childhood education and care teachers' experiences surrounding education during the COVID-19 pandemic. *Australasian Journal of Early Childhood*. 2020; 45.

19. Azcona Castellot JR, Guillén Subirán C, Meléndez López A, Pastrana Jiménez JI. Guía sobre el manejo del estrés desde Medicina del Trabajo Barcelona: Sans Growing Brands.; 2016.
20. Peters Veterans J. The impact of the COVID-19 pandemic on suicide rates. Oxford University Press on behalf of the Association of Physicians. 2020.
21. Ovidiu Panisoara I, Lazar I, Panisoara G, Chirca R, Simona Ursu A. Motivation and Continuance Intention towards Online Instruction among Teachers during the COVID-19 Pandemic: Technostress. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020; 17(8002).
22. Gómez Dávalos NR, Rodríguez Fernández P. Estrés en docentes en el contexto de la pandemia de covid-19 y la educación, fenob una - filial coronel oviedo. *academic disclosure una fenob*. 2020.
23. Vindegaard N, Eriksen Benros M. COVID-19 pandemic and mental health consequences: Systematic review of the current evidence. *Brain, Behavior, and Immunity*. 2020.
24. Juárez B. Factor capital humano. [Online]; 2020. Acceso 18] de Febrerode 2020. Disponible en: <https://factorcapitalhumano.com/salud-laboral/burnout-y-pandemia-covid-19-el-virus-que-tambien-quema-laboralmente/2020/07/>.
25. Alkindi, Mohammed; Alghamdi, Osama; Alnofaie, Hourya; AlHammad4, Ziyad; Badwelan, Mohammed; Albarakati, Sahar. Assessment of Occupational Stress Among Oral and Maxillofacial Surgeons and Residents in Saudi Arabia: A Cross-Sectional Study. *Advances in Medical Education and Practice*. 2020.
26. Vinkers Chirstiaan, Bisson Jonathan, Cryan John, Domschke Katharina, Howes Oliver, Machia Mirko, Pinto Luisa, Schmidt Mathias. Stress resilience during the coronavirus pandemic. *European Neuropsycharmacology*. 2020.
27. Jain A, Baviskar MP, Narawne S, Kunkulol R. Is the medical teacher's mental health neglected? Effects of perceived student attitudes and behaviors on mental health and lifestyle of teachers in a rural university of western Maharashtra in India. *J Family Med Prim Care*. 2020.
28. Lasalvia A, Bonetto C, Porru S, Carta A, Tardivo S, Bovo C, Ruggeri M, Amadeo F. Psychological impact of COVID-19 pandemic on healthcare workers in a highly burdened area of north-east Italy. *Epidemiol Psychiatr Sci*. 2020.
29. Restauri N, Sheridan AD. Burnout and Posttraumatic Stress Disorder in the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Pandemic: Intersection, Impact, and Interventions. *J Am Coll Radiol*. 2020 Jul;17(7):921-926. doi: 10.1016/j.jacr.2020.05.021. Epub 2020 May 27.