



Especialización en Psicología Laboral

TÍTULO: Efectos de la Emergencia Covid-19 en la Salud Mental de los Trabajadores: Una Revisión de Alcance

CANDIDATO A ESPECIALISTA

Nombre: *Alfonsina Isabel Rodríguez Vásconez*
Correo: *alfonsina.rodriguez@uisek.edu.ec*

DIRECTOR/A

Pablo Suasnavas
Pablo.suasnavas@uisek.edu.ec

Fecha: 02 de octubre de 2021

RESUMEN

El presente estudio busca explorar los efectos de la Emergencia Covid-19 en la Salud Mental de los trabajadores e identificar estrategias de abordaje para el apoyo psicológico y emocional de esta población. Mediante una revisión documental de alcance con base en la metodología de Arksey y O'Malley y las mejoras Levac et al, se estudiaron 30 artículos y documentos técnicos que señalan las principales afectaciones y estrategias de abordaje referentes a la Salud Mental de los trabajadores en los países iberoamericanos; encontrándose ansiedad, estrés y depresión en la población trabajadora, importantes afectaciones físicas y psicológicas en el personal de salud (especialmente el de enfermería) con propensión a desarrollar Síndrome de Burnout o Síndrome de estrés postraumático y la necesidad de establecer estrategias de abordaje psicosocial a la problemática estudiada de manera diferenciada de acuerdo a la realidad laboral de cada trabajador.

Palabras clave: Salud Mental Laboral, Covid-19, Factores psicosociales, Riesgos Psicosociales, Trabajadores.

ABSTRACT

This study seeks to explore the effects of the Covid-19 Emergency on the Mental Health of workers and to identify approach strategies for the psychological and emotional support of this population. Through a comprehensive documentary review based on the Arksey and O'Malley methodology and the improvements Levac et al, 30 articles and technical documents were studied that indicate the main effects and approach strategies regarding the Mental Health of workers in the Ibero-American countries; finding anxiety, stress and depression in the working population, important physical and psychological affectations in health personnel (especially nursing staff) with a propensity to develop Burnout Syndrome or Post-traumatic Stress Syndrome and the need to establish psychosocial approach strategies to the Problem studied in a differentiated way according to the labor reality of each worker.

Keywords: Occupational Mental Health, Covid-19, Psychosocial Factors, Psychosocial Risks, Workers.

Introducción

La Organización Mundial de la Salud (OMS) el 11 de marzo de 2020 declara “que COVID-19 puede caracterizarse como una pandemia” (OMS, 2020a). “La pandemia del COVID-19 tiene fuertes efectos en el ámbito de la salud y profundas implicaciones sobre el crecimiento económico y el desarrollo social” (CEPAL, 2020, pág. 1).

La Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) señala que:

Las medidas de cuarentena y distanciamiento físico, necesarias para frenar la propagación acelerada del coronavirus y salvar vidas, generan pérdidas de empleo (en 2020 habría 11,6 millones de desocupados más que en 2019) y reducen los ingresos laborales de las personas y de los hogares (CEPAL, 2020, pág. 1).

Esta cifra se convierte en un panorama desalentador para los trabajadores y empresas en las que en su giro de negocio se ve afectado. Además, a esta estimación se suma el impacto económico, social y psicológico que conlleva el nuevo estilo de vida que demanda la pandemia.

La OMS define a la Salud Mental como “un estado de bienestar por medio del cual los individuos reconocen sus habilidades, son capaces de hacer frente al estrés normal de la vida, trabajar de forma productiva y fructífera, y contribuir a sus comunidades” (2004, pág. 7). Pilar Collantes (2012) señala que el trabajo es fuente de satisfacción pero las condiciones laborales pueden afectar el estado de salud mental; así mismo, señala que “el trabajo es uno de los ambientes que en mayor medida afecta la salud física y mental de las personas” (Collantes, 2012, pág. 25)

La OMS en su informe de políticas sobre “COVID-19 and Need for Action on Mental Health” señala que las acciones de promoción y prevención son responsabilidad esencial de las naciones para reducir las consecuencias de la pandemia en la salud mental. En el texto se señala la necesidad de que en todas las áreas de emergencia exista disponibilidad de soporte psicológico y atención de emergencia en salud mental. Además, de la creación de servicios de salud mental como parte de un proceso de recuperación de la sociedad ante al COVID-19 (OMS, 2020b).

Antes de la emergencia, las estadísticas sobre las condiciones mentales eran desalentadoras, la economía mundial perdía US\$ 1 trillón de dólares por año a causa de la depresión y ansiedad, más de 264 millones de personas en el mundo sufrían de ansiedad y al menos 1 de cada 5 personas que vivían en entornos afectados por conflictos tenían una enfermedad mental (OMS, 2020b). La salud mental y los problemas psicológicos se incrementan durante las crisis y adversidades (2012), la pandemia no es la excepción y algunos países toman medidas para hacer frente a esta problemática.

Desde el ámbito laboral la promoción, prevención y la generación de estrategias de afrontamiento son primordiales, considerando que:

Los riesgos psicosociales y el estrés relacionado con el trabajo están asociados a comportamientos poco saludables, como el consumo excesivo de alcohol, el aumento del consumo de cigarrillos, los malos hábitos alimentarios, el ejercicio físico menos frecuente y las pautas de

sueño irregulares. Todos estos comportamientos pueden afectar tanto a la salud física como a la salud mental y tener un impacto negativo en el rendimiento laboral (OIT, 2020, pág. 25)

La adaptación a estos nuevos entornos laborales presenciales y virtuales derivados de la pandemia Covid-19 impactan negativamente en la Salud Mental del personal por la exposición a factores de riesgo psicosociales asociados a sus puestos laborales o a condiciones extra laborales. Además, se ve la necesidad de explorar esta problemática desde las políticas públicas y estrategias de entes técnicos con el fin de tomar conciencia de la relevancia de la salud mental en el ámbito laboral en los distintos países iberoamericanos.

Desde esta perspectiva las organizaciones deben centrar esfuerzos en identificar, prevenir e intervenir en los factores psicosociales que agudizan los riesgos en el ámbito laboral, aún más los factores asociados al teletrabajo, al confinamiento y a la exposición del virus. La Pandemia COVID-19 plantea retos y desafíos en el contexto laboral, en una “nueva normalidad” con medidas de aislamiento o confinamiento social y presencia de nuevas cepas que persisten a pesar de los esfuerzos de vacunación, una “nueva normalidad” llena de incertidumbre e inestabilidad.

Objetivos y preguntas de Investigación

Considerando esta problemática el presente estudio busca explorar los efectos de la Emergencia Covid-19 en la Salud Mental de los trabajadores e identificar estrategias de abordaje para el apoyo psicológico y emocional de esta población. Las interrogantes de las que parte este estudio son: ¿Cómo está afectando la pandemia del COVID-19 en la Salud Mental de los trabajadores? y ¿Cuáles son las principales estrategias en los países iberoamericanos para reducir el impacto de la Salud Mental de los Trabajadores en la Emergencia Covid-19?

Metodología de Investigación

Revisión documental de alcance soportada en las orientaciones metodológicas de Arksey y O'Malley y las mejoras Levac et al para la presentación de información, se realizó las siguientes etapas: 1. determinar la pregunta de investigación, 2. identificar los estudios relevantes, 3. selección de documentos académicos y técnicos por medio de los criterios de inclusión, 4. graficar los datos del proceso y 5. sistematización de la información, la etapa 6. consulta a partes interesadas no se consideró en el presente estudio.

La selección de unidades de estudio son artículos y documentos técnicos de los dos últimos años, escritos en español e inglés, en países iberoamericanos u organismos internacionales, que se relacionen con los temas: salud mental laboral en el marco del COVID 19, seguridad y salud en el trabajo en el marco del COVID-19, factores de riesgo psicosocial laborales, riesgos psicosociales en el trabajo, políticas laborales, promoción de la salud y prevención de salud mental laboral, retorno al trabajo, teletrabajo y trastornos mentales en el contexto de la pandemia COVID-19.

Se consultaron diversas bases de datos electrónicas: Scopus, PubMed,

ScienceDirect, Scielo empleando las palabras “salud”, “mental”, covid-19”, “laboral”, “trabajadores”, “factores psicosociales”. Además, de páginas electrónicas de observatorios de Seguridad y Salud, documentos de Organización Internacional del Trabajo, OIT, Organización Iberoamérica de Seguridad Social (OISS), Organización Panamericana de la Salud (OPS), Centro de Investigación en Salud Laboral (CISAL), Organización Mundial de la Salud (OMS), Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST), entre otras. Como criterios de inclusión se considera:

1. dar respuestas a las preguntas de investigación,
2. documentos relacionados a las palabras claves o conceptos relacionados que sean relevantes para el estudio,
3. documentos académicos y técnicos relevantes,
4. estudios realizados en países iberoamericanos u organismos Internacionales,
5. población trabajadora,
6. en el marco del COVID-19.

De 83 documentos consultados, se seleccionaron 30 artículos y documentos técnicos (Figura 1.) que señalan las afectaciones del COVID-19 en la Salud Mental de los trabajadores y las principales estrategias en los países iberoamericanos para reducir el impacto de la Salud Mental de los Trabajadores en la Emergencia Covid-19.

Resultados

De la búsqueda realizada se identificaron 83 artículos, 62 de bases de datos y 21 de otras fuentes, se eliminaron 15 artículos duplicados. Además, se excluyeron documentos que se encontraban incompletos o no cumplían con los criterios de inclusión. Se determinaron 30 documentos para la síntesis cualitativa que cumplieron los criterios de inclusión (Figura 1.).

Se encontraron 16 documentos pertenecientes a publicaciones realizadas en el año 2020 y 14 del año 2021, de los estudios el 26,7% fue realizado en España; el porcentaje restante en Colombia, Chile, Perú, Brasil, Ecuador, México, Paraguay, Uruguay, Suiza (organismos internacionales) y el 6,7% no se define el lugar de publicación. Los estudios que predominaron con un 73,3% son los relacionados a población de trabajadores del área de salud, con un 20% estudios de población trabajadora general y en menor porcentaje al área docente con un 6,7%

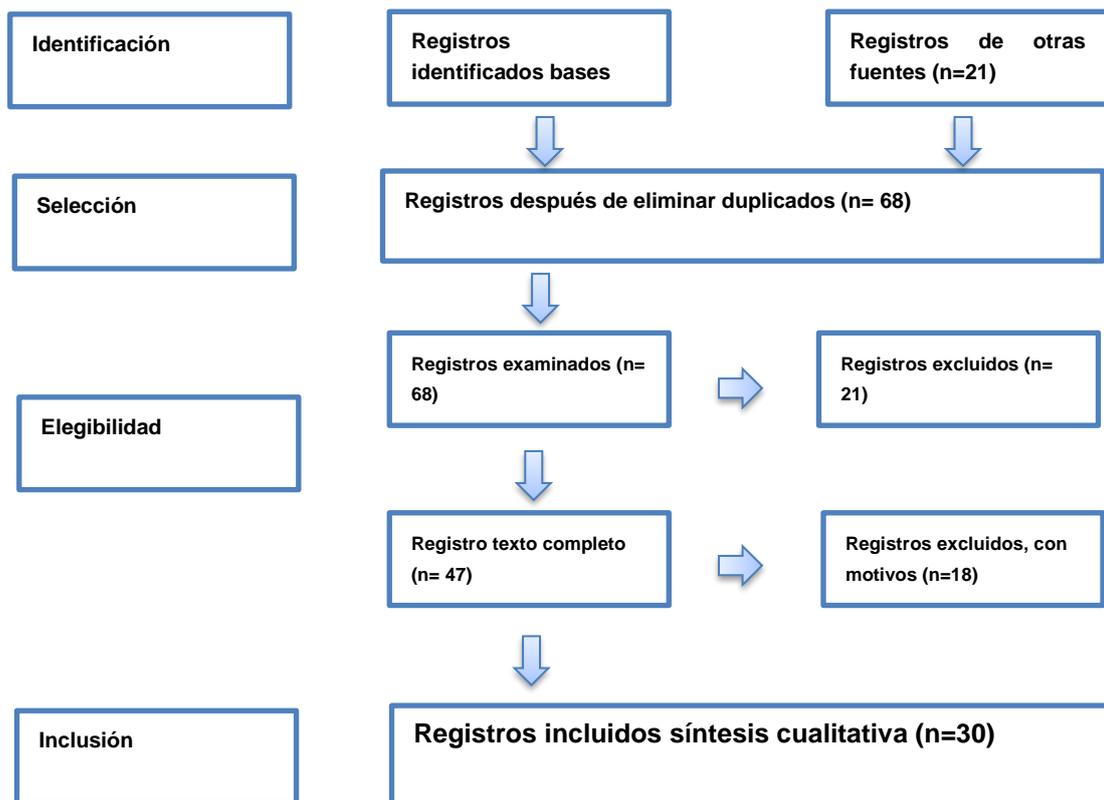


Figura 1. Flujo de información a través de las diferentes fases de una revisión sistemática
Elaborado por: Autor

Tabla 1: Efectos de la Emergencia Covid-19 en la Salud Mental de los Trabajadores

ESTUDIO	TIPO	PAÍS Y AÑO	IDIOMA	OBJETIVO	PRINCIPALES HALLAZGOS
Mediavilla, R., Fernández-Jimenez, E., Andreo, J., Morán-Sánchez, I., Muñoz-San José, A., Moreno-Kustner, B., & care Workers-Spain, H.	Estudio cuantitativo	ESPAÑA 2021	INGLES	"Este estudio explora la asociación entre la discriminación percibida y la salud mental en una gran muestra de trabajadores sanitarios en España" (2021, pág. 1).	"Un 30% de los encuestados refirieron haberse sentido discriminados y/o estigmatizados. La discriminación percibida se asoció con mayores puntuaciones en depresión y malestar psicológico y con el doble de riesgo de referir ideas de muerte" (2021, pág. 2). Estos resultados deben generar atención y debate, ya que destacan la importancia de adoptar y ampliar recomendaciones para reducir la discriminación y la estigmatización contra los trabajadores sanitarios "Healthcare workers"(HCWs). (2021, pág. 5).
Arriola Torres, L., Palomino Taipe, K., & Quintana Castro, L.	Estudio cuantitativo	PERÚ 2021	ESPAÑOL	"Describir las características de la calidad de sueño en médicos residentes de diferentes hospitales del Perú durante la pandemia de COVID-19" (2021, pág. 7)	"Los médicos residentes tienen una alta prevalencia de problemas del sueño durante la pandemia de COVID-19, que se asocia a realizar actividades diferentes dentro de su formación, y además estos problemas se asocian a una mayor necesidad de comer" (2021, pág. 7). "Viendo el impacto de la pandemia en la calidad de sueño, se deben desarrollar planes adecuados para el cuidado de la salud física y mental en el personal de salud, y en este sentido se hace énfasis en que se deberían poner en práctica intervenciones para el cuidado de una adecuada calidad de sueño" (2021, pág. 11).
Superintendencia de Seguridad Social	Documento técnico	CHILE 2020	ESPAÑOL	"dar directrices, a empleadores y trabajadores/as, para la construcción de un espacio laboral mentalmente más sano en este complejo momento" (2021, pág. 6)	"La salud mental de los trabajadores/as se ve afectada principalmente por el temor al contagio del coronavirus" (2021, pág. 3) Para tener un buen funcionamiento organizacional y controlar el temor al contagio se establecen las siguientes directrices: 1. El temor al contagio es normal, 2. Información clara y a tiempo, 3. Compromiso de la alta gerencia/autoridad y jefatura con la salud de todos/as, 4. Canales de comunicación bilateral, 5. Gestión participativa del riesgo. (2021)
Bueno Ferrán, M., & Barrientos-Trigo, S.	Revisión bibliográfica	ESPAÑA 2021	ESPAÑOL	"El objetivo de este trabajo es analizar el impacto emocional en los profesionales asistenciales de la pandemia de coronavirus y los recursos de afrontamiento para disminuir o atenuar este impacto" (2021, pág. S36)	"La sintomatología que con más frecuencia ha aparecido en los profesionales de diferentes países afectados se asocian a situaciones de ansiedad y estrés, así como síntomas depresivos".(página S36) "Parece lógico pensar que como respuesta al estrés de los trabajadores aparezcan síntomas relacionados con trastornos del sueño, ya sea dificultad para conciliarlo, interrupciones del sueño o despertarse muy tempranamente" (2021, pág. S36) "queda patente la necesidad específica de intentar minimizar el impacto emocional de la epidemia en los trabajadores de la salud". (2021, pág. S36)
Antiporta, D. A., & Bruni, A.	Estudio cualitativo	2020	INGLES	"Determinar los problemas de salud mental emergentes, las estrategias para abordarlos y las oportunidades para reformar los sistemas de salud durante la pandemia de COVID-19 en América del Sur" (2020, pág. 5).	"En los países de América del Sur, se ha determinado que la salud mental y el apoyo psicosocial son un área prioritaria en la respuesta a la COVID-19". (2020, pág. 5). La pandemia ha generado necesidades específicas que requieren medidas apropiadas, como las intervenciones virtuales, la orientación de la formación de capacidad hacia la protección de los usuarios y prestadores de servicios de salud, el fortalecimiento de la toma de decisiones basadas en la evidencia, y la integración de la salud mental y el apoyo psicosocial en los mecanismos de alto nivel que guían la respuesta a la COVID-19. (2020, pág. 5).
Dapuetto, J., Eloísa, K., Campos, N., Rodríguez Andrada, B., Romero Agüit, S., Braquehais, M. D., . . . Blanc, L.	Estudio cualitativo	URUGUAY 2021	ESPAÑOL	"Se presenta un estudio de caso del proceso de diseño e implementación del Programa de Bienestar Profesional (BienPro) del Colegio Médico del Uruguay siguiendo el modelo lógico para la evaluación de programas" (2021, pág. 3)	El programa está concebido dentro de una dinámica que nos permite reaccionar según las circunstancias emergentes del contexto, como es el caso de las intervenciones psicoeducativas y de apoyo en situaciones de suicidio. Esto también se demostró en la capacidad rápida de reacción ante la situación que ha generado la COVID-19, al instrumentar medidas como el grupo de apoyo emocional para médicos afectados por esta enfermedad y una jornada conjunta con las sociedades de psiquiatría al poco tiempo de la llegada de la pandemia al Uruguay (2021, pág. 3).

ESTUDIO	TIPO	PAÍS Y AÑO	IDIOMA	OBJETIVO	PRINCIPALES HALLAZGOS
Alejandro Koppmann, A., Cantillano, V. & Alessandri, C.	Revisión bibliográfica	CHILE 2021	ESPAÑOL	"El presente artículo revisa los principales aspectos relativos al concepto de distrés moral y burnout en el personal sanitario, los factores de riesgo general y específicos propios de la actual emergencia sanitaria, los instrumentos de evaluación disponibles" (2021, pág. 75)	La práctica de la medicina en tiempos normales se caracteriza por una cierta tensión emocional y física que le es propia y que deriva del cruce entre las expectativas de la población, las capacidades reales del arte y la situación social y sanitaria de cada época y lugar. Bajo determinadas circunstancias esta tensión normal puede dar paso a una perturbación emocional más intensa llamada distrés moral y ser la base de un síndrome de desgaste conocido como burnout (2021, pág. 79)
Diz-Ferreira, E., Díaz-Vidal, P., Da Cunha Soares Nicolau, M., Criado-Santos, M., Ayán, C., & Diz, J.	Estudio cuantitativo	ESPAÑA 2021	ESPAÑOL	"el objetivo primario de nuestro trabajo fue aportar información acerca del efecto que puede tener sobre el sueño la pandemia de COVID-19 y el confinamiento, en una muestra de población de la Comunidad de Galicia (España)" (2021, pág. 2)	En los 451 sujetos analizados, se encontró una disminución de medio punto en la satisfacción del sueño (en una escala de 1 a 7), un incremento de tres puntos en la puntuación de insomnio (escala de 9 a 45) y un incremento del 23,1 al 36,3% en la incidencia de insomnio ($p < 0,001$ para todas las comparaciones). Existió menor afectación en la incidencia de insomnio en los mayores de 65 años (pasó del 21,7 al 26,1%, $p = 1$), y en los sujetos que se encontraban realizando teletrabajo (se mantuvo en el 28,1%, $p = 1$) (2021, pág. 2). "En un análisis post-hoc de un subgrupo de personal sanitario, la afectación del sueño fue similar a la de otros trabajadores" (2021, pág. 2).
Loyola da Silva, T., de Medeiros Pinheiro Fernandes, Á., Brito do O'Silva, C., de Mesquita Xavier, S., & Bezerra de Macedo, E.	Revisión bibliográfica	BRASIL 2021	ESPAÑOL, INGLÉS Y PORTUGUES	"Analizar, describir y explicar el impacto de la pandemia en el rol de la enfermería, según la literatura". (2021, pág. 531)	"Los estudios muestran que los trabajadores de enfermería se ven más afectados mentalmente (...), ya que están más directamente relacionados con los pacientes y son susceptibles a niveles más altos de estrés, agotamiento emocional y despersonalización, síntomas del Burnout Síndrome" (2021, pág. 537). "Se sostiene la preocupación con el bienestar biopsicosocial de la enfermería y de las demás profesiones de salud, (...), dado que el cuidado total a la salud de los empleados implica en la calidad del servicio prestado" (2021, pág. 540).
Monterrosa-Castro, A., Dávila-Ruiz, A., Mejía-Mantilla, A., Contreras-Saldarriaga, J., Mercado-Lara, M., & Flores-Monterrosa, C.	Estudio cuantitativo	COLOMBIA 2020	ESPAÑOL, INGLÉS	"Determinar la presencia de síntomas de estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales, además de estimar la asociación según el ente territorial donde trabajaban" (2020, pág. 196).	"Siete de cada diez médicos generales valorados presentaban síntomas de ansiedad o estrés laboral, mientras que cuatro presentaban síntomas de miedo al COVID-19" (2020, pág. 211). "Fue más frecuente la ansiedad severa entre los trabajadores en municipio capital. No obstante, trabajar en estos entes territoriales, no se asoció con mayor presencia de ninguna de las tres condiciones" (2020, pág. 211).
Flores Diaz, J.C.	Estudio cuantitativo	ECUADOR 2021	ESPAÑOL	"La presente investigación busca evaluar los estados de ansiedad, depresión y sintomatologías de estrés en un grupo de trabajadores ecuatorianos durante la pandemia de la Covid-19" (2021, pág. 1)	"Se encontró que el 60% de los trabajadores presentan sintomatologías relacionadas a estrés normal con tendencia a afecciones de estrés, un 65% de los trabajadores presentan estados de ansiedad y un 34 % presentan estados de depresión" (2021, pág. 1) "A pesar de que los trabajadores presienten común al estrés laboral, (...) es importante mantener la gestión respectiva del mismo o la implementación de medidas preventivas, con el fin de evitar repercusiones en la salud de los trabajadores" (2021, pág. 3)

ESTUDIO	TIPO	PAÍS Y AÑO	IDIOMA	OBJETIVO	PRINCIPALES HALLAZGOS
Muñoz-Fernández, S., Molina-Valdespino, D., Ochoa-Palacios, R., Sánchez-Guerrero, O., & Esquivel-Acevedo, J.	Revisión bibliográfica	MEXICO 2020	ESPAÑOL	"Describir las reacciones emocionales esperadas ante 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" (2020, pág. s127).	"La enfermedad por SARS-Cov-2 (COVID-19) implica retos específicos para los trabajadores de la salud que predisponen a un mayor monto de estrés" (2020, pág. s127). "No todos los trabajadores de la salud experimentan el mismo impacto emocional, lo que implica que existen factores de riesgo, o protectores, para contender con el estrés psicológico de la pandemia" (2020, pág. s129). "Las reacciones emocionales reportadas como frecuentes por el personal de salud son: miedo, irritabilidad, enojo, labilidad emocional, tristeza, culpa, fallas de atención, concentración, alteraciones del sueño y del apetito" (2020, pág. s131).
Chapa-Koloffon, G., Jean-Tron, M., Ávila-Hernández, A., Márquez-González, H., & Garduño-Espinosa, J.	Estudio cuantitativo	MEXICO 2021	INGLES	"El objetivo de este estudio fue examinar la frecuencia de síntomas de TEA en el personal de salud (médicos residentes, médicos asistentes y personal de enfermería) que estuvieron en contacto con pacientes con COVID-19 durante la pandemia en el Hospital Infantil de México Federico Gómez". (2021, pág. 10)	"Se analizaron 206 encuestas. La población se dividió en tres grupos: médicos adscritos, residentes y personal de enfermería. El 88.8% de los trabajadores de la salud reportaron más de nueve síntomas de trastorno por estrés agudo. No se encontraron diferencias significativas entre los grupos de estudio". (2021, pág. 10) "Los síntomas del trastorno por estrés agudo son frecuentes en los trabajadores de la salud en el contexto de la COVID-19. Es necesario investigar acerca de los factores de riesgo y protectores asociados al desarrollo de esta y otras psicopatologías..." (2021, pág. 10).
Papandrea, D. OIT	Documento técnico	SUIZA 2020	ESPAÑOL /INGLES/F RANCES	"Explora medidas para prevenir y controlar el riesgo de contagio, riesgos psicosociales y ergonómicos, y otros riesgos de SST asociados con la pandemia". (2020a, pág. 6)	"Los trabajadores pueden verse afectados por los peligros psicosociales derivados de la incertidumbre presente y futura de la situación laboral o de los cambios en los procesos y disposiciones laborales". (2020a, pág. 19). "Trabajar desde casa puede provocar una sensación de aislamiento, jornadas laborales más largas y el desdibujamiento entre las líneas entre el trabajo y la vida familiar". (2020a, pág. 23) "Un diálogo social eficaz a todos los niveles es esencial para la adopción de medidas sostenibles, que protegen la salud física y mental de todos los trabajadores y mitigan los efectos económicos y laborales de una pandemia" (2020a, pág. 33).
OIT	Documento técnico	SUIZA 2020	ESPAÑOL	"Proporcionar a los empleadores y al personal directivo elementos clave a tomar en consideración al evaluar los riesgos psicosociales y al aplicar medidas de prevención para proteger la salud y el bienestar de los trabajadores en el contexto de la pandemia de COVID-19" (2020, pág. 7)	"Se señalan actuaciones en 10 ámbitos para prevenir y mitigar los riesgos psicosociales y los problemas de salud mental durante la pandemia de COVID-19" (2020, pág. 11): 1. Medio ambiente y equipo de trabajo, 2. Carga de trabajo, ritmo de trabajo y horario de trabajo, 3. Violencia y acoso, 4. Equilibrio entre la vida laboral y la vida personal, 5. Seguridad en el Empleo, 6. Liderazgo en la gestión, 7. Comunicación, información y formación, 8. Promoción de la salud y prevención de los comportamientos, negativos para afrontar la pandemia, 9. Apoyo social, 10. Apoyo psicológico (2020).
García-Iglesias, J., Gómez-Salgado, J., Martín-Pereira, J., Fagundo-Rivera, J., Ayuso-Murillo, D., Martínez-Riera, J., & Ruiz Frutos, C.	Revisión sistemática	ESPAN A 2020	ESPANOL	"analizar el impacto en la salud mental de los profesionales sanitarios que prestan atención a pacientes durante el brote de SARS-CoV-2" (2020, pág. 16)	"La salud mental de los profesionales sanitarios que trabajan en primera línea de batalla se ve comprometida en tiempos de pandemia presentando niveles medio-altos de ansiedad, depresión, preocupación e insomnio, y, en menor medida, estrés" (2020, pág. 1). "El tiempo de trabajo, el miedo de poder contagiarse y contagiar a seres queridos y/o a pacientes, (...), entre otros, pueden ser factores precipitantes para una alteración de la salud mental de los profesionales sanitarios en tiempos de la Covid-19" (2020, pág. 16).

ESTUDIO	TIPO	PAÍS Y AÑO	IDIOMA	OBJETIVO	PRINCIPALES HALLAZGOS
Erquicia, J., Valls, L., Barja, A., Gil, S., Miquel, J., Leal-Blanquet, J., . . . Vega, D.	Estudio cuantitativo	ESPAÑA 2020	INGLÉS ESPAÑOL	"El presente estudio se planteó analizar el impacto de la pandemia de Covid-19 sobre el bienestar psicológico de los trabajadores del Hospital de Igualada en la primera fase de contención de la pandemia (marzo de 2020)" (2020, pág. 435).	Un porcentaje significativo de profesionales reportó síntomas de ansiedad (71,6%) y depresión (60,3%). El 14,5% informó de síntomas de estrés agudo. Se realizó un análisis de regresión que explicó el 30% de la variancia asociada al nivel de malestar emocional ($R_y = 0,30$). Los factores de riesgo asociados a mayor malestar psicológico fueron el hecho de ser mujer (o hombre joven), trabajar como auxiliar de enfermería, celador o técnico de radiología, estar en contacto directo con pacientes Covid-19, no haber realizado la PCR, tener la sensación de no contar con los elementos de protección personales y haber experimentado la muerte de una persona cercana por Covid-19 (2020, pág. 434).
Alonso, J., Vilagut, G., Mortier, P., Ferrer, M., Alayo, I., Aragón-Peña, A., . . . MINDCOVID Working group.	Estudio cuantitativo	ESPAÑA 2021	INGLÉS	"Evaluamos la prevalencia de trastornos mentales y factores asociados durante la primera oleada de la pandemia en sanitarios españoles" (2021, pág. 92).	Se identifica una alta prevalencia de trastornos mentales actuales, el 45,7% los encuestados que dan positivo en al menos uno de los cinco evaluadores (Trastorno depresivo mayor TDD, Trastorno de ansiedad generalizada TAG, Ataques de pánico, Trastorno de estrés postraumático TEP y Trastorno por uso de sustancias TUS) y el 14,5% algún trastorno discapacitante (Escala de Discapacidad de Sheehan). Los sanitarios con trastornos mentales previos tuvieron el doble de prevalencia que aquellos sin patología mental previa. Actualmente 1 de cada 7 cumplía los criterios de un trastorno mental discapacitante (2021).
Villegas, J., Choque, R., Verduquez, C., & Aguilar, A.	Estudio bibliográfico	BOLIVIA 2021	ESPAÑOL	"el objetivo de este trabajo fue el de realizar una revisión bibliográfica que analice la salud mental de los trabajadores de salud frente a la pandemia del COVID-19" (2021, pág. 75)	" La enfermedad COVID-19 ha producido en el personal de salud ansiedad, depresión, nerviosismo, desvelo, entre otros; siendo estos síntomas resultados del estrés, (...), haciéndolos propensos a desarrollar trastornos tales como el Síndrome de Burnout o Síndrome de estrés postraumático" (2021, pág. 75). "Se demostró en varios estudios que existe una relación entre la enfermedad por COVID-19 y el desarrollo de desórdenes mentales en trabajadores de salud" (2021, pág. 77).
OIT	Documento técnico	2020	ESPAÑOL	"proporcionar información sobre los efectos de la pandemia de COVID-19 en los trabajadores sanitarios y los sistemas de salud, así como información sobre las medidas de respuesta temprana que se han adoptado" (2020c, pág. 1)	La pandemia de COVID-19 está colocando a los trabajadores sanitarios en situaciones excepcionalmente exigentes. Además de una pesada carga de trabajo, están lidiando con el temor a contraer la enfermedad y a propagarla a sus familiares y amigos. Por otro lado, la atmósfera general de ansiedad que se respira entre la población está afectando a los trabajadores sanitarios y a su salud mental (2020c, pág. 3).
Venegas Tresierra, C., & Leyva Pozo, A.	Revisión bibliográfica	PERÚ 2020	ESPAÑOL	Describir, por medio de una revisión bibliográfica, la fatiga y carga mental del teletrabajador, resultando de interés para la salud ocupacional, la salud pública, la investigación clínica, la psicología y otras áreas del conocimiento (2020, pág. 1).	Observamos que en el teletrabajo también hay riesgos psicosociales. El estrés relacionado al trabajo puede vincularse con la fatiga, que también debe abordarse como un riesgo psicosocial. La fatiga, aunque multicausal, al tener origen laboral puede verse condicionada por diversos aspectos laborales, así como la carga mental de trabajo, que en extremo es pernicioso (2020, pág. 1).
Carranza Esteban, R., Mamani-Benito, O., Quinteros-Zúñiga, D., & Farfán-Solís, R.	Estudio cuantitativo	PERÚ 2021	INGLÉS ESPAÑOL	Determinar si la preocupación por la COVID-19 y la carga laboral predicen el malestar psicológico en personal de salud (2021, pág. 1) .	"la preocupación por la COVID 19 y la percepción de sobrecarga laboral predijeron significativamente el malestar psicológico en el personal de salud que trabaja en la región de Puno" (2021, pág. 6). "Además, las variables estudiadas se relacionaron directa y significativamente entre sí, y en la comparación por sexos, el tamaño de efecto, aunque pequeño, indicó un mayor nivel de malestar psicológico en las mujeres" (2021, pág. 6) . "Se encontró que no hay diferencias significativas entre varones y mujeres en el malestar psicológico, la preocupación por el contagio de la COVID-19 y la carga laboral" (2021, pág. 1)

ESTUDIO	TIPO	PAÍS Y AÑO	IDIOMA	OBJETIVO	PRINCIPALES HALLAZGOS
Restrepo-Martínez, M. et al.	Estudio cuantitativo	COLOMBIA 2021	ESPAÑOL	"Determinar la prevalencia y las características clínicas de los síntomas ansiosos y depresivos del personal que trabaja en una institución de salud en Medellín, Colombia" (2021, pág. 1).	"Se incluyó a 1.247 trabajadores de la institución de salud. El 14,6% reportó síntomas depresivos y el 18,5%, ansiosos clínicamente significativos. Se encontró una mayor proporción de síntomas depresivos y ansiosos moderados-graves en la modalidad de trabajo presencial" (2021, pág. 1).
Ministerio de Salud Pública	Documento técnico	ECUADOR 2020	ESPAÑOL	"Establecer las directrices de cuidado y autocuidado del interviniente en procesos operativos o administrativos de COVID-19" (2020, pág. 4).	"La incertidumbre y el estrés que conlleva las dificultades en la atención integral del coronavirus (COVID-19), exige una especial atención a las necesidades de apoyo emocional del personal sanitario" (2020, pág. 4). "Cuidarse a sí mismo y animar a otros a autocuidarse, mantiene la capacidad de los profesionales, de cuidar a los usuarios" (2020, pág. 5). Se establecen actuaciones necesarias a través de un protocolo de nueve procedimientos que tienen alcance a nivel Cognitivo, Emocionales, Conductuales y Físicos (2020)
Silva, J., de Carvalho, A., Leite, H., & Oliveira, E.	Revisión bibliográfica	BRASIL 2020	ESPAÑOL	"Reflexionar sobre los riesgos laborales que involucran a los trabajadores de la salud en la pandemia del nuevo coronavirus (COVID-19)" (2020, pág. 1).	"El riesgo psicosocial tiene una fuerte incidencia en un período de pandemia, debido al miedo y las incertidumbres sobre la patología y la contaminación que pueden hacer al trabajador susceptible a enfermedades mentales" (2020, pág. 6). "las medidas que marcarán la diferencia y ayudarán a restaurar el bienestar psicosociales en el ejercicio de la profesión son: (...), ejercicios de respiración que reducen la ansiedad (...) no consumo de bebidas alcohólicas (...), entre otros" (2020, pág. 8).
Mejía, J., Silva, C., & Rueda, Y.	Revisión bibliográfica	COLOMBIA 2020	ESPAÑOL	"proponer una ruta de atención psicosocial para los docentes que pueden generar Síndrome de Burnout debido a la situación de pandemia que está viviendo actualmente el mundo a causa del COVID-19" (2020, pág. 133) .	Se pudo determinar que los factores generadores del Síndrome de Burnout que más incidencia tienen en la población docente son la indisciplina en el aula, la cual se puede presentar de igual forma en una sesión virtual, condiciones de trabajo poco satisfactorias, para el caso particular estas condiciones se ven afectadas por el cambio a teletrabajo (2020, pág. 140) .
Urzúa, A., Samaniego, A., Caqueo-Urizar, A., Pizarro, A., & Domínguez, M.	Estudio cuantitativo	CHILE 2020	ESPAÑOL	"reporta datos exploratorios sobre la salud mental en funcionarios de salud en Chile" (2020, pág. 1121)	"Un gran porcentaje del personal de salud encuestado presenta en la actualidad algún grado de sintomatología en ansiedad (74%), distrés (56%), depresión (66%) e insomnio (65%)" (2020, pág. 1125). "se encontró que los médicos tenían menor presencia de síntomas ansiosos y depresivos (carácter leve a severo), que las enfermeras y otros profesionales de la salud, al igual que menor sintomatología asociada a insomnio y estrés" (2020, pág. 1125). Los datos del presente estudio, más los reportados en la literatura sobre el tema, aportan evidencia a la necesidad urgente de implementar estrategias de abordaje y prevención específica para los profesionales de la salud con el fin de prevenir y aminorar consecuencias a mediano y largo plazo (2020, pág. 1126).
Ribiero, Dos Santos Santiago, B. M., Scorsolini-Comin, Fabio, & de Marchi Barcellos, R.	Revisión bibliográfica	ESPAÑA 2021	ESPAÑOL	"reflexionar sobre el trabajo del docente en la pandemia de COVID-19 y sus reflejos en la salud mental" (2021)	"El actual escenario de la educación a distancia puede operar como desencadenante y generar la afectación de la salud mental, razón por la cual, se requiere un seguimiento directo y crítico por parte de la literatura ..." (2021). "los resultados presentados en los estudios compartidos (...) permiten ubicar la actividad docente como propensa al sufrimiento emocional y las condiciones de trabajo experimentadas potencian la exposición a riesgos laborales" (2021).

ESTUDIO	TIPO	PAÍS Y AÑO	IDIOMA	OBJETIVO	PRINCIPALES HALLAZGOS
Samaniego, A., Urzúa, A., Buenahora, M., & Vera-Villarroel, P.	Estudio cuantitativo	PARAG UAY 2020	ESPAÑOL	"el objetivo de esta investigación fue determinar prevalencias de depresión, ansiedad, insomnio, distrés y fatiga por compasión, así como factores relacionados a la presencia de sintomatología asociada a estos trastornos en profesionales de los equipos de salud" (2020, pág. 1).	"Se encuentra que los porcentajes de participantes que reportaron síntomas clasificables como moderados y severos fueron de un 32.2% para depresión, 41.3% en ansiedad, 27.8% en insomnio, 38.9% en distrés y un 64.3% en fatiga por compasión" (2020, pág. 1). "Los datos aportan evidencia a la necesidad de establecer estrategias de prevención o intervención para abordar los problemas de salud mental en los profesionales de la salud" (2020, pág. 1).
Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST), O.A., M. P	Documento técnico	ESPAÑA 2020	ESPAÑOL	"Orientar a las gerencias, direcciones, mandos intermedios y servicios de prevención sobre las acciones preventivas que se podrían realizar para proteger la salud psicosocial de los trabajadores y trabajadoras de sus centros sanitarios a lo largo de las diferentes etapas ..." (2020, pág. 4).	"El trabajo en centros sanitarios durante situaciones de crisis, como la generada por la pandemia de COVID-19, da lugar a una serie de riesgos psicosociales que requieren un abordaje especializado". (2020, pág. 54). "La vigilancia de la salud (...) del personal sanitario, con especial atención a la salud mental, es un instrumento fundamental tanto para la detección precoz como para el abordaje de los daños producidos por el impacto de la pandemia" (2020, pág. 54). "El compromiso con la salud psicosocial del personal por parte de las gerencias, direcciones, mandos intermedios y jefaturas de los Servicios de Prevención son fundamentales para el éxito de las acciones preventivas sobre los riesgos psicosociales." (2020, pág. 54).

Discusión

El objetivo de este trabajo fue explorar los efectos de la Emergencia Covid-19 en la Salud Mental de los trabajadores e identificar estrategias de abordaje para el apoyo psicológico y emocional de esta población. Para esto se revisaron 30 documentos relacionados con la salud mental en el contexto laboral o documentos técnicos con estrategias para mitigar y prevenir los riesgos psicosociales presentes en la pandemia.

De los estudios analizados de la población trabajadora general se identifica que “Trabajar desde casa puede provocar una sensación de aislamiento, jornadas laborales más largas y el desdibujamiento entre las líneas entre el trabajo y la vida familiar”. (OIT, 2020a, pág. 23). “Los trabajadores pueden verse afectados por los peligros psicosociales derivados de la incertidumbre presente y futura de la situación laboral o de los cambios en los procesos y disposiciones laborales”(2020a, pág. 19); asimismo, la presencia de factores de riesgo puede causar alteraciones en la calidad de sueño por el aumento del estrés generado por la pandemia (Diz-Ferreira, y otros, 2021).

También, se identifica la presencia de ansiedad, estrés y depresión en esta población por lo que “el entorno de trabajo debe garantizar la seguridad necesaria al trabajador para el desarrollo de sus actividades laborales” (Flores Díaz , 2021, pág. 3). En los documentos técnicos analizados se establecen estrategias para prevenir y mitigar los riesgos que consideran desde el análisis de factores de protección como el equilibrio de la vida laboral y la vida persona, hasta elementos constitutivos de las organizaciones.

Sobre el trabajo docente se destaca que

El actual escenario de la educación a distancia puede operar como desencadenante y generar la afectación de la salud mental, razón por la cual, se requiere un seguimiento directo y crítico por parte de la literatura en el campo de la salud mental del trabajador (Ribiero, Dos Santos Santiago, Scorsolini-Comin, Fabio, & de Marchi Barcellos, 2021).

Se señala la presencia de factores que generan Síndrome de Burnout, en esta población por lo que “se requiere hacer un plan de intervención, que sea garante de la salud mental de los docentes pues así se garantizaría un ambiente escolar optimizado” (Mejía, Silva, & Rueda, 2020, pág. 20).

De los estudios analizados se identificó un mayor número de documentos que abordaban los efectos de la pandemia en los profesionales de salud, efectos que tienen mayor impacto en aquellos profesionales que trabajan en primera línea, en el artículo elaborado por Villegas et al. (2021) se establece que “La enfermedad COVID-19 ha producido en el personal de salud ansiedad, depresión, nerviosismo, desvelo, entre otros” (2021, pág. 75), se señalan que los posibles síntomas de estos pueden ser desencadenados por “turnos prolongados, excesiva carga de trabajo, capacitación inadecuada y equipo de protección personal escaso, haciéndolos propensos a desarrollar trastornos tales como el Síndrome de Burnout o Síndrome de estrés postraumático” (2021, pág. 75).

El Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST) señala que "La vigilancia de la salud (...) del personal sanitario, con especial atención a la salud mental, es un instrumento fundamental tanto para la detección precoz como para el abordaje de los daños producidos por el impacto de la pandemia". (2020, pág. 54). En el estudio de Antiporta, D. A., & Bruni, A. titulado “Desafíos, estrategias y oportunidades emergentes de salud mental en el contexto de la pandemia de COVID-19: perspectivas de los tomadores de decisiones de América del Sur”, se señala que:

La pandemia ha generado necesidades específicas que requieren medidas apropiadas,

como las intervenciones virtuales, la orientación de la formación de capacidad hacia la protección de los usuarios y prestadores de servicios de salud, el fortalecimiento de la toma de decisiones basadas en la evidencia, y la integración de la salud mental y el apoyo psicosocial en los mecanismos de alto nivel que guían la respuesta a la COVID-19. (2020, pág. 75)”

Varios estudios coincidieron que dentro de los profesionales de la salud una población especialmente susceptible es el personal de enfermería, el estudio de Silva J. S. E. et al. señala que

Los estudios muestran que los trabajadores de enfermería se ven más afectados mentalmente que otras profesiones, ya que están más directamente relacionados con los pacientes y son susceptibles a niveles más altos de estrés, agotamiento emocional y despersonalización, síntomas del Burnout Síndrome (2020, pág. 537).

En otro estudio se indica que

Los factores de riesgo asociados a mayor malestar psicológico fueron el hecho de ser mujer (o hombre joven), trabajar como auxiliar de enfermería, celador o técnico de radiología, estar en contacto directo con pacientes Covid-19, no haber realizado la PCR, tener la sensación de no contar con los elementos de protección personales y haber experimentado la muerte de una persona cercana por Covid-19. (Erquicia, y otros, 2020, pág. 434).

En los datos del estudio de Urzúa, A. et al. "se encontró que los médicos tenían menor presencia de síntomas ansiosos y depresivos (carácter leve a severo), que las enfermeras y otros profesionales de la salud, al igual que menor sintomatología asociada a insomnio y estrés" (2020, pág. 1125).

Esta revisión de alcance permite identificar puntos comunes de los efectos que tiene la emergencia del Covid-19 en la salud mental de la población trabajadora, entre los más importantes identificados es que no todas las personas experimentan el mismo nivel de impacto de la pandemia, el teletrabajo, el distanciamiento o la exposición continua al virus, en su salud mental por lo que es adecuado establecer medidas que permitan mitigar y prevenir la exposición a los riesgos y otorgándoles herramientas de afrontamiento, apoyo emocional y comunicación clara y oportuna, de acuerdo a cada población y a las situaciones particularidades de cada profesión u oficio.

Es importante señalar que existen varios temas que pueden convertirse en futuros estudios de investigación que surgen en virtud de los hallazgos obtenidos, como es: la identificación de las afectaciones psicosociales a través de la aplicación de instrumentos híbridos que permitan conocer cuantitativa y cualitativamente el estado actual de la salud mental de la población trabajadora; estudios del teletrabajo y sus implicaciones psicosociales más relevantes tales como la conciliación entre vida familiar y laboral, el aislamiento, el tecnoestrés, entre otros.

Igualmente, fenómenos como el Síndrome de Burnout y Síndrome de Estrés Postraumático en tanto expresiones agudas del Estrés Laboral, requieren un estudio de la nueva configuración que adquirieron luego de la pandemia. Es conveniente indagar también sobre las estrategias de afrontamiento de salud mental aplicables al personal de enfermería, puesto que son los cargos del sector sanitario que más afectaciones psicosociales presentan. Finalmente, sería relevante un estudio abocado solo a las estrategias de abordaje para el apoyo psicológico y emocional, ampliando el rango de búsqueda para conocer experiencias más específicas de otras latitudes que no se consideraron en el presente estudio.

Referencias bibliográficas

- Alonso, J., Vilagut, G., Mortier, P., Ferrer, M., Alayo, I., Aragón-Peña, A., . . . MINDCOVID Working group. (2021). Mental health impact of the first wave of COVID-19 pandemic on Spanish healthcare workers: A large cross-sectional survey. *Rev Psiquiatr Salud Ment (Engl Ed)*. 2021 Apr-Jun;14(2):90-105. doi:10.1016/j.rpsm.2020.12.001.
- Antiporta, D., & Bruni, A. (2020). Emerging mental health challenges, strategies, and opportunities in the context of the COVID-19 pandemic: Perspectives from South American decision-makers. *Revista Panamericana de Salud Pública*.
- Arriola Torres, L., Palomino Taipe, K., & Quintana Castro, L. (2021). Calidad de sueño y antojo por azúcares en médicos residentes durante la pandemia de COVID-19 en el Perú [Quality of sleep and sugar craving among resident physicians during the COVID-19 pandemic in Peru]. *Neurología Argentina*. doi:https://doi.org/10.1016/j.neuarg.2021.01.004
- Bueno Ferrán, M., & Barrientos-Trigo, S. (2021). Cuidar al que cuida: el impacto emocional de la epidemia de coronavirus en las enfermeras y otros profesionales de la salud [Caring for the caregiver: The emotional impact of the coronavirus epidemic on nurses and other health professionals]. *Enfermería clínica (English Edition)*. doi:https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2020.05.006
- Carranza Esteban, R., Mamani-Benito, O., Quinteros-Zúñiga, D., & Farfán-Solís, R. (2021). Concern about COVID-19 infection and workload as predictors of psychological distress during the health emergency in peruvian healthcare personnel. [Preocupación por el contagio de la COVID-19 y carga laboral como predictores del malestar psicológico dura. *Revista Colombiana De Psiquiatria*. doi:10.1016/j.rcp.2021.06.005
- CEPAL. (2020). El desafío social en tiempos del COVID-19, Informe especial COVID-19 No.3. Santiago de Chile. Recuperado el 29 de junio de 2021, de https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45527/5/S2000325_es.pdf
- Chapa-Koloffon, G., Jean-Tron, M., Ávila-Hernández, A., Márquez-González, H., & Garduño-Espinosa, J. (2021). Frequency of acute stress disorder in health care workers of a tertiary level pediatric hospital during the National Safe Distance Strategy for COVID-19 prevention. *Bol Med Hosp Infant Mex*. 2021;78(1):10-17. *English*. doi:10.24875/BMHIM.20000226. PMID: 33661878.
- Collantes, P. I. (2012). Prevención de Riesgos Psicosociales y Salud Mental. En O. V. Moral, *La Salud Mental de las y los Trabajadores*. Madrid, España: Wolters Kluwer España, S.A. Recuperado el 2021 de junio de 27, de https://www.osalan.euskadi.eus/contenidos/libro/medicina_201320/es_saludmen/adjuntos/salud_mental_trabajadores.pdf

- Dapueto, J., Eloísa, K., Campos, N., Rodríguez Andrada, B., Romero Agüit, S., Braquehais, M. D., . . . Blanc, L. (2021). Diseño e implementación del Programa de Bienestar Profesional del Colegio Médico del Uruguay. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 2021, ISSN 0034-7450. doi:<https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.02.005>.
- Diz-Ferreira, E., Díaz-Vidal, P., Da Cunha Soares Nicolau, M., Criado-Santos, M., Ayán, C., & Diz, J. (2021). Effect of confinement during COVID-19 outbreak on sleep quality in Galicia. [Efecto del confinamiento por la pandemia de COVID-19 sobre la calidad del sueño en Galicia]. *Revista Espanola De Salud*, 95 Retrieved from www.scopus.com.
- Erquicia, J., Valls, L., Barja, A., Gil, S., Miquel, J., Leal-Blanquet, J., . . . Vega, D. (2020). Emotional impact of the Covid-19 pandemic on healthcare workers in one of the most important infection outbreaks in Europe. *Med Clin (Barc)*. 2020 Nov 27;155(10):434-440. English, Spanish. doi:10.1016/j.medcli.2020.07.006. Epub 2020 Jul 25. PMID: 32951884; PMCID: PMC7381886.
- Flores Díaz, J. (2021). Estrés, ansiedad y depresión durante y Post-pandemia Covid-19 en Trabajadores: El Caso Ecuatoriano. *Gestión De La Seguridad Y La Salud En El Trabajo*. 2(2), 17–21. Obtenido de <https://journal.poligran.edu.co/index.php/gsst/article/view/2107>
- García-Iglesias, J., Gómez-Salgado, J., Martín-Pereira, J., Fagundo-Rivera, J., Ayuso-Murillo, D., Martínez-Riera, J., & Ruiz Frutos, C. (2020). Impacto del SARS-CoV-2 (Covid-19) en la salud mental de los profesionales sanitarios: una revisión sistemática. Recuperado el 15 de agosto de 2021, de https://www.mscbs.gob.es/biblioPublic/publicaciones/recursos_propios/resp/home.htm
- Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST), O.A., M.P. (2020). *Trabajar en tiempos de COVID19: buenas prácticas de intervención psicosocial en centros sanitarios*. Recuperado el 20 de junio de 2021, de <https://www.insst.es/documents/94886/710902/Trabajar+en+tiempos+de+COVID19+buenas+pr%C3%A1cticas+de+intervenci%C3%B3n+psicosocial+en+centros+sanitarios+-+A%C3%B1o+2020.pdf/24564955-b26b-c550-036b-c656c84c2f15?t=1612177306684>
- Jaramillo, F. (2018). *Los Riesgos Psicosociales en el Derecho del Trabajo. Un figura Aplicable en el Derecho Ecuatoriano*. (Vol. V). Quito: USFQ LAW REVIEW.
- Koppmann, A., Cantillano, V., & Alessandri, C. (2021). DISTRÉS MORAL Y BURNOUT EN EL PERSONAL DE SALUD DURANTE LA CRISIS POR COVID-19. *Revista Médica Clínica Las Condes*, Volume 32, Issue 1, 2021, Pages 75-80, ISSN 0716-8640,. doi:<https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2020.12.009>
- Loyola da Silva, T., de Medeiros Pinheiro Fernandes, Á., Brito do O'Silva, C., de Mesquita Xavier, S., & Bezerra de Macedo, E. (2021). El impacto de la pandemia en el rol de la enfermería: una revisión narrativa de la literatura. *Enfermería Global*, 20(63), 502-543. Epub 02 de agosto de 2021. doi:<https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.454061>

- Mediavilla, R., Fernández-Jimenez, E., Andreo, J., Morán-Sánchez, I., Muñoz-San José, A., Moreno-Kustner, B., & care Workers-Spain, H. (2021). Association between perceived discriminations and mental health outcomes among health workers during the initial COVID-19 outbreak. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*. doi:10.1016/j.rpsm.2021.06.001
- Mejía, J., Silva, C., & Rueda, Y. (2020). Ruta de atención psicosocial para docentes con síndrome de burnout a causa de la cuarentena generada por el COVID-19. *Rev. De Investig. En Gestión Ind. Ambient. Secur. Y Salud En El Trab*, 2, 133-142.
- Ministerio de Salud Pública Ecuador. (2020). *PROTOCOLO DE PREVENCIÓN DEL RIESGO PSICOSOCIAL EN INTERVINIENTES OPERATIVOS Y ADMINISTRATIVOS EN COVID -19*. Recuperado el 07 de agosto de 2021, de <https://oiss.org/protocolo-de-prevencion-del-riesgo-psicosocial-en-intervinientes-operativos-y-administrativos-en-covid-19/>
- Monterrosa-Castro, A., Dávila-Ruiz, A., Mejía-Mantilla, A., Contreras-Saldarriaga, J., Mercado-Lara, M., & Flores-Monterrosa, C. (2020). Estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales colombianos. *MedUNAB*. 2020;23(2): 195-213. doi:10.29375/01237047.3890
- Muñoz-Fernández, S., Molina-Valdespino, D., Ochoa-Palacios, R., Sánchez-Guerrero, O., & Esquivel-Acevedo, J. (2020). Stress, emotional responses, risk factors, psychopathology and management of healthcare workers during (COVID-19) pandemic. [Estrés, respuestas emocionales, factores de riesgo, psicopatología y manejo del personal de salud durante la pandemia por COVID-19. *Acta Pediátrica De Mexico*, 41(4), S127-S136. doi:10.18233/APM41No4S1ppS127-S1362104
- OIT. (2020). Gestión de los riesgos psicosociales relacionados con el trabajo durante la pandemia de COVID-19. Ginebra. Recuperado el 2021 de junio de 07, de https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/instructionalmaterial/wcms_763314.pdf
- OIT. (2020a). Frente a la pandemia: Garantizar la Seguridad y Salud en el Trabajo. Ginebra. Recuperado el 17 de agosto de 2021, de https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/publication/wcms_742732.pdf
- OIT. (2020c). *La COVID-19 y el sector de la salud*. Recuperado el 17 de agosto de 2021, de https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_dialogue/---sector/documents/briefingnote/wcms_745391.pdf
- OMS. (2020a). La OMS caracteriza a COVID-19 como una pandemia. Recuperado el 2021 de junio de 28, de <https://www.paho.org/es/noticias/11-3-2020-oms-caracteriza-covid-19-como-pandemia>

- OMS. (2020b). Policy Brief: COVID-19 and the Need for Action on Mental Health. Recuperado el 2020 de junio de 25 , de <https://unsdg.un.org/sites/default/files/2020-05/UN-Policy-Brief-COVID-19-and-mental-health.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2004). *Invertir en salud mental*. Ginebra. Recuperado el 2021 de 07 de 2021, de https://www.who.int/mental_health/advocacy/en/spanish_final.pdf
- Pérez Bilbao, J., & Nogareda Cuixart, C. (2012). Factores psicosociales: metodología de evaluación. *Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo*.
- Pérez Bilbao, J., & Nogareda Cuixart, C. (2012). Factores psicosociales: metodología de evaluación. *Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo*.
- Pérez Bilbao, J., & Nogareda Cuixart, C. (2021). Factores psicosociales: metodología de evaluación. *Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo*.
- PNUD. (s.f.). <https://www.ec.undp.org/>. Recuperado el 29 de junio de 2021, de <https://www.ec.undp.org/content/ecuador/es/home/coronavirus.html>
- Restrepo-Martínez, M., Escobar, M., Marín, L. A., & Restrepo, D. (2021). Prevalencia y características clínicas de los síntomas depresivos y ansiosos de los trabajadores de una institución de salud en Medellín durante la pandemia por COVID-19. *Revista Colombiana de Psiquiatría, 2021, ISSN 0034-7450*,. doi:<https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.02.001>.
- Ribiero, Dos Santos Santiago, B. M., Scorsolini-Comin, Fabio, & de Marchi Barcellos, R. (2021). Ser docente en el contexto de la pandemia de COVID-19: reflexiones sobre la salud mental. *Index de Enfermería, 29(3), 137-141*. Epub 25 de enero de 2021. Recuperado el 13 de agosto de 2021, de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962020000200008&lng=es&tlng=es.
- Samaniego, A., Urzúa, A., Buenahora, M., & Vera-Villarroel, P. (2020). Symptomatology associated with mental health disorders in health workers in paraguay: COVID-19 effect. [Sintomatología asociada a trastornos de salud mental en trabajadores sanitarios en paraguay: Efecto COVID-19]. *nteramerican Journal of Psychology, 54(1)*. doi:10.30849/ripijp.v54i1.1298
- Silva, J., de Carvalho, A., Leite, H., & Oliveira, E. (2020). Reflecting about occupational risks in health workers during the COVID-19 pandemic. [Reflexiones sobre los riesgos ocupacionales en trabajadores de salud en tiempos pandémicos por COVID-19] . *Revista Cubana De Enfermería, 36(2), 1-11*. Retrieved from www.scopus.com.
- Superintendencia de Seguridad Social, Gobierno de Chile. (2021). *Organización Iberoamericana de Seguridad Social (OISS)*. Recuperado el 15 de junio de 2021, de <https://oiss.org/directrices-para-una-mejor-salud-mental-en-los-trabajadores-as/?cn-reloaded=1>

-
- Urzúa, A., Samaniego, A., Caqueo-Urizar, A., Pizarro, A., & Domínguez, M. (2020). Mental health problems among health care workers during the COVID-19 pandemic. [Salud mental en trabajadores de la salud durante la pandemia por COVID-19 en Chile]. *Revista Medica De Chile*, *148(8)*, 1121-1127. doi:10.4067/S0034-98872020000801121
- Venegas Tresierra, C., & Leyva Pozo, A. (2020). Fatigue and mental workload among workers: About social distancing. [La fatiga y la carga mental en los teletrabajadores: a propósito del distanciamiento social]. *Revista Espanola De Salud Publica*, *94* Retrieved from www.scopus.com.
- Villegas, J., Choque, R., Verduguez, C., & Aguilar, A. (2021). Influence of the COVID-19 pandemic on the mental health of health care workers. [Influencia de la pandemia del COVID-19 en la salud mental de los trabajadores en salud]. *Gaceta Medica Boliviana*, *44(1)*, 75-80. doi:10.47993/GMB.V44I1.200
- Weller, J. (2020). *La pandemia del COVID-19 y su efecto en las tendencias de los mercados laborales*. Santiago: CEPAL.
- World Health Organization; United Nations High Commissioner for Refugees. (2012). *Assessing mental health and psychosocial needs and resources: toolkit for humanitarian setting*. Geneva. Recuperado el 2021 de junio de 20, de https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/76796/9789241548533_eng.pdf;jsessionid=CB24776928D6BF04485ACE3FF51A5540?sequence=1