

# Seguridad y confort: percepción del trabajo en casa de profesores universitarios en tiempos de pandemia COVID-19

**Safety and comfort: Perception of university professors working at home in times of pandemic**

**Segurança e conforto: percepções de professores universitários sobre o trabalho em casa**

Andrés Mauricio Díaz Melgarejo <sup>a,\*</sup> | Sergio Iván Mantilla Bautista <sup>b</sup>

a <https://orcid.org/0000-0003-0204-5344> Universidad Militar Nueva Granada, Cajicá, Cundinamarca, Colombia

b <https://orcid.org/0000-0003-3122-435X> Universidad Militar Nueva Granada, Cajicá, Cundinamarca, Colombia

- Fecha de recepción: 2023-05-25
  - Fecha concepto de evaluación: 2023-06-26
  - Fecha de aprobación: 2023-06-29
- <https://doi.org/10.22335/rlct.v15i2.1779>

**Para citar este artículo/To reference this article/Para citar este artigo:** Díaz Melgarejo, A. M., & Mantilla Bautista, S. I. (2023). Seguridad y confort: percepción del trabajo en casa de profesores universitarios en tiempos de pandemia COVID-19. *Revista Logos Ciencia & Tecnología*, 15(2), 130-145. <https://doi.org/10.22335/rlct.v15i2.1779>

## RESUMEN

Objetivo: Proponer buenas prácticas en seguridad y confort para la adecuación del espacio y trabajo en casa, bajo la óptica de los profesores de la Universidad Militar Nueva Granada en Colombia, considerando la contextualización de la educación y de la salud en el trabajo, la percepción en seguridad y confort del trabajo en casa, con ocasión de la pandemia Covid-19. Materiales y Método: Se aplicó el método de encuesta a los profesores universitarios y entrevista a directivos académicos de la IES. Se realizó el análisis de documentos, encuestas y entrevistas. Resultado: Se identificaron factores protectores para el desempeño docente universitario (cambio de actividad, actividad física, nutrición, comodidad, etc.), condiciones de riesgo en el trabajo en casa (sedentarismo, carga mental, aislamiento, consumo de sustancias psicoactivas, etc.), además de conductas saludables y buenas prácticas en la seguridad y confort del ejercicio profesoral. Conclusión: Al estudiar la nueva realidad que deja la pandemia y las buenas prácticas a incentivar se aporta a la Universidad y a sus profesores, así como al sector educativo, aspectos de auto y hetero regulación y cuidado que favorecen el bienestar, la salud, la seguridad y el desempeño en procesos de enseñanza asistidos con tecnología de virtualidad.

**Palabras clave:** seguridad, comodidad, percepción, condiciones de trabajo, docentes, pandemia (fuente: DeCS).

## ABSTRACT

Objective: To propose good practices in safety and comfort for the adaptation of space and teaching work at home, by teachers at the Universidad Militar Nueva Granada in Colombia, considering the contextualisation of education and health at work and the perception of safety



and comfort during university teaching work at home, on the occasion of the Covid-19 pandemic. Methodology: The survey method was applied to university teachers and an interview was conducted with academic managers of the HEI. Documents, surveys and interviews were analysed. Results: Protective factors for university teaching performance were identified (change of activity, physical activity, nutrition, comfort, etc.), risk conditions at home (sedentary lifestyle, mental workload, isolation, consumption of psychoactive substances, etc.), as well as healthy behaviours and good practices in the safety and comfort of teaching. Conclusion: By studying the new reality left by the pandemic and the good practices to be encouraged, the University and its teachers, as well as the educational sector, are provided with aspects of self- and hetero-regulation and care that favour well-being, health, safety and performance in teaching processes assisted with virtual technology.

**Keywords:** safety, comfort, perception, working conditions, teachers, pandemic (source DeCS).

## RESUMO

Objetivo: propor boas práticas de segurança e conforto para a adaptação do espaço e do trabalho em casa, do ponto de vista dos professores da Universidad Militar Nueva Granada, na Colômbia, considerando a contextualização da educação e da saúde no trabalho, a percepção de segurança e o conforto do trabalho em casa, devido à pandemia da covid-19. Materiais e método: o método de pesquisa foi aplicado a professores universitários e entrevistas com diretores acadêmicos da IES. Foram analisados documentos, pesquisas e entrevistas. Resultados: foram identificados fatores de proteção para o desempenho da docência universitária (mudança de atividade, atividade física, alimentação, conforto etc.), condições de risco em casa (sedentarismo, carga mental de trabalho, isolamento, consumo de substâncias psicoativas etc.), bem como comportamentos saudáveis e boas práticas na segurança e conforto da docência. Conclusão: ao estudar a nova realidade deixada pela pandemia e as boas práticas a serem incentivadas, a universidade e seus docentes, bem como o setor educacional, são munidos de aspectos de auto e heterorregulamentação e cuidados que favorecem o bem-estar, a saúde, a segurança e o desempenho nos processos de ensino apoiados na tecnologia da virtualidade.

**Palavras-chave:** segurança, conforto, percepção, condições de trabalho, professores, pandemia (fonte: DeCS).

## Introducción

Un trabajo decente y seguro es aquel donde se protegen los derechos laborales, promueve el crecimiento económico inclusivo y propende por la igualdad salarial, sin discriminación de ningún tipo (Naciones Unidas, s.f.). En tiempos de la pandemia de COVID-19 se recurrió a la modalidad de trabajo en casa, el teletrabajo o trabajo remoto como alternativas en la dinámica de la economía mundial, que no es ajena a las garantías en la prevención y atención del riesgo laboral (Centro de Estudios Sociales y Laborales, 2020). Para el caso colombiano, el desarrollo legal en la materia de las modalidades de trabajo asistido con tecnología corresponde al teletrabajo (Ley 1221 del 2008), trabajo en casa (Ley 2088 del 2021) y trabajo remoto (Ley 2121 del 2021), además de la garantía de desconexión laboral (Ley 2191 del 2022). La emergencia sanitaria producto de la pandemia, no necesariamente significó variación de las condiciones laborales establecidas o pactadas al inicio de la relación laboral. En tal escenario, las empresas adoptaron protocolos dada la necesidad de reducir el relacionamiento presencial en las organizaciones

(Organización Internacional del Trabajo, OIT, 2020). En consecuencia, muchas empresas tuvieron que reorganizarse y adaptarse para la actividad laboral de esa manera (Mehta, 2021).

Es el caso del sector educativo, el cual afrontó cambios en las modalidades y mediaciones de comunicación, interactividad y enseñanza. Según estimaciones de la Unesco, se evidenció que el cierre temporal afectó aproximadamente a 23.4 millones de estudiantes de educación superior y a 1.4 millones de profesores en América Latina y el Caribe; del orden del 98% de la población de estudiantes y profesores de educación superior en la región (Instituto Internacional para la Educación Superior en América Latina y el Caribe, IESALC, 2020). Al comienzo se suspendieron las actividades, pero rápidamente se integraron algunas plataformas tecnológicas que permitieron la conectividad entre los actores del sector. Esto conllevó la necesidad de replantear las políticas educativas y la labor docente en todas las áreas, orientada a los escenarios y formas de relacionamiento tecnológico (Visacovsky et al., 2021), incluso bajo la opción de desarrollar las actividades en los hogares (Esteche & Gerhad, 2021), con mediaciones de la modalidad y aprendizaje a

distancia, e integrando servicios de apoyo en materias de salud y bienestar de las comunidades educativas (Naciones Unidas, s.f.). Las instituciones de educación superior (IES) transitaron rápidamente de las clases presenciales a los sistemas de aprendizaje en línea, lo que implicó orientar sus procesos administrativos y académicos hacia la virtualización (Bedoya-Dorado et al., 2021).

En general, los docentes mantuvieron la convicción de su labor pese a la falta de recursos (Carmona & Morales, 2021), aunque la nueva experiencia trajo consigo el incremento de la carga de trabajo asignado, entre otros, por la intensificación de cursos orientados a su competencia digital, así como el cambio de percepción de la educación tradicional, debiendo el docente asumir un rol creativo para atender las exigencias de la sociedad (Hurtado, 2020). Un trabajo académico en línea depende no solo de las habilidades en el uso de las tecnologías de la información y comunicación (TIC), sino también de las condiciones tecnológicas y socioeconómicas para el desempeño de los estudiantes desde sus hogares empleando medios digitales (Corral & Corral, 2020). El papel de los docentes en un entorno remoto ha sido imprescindible para el desarrollo de la experiencia de aprendizaje durante la emergencia sanitaria, tanto en modos sincrónicos como asincrónicos (Picon et al., 2021). Los profesores realizaron un ingente esfuerzo al enfrentar el ciclo lectivo, sumado a las preocupaciones, miedos e incertidumbres (Russi, 2020). La pandemia trajo muchas enseñanzas y nuevos retos para la práctica profesoral, al igual que para los gobiernos, las instituciones de educación superior, los educandos, las familias y la sociedad. Vivir esta experiencia otorga mayor significado a la vida e importancia de dignificar al ser humano mediante el trabajo decente y una educación incluyente y con calidad.

Los servicios digitales de conectividad y de contenido debieron expandirse, así como la disponibilidad de aplicaciones que habilitan el trabajo en casa; la educación a distancia, remota o virtual; actualmente denominada "educación híbrida"; la realización de trámites; la interacción social y el esparcimiento de las personas (Weller, 2020). La crisis pandémica es una oportunidad única para revalorizar la importancia de la seguridad y la salud como

una de las condiciones fundamentales para el trabajo decente, tal como lo señala la Declaración Tripartita del Centenario de la OIT para el Futuro del Trabajo, puesto que es un aspecto clave a considerar en la activación productiva y en la recuperación económica, a fin de evitar nuevos brotes (OIT, 2020). Incluso, se analizó la eficacia de un programa de educación virtual para brindar aprendizaje justo a tiempo y las mejores prácticas para apoyar a los equipos de hogares de "cuidados a largo plazo" (LTC, por sus siglas en inglés) y los residentes durante la pandemia en Canadá, mediante encuestas cuantitativas y cualitativas para evaluar el alcance, la satisfacción, la autoeficacia, el cambio en la práctica, el impacto en la atención a los residentes y el intercambio de conocimientos (Lingum et al., 2021). También se desarrollaron actividades para promover la conciencia de civismo por medio de una plataforma de educación virtual en eventos sincrónicos en línea, al que asistieron enfermeras, estudiantes de enfermería y otros profesionales sanitarios, utilizando técnicas de ensayo cognitivo y reflexión (Opsahl et al., 2021).

El trabajo dignifica al ser humano y ha de adaptarse a las condiciones particulares de la persona. Los esfuerzos trascienden la conscientización y el autocuidado y exigen una respuesta institucional adecuada para favorecer la presencia de factores protectores, así como la adopción de controles efectivos a los riesgos. Por consiguiente, el propio trabajo debe ser un factor protector en la cotidianidad de las personas; es decir, que promueva la salud y no la enfermedad, que permita obtener recursos para generar estabilidad, desarrollo y potenciación de las capacidades individuales y colectivas (De Arco Canoles et al., 2019).

La salud y la enfermedad son construidas y determinadas socialmente. Los impactos derivados de la pandemia por COVID-19 afectaron a todas las personas y en función de la vulnerabilidad, en ese sentido, la reconstrucción de la sociedad pospandemia exige que la salud sea comprendida y practicada como un derecho humano y un bien público garantizado por el Estado (Parra & Caza, 2021). La relación salud-trabajo y los procesos de salud-enfermedad son particulares en función del contexto, sector, procesos, y desempeño de cargos o roles. La sobrecarga laboral del docente, propia de

múltiples tareas y poco tiempo para preparar y calificar, sumado a la afectación emocional debido a dificultades en el trabajo colaborativo con sus colegas, desmotivación e indisciplina de los estudiantes y dificultades técnicas relacionadas con la conectividad, equipos y aplicaciones en las clases remotas (Oros et al., 2020), repercutieron en situaciones de desgaste. El denominado tecnoestrés está directamente relacionado con la lentitud en los equipos de cómputo y de comunicaciones empleados. Se ha constatado que el entorno laboral tiene un fuerte impacto en la salud mental de los trabajadores, especialmente en situaciones límites de alta exigencia profesional (Montes et al., 2021). Para contrarrestar tal efecto, adquirieron interés las buenas prácticas en la gestión de las IES y en la seguridad de estudiantes y personal docente e investigador en las universidades, como la definición de estándares en prevención de riesgos orientados a espacios "libres de virus", y para ejercer el trabajo en casa, incluida la evaluación del desempeño (CRUE, 2020).

En el contexto del sector defensa, la pandemia trajo consigo sobrecarga laboral al estamento policial, producto de las nuevas medidas sanitarias y a la intensificación de jornadas de trabajo (Garriga, 2021). Una interesante estrategia pedagógica de formación policial corresponde a "CuidarE", la cual concibe el cuidado como trascendente en materia de salud, establecida a partir de dos componentes esenciales: "cuidar" como rol que se le asigna al policía y el sufijo "E" que hace referencia tanto a la categoría estrategia pedagógica, como a la ética dentro de este rol. El cuidado se integra, incluso, al contexto educativo, en el sentido de que los procesos de enseñanza y aprendizaje deben favorecer su interiorización y puesta en contexto por los sujetos (Aponte, 2021). En particular, por las características de la educación policial, es determinante saber emplear estrategias educativas asociadas al uso de las TIC (tecnologías de la información y comunicación), TAC (tecnologías para el aprendizaje y conocimiento), TEP (tecnologías de empoderamiento y participación). Estos recursos impulsan los procesos de enseñanza y aprendizaje, fortaleciendo el uso de mediaciones tecnológicas en el ejercicio docente, además de afianzar el conocimiento y sentido crítico en los educandos (Cipagauta et al., 2022). La virtualidad en la educación

implica el uso de equipos, *software*, tecnologías y redes, además de conceptualizar los roles, desarrollar contenidos y el logro de destrezas evidenciables en los resultados de aprendizaje y competencias (Jara-Vaca et al., 2021).

En general, en el sector de la educación terciaria, incluso en las denominadas fuerzas de seguridad y de policía, se evidenciaron cambios en la dinámica familiar y social, debido a la pérdida de fuentes de ingreso, la limitación en las posibilidades de contacto social y mayor carga de trabajo en casa (Rivera, 2020). Hubo casos como los de jóvenes con enfermedades crónicas, quienes no solo enfrentaron alteraciones en la educación, las rutinas, los pasatiempos y las interacciones con sus compañeros, sino también retos adicionales, como la reducción o la ausencia de contacto cara a cara con los equipos médicos, el blindaje y el aumento de los factores estresantes de pertenecer a grupos "de riesgo" y el aislamiento social (Flannery et al., 2021). La población estudiantil universitaria también afrontó una experiencia estresante que correspondió a la carga académica, el aislamiento y a los horarios de estudio. Ello motivó a las IES a implementar también programas hacia la prevención de la enfermedad y promoción de la salud, orientados a los factores desencadenantes de estrés que se convirtieran en un problema de salud mental (Molano-Tobar & Chalapud-Narváez, 2022); así como la promoción de factores protectores que corresponden al hecho de vivir con la familia, contar con un servicio de salud y no tener que desplazarse del área rural a la urbana para estudiar durante su formación universitaria, brindando así seguridad económica y social. También favorece la actividad y el ejercicio físico, el bajo consumo de sustancias psicoactivas, la mejora en los hábitos de alimentación y sueño, así como las conductas preventivas en salud (Escobar-Castellanos et al., 2019). Por consiguiente, la promoción de la salud requiere acciones específicas para construir políticas saludables, crear ambientes que favorezcan la salud (controlar o eliminar factores de riesgo para la salud), desarrollar habilidades personales, reforzar la acción y participación comunitaria, y reorientar los servicios de salud atendiendo las necesidades culturales para una vida más sana (Villarreal, 2020). Se estudió el efecto del entorno residencial construido en la satisfacción y el rendimiento académico de los

estudiantes durante la pandemia COVID-19. Se llevó a cabo en dos países, Kazajstán (KZ) y Noruega (NO), utilizando una amplia encuesta en línea para recopilar datos. Se empleó una evaluación empírica basada en el modelo de ecuaciones estructurales para identificar los vínculos entre la salud, la seguridad y la comodidad de las instalaciones de los estudiantes y el rendimiento y la satisfacción académicos (Tleuken et al., 2022). En Indonesia se realizó una medición integral de la atmósfera educativa de aprendizaje electrónico o en línea de la educación superior durante la pandemia, mediante una encuesta en línea a 162 estudiantes, que consta de 40 ítems que cubren seis factores, que incluyen la efectividad del programa, la calidad de la enseñanza, la ética y el profesionalismo, el apoyo de los estudiantes, la seguridad y la comodidad, y el conocimiento de las reglamentaciones (Mirawati et al., 2022). En la Universidad de West Virginia, en Estados Unidos, también se realizó una encuesta que exploró las experiencias de los estudiantes con el aprendizaje en línea en tres momentos diferentes durante la pandemia, identificando los factores estresantes, los síntomas de salud mental y las respuestas del departamento y la institución. Aunque la comodidad inicial con el aprendizaje en el aula en línea fue baja, los niveles de comodidad aumentaron significativamente a medida que continuó la pandemia (Christensen et al., 2023).

Otro aspecto de especial interés, es el cansancio crónico conocido como Síndrome de Burnout o del "trabajador quemado", que es el resultado del cansancio emocional y sentimientos de despersonalización, frustración y percepción de deficiencia en la calidad del trabajo. La cuarentena afectó la salud mental y obligó a un rápido aprendizaje en el uso de la tecnología de información y comunicación con una mayor carga. Dicho síndrome es un nivel crónico del estrés laboral que integra agotamiento físico y mental prolongado en el tiempo, pudiendo alterar la autoestima y personalidad (Parián, 2020). En el caso colombiano, se estudió este síndrome y su relación con los niveles de empatía y compasión en profesionales y estudiantes de medicina, desde la percepción y satisfacción con la labor que puedan interferir en el síndrome por desgaste profesional (Suárez et al., 2022). Los estilos de vida saludables, promovidos en el

sector de la educación, corresponden a una alimentación saludable, actividad física, manejo del estrés, higiene del sueño, habilidades para la vida, sexualidad segura, salud oral, ocio saludable, y prevención del consumo de sustancias lícitas e ilícitas (Calpa et al., 2019).

Son las universidades responsables de crear las condiciones para que sus campus y entornos sean propicios para la salud integral de las personas en todas sus dimensiones, garantizando la participación de sus grupos de interés y generando nuevos conocimientos relevantes (Sánchez-Ordóñez & Gimeno-Navarro, 2022). En particular, la Universidad Militar Nueva Granada en sus campus en Bogotá y Cajicá, desde mediados de abril de 2020, adoptó el trabajo en casa para los 1026 profesores de cátedra, 161 docentes con la modalidad de vinculación ocasional y 447 profesores de planta, y de estos últimos, 16 en medio tiempo. Fue un reto para los directivos académicos y profesores lograr, mediante el uso de tecnología, suplir las facilidades de reunión presencial. Debe tenerse en cuenta que en el alma *mater* existen educandos de pre- y posgrado, que son miembros activos de las fuerzas militares y de la Policía Nacional, o familiares de ellos, especialmente en la formación en estudios a distancia. También, algunos destacados docentes que corresponden al personal jubilado del sector y que en uso de buen retiro imparten docencia dentro de los diferentes programas académicos. Indistintamente de las ventajas de trabajar en casa, donde no es necesario trasladarse a la sede de la Universidad y es posible compartir en familia, se hizo interesante analizar la percepción de seguridad y comodidad a partir de la distinción generacional de la población docente, donde la virtualidad tiende a ser más fluida en los profesores más jóvenes y en ejercicio. Es pertinente conciliar el trabajo profesoral en casa, asistido con tecnologías de la información, comunicación, aprendizaje y conocimiento, con la vida personal y familiar en todo momento que demande, bajo contingencia o no, una vinculación formal de teletrabajo, trabajo remoto o de trabajo en casa. En la presente investigación, se partió de la hipótesis de que los profesores universitarios omitían la aplicación de pautas, principios o procedimientos apropiados para el trabajo en casa; se consultó su percepción y con estos resultados se formularon buenas prácticas en

seguridad y confort para la adecuación del espacio y trabajo docente. Los resultados son de utilidad institucional y profesoral, así como de los sectores de la educación y la salud, porque denota la necesidad de adaptación que todos los actores han de aplicar para el cuidado de la salud y ejercicio de un trabajo confortable y seguro.

## ■ Materiales y método

En el estudio se consideran elementos propios de la seguridad y el confort: ambiente higiénico, lugar, puesto, tiempos y carga de trabajo, contenido y representación de la tarea, bienestar en el trabajo, y factores individuales y psicosociales intra- y extralaborales. Dentro del diseño metodológico, se desarrollaron las siguientes actividades:

- Diseño del instrumento y prueba piloto: la elaboración del instrumento de recolección de datos, en este caso de aplicabilidad en el contexto de investigación, es el cuestionario, lo que garantiza su confiabilidad, validez y objetividad (Hernández et al., 2014; Navarro, 2009). Se evaluó su consistencia interna mediante el método Alfa de Cronbach.

La fórmula de confiabilidad Alfa de Cronbach es la siguiente:

$$r = \frac{k}{k-1} \left[ 1 - \frac{\sum s_i^2}{s_t^2} \right]$$

Los parámetros de la fórmula son los siguientes:

$r$ : valor del coeficiente de Cronbach, obtenido en términos cuantitativos.

$k$ : número de ítems contenido en el cuestionario.

$S_i^2$ : varianza de los puntajes de cada ítem del cuestionario.

$S_t^2$ : varianza de los puntajes totales del cuestionario.

Los datos obtenidos correspondieron a las respuestas realizadas por doce docentes con

quienes se validó el instrumento, lo que permitió su confiabilidad estadística, encontrándose sus variables en un rango de magnitud muy alta, como se puede apreciar en los siguientes resultados (véase Tabla 1).

**Tabla 1**

*Coefficiente Alfa de Cronbach aplicado al instrumento*

Variables	Alfa de Cronbach	Magnitud
Resiliencia institucional	0.93	Muy alta
Seguridad y confort	0.93	Muy alta
Autoevaluación	0.94	Muy alta
Tiempo libre	0.93	Muy alta
Calificación	0.74	Alta

- Trabajo de campo y recolección de información: se aplicó el método de encuesta a los profesores universitarios y entrevista a directivos académicos de las IES. Se analizaron los documentos, de las encuestas y entrevistas. Desde lo ético, ajustándose a los lineamientos internacionales de investigación con personas (Declaración de Helsinki, APA, entre otros), la recolección de información documental mantuvo el anonimato de datos y permitió una visión integradora de ambos estamentos, quienes, con base en el consentimiento informado previo, libre y voluntaria participación, aportaron su experiencia como información y empleo para el objeto de estudio. No se recogió información sensible alguna, ni prácticas de valoración en salud y se adoptaron las medidas de seguridad necesarias para la conservación, tratamiento y almacenamiento de la información en medios protegidos.
- Construcción del instrumento de encuesta y formulación de preguntas para la entrevista: en el instrumento de encuesta al igual que en la entrevista, no se pidió información personal. Por el contrario, solo se indagó la tipología del entrevistado en cuanto al género (hombre o mujer), rango etario, área de enseñanza universitaria, número de integrantes en la composición familiar y condiciones de riesgo familiar y personal, además de la percepción en seguridad y confort personal en el ejercicio

docente en casa. La información ajena a lo personal se centró en la experiencia y oportunidades de mejora en el bienestar profesoral. Lo propio frente a directivos académicos de la entidad, quienes conservaron su anonimato, si bien ejercían cargos de decano, vicedecano y director de programa de pregrado o posgrado. Se les consultó la experiencia previa en el sector y actual, especialmente frente a la seguridad y el bienestar docente.

- Muestra: en conformidad con el juicio experto del investigador, así como a restricciones de tiempo y costos asociados al proyecto, como también a ventajas de homogeneidad de la población y practicidad en el proyecto, fue confiable adoptar una muestra de 200 profesores; lo que se traduce en un muestreo no probabilístico por conveniencia frente a una población infinita y con nivel de confianza no inferior al 95% y margen de error de 0.091. Respecto del número de directivos académicos en las IES, se entrevistaron once en servicio de diferentes áreas académicas.
- Encuesta y entrevista: abordó las siguientes categorías: respuesta institucional, seguridad y confort, autoevaluación y tiempo libre. Se mantiene el consentimiento informado e integra preguntas relacionadas con género, grupo etario, sede donde se encuentra ubicado, tiempo de dedicación al trabajo en la Universidad, Facultad a la que pertenece, si impartió docencia en pre- o posgrado, franjas horarias de dedicación semanal, sitios de casa u otro lugar donde impartió docencia en pandemia, tipos de dispositivos que empleó, tipos de distractores que se le presentaron en sus clases al interactuar de manera remota con sus estudiantes, percepción de la experiencia frente al bienestar, confort y seguridad, calificación de diversos factores si al juicio del profesor mejoraron, son iguales o se deterioraron durante la pandemia comparado con su desempeño previo en la Universidad; y, finalmente, pregunta abierta sobre aspectos relevantes positivos o negativos que le impactaron la experiencia de vida. También se aplicó una entrevista estructurada con visita presencial del investigador prin-

cial y diligenciamiento virtual de formulario por parte de los directivos docentes de la Universidad Militar Nueva Granada.

## Resultados

La investigación permitió analizar la percepción de seguridad y confort que tenía el estamento profesoral al servicio de la Universidad Militar Nueva Granada en tiempos de pandemia, con ocasión de su desempeño docente en casa mediante el uso de tecnologías de la información y comunicación en sesiones sincrónicas con estudiantes. Se compararon quiénes participaban en la modalidad presencial y quiénes se desempeñan en programas académicos en la modalidad distancia; asimismo, se distinguió la particularidad de los grupos etarios entre edades de 25 a 40 años; de 40 a 60 años; y mayores a 60 años de los 200 encuestados. El grupo de encuestados entre 40 y 60 años corresponde al 60% del total de la muestra.

Los directivos académicos entrevistados validaron la experiencia desde su instancia, en cuanto al manejo dado a la gestión académica y docencia en el periodo de trabajo en casa y la posterior alternancia y retorno a la presencialidad. En las Tablas 2 y 3 se consolida el porcentaje de satisfacción de los docentes con cada criterio dado en las categorías, se enfatiza en los grupos etarios jóvenes (entre 20 y menos de 40 años) y a los mayores (más de 60 años) quienes presentaron mayor variación en los resultados frente al total. La población intermedia se comporta similar al promedio de los encuestados.

Se destacó en el grupo etario joven un mayor grado de insatisfacción en la modalidad presencial, debido a la dificultad vivida de separar las actividades laborales de las domésticas. En la modalidad a distancia, se percibió menor satisfacción respecto a la ayuda solidaria frente a las situaciones personales o de pérdida. El estrés en ambas modalidades aumentó, producto de la carga laboral, el ejercicio simultáneo de labores domésticas y al ruido de fondo, la presencia de mascotas, visitantes y de otras personas en su sitio de trabajo y del exterior, es decir, de la vía pública. Algunos encuestados de la modalidad presencial presentaron incomodidad

al no poder interactuar directamente con sus estudiantes. El grupo etario siguiente (mayor a 40 y menor a 60 años), presenta mayor inconformidad en la modalidad presencial, debido a la dificultad de desconectarse del uso del

computador u otros recursos tecnológicos, una mayor carga y complejidad del trabajo, falta de acompañamiento en las áreas de bienestar y de seguridad y por ausencia de estímulos y reconocimientos.

**Tabla 2**

*Nivel de satisfacción en la respuesta institucional y seguridad y confort*

<b>Categoría</b>	<b>Pregunta</b>	<b>Todos</b>	<b>Jóvenes</b>	<b>Mayores</b>
Respuesta institucional	a. Apoyo institucional brindado por la Universidad	55%	34%	71%
	b. Calidad de interacción con integrantes de la comunidad académica	62%	73%	77%
	c. Capacitación recibida	58%	56%	67%
	d. Procedimientos para realizar en el trabajo en casa	70%	51%	67%
	e. Retroalimentación recibida	53%	51%	71%
	f. Estímulo(s) o reconocimiento(s)	35%	34%	51%
	g. Acompañamiento desde las áreas de bienestar, seguridad y salud ante eventuales dificultades vividas	44%	51%	57%
Seguridad y confort	a. Las recomendaciones dadas por la Universidad para un desempeño profesoral seguro y confortable en casa	51%	51%	64%
	b. Carga y complejidad del trabajo	51%	56%	61%
	c. Conectividad y energía para el uso óptimo de las TIC	70%	74%	77%
	d. Calidad y cantidad de recursos disponibles en casa	70%	70%	83%
	e. La seguridad personal al ejercer el trabajo en casa	81%	80%	90%
	f. Seguridad en la instalación doméstica (piso, ventanas, escaleras, instalaciones domiciliarias)	89%	83%	96%
	g. Saneamiento (orden, limpieza, humedad relativa, bioseguridad)	90%	82%	96%
	h. Confort higiénico (iluminación, temperatura, control de ruido, polución por vecindad)	88%	90%	93%
	i. Espacio y puesto de trabajo (silla, escritorio, ubicación de la pantalla)	88%	88%	87%
	j. Armonía en la convivencia familiar o de vecindad	86%	88%	96%
	k. Ayuda solidaria frente a situaciones personales o de pérdida	66%	63%	84%
	l. Hábitos de vida y de trabajo saludables	75%	80%	90%
	m. Autocuidado en salud física, mental y social	78%	75%	90%
	n. Actualización profesional y en nuevas metodologías	71%	70%	77%
	o. Uso de herramientas tecnológicas	77%	83%	77%
p. Eficiencia del trabajo profesoral en casa	81%	80%	93%	

(Continúa)

Categoría	Pregunta	Todos	Jóvenes	Mayores
Seguridad y confort	q. Pertenencia y compromiso con el trabajo	91%	92%	93%
	r. Resiliencia y adaptación al cambio	91%	92%	96%
	s. Cambio de actividad	83%	87%	90%
	t. Ejecución de proyectos personales	71%	75%	73%
	u. Posibilidad de desconectarse del uso del computador u otros recursos tecnológicos	54%	38%	61%
	v. Combinación de la vida doméstica con la vida laboral	61%	63%	67%
	w. Calidad y tiempo para la actividad física	62%	70%	64%
	x. Calidad de encuentros en familia	70%	78%	77%

Es coincidente el hallazgo en el grupo etario mayor con lo expresado por parte del 81% de directivos académicos entrevistados, quienes apreciaron baja actividad de la respuesta institucional; así como el 90%, el nulo reconocimiento o estímulo dado institucionalmente durante la pandemia. Catalogan excesiva la carga de trabajo de la función directiva. La sobrecarga laboral y familiar les dificultó afrontar situaciones de estrés y de duelo. Destacan como favorable la actualización profesional dada en el uso de tecnologías para el aprendizaje y el conocimiento.

Del conjunto de factores, aquellos que por categoría presentan mayor insatisfacción en el trabajo docente en casa, durante la pandemia, corresponden al bajo estímulo o reconocimiento que le dio la institución, por lo que es marcada la insatisfacción de los docentes presenciales, respecto de aquellos a distancia (resiliencia institucional); la mayor carga y complejidad del trabajo (seguridad y confort) y la disminución de oportunidades de cambio de actividad (tiempo libre).

**Tabla 3**

*Cambios, por categoría, en pandemia por trabajo en casa respecto a la prepandemia*

Categoría	Aumentó	Igual	Disminuyó
Confort	41.67%	33.33%	25%
Seguridad	58.33%	33.33%	8.34%
Efectividad del proceso de enseñanza	33.33%	41.67%	25%
Cambio de actividad (pausas activas, etc.)	16.67%	50%	33.33%

(Continúa)

Categoría	Aumentó	Igual	Disminuyó
Hidratación y consumo de alimentos	25%	58.33%	16.67%
Fatiga física	16.67%	50%	33.33%
Fatiga mental	41.67%	25%	33.33%
Estrés	25%	41.67%	33.33%
Sedentarismo	75%	16.67%	8.33%

En la Tabla 4 se presenta la relación comparativa entre hombres y mujeres, donde se relacionan los distractores que más impactaron durante el trabajo en casa.

**Tabla 4**

*Distractores por género durante el trabajo en casa*

Distractores	Femenino	Masculino
Dificultades técnicas	0.5%	0.5%
Distracción de estudiantes	0.5%	0.5%
Ejecución en simultáneo de labores domésticas	15.1%	12.1%
Ejercer el rol de cuidador hacia una persona enferma	3.2%	3.0%
Llegada de visitantes	13.4%	10.6%
Mascota(s)	14.5%	13.6%
Ninguno	4.3%	8.5%
Presencia de otras personas en el sitio de trabajo	18.3%	21.6%
Ruido de fondo por vía pública	25.3%	26.6%
Cuidado de los hijos	2.2%	1.0%
Caída del internet o de la electricidad	2.7%	2.0%
Total	100.0%	100.0%

El distractor más evidente en las mujeres, es la ejecución simultánea de labores domésticas, asumir el papel de cuidadora hacia una persona enferma en casa, atención a visitantes, la presencia de mascota(s) y el cuidado de los hijos. En cambio, en el caso de los hombres, ofreció mayor distracción la presencia de otras personas en el sitio de trabajo y el ruido de fondo por vía pública.

Los factores que más afectaron en tiempos de pandemia durante el trabajo en casa, correspondieron a la menor posibilidad de cambio de actividad (esparcimiento, pausas activas, actividad física, afición) e incremento de la fatiga mental y del sedentarismo. Para los profesores de la modalidad presencial, presentó mayor dificultad poder deslindar las actividades laborales de las domésticas, la sensación de invasión de la privacidad y el bajo rendimiento académico de muchos de sus estudiantes. Aspectos positivos para destacar en docentes en las modalidades a distancia y presencial, correspondieron a la disminución del tiempo diario empleado en el desplazamiento, así como en la calidad en la prestación del servicio docente. En general, percibieron aumento de la seguridad y confort durante el ejercicio de la docencia en casa.

El 32% de los docentes encuestados consideró no contar con la experticia o el conocimiento apropiado de prevención de riesgos en el ejercicio de la docencia en casa; además, mencionaron aspectos que son oportunidades de mejora y que son considerados para plantear las siguientes buenas prácticas.

- Buenas prácticas del trabajo profesoral en casa: en general, los estilos de vida y de trabajo saludables unidos a las actividades de promoción y prevención de la salud, permiten una mayor protección de la población trabajadora y, en particular, al estamento profesoral.

Son diversas las actividades emprendidas por las IES y sus respectivas administradoras de riesgos laborales en Colombia. Por ejemplo, diferentes sesiones formativas en materia de ergonomía para el ajuste del puesto de trabajo en casa, en oficina y demás espacios educativos (laboratorios, consultorios). En lo psicosocial, talleres y recomendaciones para el manejo del estrés laboral y cotidiano, del duelo y eventuales casos de depresión, siendo todos de buen recibo en la comunidad docente. Entre otros programas de salud preventiva, específicos y pertinentes para los profesores, se encuentran los de conservación de la salud visual y auditiva, manejo y conservación de la voz, salud de la columna vertebral, osteomuscular y ligamentosa, sumado a la prevención de síndromes de trauma acumulativo asociados a la digitación y por permanecer largas jornadas frente a videos terminales, tabletas e incluso teléfonos inteligentes, en sus múltiples tareas de atención a correos institucionales, edición de informes, *papers* o investigaciones, diseño de guías y materiales de aprendizaje, calificación e interacción sincrónica y asincrónica con estudiantes y demás actividades propias de la docencia, proyección social, investigación e internacionalización.

A partir de la recolección y análisis de la información resultante de las encuestas y entrevistas aplicadas, además de la revisión de literatura especializada, y a los perfiles de docentes en las modalidades de presencial y a distancia de la educación superior y experticia propia de los investigadores, sin agotar las recomendaciones posibles en cada contexto de trabajo en casa, se formularon pautas orientadas a la seguridad y confort para un desempeño saludable y eficiente en el ejercicio docente, las cuales se mencionan en la Tabla 5.

**Tabla 5**

*Pautas para el desempeño saludable en el ejercicio docente*

<b>Consumo de alimentos y bebidas</b>
Hidratación con frecuencia, evitando bebidas muy calientes o frías
Consuma alimentos saludables en horas fijas
Balancee la alimentación y reduzca el consumo de harinas, dulce, sal y grasas
<b>Postura</b>
Reducir trabajo repetitivo
Cumplir con ángulo y cambios de plano de trabajo frecuente para el confort visual
No exceder límites de alcances o altura en su trabajo sedente
No inclinar el cuello al emplear el computador u otro dispositivo
Realizar pausas activas, ejercicios de estiramiento y de relajación
<b>Espacio, mobiliario y accesorios de trabajo</b>
Distanciamiento entre personas
Superficie de trabajo estable, lugar y mobiliario y accesorios ergónomicos
Disponibilidad de computador, mouse y demás elementos que requiera
Orden y limpieza. Pasillos, áreas de circulación, de descanso y espacios debajo de la mesa libres
Reposapiés estable de ser necesario
<b>Método y carga de trabajo</b>
Planificar el horario de trabajo del día y realice descansos frecuentes
Caminar como medio de alternancia y de compensación músculo-articular
Reducir el trabajo nocturno
Ejercitar el aparato fonatorio previo a la oralidad en clases y reuniones virtuales
Controlar la fatiga, con descanso reparador y tiempos de sueño
<b>Método y carga de trabajo</b>
Clavijas, tomas y cableado eléctrico en buen estado
Verificar materiales en mobiliario, sillas, piso y calzado que le permita descargar la energía estática acumulada
Evitar ceras o productos de limpieza que dejen resbaloso el piso. De ser necesario ubique tapetes o cintas antideslizantes
Conocer los protocolos de protección, evacuación y de actuación en casos de emergencias
En pisos altos, con balcón disponer una adecuada altura de la barandilla protectora. Si hay niños en el lugar instale malla de protección que impida la caída accidental
Separar en la fuente y gestionar correctamente los residuos
<b>Equipos de cómputo y otros</b>
Ajuste alturas de monitor y evite el brillo de la pantalla
El uso de tabletas, celulares y portátiles por tiempo corto
<b>Bioseguridad</b>
Mantenga, de ser necesario, las medidas preventivas frente al eventual contagio del virus u otra condición biológica
Desinfecte superficies, elementos e insumos de uso frecuente
<b>Confort higiénico</b>
Confort térmico, ventilación en la instalación, oficina, salón de clase, laboratorio u otro recinto
Iluminación natural suficiente sin reflejos ni deslumbramientos
Lugar sin interferencia de ruido molesto
Equipos electrónicos distribuidos en varios lugares
Verificar estado de materiales de pisos, paredes, techos, mobiliario, cortinas, y demás elementos de ornamento que pudiera desprender fibras alergénicas y contaminantes. Reemplace aquellas con potencial dañino

## Discusión

De acuerdo con la revisión en las bases de datos de SCOPUS Y SCIENCE DIRECT, utilizando la siguiente ecuación de búsqueda (safety AND comfort AND education AND pandemics) desde el 2020 hasta este momento, se encontraron seis artículos relacionados con la medición de la seguridad y confort de estudiantes de diferentes modalidades y niveles de educación, pero no se han reportado estudios sobre los docentes. La presente investigación realizó el análisis estadístico de las 200 encuestas aplicadas a profesores y 11 entrevistas estructuradas a directivos académicos. Se evidenció que el proceso de adaptación fue gradual y conveniente en las mejoras que se dieron en las condiciones de trabajo en casa. La Universidad aplicó protocolos y fortaleció el entrenamiento docente, así como múltiples sesiones sincrónicas y mensajes de autocuidado de la salud integral.

En comparación con el caso español, por ejemplo, según el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (Marqués, 2020), las IES también adoptaron recomendaciones encaminadas a garantizar cierta normalidad en la actividad empresarial y las relaciones laborales durante la actual emergencia sanitaria. En pandemia, como señaló Galvis et al. (2021), se evidenció una falta de compromiso en el sector educativo, dado que los profesores en casa no contaban con la dotación mínima de equipos de cómputo, ni adecuado puesto y silla de trabajo y servicios de conectividad. En otros casos, no había suficiente apoyo permanente para su labor. Gremios de docentes en España, como también en Colombia, efectuaron reclamos aludiendo que los docentes y directivos no contaban con los elementos de seguridad necesarios para realizar las tareas ante la significativa sobrecarga laboral, y que tampoco son reconocidos económicamente en sus salarios (Visacovsky et al., 2021). Profesores más jóvenes y con poca experiencia laboral tendieron a padecer niveles más altos de estrés, al no disponer de la pericia necesaria para controlar el trabajo y a sus alumnos. Los profesores mayores se estresaron por las mediaciones tecnológicas que debieron emplear (Molina et al., 2019).

En el escenario colombiano, se pudo contrastar el perfil tecnológico de un docente en la educación virtual, específicamente, los docentes de algunas escuelas de la Policía Nacional de Colombia, quienes tienen el reto de abordar algunas transformaciones que permitan alcanzar el nivel de innovación, donde mejoren el dominio de herramientas tecnológicas requeridas para la producción de objetos de aprendizaje virtuales y de contenidos digitales (Cipagauta et al., 2022).

Son diversas las experiencias que cada *alma mater* adoptó para atender el reto de la educación en tiempos de pandemia. Algunas reaccionaron de manera rápida, integrando nuevas plataformas para un trabajo docente virtual, sincrónico y asincrónico, y enriquecieron el uso de recursos tecnológicos para la interactividad; otras debieron aplazar temporalmente el periodo académico, mientras fortalecían sus procesos. La Universidad Militar Nueva Granada salió bien librada, al punto que participó en el Plan Padrino del Ministerio de Educación Nacional, mediante el cual, a partir de su fortaleza y experiencia desde la Facultad de Estudios a Distancia, colaboró a otras instituciones de educación superior en mejorar su práctica y conocimiento en la virtualidad educativa.

## Conclusiones

El cuerpo profesoral en Colombia, en general, y de la Universidad Militar Nueva Granada, en particular, afrontó la contingencia apelando al trabajo en casa como un reto, porque a la par con familiarizarse con tecnologías de la información y de la comunicación, desarrollaron de manera simultánea competencias para el trabajo sincrónico y asincrónico que permitiera el proceso de enseñanza-aprendizaje de sus educandos.

Han de mantenerse y mejorarse las medidas de prevención en salud para el trabajo docente universitario presencial, a distancia, híbrido, y contingente en casa, así como el fortalecimiento de las habilidades de trabajo asistido con tecnología, como lo son las TIC (tecnologías de la información y comunicación), TAC (tecnologías para el aprendizaje y conocimiento) y TEP (tecnologías de empoderamiento y participación).

El reconocimiento de la presencia de riesgos significativos y adopción de buenas prácticas en la seguridad y confort de los profesores universitarios promueven el trabajo digno y decente en el marco del desarrollo sostenible, y de la responsable promoción de la salud y del bienestar en la comunidad universitaria. La aplicación de buenas prácticas, seguras y confortables, contribuye al bienestar de los profesores e implica, a su vez, un reto para las IES en la promoción de la salud y prevención de la enfermedad y accidentalidad laboral. Igualmente, el presente producto de investigación enriquece la gestión sostenible y la responsabilidad social y ofrece oportunidades de mejora hacia el importante talento humano docente y demás actores de la comunidad académica en general.

## Agradecimiento

Este trabajo es un producto derivado del proyecto (INV-DIS 3448) financiado por la Vicerrectoría de Investigaciones de la Universidad Militar Nueva Granada – Vigencia 2021

## Referencias

- Aponte, J. (2021). CuidarE Estrategia pedagógica para la formación policial desde la ética del cuidado: experiencia en el Diplomado en Dirección Operativa del Servicio de Policía de la Escuela de Postgrados de Policía de Bogotá (ESPOL). [Tesis de doctorado- Universidad de la Salle] [https://ciencia.lasalle.edu.co/doct\\_educacion\\_sociedad/48](https://ciencia.lasalle.edu.co/doct_educacion_sociedad/48)
- Bedoya-Dorado, C., Murillo-Vargas, G., & González-Campo, C. (2021). Gestión universitaria en tiempos de pandemia por COVID-19: análisis del sector de la educación superior en Colombia. *Estudios Gerenciales*, 37(159), 251-264. <https://doi.org/10.18046/j.estger.2021.159.4409>
- Calpa, A., Santacruz, G., Álvarez, M., Zambrano, C., Hernández, E., & Matabanchoy, S. (2019). Promoción de estilos de vida saludables: estrategias y escenarios. *Hacia la Promoción de la Salud*, 24(2), 139-155. <https://doi.org/10.17151/hpsal.2019.24.2.11>
- Carmona, D., & Morales, H. (2021). Retos de la pedagogía en los tiempos de COVID-19. *Archivos de Medicina Familiar*, 23(2), 59-64.
- Centro de Estudios Sociales y Laborales. (2020). *Trabajar desde la casa: posibilidades y desafíos*. ANDI.
- Christensen, M., Gamble, J., & Morrow, D. (2023). Preliminary findings on long-term impacts of the COVID-19 pandemic on social work students. *Journal of Teaching in Social Work*, 43(2), 175-192. <https://doi.org/10.1080/08841233.2023.2176016>
- Cipagauta, M., Gómez, N., & Marulanda, A. (2022). Perfil del docente policial colombiano en la educación virtual: competencias tecnológicas y su utilización. *Logos Ciencia & Tecnología*, 14(3), 41-58. <https://doi.org/10.22335/rict.v14i3.1669>
- Corral, Y., & Corral, I. (2020). Una mirada a la educación a distancia y uso de las TIC en tiempos de pandemia. *Revista Eduweb*, 14(1), 143-150. <https://revistaeduweb.org/index.php/eduweb/article/view/14>
- CRUE. (2020, diciembre 10). *La Universidad frente a la pandemia. Actuaciones de CRUE universidades españolas ante la COVID 19*. <https://www.crue.org/2020/12/universidad-frente-pandemia/>
- De Arco Canoles, O. d., Puenayan Portilla, Y. G., & Vaca Morales, L. V. (2019). Modelo de promoción de la salud en el lugar de trabajo: una propuesta. *Avances en Enfermería*, 37(2), 227-236. <https://revistas.unal.edu.co/index.php/avenferm/article/view/73145>
- Escobar-Castellanos, B., Cid-Henríquez, P., Sáez-Carrillo, K., Buelna-Barrueta, V., Contreras-Murrieta, D., Godínez-Morales, B., & Franco-García, F. (2019). Sentido de coherencia y estilo de vida promotor de salud en estudiantes del noroeste de México. *Avances en Enfermería*, 37(3), 313-322. <https://doi.org/10.15446/av.enferm.v37n3.78060>

- Esteche, E., & Gerhad, Y. (2021). Factores que inciden en la educación virtual en tiempos de pandemia (COVID-19) de los estudiantes universitarios de una universidad privada. En O. Macías, S. Quiñonez & J. Yucra (Eds.), *Docentes de Iberoamérica frente a la pandemia: desafíos y respuestas*, (pp. 25-35). Asociación Formación IB. <https://formacionib.org/desafios.pdf>
- Flannery, H., Portnoy, S., Daniildi, X., Kambakara, C., Korchak, G., Lambert, D., McParland, J., Payne, L., Salvo, T., Valentino, C., & Christie, D. (2021). Keeping young people connected during COVID-19: The role of online groups. *Archives of Disease in Childhood*, 106(8), 739-744. <https://adc.bmj.com/content/106/8/739>
- Garriga, J. (2021). 13. Policías postpandémicas. En E. Gullo (Ed.). *Libro Abierto del Futuro. Argentina.bog.ar*. [https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/libro\\_abierto\\_del\\_futuro-01-06.pdf](https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/libro_abierto_del_futuro-01-06.pdf)
- Galvis, G., Vásquez, A., Caviativa, Y. P., Ospina, P. A., Chaves, V. T., Carreño, L. M., & Vera, V. J. (2021). Tensiones y realidades de los docentes universitarios frente a la pandemia COVID-19. *European Journal of Health Research*, 7(1), 1-13. <https://doi.org/10.32457/ejhr.v7i1.1396>
- Hernández, S., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Definición conceptual o constitutiva*. En *Metodología de la Investigación*. McGraw-Hill.
- Hurtado, F. (2020). La educación en tiempos de pandemia: los desafíos de la escuela del siglo XXI. *Revista del Centro de Investigación y Estudios Gerenciales CIEG*, (44), 176-187.
- Instituto Internacional para la Educación Superior en América Latina y el Caribe (IESALC). (2020). *COVID-19 y educación superior: de los efectos inmediatos del día después*. <https://www.iesalc.unesco.org/wp-content/uploads/2020/05/COVID-19-ES-130520.pdf>
- Jara-Vaca, F., Rodríguez, S., Conde, L., & Aime, G. (2021). Uso de las TIC en la educación a distancia en el contexto del COVID-19: ventajas e inconvenientes. *Polo del Conocimiento*, 63(11), 15-29. <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/3248/html>
- Ley 1221 del 2008. Por la cual se establecen normas para promover y regular el Teletrabajo y se dictan otras disposiciones. 16 de julio de 2008. D.O. No. 47.052.
- Ley 2088 del 2021. Por la cual se regula el trabajo en casa y se dictan otras disposiciones. 12 de mayo de 2021. D.O. No. 51.672
- Ley 2121 del 2021. Por medio de la cual se crea el régimen de trabajo remoto y se establecen normas para promoverlo, regularlo y se dictan otras disposiciones. 3 de agosto de 2021. D.O. No. 51.755.
- Ley 2191 del 2022. Por medio de la cual se Regula la desconexión laboral - Ley de Desconexión Laboral. 6 de enero de 2022. D.O. No. 51.909
- Lingum, N., Guttman, L., Meyer, R., Gingrich, S., Sodums, D., Santiago, A., Feldman, S., Guy, S., Moser, A., Shaikh, S., Grief, C. J., & Conn, D. (2021). Building long-term care staff capacity during COVID-19 through just-in-time learning: Evaluation of a modified ECHO model. *Journal of the American Medical Directors Association*, 22(2), 238-244. <https://doi.org/10.1016/j.jamda.2020.10.039>
- Marqués, F. (2020). *La pandemia de la COVID-19: lecciones aprendidas para la seguridad y salud del futuro*. Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo INSST. <https://acortar.link/T1AR2S>
- Mehta, P. (2021). Work from home—Work engagement amid COVID-19 lockdown and employee happiness. *Wiley*, 1-12.

- Mirawati, I., Priyadharma, S., & El Karimah, K. (2022). Measurement of online learning in higher education in Indonesia during COVID-19 pandemic. *Res. Militaris*, 12(2), 1896-1905.
- Molano-Tobar, N., & Chalapud-Narváez, L. A.-A. (2022). Nivel de estrés durante la pandemia COVID-19 en universitarios del suroccidente colombiano. *Hacia la Promoción de Salud*, 27(1), 38-51. <https://doi.org/10.17151/hpsal.2022.27.1.4>
- Molina, F., Castiblanco, J., & Olivares, R. (2019, marzo 5). *Factores de riesgo psicosocial de los docentes de Colombia*. <https://ciec.edu.co/ciec-new/observatorio/pedagogia-e-innovacion/factores-de-riesgo-psicosocial-de-los-docentes-de-colombia/>
- Montes, J., Alcántara, S., & Domínguez, A. (2021). Tecnoestrés en docentes y alumnos universitarios: medición en tiempos de COVID-19. *Revista de Desarrollo Sustentable, Negocios, Emprendimiento y Educación*, (16), 1-12.
- Naciones Unidas. (s.f.). Objetivo 8—Análisis del Objetivo 8 relativo al trabajo decente para todos. <https://www.un.org/es/chronicle/article/objetivo-8-analisis-del-objetivo-8-relativo-al-trabajo-decente-para-todos>
- Navarro, A. (2009). *Las investigaciones con entrevistas cualitativas: carácter flexible y emergente de los diseños*. En A. Meo & A. Navarro (Eds.). *La voz de los otros. El uso de la entrevista en investigación social*. Buenos Aires: Oicom System.
- Opsahl, A., Embree, J., Howard, M., Davis-Ajami, M., Herrington, C., D, W., & Hodges, K. (2021). Adapting civility education in an academic-practice partnership. *Journal of Continuing Education in Nursing*, 52(12), 575-580. <https://doi.org/10.3928/00220124-20211108-09>
- Organización Internacional del Trabajo (OIT). (2020). *Guía para empleadores sobre el trabajo desde casa en respuesta al brote de la COVID-19*. OIT. <https://acortar.link/PIMAV>
- Oros, L., Vargas, N., & Chemisquy, S. (2020). Estresores docentes en tiempos de pandemia: un instrumento para su exploración. *Revista Interamericana de Psicología*, 54(3), 1-29. <https://doi.org/10.30849/ripijp.v54i3.1421>
- Parián, J. (2020). *Estrés laboral y desempeño docente durante el aislamiento social en educadores la UGEL No. 312* (trabajo de grado Maestría en Psicología Educativa). Universidad César Vallejo, Lima-Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/51029>
- Parra, M., & Caza, S. (2021). Determinantes sociales y desafíos para la deconstrucción social de la pandemia por COVID-19. *Avances en Enfermería*, 9(1supl), 44-53. <https://revistas.unal.edu.co/index.php/avenferm/article/view/90566/79897>
- Picon, G., González, G., & Paredes, J. (2021). Desempeño y formación docente en competencias digitales en clases no presenciales durante la pandemia COVID-19. *Revista Científica Internacional*, 8(1), 139-153. <http://www.utic.edu.py/revista.ojs/index.php/revistas/article/view/129>
- Rivera, A. (2020). La COVID-19 y las desigualdades sociales. *Observatorio Social del Coronavirus*. <https://www.clacso.org/la-covid-19-y-las-desigualdades-sociales/>
- Russi, N. (2020). El desafío de la educación virtual en un contexto de pandemia. *Red Sociales, Revista del Departamento de Ciencias Sociales*, 7(5), 19-24.
- Sánchez-Ordóñez, J., & Gimeno-Navarro, M. (2022). Healthy universities: Concepts, dimensions and approaches for the construction of healthy university environments. *Hacia la Promoción de la Salud*, 27(1), 234-250. <https://doi.org/10.17151/hpsal.2022.27.1.16>
- Suárez, E., Lemos, M., Ruiz, E., & Krikorian, A. (2022). Relación entre empatía, compasión y Burnout en estudiantes de medicina, residentes y profesionales médicos de Medellín. *Logos Ciencia & Tecnología*, 14(3), 59-72. <https://doi.org/10.22335/rct.v14i3.1644>

- Tleuken, A., Turkyilmaz, A., Unger, K., Tokazhanov, G., El-Thalji, I., Mostafa, M., Guney, M., & Karaca, F. (2022). Which qualities should built environment possess to ensure satisfaction of higher-education students with remote education during pandemics? *Building and Environment*, 207, 108567. <https://doi.org/10.1016/j.buildenv.2021.108567>
- Villarreal, J. (2020). Sinergia educación, prevención, promoción de salud comunitaria desde el paradigma de la sociocultura. *Hacia la Promoción de la Salud*, 25(2), 39-53. <https://doi.org/10.17151/hpsal.2020.25.2.7>
- Visacovsky, N., Andreatta, A., Francos, M., Pedraza, F., Pino, M., Melia, M., & Staciuk, R. (2021). *Educación y pandemia: aportes para pensar una nueva realidad*. Universidad Nacional de San Martín. <https://noticias.unsam.edu.ar/wp-content/uploads/2020/12/Educacion-y-Pandemia.pdf>
- Weller, J. (2020). *CEPAL Jürgen Weller. La pandemia del COVID-19 y su efecto en las tendencias de los mercados laborales*. CEPAL. <https://acortar.link/6otcSd>