

UNIVERSIDAD MILITAR NUEVA GRANADA
FACULTAD DE CIENCIAS ECONOMICAS



ENSAYO: CONDICIONES FISICAS Y MENTALES DE LOS EMPLEADOS DE
COLOMBIA DURANTE LA PANDEMIA DEL COVID-19

PRESENTADO POR: STEFFANIA LOPEZ SUAREZ

PRESENTADO A: FRANCISCO ORTEGA

BOGOTÁ D.C

DIPLOMADO DE ALTA GERENCIA

04/12/2021

RESUMEN

Debido a la llegada del COVID-19 las condiciones físicas y mentales de los empleados se vieron afectadas debido a los cambios sociales generados por el aislamiento obligatorio durante el confinamiento, por ello, este aspecto se ve reflejado en la productividad del trabajador debido a los altos índices de estrés, ansiedad, miedo y otras enfermedades psicológicas.

La pandemia también trajo con ella una nueva modalidad de trabajo, la modalidad remota que consta de realizar las labores desde casa, claro está, se implementó en los trabajos en los cuales había una mayor facilidad, y así de esta manera, no poner en riesgo la vida de los trabajadores junto con toda su familia, y garantizar en parte la salud y seguridad de cada uno de sus colaboradores. Todo esto se hizo gracias a la ayuda de los avances tecnológicos y las fuentes de información y conexión técnica.

Por lo anterior, en el presente trabajo se pretende hacer una investigación cualitativa donde se analice cuáles fueron las estrategias implementadas por las empresas y el talento humano, durante la pandemia, para asegurar que cada persona que hace parte de la compañía cuente con las condiciones de salud físicas y mentales, y cuál fue su acompañamiento durante todo este proceso, debido a todos los impactos que se generaron, como el aislamiento preventivo y posteriormente el confinamiento, donde no se tenía un contacto físico con los superiores y jefes, por ende, el control no pudo ser el mismo.

ABSTRACT

Due to the arrival of COVID-19 the physical and mental conditions of the employees were affected due to the social changes generated by the mandatory isolation during confinement, therefore, this aspect is reflected in the worker's productivity due to high rates of stress, anxiety, fear and other psychological illnesses.

The pandemic also brought with it a new work modality, the remote modality that consists of performing work from home, of course, it was implemented in the jobs in which there was a greater facility, and thus in this way, not to put at risk the lives of workers along with their entire family, and to ensure in part the health and safety of each of its collaborators. All this was done thanks to the help of technological advances and sources of information and technical connection.

Therefore, in this work we intend to make a qualitative research where we analyze what were the strategies implemented by companies and human talent, during the pandemic, to ensure that each person who is part of the company has the physical and mental health conditions, and what was their accompaniment throughout this process, due to all the impacts that were generated, such as preventive isolation and later confinement, where there was no physical contact with superiors and bosses, therefore, the control could not be the same.

KEYWORDS: Productivity, Psychological Illnesses, Employees, productive isolation.

INTRODUCCIÓN

En el contexto de la crisis global vivida por la epidemia de COVID-19, la salud y seguridad ocupacional nunca antes había jugado un papel tan importante, entre otras cosas, como medida para proteger la salud de los trabajadores, la reubicación desorganizada del trabajo al hogar conllevó un cambio total en la dinámica laboral y familiar, afectando significativamente la salud y seguridad de los empleados además de su calidad de vida y su bienestar psicosocial.

Los efectos adversos de la crisis del covid-19 en los trabajadores se deben principalmente al estrés, la ansiedad y el cansancio que provoca el trabajo en casa, que están directamente relacionados con la ampliación de la jornada laboral y la dificultad para conciliar la vida laboral y personal. (Fundación Ideas Para La Paz, 2020)

El impacto de la pandemia en las personas con trastornos mentales es preocupante debido al desconocimiento de los diferentes efectos de la pandemia en estos pacientes no solo dificulta cualquier objetivo de prevenir una mayor propagación de la enfermedad, sino que también aumenta desigualdades en salud existentes. (Huarcaya-Victoria, 2020, pág. 330)

En este sentido, cabe señalar que si bien la Ley 1221 de 2008 es válida, reconoce el teletrabajo en Colombia como una modalidad de trabajo, que incluye garantías laborales, sindicales y de garantía. Si bien esto es cierto, es importante señalar que las respuestas de los

trabajadores al trabajo desde casa varían de persona a persona, ya que dependen de variables como la edad, estado civil, número y edad de los hijos, composición familiar, rasgos de personalidad, fuentes emocionales. y comportamientos, así como el tipo de tareas que se realizan, las condiciones de la vivienda y los recursos disponibles para el desempeño. Entre otras cosas, el efecto sobre su salud física y mental parece ser constante. (UNIVERSIDAD DEL BOSQUE, 2020)

A través del tiempo se ha venido implementando la tecnología y la información en cada aspecto de la vida del ser humano, llegando así a ser una labor casi imposible vivir sin ello. Dentro de las principales consecuencias de ello encontramos que ha habido una sustitución tecnológica, de la mano de obra humana, la cual ha afectado a varios trabajadores y beneficiado a muchos sectores en el mercado debido al desarrollo industrial que han tenido.

La pandemia del COVID-19 ha acelerado más este proceso, debido a el aislamiento preventivo y el confinamiento al cual se ha sometido la población a nivel mundial, con el surgimiento de nuevas labores y tecnologías que las suplen, y esto ha conllevado a la destrucción de muchos empleos, en los cuales corren el riesgo miles de personas empleadas que pasaron y pasarán a ser desempleados.

Por lo tanto, hubo circulares del Ministerio de Trabajo con el fin de resguardar la integridad y salud de los trabajadores en Colombia sin embargo, el desenlace de las actividades laborales realizadas bajo la modalidad del teletrabajo tuvo repercusiones en la salud mental y física del talento humano que podía afectar a largo plazo. Debido al COVID-

19, muchas empresas buscaron nuevas estrategias para garantizar la seguridad y la salud de los trabajadores durante y después de la pandemia, en la cual se velará por la integridad de cada colaborador, llevando al cumplimiento de sus derechos y brindando en lo posible un ambiente laboral sano.

El presente trabajo tiene presente los enfoques teóricos respecto a las afectaciones derivadas del trabajo a raíz de la emergencia sanitaria ocasionada por el COVID-19 sobre la calidad de vida de los trabajadores y su desempeño en las actividades laborales. Lo anterior, se fundamenta en artículos investigativos alineados con experiencias de los trabajadores y sus desempeños en las empresas durante la pandemia, señalando en primera instancia, los planes de acción de las empresas para mejorar la situación abordada. En relación con las investigaciones, se logra identificar las dimensiones que competen la calidad de vida laboral como factores importantes para medir la relación entre calidad de vida en el trabajo y el compromiso de las empresas; puesto que, la capacidad de optimizar las actividades laborales se vio afectada por las medidas drásticas implementadas para evitar más contagios dentro de los establecimientos privados y públicos.

A continuación, se tienen en cuenta las definiciones impartidas por autores sobre la calidad de vida, para Herder (1987) el aspecto de calidad de vida tiene en cuenta cuatro factores fundamentales: funcionamiento físico, ocupacional, estado psicológico y socialización del individuo. Mientras que para los autores Dalkey y Rouke (1972) la definen como el sentido del bienestar de un sujeto, comprendiendo la satisfacción o insatisfacción con la vida, su felicidad o su infelicidad. Por otro lado, también es importante tener en cuenta que Levi y Anderson definen la calidad de vida laboral como un conjunto conformado por el bienestar físico, mental y social, del modo como es percibido por cada sujeto (Alguacil,1997). Además,

para Chiavenatto (1999), la calidad de vida en el trabajo representa el grado de satisfacción de las necesidades de los miembros de las empresas mediante su actividad en ella, en el trabajo la calidad de vida va a determinarse por la satisfacción que el empleado siente con relación a las circunstancias que rodean sus actividades laborales.

CONDICIONES FISICAS Y MENTALES DE LOS EMPLEADOS DE COLOMBIA DURANTE LA PANDEMIA DEL COVID-19

El contexto de la investigación es la pandemia del COVID-19 en donde se ven reflejadas las afectaciones laborales que contrajo el mismo virus, a nivel nacional pero también se tocan temas a nivel internacional en los diferentes sectores en los que se evidenciaron grandes impactos negativos como el comercio, la industria hotelera, la cadena de restaurantes, entre otros.

En Colombia, a partir del 24 de marzo, fecha de inicio de la cuarentena obligatoria a nivel nacional, varios grupos de personas manifestaron que la respuesta para prevenir la propagación del virus ha creado restricciones al acceso de las personas. “Oportunidades”, riesgo de enfermedades, exposición excesiva a información epidemiológica, inseguridad económica, desempleo, escalada de violencia de género, violencia contra niños consiguiente a la crisis de salud ha creado un impacto social que pone a las personas en riesgo (Profamilia, 2020)

La salud mental está determinada por una variedad de factores sociales, psicológicos y biológicos, como el nivel de pobreza, el nivel de educación, discriminación por género, discapacidad, etc. (DANE, 2021)

En Colombia, la salud mental se define como "el estado dinámico que se manifiesta en la vida diaria a través del comportamiento y la interacción, permitiendo que individuos y sujetos colectivos utilicen sus recursos emocionales, cognitivos y psicológicos para viajar, trabajar, construir relaciones significativas y contribuir a la comunidad "y se entiende como un estado de felicidad en el que las personas pueden realizar su tarea. Aunque estás estén bajo presión, deben mantener la calma y, por lo tanto este ayude al aumento productivo.

La crisis económica y de salud causadas por la pandemia de COVID-19 ha tenido muchos impactos en el bienestar de millones de personas en todo el mundo (lo cual ha sido ampliamente documentado). Uno de los efectos más impactantes de la pandemia es el deterioro de la salud mental de las personas infectadas por el virus y otras poblaciones afectadas por la incertidumbre asociada a la pandemia y los efectos indirectos relacionados con las medidas de contención adoptadas. (Center on the Developing Child , S.F).

Actualmente Colombia ha tenido que implementar planes de acciones los cuales le ayuden a manejar paulatinamente las afectaciones que aun sigue dejando el COVID-19 entre ellas está el sector empresarial el cual ha tenido que sobrevivir a esta crisis sanitaria, sin dejar de lado que muchas empresas han tenido que cerrar sus negocios debido a que no cuentan con el presupuesto suficiente para seguir manteniendo sus negocios, como consecuencia dejando sin trabajo a miles de personas que con este sobrevivían y sacaban adelante a sus familias.

El estatus laboral es uno de los determinantes de la mentalidad de las personas. Tener un trabajo estable y los recursos económicos que aporta el trabajo puede aliviar el estrés y las preocupaciones de las personas, mejorando así su estado emocional. Sin embargo, con la llegada del COVID-19 y la crisis económica provocada por la pandemia, la situación laboral se ha visto afectada, lo que ha generado dificultades como: reducción de las actividades económicas, suspensión de clases, reducción o pérdida de ingresos, así como sensación de soledad y cuidado, y muchos más. (DANE, 2021)

Desde la llegada de la cuarentena obligatoria por el COVID-19 las personas han tenido la necesidad de realizar sus actividades de estudios y laborales desde la casa así como la necesidad de reducir el empleo de los trabajadores domésticos, por lo que la asignación de tiempo para desarrollar el trabajo doméstico, el cuidado y las actividades laborales remuneradas se ve afectado, y esto puede de alguna manera alterar la percepción de las personas de sentirse abrumadas por las tareas domésticas de la casa.

En el caso de Colombia y según los resultados de la Encuesta de Salud Mental del Ministerio de Salud y Protección Social, en 2015, mostraron que alrededor del 52,2% de los jóvenes encuestados presentaban uno o dos síntomas de ansiedad. Donde se encontró que alrededor del 36,6% de la población encuestada entre las edades de 12 y 17 años considera que su salud es buena; Por el contrario, alrededor del 47,6% de la población de 60 años o más se considera en buen estado de salud, mientras que el 23,8% de la población encuestada perteneciente a este grupo se considera en buen estado de salud. (DANE, 2021)

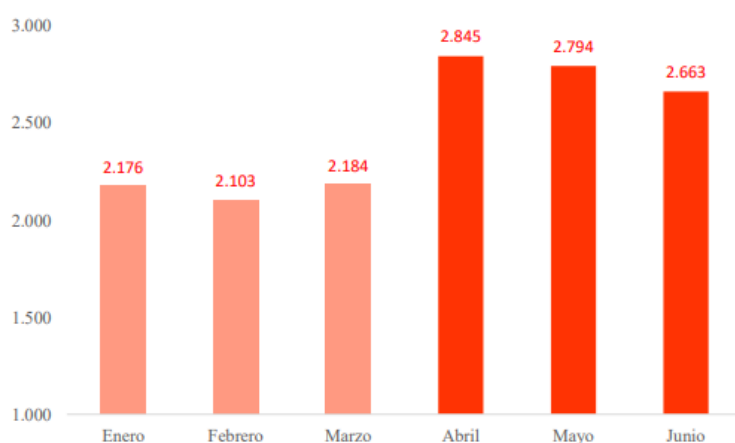
Personas que actualmente están trabajando siguen viviendo cada día sus rutinas normales a lo que los conllevan a un mayor riesgo de infección esto puede venir acompañado de la preocupación y miedo a contagiarse y propagarlo eventualmente a su familia, lo que genero estigmatizaciones a personal médico, personal de la calle, trabajadores en pro de ayuda a los demás. En este caso es muy claro evidenciar el principio de justicia ético el cual está obligado a tratar a cada paciente en consecuencia; es decir, no hay más ni menos atributos de los que justifican sus condiciones, Este principio está relacionado con la ética de brindar a todos lo que necesitan, de lo que se derivan diversas obligaciones, como la adecuada asignación de recursos, la provisión de niveles adecuados de atención a cada paciente, la disponibilidad de recursos y el cuidado de la salud.

A raíz del COVID-19, el Gobierno Nacional ha establecido la línea telefónica 192 desde el inicio de la cuarentena, donde los ciudadanos encontrarán la Opción 4 de Salud Mental para brindar apoyo y asesoramiento. Al 5 de mayo se han realizado 1.635 intervenciones: 60% con mujeres, 46% en Bogotá, Antioquia y Valle; 45% con síntomas de ansiedad y tensión seguidos de diversas formas de violencia en el hogar. Agregó que las líneas regionales de salud mental han mostrado un aumento en las visitas de hasta un 30% durante la pandemia del Covid-19, y siendo la depresión, la ansiedad y la violencia las causas comunes, lo mejor es visitar. Por ello, el viceministro Moscoso calificó la cuarentena como una oportunidad para que las familias se acerquen al diálogo, el amor y el cuidado. "Una de las razones por las que los niños y los adultos jóvenes obtienen los resultados de las recomendaciones es por su salud mental, porque estamos preocupados". (Ministerio de Salud y Protección Social, 2020)

Además, la Veeduría Distrital solicitó a la Secretaría Distrital de Seguridad, Convivencia y Justicia (SDSCJ) dar el informe para validar cuantos casos fueron atendidos en la línea 123 con respecto a los trastornos mentales sufridos por la comunidad.

Los informes muestran un aumento en el número de atención durante el distanciamiento social obligatorio en comparación con los datos registrados antes de la cuarentena, con la mayoría de las visitas en abril, el primer mes de aislamiento obligatorio y un período de nuevas restricciones. (VEEDURIA DISTRITAL , 2020)

Figura 1: Número de atenciones de llamadas al 123 por trastornos mentales



Fuente: elaborada por la Veeduría Distrital, con base en Sistema de Información de NUSE suministrada por la Secretaría Distrital de Seguridad, Convivencia y Justicia (2020)

En Colombia el primer caso de contagio llegó el 06 de marzo, luego de los análisis practicados a una paciente de 19 años que provenía de Milán, Italia (Ministerio de Salud y Protección social, 2020) y desde esta fecha sigue aumentando con más de 23.000 casos confirmados en el territorio nacional. , según las estadísticas, la población más afectada ha sido entre la edades de 20 a 29 años con más de 5.000 casos, de 30 a 39 años con 5.100, de

40 a 49 años con 4.200 y con 3.200 casos para la edades de 50 a 59 años confirmados de COVID-19 (Institución Nacional de Salud, 2020)

Según estadísticas de la Organización Mundial de la Salud, reportó al 4 de mayo de 2020, el nivel de 2.402.250 casos confirmados COVID-19, incluidas 239.604 muertes (Organización Mundial de la Salud , 2020)

Las principales ciudades que adoptan el teletrabajo son: Bogotá, con 157.417 trabajadores a distancia; seguida de Medellín con 26.569; Barranquilla con 9.213; Cali con 5.421 y Bucaramanga con 3.467.

Del mismo modo, en 2020, el 25% de las empresas están realizando pruebas piloto para implementar el teletrabajo, en comparación con el 22% en 2018 y el 21% en 2014. Del mismo modo, el 91% de las empresas encuestadas respondieron que utilizaban el trabajo a distancia porque era la única opción durante una emergencia sanitaria provocada por el covid-19. En 2020, cuatro de cada diez empresas están dispuestas a migrar a un modelo formal de teletrabajo, y antes de la pandemia, siete de cada diez empresas no consideraban adoptar el teletrabajo. (Pongutà Castro, 2020)

También debe considerarse la estigmatización de los profesionales de la salud. Aunque no se han encontrado investigaciones sobre la pandemia actual, los estudios realizados durante otras epidemias o pandemias indican que entre el 20% y el 49% de los profesionales de la salud han experimentado el estigma social asociado con su trabajo y el abuso de ellos por parte de la comunidad y los familiares. Miedo a la infección. Un estudio de 187 enfermeras durante el brote de coronavirus del síndrome respiratorio de Oriente Medio

encontró que el estigma afecta directa o indirectamente la salud mental y el estrés es un mediador

Al revisar estos estudios, podemos advertir a los profesionales de la salud sobre varios problemas de salud mental que enfrentan durante esta pandemia. En general, podemos mencionar que los profesionales, enfermeras y personas que trabajan directamente con casos sospechosos o confirmados de COVID-19 tienen mayor riesgo de padecer problemas de salud mental. Si se quiere controlar adecuadamente la pandemia, se debe fomentar la atención de salud mental de los trabajadores de la salud. (Park JS Lee EH, 2017)

Aunque algunos de estos comportamientos generalmente se ajustan a las recomendaciones de los profesionales de la salud, sin embargo, las personas con ansiedad por la salud pueden llevarlos al extremo, lo que tiene consecuencias nocivas para las personas y sus comunidades (por ejemplo, comprar demasiados materiales de protección personal, como máscaras, guantes y jabón causarán escasez en la comunidad). Por el contrario, los niveles bajos de ansiedad por la salud también pueden ser perjudiciales porque las personas pueden pensar que no se infectarán y violarán las recomendaciones de salud pública y de distanciamiento social. (Asmundson GJG, 2020)

Dado que se desalienta al personal no esencial, como psiquiatras, psicólogos y trabajadores sociales de salud mental, a ingresar a las salas de aislamiento para pacientes con COVID-19, los profesionales de intervención de primera línea deben brindar intervenciones psicosociales a los pacientes hospitalizados. (Li Duan, 2020)

Por lo tanto, es importante que los médicos comprendan las similitudes y diferencias entre los síntomas del COVID-19 y un episodio depresivo. Los síntomas como fatiga, alteraciones del sueño, alteraciones del apetito, disminución de las interacciones sociales y pérdida de interés en las actividades habituales aparecen tanto en la depresión clínica como en las infecciones virales. Clínicamente, los síntomas psicológicos centrales de la depresión (desesperanza, falta de valor, pesimismo y culpa) son más comunes para la depresión.

CONCLUSIONES

Para concluir la pandemia COVID -19 hizo que las empresas Colombianas se reinventaran usando estrategias como teletrabajo, división de tareas y reestructuración organizacional en cuanto al tema de recorte de personal lo que hizo que los empleados cambiaran y adoptaran nuevas formas de vida a lo cual conllevó al aumento de estrés, riesgos psicosociales y físicos en el transcurso de esta, llevando a la creación de la Ley 2121 de 2021 “Ley de Trabajo Remoto” la cual indica que los empleadores deberán velar por la facilitación de herramientas tecnológicas garantizando el cumplimiento del trabajo remoto.

Teniendo en cuenta todo lo anterior, la pandemia COVID-19 trajo consigo múltiples impactos a nivel mundial en todas las industrias económicas que se vieron afectados, en la mayoría se pudo dar solución a través de nuevas modalidades como el teletrabajo y demás, sin embargo, cabe destacar que uno de los sectores más afectados fue el de la salud, el cual tuvo una exposición directa con el virus, lo que conllevó a que tuvieran consecuencias graves tanto físicas como mentales debido a los largos turnos que tenían que cubrir y a las afectaciones psicológicas, que tuvieron que afrontar muchos trabajadores de la salud. Por ende el Estado, con apoyo de la OMS (Organización Mundial de la Salud), tuvieron que velar por su bienestar suministrando los insumos requeridos y supliendo sus necesidades para garantizar la salud y seguridad en su trabajo.

En cualquier emergencia de salud, los problemas de salud mental son comunes y pueden ser un obstáculo para la salud mental y las intervenciones médicas. Con base en la evidencia revisada, se ha demostrado que durante las primeras etapas de la pandemia de COVID-19, la presencia de respuestas de ansiedad, depresión y estrés en la población general es común. Además, también se han encontrado problemas de salud mental entre los trabajadores de la salud, especialmente los profesionales, enfermeras y aquellos que trabajan directamente con casos sospechosos o confirmados de COVID-19.

En conclusión, la pandemia de COVID-19 sigue asombrando a científicos y expertos con todas las posibles consecuencias que puede experimentar el cuerpo humano después de haber dado positivo en la prueba del virus. De esta manera, el Ministerio de Salud y los gobiernos nacionales enfrentan importantes desafíos para abordar las diferencias que pueden surgir si no se aceleran los planes nacionales de inmunización. (Caracol Radio , 2021)

RECOMENDACIONES

Se considera que el Estado y las empresas debieron actuar de una manera en que velaran más por la salud y seguridad de los trabajadores, debido a que muchos de ellos quedaron desempleados, y así mismos desprotegidos. Adicionalmente, los trabajadores encargados de la salud no contaban con los suministros e insumos necesarios para su debido cuidado poniendo en riesgo su salud y la de su familia y cercanos, por ende, fue necesario reevaluar las estrategias implementadas por lo entes correspondientes para velar por la salud y seguridad de sus colaboradores.

Puesto que ya existen vacunas contra el COVID – 19, se ha evidenciado variables de este virus, llegando a una posible ola de contagio nuevamente, por lo tanto, es necesario que las empresas creen un plan de acción que resguarde la salud mental y físicas de sus empleados.

Adicionalmente implementar servicios de salud mental y medidas estrictas, a través de la prestación segura de servicios y la adopción de formas innovadoras, como la telemedicina, las tarjetas de telemedicina intervencionista y las líneas directas telefónicas para proveedores de atención médica. Además, realice una verificación integral para la restauración de los servicios, así como las medidas para monitorear los cambios en la disponibilidad, la provisión y el uso de los servicios en todo el país.

De acuerdo con las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud, se recomienda integrar variables sociodemográficas, clínicas y laborales, incluidos los riesgos laborales en la prevención y gestión de departamentos y empresas, pensar de manera innovadora y liderar la promoción de la salud y la prevención de riesgos en el campo de la salud pública, y obtener información veraz Reducir el riesgo de las personas afectadas, sus familias y comunidades³². Esta combinación de factores permite cuantificar de forma más objetiva la vulnerabilidad personal y orientar las acciones preventivas de seguimiento en el mundo laboral.

Referencias

- Asmundson GJG, T. S. (04 de 2020). *How health anxiety influences responses to viral outbreaks like COVID-19: What all decision-makers, health authorities, and health care professionals need to know*. Obtenido de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0887618520300256?via%3Dihub>
- Center on the Developing Child . (S.F). *El estrés tóxico perjudica el desarrollo saludable*. Obtenido de <https://developingchild.harvard.edu/translation/el-estres-toxico-perjudica-el-desarrollo-saludable/>
- DANE. (2021). *Salud mental: Un análisis de los efectos de la pandemia*. Obtenido de <https://ascofapsi.org.co/pdf/Noticias/Estad%C3%ADstica%20de%20Salud%20mental%20en%20Colombia-%20pandemia%202021%20.pdf>
- Fundación Ideas Para La Paz. (2 de 12 de 2020). *Así ha afectado el covid-19 la salud mental de los trabajadores en Colombia*. Obtenido de <https://empresaspazddhh.ideaspaz.org/nota/asi-ha-afectado-el-covid-19-la-salud-mental-de-los-trabajadores-en-colombia>
- Huarcaya-Victoria, J. (2020). *CONSIDERACIONES SOBRE LA SALUD MENTAL EN LA PANDEMIA DE COVID-19*. Obtenido de <https://scielosp.org/pdf/rpmesp/2020.v37n2/327-334/es>
- Institución Nacional de Salud. (2020). *COVID-19 en Colombia*. Obtenido de <https://www.ins.gov.co/Paginas/Inicio.aspx>
- Instituto Nacional de Salud. (25 de 05 de 2020). Obtenido de <https://www.ins.gov.co/Noticias/Paginas/Coronavirus.aspx>
- Lancet, T. (06 de 2020). *Criterios de vulnerabilidad frente a infección Covid-19 en trabajadores*. Obtenido de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-62552020000200004
- Li Duan, G. Z. (18 de 02 de 2020). *Psychological interventions for people affected by the COVID-19 epidemic*. Obtenido de [https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366\(20\)30073-0/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366(20)30073-0/fulltext)
- Ministerio de Salud y Protección Social. (09 de 05 de 2020). *Salud mental, uno de los principales retos de la pandemia*. Obtenido de <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Salud-mental-uno-de-los-principales-retos-de-la-pandemia.aspx>

- Organización Mundial de la Salud . (2020). *Brote de enfermedad por coronavirus (COVID-19)*. Obtenido de <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019>
- Park JS Lee EH, P. N. (05 de 09 de 2017). *Mental Health of Nurses Working at a Government-designated Hospital During a MERS-CoV Outbreak: A Cross-sectional Study*. Obtenido de [https://www.psychiatricnursing.org/article/S0883-9417\(17\)30044-4/fulltext](https://www.psychiatricnursing.org/article/S0883-9417(17)30044-4/fulltext)
- Pongutà Castro, W. F. (26 de 11 de 2020). *El teletrabajo en Colombia, desarrollo y auge en época de pandemia COVID-19*. Obtenido de <https://repository.unimilitar.edu.co/handle/10654/37706>
- Profamilia. (11 de 05 de 2020). *Informe 3. Ansiedad, depresión y miedo: impulsores de la mala salud mental*. Obtenido de <https://profamilia.org.co/wp-content/uploads/2020/05/Informe-3-Ansiedad-depresion-y-miedo-impulsores-mala-salud-mental-durante-pandemia-Estudio-Solidaridad-Profamilia.pdf>
- Social, M. d. (05 de 09 de 2020). *Salud mental, uno de los principales retos de la pandemia Boletín de Prensa No 237 de 2020*. Obtenido de <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Salud-mental-uno-de-los-principales-retos-de-la-pandemia.aspx>
- UNIVERSIDAD DEL BOSQUE. (23 de 07 de 2020). *Los riesgos psicosociales y el trabajo en casa*. Obtenido de <https://www.unbosque.edu.co/centro-informacion/noticias/los-riesgos-psicosociales-y-el-trabajo-en-casa>
<https://www.unbosque.edu.co/centro-informacion/noticias/los-riesgos-psicosociales-y-el-trabajo-en-casa>
- VEEDURIA DISTRITAL . (08 de 2020). *¿QUÉ HA PASADO CON LA SALUD MENTAL DURANTE LA PANDEMIA POR COVID-19 EN BOGOTÁ?* Obtenido de <https://www.veedurriadistrital.gov.co/sites/default/files/files/Publicaciones%202020/QuehapasadoconlasaludmentaldurantelapandemiaporCOVID-19enBogota.pdf>