



UNIVERSIDAD
PRIVADA
DEL NORTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología

FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIALES DE LOS
COLABORADORES EN EL ÁMBITO DEL
TELETRABAJO DE LOS ÚLTIMOS 10 AÑOS: una
revisión de la literatura científica

Trabajo de investigación para optar al grado de:

Bachiller en **Psicología**

Autor:

Moscoso Casapaico, Saida Olga

Asesor:

Mg. Geraldo Morocho Flores

Lima - Perú

2020

DEDICATORIA

Este trabajo de investigación lo dedico en primer lugar a dos personas muy importantes, mi padre y mi madre, quienes siempre me demostraron y me trataron con un amor incondicional, me inculcaron buenos valores y contribuyeron al desarrollo de mis habilidades que hoy me permiten seguir sus pasos y por ello es que forman parte importante en mi vida. Además, también dedico este trabajo a mis hermanos por su apoyo absoluto e ilimitado que me brindaron para seguir adelante.

AGRADECIMIENTO

Agradezco infinitamente a Dios por darme la oportunidad de estar en este mundo, así mismo,
agradecer a mis padres quienes siempre me motivaban para conseguir mis logros.

También a mi docente asesor por su buena disposición porque a través de la carrera tuve el agrado
de conocer, son formadores de corazón y espíritu.

Tabla de contenido

DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTO	3
CAPITULO I. INTRODUCCIÓN	5
CAPITULO II. METODOLOGÍA	10
CAPITULO III. RESULTADOS	13
CAPITULO IV. CONCLUSIONES	23
REFERENCIAS	25

CAPITULO I. INTRODUCCIÓN

El desarrollo tecnológico y las exigencias de productividad han generado nuevas transformaciones en las organizaciones de trabajo. El crecimiento de diferentes estrategias empresariales está permitiendo la inserción de las personas en los mercados laborales locales, nacionales e internacionales, mediante las posibilidades de las tecnologías de la información y comunicación, TIC (Revista Virtual Universidad Católica del Norte, 2010). Esta flexibilización ha llevado a nuevas modalidades de trabajo y con ellas a nuevas formas de organización (Álvarez R., Adaneys, T., Jesús Roberto; 2012). Esto ha dado oportunidad al surgimiento del teletrabajo, el cual se viene efectuando en diversos países de Europa y Estados Unidos, mientras que en América Latina, su introducción es reciente, por lo cual, se requiere de comprensión de ello.

Así mismo, situaciones como el surgimiento de una crisis médica mundial puede detonar el crecimiento de la necesidad de esta modalidad para poder laborar. Por ello, tal como menciona Deloitte (2020) las aristas que se posee del teletrabajo en tiempos de Coronavirus replantean el tema de su regulación. Cabe mencionar, que muchas organizaciones u empresas se han visto forzadas a desarrollar o a experimentar un proceso de teletrabajo con sus colaboradores como medida preventiva a este virus y siguiendo los lineamientos establecidos en cada país.

Ahora bien, al iniciar el cambio de modalidad de trabajo debemos incorporar en nuestra vida laboral las buenas prácticas de salud y seguridad. Pues, tanto el manejo de los materiales y equipos, así como la interacción con el entorno de trabajo, suponen riesgos de salud y seguridad, por ello, su adquisición debe regirse bajo los estándares ya establecidos, a fin de evitar que los teletrabajadores se vean afectados por problemas de salud. (Osio, 2015). Estas medidas no son

caprichosas, sino que tienen la finalidad de cuidar al teletrabajador que está fuera de la empresa y que no tiene la contención inmediata de su jefe ni de su departamento.

Por otro lado, para establecer una correcta cultura de prevención, detección y tratamiento de los problemas de salud mental en el ámbito laboral no es tarea sencilla debido a su carácter multidimensional, interviniendo factores personales, organizacionales y socioculturales. Por lo que, sería bueno que se aborde este tema con un equipo que sea eficiente para abordar posible situaciones que pudieran tener un efecto negativo en la salud de las personas.

Pero ¿Qué entendemos exactamente por Teletrabajo? Según la Organización Internacional del Trabajo (Tesoro OIT, 6.^a edición, Ginebra, 2008.) menciona que: “El teletrabajo es el trabajo a distancia (incluido el trabajo a domicilio) efectuado con auxilio de medios de telecomunicación y/o de una computadora”. Es decir, es la realización del trabajo, utilizando tecnologías de la información, el cual se realiza fuera de los locales de la empresa de forma regular, ya sea en el domicilio o en establecimientos ajenos al empleador.

En el Perú, el teletrabajo ha sido regulado por el Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo, en la LEY N° 30036, tiene por objeto regular el teletrabajo, como una modalidad especial de prestación de servicios caracterizada por la utilización de tecnologías de la información y las telecomunicaciones (TIC), en las instituciones públicas y privadas, y promover políticas públicas para garantizar su desarrollo. Acompañada de Ley N° 29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo y su Reglamento, aprobado por Decreto Supremo N° 005-2012-TR, tiene como objetivo promover una cultura de prevención de riesgos laborales que permitan el trabajo en un entorno

laboral seguro para todas las trabajadoras y trabajadores en el Perú. (Diario el Peruano 2017 - 2021).

El teletrabajo no es excluyente de aquellos decretos, ya que, puede traer grandes beneficios a las empresas y a las personas que deciden acogerse a esta modalidad, pero solo si se proporciona de manera correcta. Si un teletrabajador no es capaz de autorregularse, lo que debería ser un beneficio, se convierte en un riesgo para la salud no solo física, sino que también mental, es decir, los riesgos psicosociales a los que se enfrentan quienes trabajan desde la modalidad del teletrabajo.

Según Gollac (2011) propone “Los riesgos psicosociales en el trabajo son los riesgos para la salud mental, física y social, ocasionados por las condiciones de empleo y los factores organizacionales y relacionales susceptibles de interactuar con el funcionamiento mental” (párr. 3). Así mismo, se derivan de las deficiencias en el diseño, la organización y la gestión del trabajo. Lo cual, puede afectar no solo el bienestar y la salud de los trabajadores sino que también influir de forma negativa en el rendimiento laboral (Tous, Bonasa, Mayor y Espinosa 2011).

Rubbini (2012) menciona que los factores de riesgo psicosociales en los colaboradores que efectúan teletrabajo, se pueden resumir en:

Control y autonomía en el trabajo

Esta libertad individual, puede dar lugar a una sobrecarga de trabajo o caso contrario que se trabaje poco, causando un desequilibrio en la percepción del individuo, entre la demanda que tiene y su capacidad de respuesta.

Relaciones sociales

El teletrabajo afecta las relaciones laborales tradicionales con sus esquemas de protección y garantías normativas tal como lo menciona Leguita Paula (2010). Al no contar con un adecuado soporte social, se puede generar sentimientos de soledad o incluso acciones de aislamiento.

Flexibilidad

Según Cifre, Eva y Marisa Salanova (2012) la flexibilización puede agudizar la probabilidad de interrupciones durante el tiempo de trabajo, con actividades del hogar. Lo cual, puede instalar un circuito de interacción trabajo-familia negativo debido al estrés que genera ello.

Competencias/Exigencias

Trabajar a distancia requiere de competencias y/o habilidades distintas al trabajo tradicional, éstas suponen un continuo desarrollo y actualización de equipos y herramientas tecnológicas. Lo cual, puede generar un nivel de estrés e incluso tecno estrés por las demandas propias del uso de los TIC.

Desarrollo profesional

En muchos casos se experimenta un estancamiento profesional, ya que, la capacitación en el trabajo en sí o en la modalidad de teletrabajo suele correr por cuenta de los trabajadores, lo cual puede generar malestar emocional a largo plazo.

Regulación legal e institucional

El teletrabajo puede ser utilizado también como una fórmula encubierta de reducción de plantillas, de trabajo precario y mal pagado que propicie la explotación de minorías menos favorecidas (Leguita Paula 2010). Ocasionar sentimientos como temor a perder el trabajo o el vínculo laboral.

En la actualidad, el estrés laboral es uno de los principales problemas para la salud de los trabajadores y el buen funcionamiento de las organizaciones para las que trabajan tal como menciona Patlán, Juana (2019). Las consecuencias mayoritarias del estrés implican una respuesta

al organismo que puede afectar gravemente a la salud, el bienestar y la calidad de vida del que lo padece y de los que le rodean.

En este sentido es que surge el tema de la investigación ¿Cuáles son los riesgos psicosociales de los colaboradores en el ámbito del teletrabajo que existan en los 10 últimos años? Por lo tanto, se plantea como objetivo general realizar una revisión de la literatura científica que describa los riesgos psicosociales desde el ámbito del teletrabajo en los 10 últimos años.

CAPITULO II. METODOLOGÍA

El tipo de investigación desarrollada se clasifica en una revisión sistemática de literatura científica, tal como lo señala Ato, López y Benavente (2013)

Todos los artículos se seleccionaron de la base de datos de Scielo.org (Scientific Electronic Library Online), Redalyc.org, Dialnet y Google Académico con el fin obtener información relacionada con teletrabajo y riesgos psicosociales. Para garantizar la sensibilidad del proceso de búsqueda se utilizaron a partir de la pregunta de investigación, las siguientes palabras claves: “teletrabajo”, “riesgos psicosociales”, “riesgos psicosociales del teletrabajo”, “salud ocupacional”, “efectos de los riesgos psicosociales”.

No obstante, debido a que la información encontrada fue escasa, se optó por buscar otros temas relacionados con el teletrabajo, como por ejemplo las TIC dentro de las bases de datos antes consideradas y palabras claves que estaban incluidas dentro de los artículos encontrados, con el fin de filtrar la búsqueda y poder así encontrar más información que se relacionara con la temática que se estaba abordando. Para la selección de artículos se tuvieron en cuenta los siguientes criterios: estar publicados en revistas y bases de datos indexadas, nacionales como internacionales, que estén dentro del rango considerado para este estudio (2010 – 2020), que la temática de los estudios e investigaciones estuviese relacionada con el teletrabajo y la seguridad y la salud.

Se incluyeron artículos originales publicados en bases de datos científicas indexadas, en el idioma español, entre los años 2010 al 2020 cuyas publicaciones figuren en las bases de datos de Scielo, Redalyc, Dialnet y Google Académico. Para lo cual se utilizó como tópico central de búsqueda los términos “teletrabajo”, “riesgos psicosociales”, “riesgos psicosociales del teletrabajo”, “salud

ocupacional”, “efectos de los riesgos psicosociales”. Después de leer los resúmenes se prioricen los estudios en donde haya relación entre las dos variables mencionadas.

Con referencia a los criterios de exclusión, no se consideró estudios que tengan que no estén en español y de aquellos que se hallen en bases de datos o repositorios donde se solicita remuneración económica para el acceso de dicha información y estudios que no cumplan con los años de ya antes propuesto (2010 a 2020).

Tabla 1:

Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión	Criterios de exclusión
Base de datos confiables con acceso sin remuneración	Base de datos con remuneración
Dentro del rango de años (2010-2020)	Fuera del rango (2009 para abajo)
Idioma español	Otros idiomas

Elaboración propia (2020)

En la siguiente tabla se observa cuáles fueron los criterios de inclusión y exclusión para el presente trabajo, revisión literaria.

De acuerdo a la selección de datos, se inició con la extracción de artículos científicos, utilizando los criterios para su selección ya mencionados, posteriormente se sistematizaron en una base de dato de formato.xlsx (Excel) para un mejor seguimiento. En la base de datos de Redalyc se obtuvo 6 artículos, en Dialnet se seleccionó 2, en Google Académico 5 y en Scielo se eligió 8 artículos. Finalmente, se consideró 21 artículos científicos, de 4 base de datos (Scielo, Redalyc, Dialnet y Google Académico), para la presente revisión literaria, ya que, se alineaban al objetivo de la investigación. (Tabla 2)

Tabla 2.

Artículos incluidos en la revisión sistemática según las palabras claves empleadas



Base de Datos	Número de artículos seleccionados
Redalyc	6
Dialnet	2
Google Académico	5
Scielo	8
Total	21

Elaboración propia (2020)

Se observa el número de artículos seleccionados según la base de datos. En Redalyc 6, en Dialnet 2, en Google Académico 5 y en Scielo 8 artículos, finalmente todo esto equivale a 21 artículos.

CAPITULO III. RESULTADOS

En la investigación realizada a través de una revisión sistemática, se eligió 21 artículos científicos de 60 extraídos de 4 fuentes de base de datos (Scielo, Redalyc, Dialnet y Google Académico) para su respectivo análisis, así mismo, pasaron por un filtro de inclusión y descarte ya detallado anteriormente.

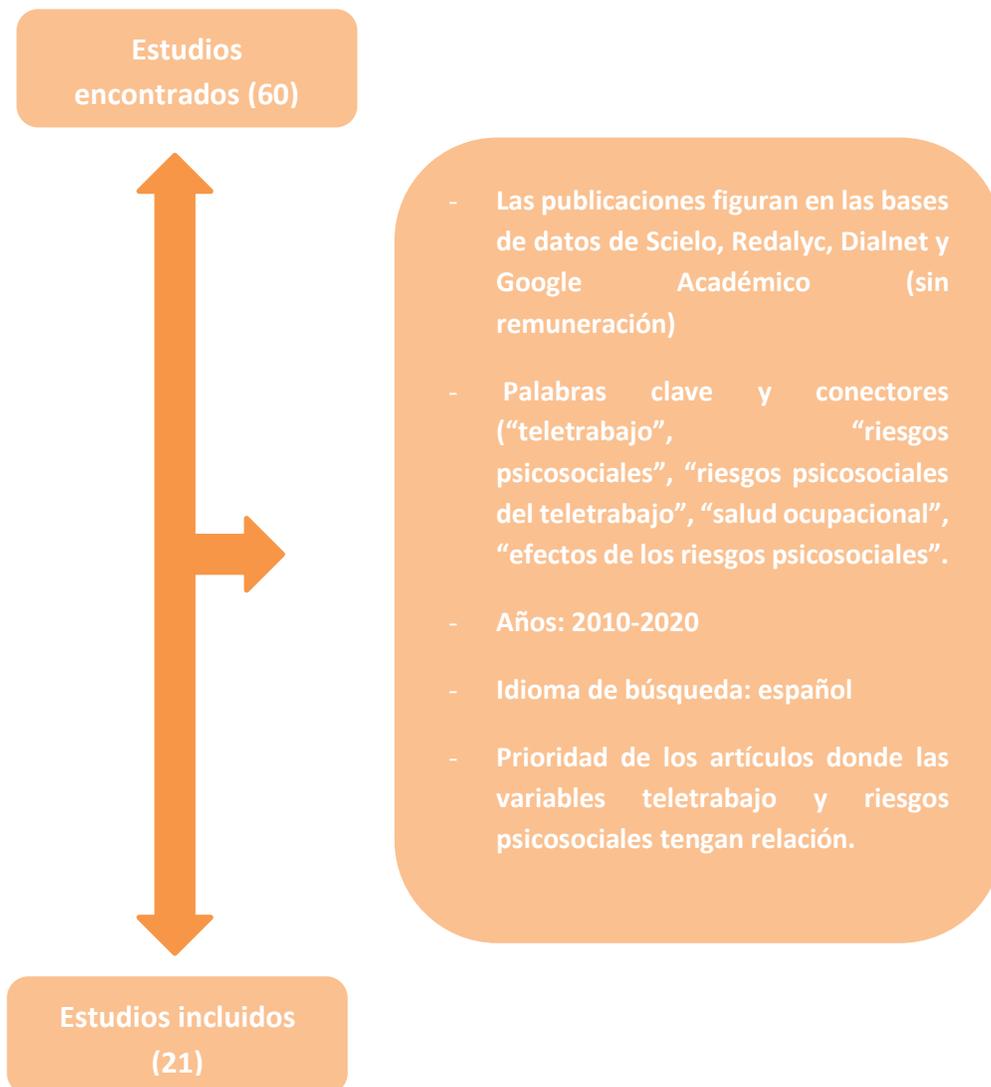


Figura 1. Los resultados indican que de los 60 estudios identificados luego de pasar por un exhaustivo proceso de selección solo quedaron 21 estudios.

Tabla 3.

Análisis y clasificación de las investigaciones sobre los factores de riesgo en el teletrabajo en base al análisis crítico.

Base de datos	Descartando artículos	Artículos después de la revisión
Redalyc	11	6
Dialnet	4	2
Google Académico	9	5
Scielo	15	8
Total	39	21

Elaboración propia (2020)

Se observa que el total de números de artículos que fueron descartados es de 39, los artículos que fueron seleccionados para la revisión sistemática es de 21.

Los artículos que se encontraron en las bases de datos Redalyc, Dialnet, Google Académico y Scielo fueron 60, las cuales pasaron por un proceso de selección (Figura 1). De la información científica obtenida, se decidió excluir a 39 artículos, de las cuales 11 pertenecían a la base de datos de Rdalyc, 4 de Dialnet, 9 de Google académico y 15 artículos de Scielo, por no cumplir con los criterios de selección, ya sea, con referencia al acceso remunerado del artículo en su totalidad, por su disposición en otro idioma que no sea español y por no cumplir con los parámetros del tiempo señalado entre los años 2010 a 2020.

Se seleccionaron 21 artículos de base de datos revisados considerando que cumplieran con los criterios de inclusión, ya sea, el acceso disponible del artículo completo, que estén en español y que cumplan dentro de los parámetros establecidos para el tiempo de estudio. La distribución de artículos por base de datos es la siguiente: 6 artículos de Redalyc, 2 de Dialnet, 5 de Google académico y 8 de Scielo.

Tabla 4.

Artículos de investigación incluidos en base al proceso de selección de selección

Nº	Base de datos	Autores	Título	País	Año	Inclusión
1	Dialnet	Álvarez R, Adaneys & Guerra T, Jesús Roberto	Conflicto trabajo-familia: Riesgo Psicosocial y Salud Laboral	Colombia	2012	Está alineado al objetivo
2	Scielo	Mingote Adán, José Carlos, Pino Cuadrado, Pablo del, Sánchez Alaejos, Raquel, Gálvez Herrer, Macarena, & Gutiérrez García, M ^a Dolores.	El trabajador con problemas de salud mental: Pautas generales de detección, intervención y prevención. Medicina y Seguridad del Trabajo.	España	2011	Está alineado al objetivo
3	Scielo	Álvarez T, Sonia & Riaño C, Martha	La política pública de seguridad y salud en el trabajo: el caso colombiano	Colombia	2018	Está alineado al objetivo
4	Scielo	Bonilla P, Liliana & Plaza R, Diana & De Cerquera, Soacha & Riaño C, Martha	Teletrabajo y su Relación con la Seguridad y Salud en el Trabajo	Colombia	2014	Está alineado al objetivo
5	Redalyc	Caballero, Andrés	Gramáticas actuales de la relación hombre-trabajo. Propuestas de lectura.	Colombia	2013	Está alineado al objetivo
6	Dialnet	Cataño SL & Gómez NE	El concepto de teletrabajo: aspectos para la seguridad y salud en el empleo	Colombia	2014	Está alineado al objetivo
7	Redalyc	Cifre, Eva & Salanova, Marisa	El poder de la autoeficacia en la mejora de la salud psicosocial de la persona teletrabajadora	Perú	2012	Está alineado al objetivo
8	Google académico	Decreto Supremo que aprueba el Reglamento de la Ley N° 30.036	Ley que regula el teletrabajo. Perú.	Perú	2015	Está alineado al objetivo
9	Google académico	Deloitte	El teletrabajo en clave Coronavirus COVID-19 Flash Legal.	Uruguay	2020	Está alineado al objetivo
10	Scielo	Lenguita, Paula.	Las relaciones de teletrabajo: entre la protección y la reforma.	México	2010	Está alineado al objetivo
11	Scielo	López, Nelson W., Pérez-Simon, M. Claudia, Nagham-Ngwessitcheu, Edwige G., & Vázquez-Ubago, María.	Teletrabajo, un enfoque desde la perspectiva de la salud laboral.	España	2014	Está alineado al objetivo
12	Scielo	Louzán Mariño, Rita.	Mejorar la calidad de las evaluaciones de riesgos psicosociales mediante el control de sesgos	España	2020	Está alineado al objetivo
13	Google académico	Moreno, Bernardo y Báez. Carmen	Factores y riesgos psicosociales, formas,	España	2010	Está alineado al objetivo

consecuencias, medidas
y buenas prácticas.

14	Redalyc	Osio Havriluk, L. & Delgado de Smith, Y.	Mujer, ciberfeminismo y teletrabajo	España	2010	Está alineado al objetivo
15	Redalyc	Osio Havriluk, Lubiza	Salud y seguridad en el teletrabajo. Caso: Argentina.	Argentina	2015	Está alineado al objetivo
16	Scielo	Patlán Pérez, Juana.	¿Qué es el estrés laboral y cómo medirlo?	Colombia	2019	Está alineado al objetivo
17	Scielo	Ramírez Velázquez, Josefina	El estrés laboral desde una perspectiva relacional. Un modelo interpretativo.	Colombia	2019	Está alineado al objetivo
18	Redalyc	Revista Virtual Universidad Católica del Norte". No. 31,	Teletrabajo, una opción de productividad y eficiencia real para las organizaciones	Colombia	2010	Está alineado al objetivo
19	Google académico	Rubbini, N. I.	Los riesgos psicosociales en el teletrabajo	Argentina	2012	Está alineado al objetivo
20	Google académico	Tous, J. & Bonasa, M. & Mayor C. & Espinosa, I.	Escala Clima Psicosocial en el Trabajo: desarrollo y validación	España	2011	Está alineado al objetivo
21	Redalyc	Valencia Catunta, Ana María Cecilia	Aspectos regulatorios del teletrabajo en el Perú: análisis y perspectivas.	Perú	2018	Está alineado al objetivo

Elaboración propia (2020).

En la siguiente tabla se detalla la base de datos donde se obtuvo los artículos, adicionalmente los autores, el título, los países, año de publicación y el resultado de inclusión para el presente trabajo.

Como ya se mencionó, para este estudio se seleccionó 21 artículos, de 4 base de datos (Redalyc, Dialnet, Google académico y Scielo), la cantidad de autores variaba desde 1 a 4 por cada artículo que se encontró, los países considerados para esta revisión pertenecen a América latina, a excepción de España, dado que es un país que cumple con el criterio de idioma y además porque cuenta con información relevante en el desenvolvimiento de la modalidad del teletrabajo. Así mismo los artículos fueron seleccionados desde los años 2010 a 2020.

Con referencia al idioma los 21 artículos están en español equivalentes al 100%, la accesibilidad del 100% de artículos seleccionados fue sin ningún tipo de remuneración, así mismo, el 100% de los 21 artículos se encuentran dentro del período de tiempo delimitado entre el 2010 a 2020.

Tabla 5.

Características de los estudios científicos encontrados

Características	Determinación	n	%
Base de datos	Redalyc	6	29%
	Dialnet	2	9%
	Google Académico	5	24%
	Scielo	8	38%
País	Colombia	8	38%
	España	6	29%
	Perú	3	14%
	Argentina	2	9%
	México	1	5%
	Uruguay	1	5%
Tipo de Investigación	Correlativo	12	40%
	Descriptivo	8	60%
Año	2010 -2020	21	100%

Elaboración propia (2020)

Se observa 4 características de los estudios seleccionados y analizados para el presente estudio, junto a la numeración y porcentajes correspondientes.

A continuación, se procederá a presentar los resultados en gráficos considerando el proceso de selección para los 21 artículos con los que se trabajaron para esta revisión literaria. (Tabla 5)

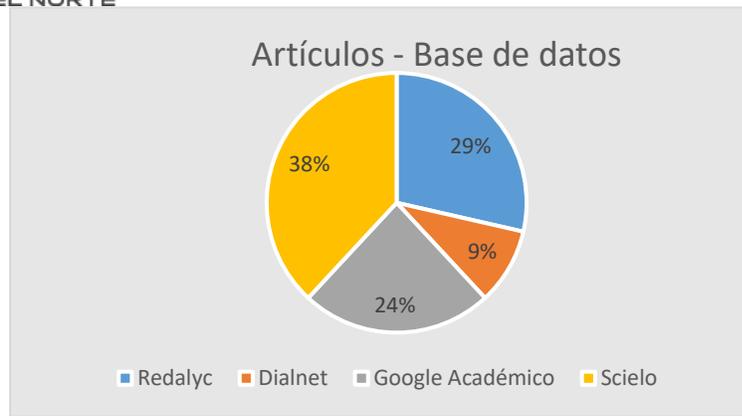


Figura 2. Se observa 4 base de datos, de las cuales se obtuvo un 38% de artículos de Scielo, 29% de Redalyc, 24% de google académico y 9% de artículos en Dialnet. Elaboración propia (2020)

Para el presente trabajo se utilizó 4 base de datos, las cuales fueron Scielo, Redalyc, Google académico y Dialnet. De la base de datos que se obtuvo el mayor número de artículos fue de Scielo, 8 artículos correspondientes al 38%; luego, se seleccionó 6 artículos de Redalyc equivalente al 29%; de manera parecida, en Google académico obtuvo un 24% que se asemeja a 5 artículos. Finalmente, la base de datos en la que se obtuvo menor número de artículos fue de Dialnet con 9% equivalente a 2 fuentes.

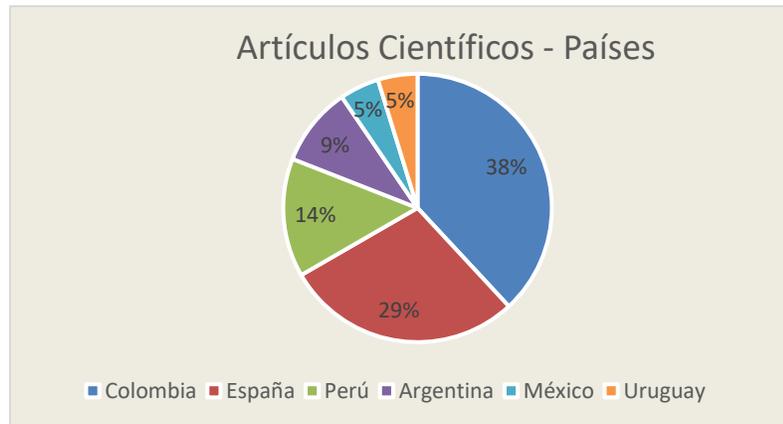


Figura 3. Los resultados indican que el 38% de los artículos analizados provienen de Colombia, seguido de España con un 29%, en cuanto a Perú un 14 %, Argentina un 9%, México y Uruguay les corresponde un 5%. Elaboración propia (2020)

Como parte del análisis se consideró que uno de los elementos importantes son los países donde se han realizado estudios e investigaciones referidos a los riesgos psicosociales en el teletrabajo.

En la figura 3 se puede observar que de una muestra de 21 investigaciones donde Colombia cuentan con 8 (38%), seguido de España con 6 (29%), es decir que estos, son los países con más estudios realizados. En cuanto al resto de los países, tales como Perú, cuenta con 3 investigaciones (14%) seguido de Argentina, con 2 investigaciones (9%), México con 1 (5%) e igualmente Uruguay con 1 (5%).

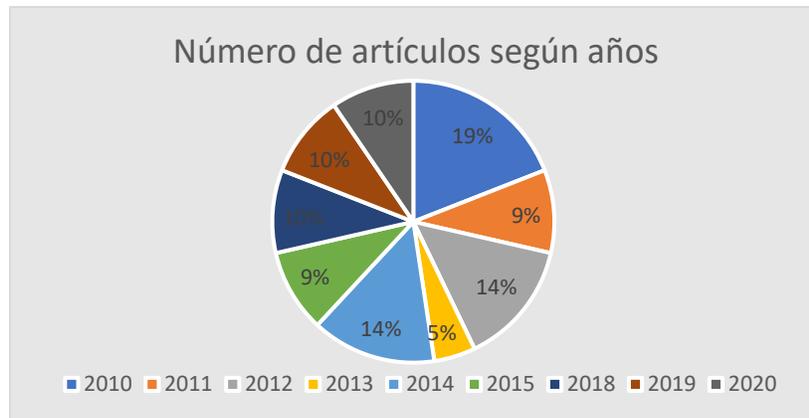


Figura 4. Se observa la cantidad de artículos obtenido por cada país de acuerdo con nuestro parámetro de años (2010 – 2020). Elaboración propia (2020).

Se consideró como delimitación los años 2010 a 2020. Los años en los cuales se encontró un mayor número de artículos fueron, el 2010 con 4 artículos equivalente al 19%, los años 2012 y 2014 con 3 artículos que correspondían al 14% cada uno. Seguidamente los años 2011, 2015, 2018, 2019 y 2020 obtuvieron un 10% cada uno que representa 2 artículos por esos años. Finalmente, en el 2013 se encontró 1 artículo que equivalía al 5% para ser analizado en el presente trabajo.



Figura 5. Los artículos seleccionados, un 60% correspondió a un tipo de investigación correlativa, mientras el 40% a un tipo de investigación descriptiva. Elaboración propia (2020).

De los 21 artículos seleccionados se encontró que el 60%, es decir, 12 artículos que pertenecían al método de investigación correlativo, donde 6 estudiaban las variables: *salud laboral* y *factores de riesgo psicosociales*; en el cual se explicaba la importancia de estudiar la salud dentro del trabajo debido a que existen factores que pueden repercutir negativamente en la salud de los colaboradores y a su vez en el desempeño laboral. Así mismo, se encontró otro 6 artículos que estudiaban las variables: *teletrabajo* y *riesgos psicosociales* en el cual se podía determinar cuáles eran los factores de riesgo psicosociales y sus consecuencias tales como el estrés y/o el tecnoestrés.

Con referencia al método descriptivo se encontró que el 40%, es decir 8 artículos, estudiaban la variable *teletrabajo*, donde se explicaba las definiciones, sus orígenes, los beneficios y los desafíos que se pueden presentar en una empresa al abrir la posibilidad de esta nueva modalidad de trabajo.

Tabla 6.

Identificación de factores de riesgo y teletrabajo

Factores de riesgo psicosociales y Teletrabajo	n	%
Control y autonomía	2	17%
Relaciones sociales	3	25%
Flexibilidad	2	17%
Competencias y exigencias	2	17%
Desarrollo personal	2	17%
Regulación legal	1	7%
Total		100%

Elaboración propia (2020)

En la tabla se observa que se encontraron 6 factores de riesgo psicosociales que influyen en la modalidad de trabajo, el número de artículos que considera cada factor y los respectivos porcentajes de artículos correspondientes.

De acuerdo al correcto análisis para el presente trabajo se encontraron 6 factores de riesgo psicosociales que pueden afectar a los colaboradores que realizan la modalidad de teletrabajo. Entre ellas, se encuentra el factor de *control y autonomía* en dos artículos correspondientes al 17% que hace referencia a que esto puede generar un desequilibrio sobre la carga laboral, ocasionando un efecto negativo en la vida del teletrabajador. También se encuentra el factor de *relaciones sociales* en 3 artículos, equivalentes al 25 %, en el cual se ve expuesto el colaborador al trabajar fuera de su lugar laboral, no cuenta con la ayuda inmediata de su equipo y jefe, por lo que podría experimentar sentimientos de soledad y de aislamiento. Con el 17 % se encuentra 2 artículos en el componente *flexibilidad*, que quiere decir que el teletrabajador al manejar sus horarios podría descuidar sus responsabilidades laborales y dedicarse a hacer actividades personales que atrasarían el trabajo.

De igual manera el otro factor es *competencias y exigencias* donde se encontraron 2 artículos, donde se menciona que el colaborador al estar expuesto a trabajar con materiales tecnológicas debe con una serie de competencias y conocimiento en el manejo de ello, de lo contrario, podría afectar su bienestar emocional y/o físico. También se halla el compuesto de *desarrollo personal* con 2 artículos donde se incita la importancia de inculcar canales de capacitación y mejora

constante en el teletrabajador, ya que, de no ser así esto podría generar frustración y sentimientos de inutilidad el colaborador. Finalmente está el factor de *regulación legal* con un 7 %, es decir, 2 artículos donde se consideraba que los beneficios del teletrabajo no están muy bien insertados con referente al campo legal, lo cual puede generar sentimientos de incertidumbre e interrogación contaste de los colaboradores hacia sus empleados, pudiendo afectar su desempeño laboral.

CAPITULO IV. CONCLUSIONES

El presente trabajo tenía la finalidad de identificar o determinar los factores de riesgo que se presentan en colaboradores que realizan teletrabajo. Para ello, se realizó un proceso de búsqueda en el cual se encontró 60 artículos que pasaron por un proceso de selección, el cual estaba compuesto por criterios de inclusión y exclusión (tabla2). Quedando finalmente 21 artículos para el análisis correspondiente.

Los 21 artículos fueron seleccionados de las siguientes bases de datos (Redalyc, Dialnet, Google académico y Scielo). Su accesibilidad total, fue sin ninguna remuneración, el idioma era español, los tipos de investigación era correlacional y descriptivo, los países eran pertenecientes a América Latina a excepción de España, dado que contenía información relevante para la investigación, los años considerados para la selección de artículos fueron del 2010 a 2020.

El diseño de investigación más utilizado en los estudios encontrados es el descriptivo discrepando con los encontrados en los antecedentes en su mayoría son de tipo correlacional. Por lo que, se condiera necesario realizar un estudio más profundo de las variables, de este modo se realicen investigaciones que aporten resultados medibles.

Los estudios más antiguos que se analizaron fueron del año 2010 donde se encontró información sobre el surgimiento del Teletrabajo y sus beneficios, también se consideraba la importancia de estudiar la salud laboral y los riesgos psicosociales desde el ámbito del teletrabajo. Con referencia los estudios más recientes se han considerado del 2020, dado que al presentarse una coyuntura de salud a nivel mundial, ha implicado cambios considerables y a su vez documentaciones y estudios necesarios los cuales han contribuido al presente estudio.

Con referencia a los países que han abordado este tema en América latina, se considera a Colombia como el país con más estudios, dado que fue uno de los primeros países en América

que inserto esta modalidad de trabajo. Sin embargo, también se consideró a España dado que cumplía con los criterios de selección y además por su eficiente y relevante información sobre los factores de riesgo y el teletrabajo.

Es relevante mencionar que no se pudo acceder a todo el universo de artículos debido a que existe información en bases de datos cerradas a la que no se ha podido tener acceso. Otra limitante a la que se enfrenta la revisión sistemática es que no todos los artículos contienen todos los puntos de información. Por lo que es necesario las investigaciones sean compartidas en las bases de datos abiertos por tratarse de investigaciones a las cuales deberíamos todos los interesados tener acceso,

Finalmente, tal como menciona Gollac (2012) los factores de riesgo son condiciones que se encuentran presente en una situación laboral. Pero al hablar de teletrabajo, se hace referencia a una modalidad donde se ejecuta tareas laborales fuera del entorno organizacional, es decir de la empresa u organización.

Así mismo Rubini (2012) globaliza los factores de riesgo en el ámbito del teletrabajo de la siguiente manera: *Control y autonomía, relaciones Sociales, flexibilidad, competencias y/o exigencias, desarrollo personal, regulación laboral* y Patlán, Juana (2019) señala que el estrés es uno de los efectos más considerables y dañinos para la salud física y emocional de los colaboradores

Cabe mencionar, que, aunque en el Perú se presentan estudios relacionados a estos variables, se percibe la escasez de recurrir e incitar a nuevos estudios para futuras investigaciones en el país.

REFERENCIAS

- Álvarez R., Adaneys, Guerra T., Jesús Roberto (2012). “Conflicto trabajo-familia: Riesgo Psicosocial y Salud Laboral”. En: Revista Académica e Institucional, Páginas de la UCP, N° 92 (Julio-Diciembre, 2012); p.47-63.
- Álvarez-Torres, Sonia Helena y Riaño-Casallas, Martha Isabel. (2018) La política pública de seguridad y salud en el trabajo: el caso colombiano. Revista Gerencia y Políticas de Salud, 17 (35), 111-131. <https://dx.doi.org/10.11144/javeriana.rgps17-35.ppps>
- Bonilla Prieto, Liliana Andrea, Plaza Rocha, Diana Carolina, De Cerquera, Gladys Soacha, & Riaño-Casallas, Martha Isabel. (2014). Teletrabajo y su Relación con la Seguridad y Salud en el Trabajo. Ciencia & trabajo, 16(49), 38-42. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492014000100007>
- Caballero, Andrés (2013). Gramáticas actuales de la relación hombre-trabajo. Propuestas de lectura. Revista Científica Guillermo de Ockham, 11(1),193-194.[fecha de Consulta 4 de Mayo de 2020]. ISSN: 1794-192X. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=1053/105327548018>
- Cataño SL, Gómez NE. El concepto de teletrabajo: aspectos para la seguridad y salud en el empleo. Rev CES Salud Pública 2014; 5(1): 82-91
- Cifre, Eva y Salanova, Marisa (2012). El poder de la autoeficacia en la mejora de la salud psicosocial de la persona teletrabajadora. Persona, (15), 71-99. [Fecha de consulta 1 de mayo de 2020]. ISSN: 1560-6139. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=1471/147125259004>
- Decreto Supremo que aprueba el Reglamento de la Ley N° 30.036 Ley que regula el teletrabajo. Perú. [Fecha de consulta 02 de mayo del 2020] Disponible en: <https://busquedas.elperuano.pe/normaslegales/decreto-supremo-que-aprueba-el-reglamento-de-la-ley-n30036-decreto-supremo-n-009-2015-tr-1307067-3/>

Deloitte 2020. El teletrabajo en clave Coronavirus COVID-19 Flash Legal. [Fecha de consulta 02 de mayo del 2020]. Disponible en: <https://www2.deloitte.com/uy/es/pages/legal/articles/teletrabajo-covid19.html>

Lenguita, Paula. (2010). Las relaciones de teletrabajo: entre la protección y la reforma. Argumentos (México, D.F.), 23(64), 245-263. Recuperado en 02 de mayo de 2020, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0187-57952010000300011&lng=es&tlng=es.

López, Nelson W., Pérez-Simon, M. Claudia, Nagham-Ngwessitcheu, Edwige G., & Vázquez-Ubago, María. (2014). Teletrabajo, un enfoque desde la perspectiva de la salud laboral. Medicina y Seguridad del Trabajo, 60(236), 587-599. <https://dx.doi.org/10.4321/S0465-546X2014000300009>

Louzán Mariño, Rita. (2020). Mejorar la calidad de las evaluaciones de riesgos psicosociales mediante el control de sesgos. Archivos de Prevención de Riesgos Laborales, 23(1), 68-81. Epub 30 de marzo de 2020. <https://dx.doi.org/10.12961/aprl.2020.23.01.06>

Mingote Adán, José Carlos, Pino Cuadrado, Pablo del, Sánchez Alaejos, Raquel, Gálvez Herrer, Macarena, & Gutiérrez García, M^a Dolores. (2011). El trabajador con problemas de salud mental: Pautas generales de detección, intervención y prevención. *Medicina y Seguridad del Trabajo*, 57(Supl. 1), 188-205. <https://dx.doi.org/10.4321/S0465-546X2011000500012>

Moreno, Bernardo y Báez. Carmen (2010). Factores y riesgos psicosociales, formas, consecuencias, medidas y buenas prácticas. Universidad Autónoma de Madrid. [En línea] Disponible en: <http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/PUBLICACIONES%20PROFESIONALES/factores%20riesgos%20psico.pdf>.

Osio Havriluk, Lubiza y Delgado de Smith, Yamile (2010). Mujer, ciberfeminismo y teletrabajo. Compendio, 13 (24), 61-78. [Fecha de consulta 3 de mayo de 2020]. ISSN: 1317-6099. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=880/88017685005>

Osio Havriluk, Lubiza (2015). Salud y seguridad en el teletrabajo. Caso: Argentina. *Visión Gerencial*, (2), 410-426. [Fecha de consulta 24 de mayo de 2020]. ISSN: 1317-8822. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=4655/465545899009>

Patlan Perez, Juana (2019) ¿Qué es el estrés laboral y cómo medirlo ?. *Revista Salud Uninorte* , 35 (1), 156-184. Consultado el 3 de mayo de 2020, en http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-55522019000100156&lng=en&tlng=es.

Ramírez Velázquez, Josefina. (2019). El estrés laboral desde una perspectiva relacional. Un modelo interpretativo. *Revista Colombiana de Antropología*, 55(2), 117-147. <https://dx.doi.org/10.22380/2539472x.802>

“Revista Virtual Universidad Católica del Norte”. No. 31. Teletrabajo, una opción de productividad y eficiencia real para las organizaciones (septiembre-diciembre de 2010, Colombia), acceso: [<http://revistavirtual.ucn.edu.co/>], ISSN 0124-5821 - Indexada Publindex-Colciencias (B), Latindex, EBSCO Information Services, Redalyc y en el Índice de Revistas de Educación Superior e Investigación Educativa (IRESIE) de la Universidad Autónoma de México [pp. 1-5]

Rubbini, N. I. (2012) Los riesgos psicosociales en el teletrabajo [en línea]. VII Jornadas de Sociología de la UNLP, 5 al 7 de diciembre de 2012, La Plata, Argentina. En *Memoria Académica*. Disponible en: http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.2237/ev.2237.pdf.

Tous, J, Bonasa, M, Mayor-Sanchez , C y Espinosa, I. (2011). Escala Clima Psicosocial en el Trabajo: desarrollo y validación. *Anuario de Psicología*. 41 (1-3), 51-65. Recuperado en 02 de mayo del 2020. Disponible en <https://www.raco.cat/index.php/AnuarioPsicologia/article/viewFile/249848/334277>.

Valencia Catunta, Ana María Cecilia (2018). Aspectos regulatorios del teletrabajo en el Perú: análisis y perspectivas. *IUS Revista del Instituto de Ciencias Jurídicas de Puebla AC*, 12 (41), 203-226. [Fecha de Consulta 3 de Mayo de 2020]. ISSN:. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=2932/293258387012>