

**NIVELES DE ANSIEDAD Y TELETRABAJO EN TIEMPOS DE PANDEMIA EN  
DOCENTES DE LA UNIVERSIDAD DE SANTANDER SEDE VALLEDUPAR**

**AUTOR (AS)**

**JOHANA CAROLINA VEGA FERREIRA**

**KEENYS JIREY CALDERÓN RADA**

**UNIVERSIDAD POPULAR DEL CESAR**

**FACULTAD DE DERECHO, CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES**

**PSICOLOGÍA**

**VALLEDUPAR**

**2021-I**

**NIVELES DE ANSIEDAD Y TELETRABAJO EN TIEMPOS DE PANDEMIA EN  
DOCENTES DE LA UNIVERSIDAD DE SANTANDER SEDE VALLEDUPAR**

**AUTOR (AS)**

**JOHANA CAROLINA VEGA FERREIRA**

**KEENYS JIREY CALDERÓN RADA**

**PROYECTO DE GRADO PARA OPTAR EL TÍTULO DE PSICÓLOGO**

**LORENA CUDRIS TORRES**

**ASESOR METODOLÓGICO Y TEMÁTICO**

**UNIVERSIDAD POPULAR DEL CESAR**

**FACULTAD DE DERECHO, CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES**

**PSICOLOGÍA**

**VALLEDUPAR**

**2021-I**

### **Dedicatoria**

Este proyecto se lo dedicamos a todos los docentes que hicieron parte de nuestra formación profesional, por su dedicación, paciencia y especialmente en estos últimos tiempos, por su compromiso pese a todos los obstáculos y cambios presentados en el proceso educativo.

### **Agradecimientos**

Esta tesis representa en mí el resultado de una hermosa etapa de la vida, que es la de obtener mi título profesional, principalmente agradezco a Dios quien le da sentido a mi vida y poder lograr esto. A mis padres por inculcarme buenos valores, regalarme su confianza y darme la oportunidad de estudiar esta hermosa carrera. A mi compañera de Tesis Johana Vega, quien, con su liderazgo, trabajo en equipo y motivación me ayudó enormemente a entender y afianzar muchos conceptos. Finalmente agradecerles a mis docentes por su apoyo durante mi formación académica.

Keenys Jirey Calderón Rada

Agradezco primeramente a Dios por brindarme vida y salud para llevar a cabo este desarrollo académico, a mis padres, especialmente a mi madre por creer y apoyarme todo el tiempo de manera incondicional para culminar mi formación profesional, a todos los docentes de la Universidad Popular del Cesar que cada día me motivaron para continuar adelante con mis objetivos y a la Universidad de Santander por el apoyo brindado durante todo el proceso.

Johana Carolina Vega Ferreira

**Tabla de contenido**

Resumen	11
Introducción	13
Capítulo 1. El problema	15
1.1. Planteamiento del problema	15
1.2. Pregunta de investigación	17
1.3. Objetivos	17
1.3.1. General	17
1.3.2. Específicos	18
1.4. Justificación	18
1.5. Delimitación	20
Capítulo 2. Marco teórico referencial	20
2.1. Antecedentes	20
2.1.1. Antecedentes internacionales	20
2.1.2. Antecedentes nacionales	27
2.1.3. Antecedentes regionales	29
2.2. Bases teóricas	32
2.2.1. Ansiedad	32
2.2.1.1. Ansiedad estado	36
2.2.1.2. Ansiedad rasgo	38
2.2.2. Teletrabajo	39
2.2.2.1. Entorno Laboral	42
2.3. Marco legal	43
2.4. Marco contextual	45
Capítulo 3. Marco metodológico	45
3.1. Enfoque de la investigación	45
3.2. Diseño no experimental	46
3.2.1. Corte transversal	46
3.3. Tipo de investigación	47
3.4. Población, muestra y muestreo	47
3.4.1. Población	47
3.4.2. Muestra	47

3.4.3. Muestreo aleatorio simple	49
3.5. Técnica e instrumentos de recolección de datos	50
3.5.1. Cuestionario de ansiedad estado-rasgo STAI	50
3.5.1.1. Validez y confiabilidad del instrumento	51
3.5.1.2. Calificación	51
3.5.1.3. Baremación	53
3.5.2. Ficha sociodemográfica y laboral	54
3.6. Hipótesis	54
3.6.1 Hipótesis de investigación	54
3.7. Técnica de análisis de datos	55
3.8. Consideraciones éticas de la investigación y consentimiento informado	56
3.9. Sistema de variables	57
Capítulo 4. Resultados de la investigación	63
4.1. Análisis de los resultados	63
4.2. Discusión de los resultados	100
Conclusiones	104
Recomendaciones	106
Referencias bibliográficas	108
Anexos	113

**Lista de tablas**

Tabla 1. Parámetros de la muestra	48
Tabla 2. Corrección calificación del STAI	52
Tabla 3. Puntajes para interpretación del STAI	53
Tabla 4. Correlación de las variables ansiedad y teletrabajo	55
Tabla 5. Operacionalización variable ansiedad	58
Tabla 6. Operacionalización variable teletrabajo	60
Tabla 7. Resultados dimensión ansiedad estado por género	76
Tabla 8. Resultados dimensión ansiedad rasgo por género	76
Tabla 9. Total ansiedad estado	77
Tabla 10. Total ansiedad rasgo	77
Tabla 11. Prueba de normalidad de las variables	78
Tabla 12. Prueba de homogeneidad de varianzas, ansiedad	79
Tabla 13. Prueba de homogeneidad de varianzas, teletrabajo	79
Tabla 14. Correlación de las variables ansiedad y teletrabajo	80
Tabla 15. Correlación entre ansiedad estado e ítem 13 teletrabajo o trabajo en casa.	80
Tabla 16. Correlación entre ansiedad estado e ítem 14 otro trabajo aparte de la docencia.	81
Tabla 17. Correlación entre ansiedad estado e ítem 15 afectación económica por la emergencia sanitaria.	82
Tabla 18. Correlación entre ansiedad estado e ítem 16 riesgo de contagiarse de Covid-19	83
Tabla 19. Correlación entre ansiedad estado e ítem 17 nivel que considera que trabaja en casa.	83
Tabla 20. Correlación entre ansiedad estado e ítem 18 la IE ha proporcionado herramientas virtuales para el teletrabajo.	84
Tabla 21. Correlación entre ansiedad estado e ítem 19 capacitación para usar las herramientas virtuales para teletrabajo.	85
Tabla 22. Correlación entre ansiedad estado e ítem 20 capacidad de manejar las herramientas virtuales para realizar teletrabajo.	86
Tabla 23. Correlación entre ansiedad estado e ítem 21 nivel de manejo de las herramientas tecnológicas.	86
Tabla 24. Correlación entre ansiedad estado e ítem 22 alteraciones del sueño	87
Tabla 25. Correlación entre ansiedad estado e ítem 23 preferencia de trabajar desde casa o en la oficina.	88
Tabla 26. Correlación entre ansiedad estado e ítem 24 espacio adecuado en casa para trabajar.	89
Tabla 27. Correlación entre ansiedad estado e ítem 25 tener buena conexión a internet.	89

Tabla 28. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 13 teletrabajo o trabajo en casa.	90
Tabla 29. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 14 otro trabajo aparte de la docencia.	91
Tabla 30. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 15 afectación económica por la emergencia sanitaria.	91
Tabla 31. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 16 riesgo de contagiarse de Covid-19	92
Tabla 32. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 17 nivel que considera que trabaja en casa.	93
Tabla 33. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 18 la IE ha proporcionado herramientas virtuales para el teletrabajo.	94
Tabla 34. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 19 capacitación para usar las herramientas virtuales para teletrabajo.	94
Tabla 35. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 20 capacidad de manejar las herramientas virtuales para realizar teletrabajo.	95
Tabla 36. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 21 nivel de manejo de las herramientas tecnológicas.	96
Tabla 37. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 22 alteraciones del sueño.	97
Tabla 38. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 23 preferencia de trabajar desde casa o en la oficina.	97
Tabla 39. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 24 espacio adecuado en casa para trabajar.	98
Tabla 40. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 25 tener buena conexión a internet.	99
Tabla 41. Correlación entre ansiedad y teletrabajo.	100

**Lista de figuras**

Figura 1. Género de los encuestados	63
Figura 2. Edad de los encuestados	64
Figura 3. Estado civil de los encuestados	64
Figura 4. Tipo de vivienda de los encuestados	65
Figura 5. Personas que conviven	65
Figura 6. Personas a cargo de los encuestados	66
Figura 7. Horas de sueño al día de los encuestados	66
Figura 8. Tiempo libre de los encuestados	67
Figura 9. Actividad física de los encuestados	67
Figura 10. Tiempo laborando en la institución	68
Figura 11. Categoría laboral de los encuestados	68
Figura 12. Tipo de contrato laboral	69
Figura 13. Realización de teletrabajo	69
Figura 14. Otro trabajo aparte de la docencia	70
Figura 15. Afectación económica por emergencia sanitaria	70
Figura 16. Riesgo de contagio por covid-19	71
Figura 17. Percepción de trabajar en casa	71
Figura 18. La IE ha proporcionado herramientas virtuales para el teletrabajo	72
Figura 19. Capacitación para usar las herramientas virtuales para teletrabajo	72
Figura 20. Capacidad de manejo de las herramientas virtuales para realizar teletrabajo	73
Figura 21. Nivel de manejo de las herramientas tecnológicas	73
Figura 22. Alteraciones del sueño debido a la emergencia sanitaria	74
Figura 23. Preferencia para trabajar	74
Figura 24. Espacio adecuado en casa para trabajar	75
Figura 25. Buena conexión a internet	75

**Lista de Anexos**

Anexo 1. Cuestionario de ansiedad estado rasgo STAI	113
Anexo 2. Ficha sociodemográfica y laboral	115
Anexo 3. Baremos del cuestionario STAI	118
Anexo 4. Certificación aplicación de instrumentos.	119
Anexo 5. Consentimiento informado.	120

## Resumen

Esta investigación tuvo como objetivo relacionar los niveles de ansiedad con el teletrabajo en tiempos de pandemia en docentes de la Universidad de Santander sede Valledupar a través del coeficiente de correlación de Pearson. Enmarcada bajo el enfoque cuantitativo, con diseño no experimental, corte transversal y de tipo correlacional, se utilizó el Cuestionario de Ansiedad Estado Rasgo (STAI) para evaluar los niveles de ansiedad y la ficha sociodemográfica y laboral para indagar las condiciones laborales bajo la modalidad de teletrabajo en una muestra constituida por 111 docentes.

Se obtuvo que el 95% de los sujetos se encuentra realizando teletrabajo, resaltando factores relevantes como que el 62% tuvo afectación económica por la emergencia sanitaria, el 84% considera que se esfuerza más trabajando desde casa y el 59% ha presentado alteraciones del sueño debido a la emergencia sanitaria por el Covid-19. Respecto a la ansiedad se encontró que el 47% de la población presenta ansiedad estado en sobre promedio y el 38% ansiedad rasgo, siendo el género masculino quien presenta cifras significativas para ambas dimensiones, con un 56%.

En cuanto a la correlación entre las variables a través del SPSS, se obtiene que existe una correlación negativa muy débil; lo que significa que a medida que aumente una variable la otra disminuye significativamente. Se concluye que los valores encontrados en la ansiedad ameritan atención, enfatizando la situación actual que enfrentan los docentes por la pandemia.

**PALABRAS CLAVES:** ansiedad, teletrabajo, pandemia.

### **Abstract**

The objective of this research was to relate anxiety levels to teleworking in times of pandemic in teachers at the University of Santander, Valledupar, through the Pearson correlation coefficient. Framed under a quantitative approach, with a non-experimental design, cross-sectional and correlational type, the State Trait Anxiety Questionnaire (STAI) was used to evaluate anxiety levels and the sociodemographic and work record to investigate the working conditions under the modality of teleworking in a sample of 111 teachers.

It was found that 95% of the subjects are teleworking, highlighting relevant factors such as that 62% had an economic impact due to the health emergency, 84% consider that they work harder working from home and 59% have presented sleep disturbances due to the health emergency due to Covid-19. Regarding anxiety, it was found that 47% of the population presents above average state anxiety and 38% trait anxiety, being the male gender who presents significant figures for both dimensions, with 56%.

Regarding the correlation between the variables through the SPSS, it is obtained that there is a very weak negative correlation; which means that as one variable increases the other decreases significantly. It is concluded that the values found in anxiety deserve attention, emphasizing the current situation faced by teachers due to the pandemic.

**KEY WORDS:** anxiety, telework, pandemic.

## Introducción

Desde el inicio de la pandemia por el Covid-19 muchos países adoptaron cambios en los distintos sectores en los cuales se desenvuelven, Colombia no ha sido la excepción y el sector educativo adoptó la modalidad de educación remota o trabajo en casa como se ha evidenciado; tales cambios han reflejado en la población sobresaturación de responsabilidades debido a los métodos no convencionales implementados, la carga laboral y de tiempo ha aumentado en comparación con el trabajo presencial al cual venían habituados.

Así mismo, la Organización Mundial de la Salud [OMS] (2020), de acuerdo a un estudio realizado en 130 países, pudo determinar que la pandemia ha generado un incremento de la demanda de servicios de salud mental. Esto, debido a las mismas consecuencias que surgen como el aislamiento, el duelo, la afectación económica y el miedo. Por lo cual la mayoría de la población ha aumentado el consumo de sustancias como el alcohol, drogas y padecen problemas de ansiedad e insomnio.

La mayoría de investigaciones realizadas sobre afectaciones del Covid-19 en la salud mental de la población han arrojado cifras significativas en malestares psicológicos como ansiedad, depresión, estrés u otros. Es así como Cudris, Barrios, & Bonilla (2020) reafirman que las afectaciones psicológicas más frecuentes presentadas por la población a nivel mundial a causa de la pandemia por el Coronavirus son las ya mencionadas, además las personas que padecen de TOC tienden a empeorar.

Por consiguiente, es de relevancia estudiar la presencia de alguna sintomatología ansiosa en la población docente, teniendo en cuenta las actuales condiciones de trabajo y la forma como los sujetos hacen frente a las demandas físicas y psicológicas, con la finalidad de prevenir afectaciones mayores y trabajar en alternativas que permitan un desempeño adecuado de los mismos, pero a su vez bienestar óptimo en su funcionalidad. Debido a ello, se lleva a cabo la presente investigación que tiene como objetivo relacionar los niveles de ansiedad con el teletrabajo en tiempos de pandemia en docentes de la Universidad de Santander sede Valledupar a través del coeficiente de correlación de Pearson, lo cual se ejecuta durante los periodos 2020-II y 2021-I. Así, inicialmente en el capítulo 1 se describe el problema a investigar consistente

en la ansiedad y modalidad de teletrabajo y la posible relación que puede existir entre ambas; además, se argumenta la pertinencia de llevar a cabo este estudio y se establecen los objetivos.

Seguidamente, en el capítulo 2 se presentan algunos estudios realizados sobre el tema de investigación a nivel internacional y nacional y la conceptualización de las variables de acuerdo a diferentes autores. Posteriormente se establece en el capítulo 3 la metodología utilizada, el tipo, diseño y corte de la investigación, la población, técnicas y procedimiento para la recolección de datos.

Por último, el capítulo 4 evidencia un desglose de los resultados a través de análisis estadísticos descriptivos y correlaciones de las variables con respecto a las hipótesis planteadas. Se discuten los resultados contrastando con algunas investigaciones revisadas y postulados teóricos; se presentan las conclusiones y recomendaciones con base a los hallazgos evidenciados.

## **Capítulo 1. El problema**

### **1.1. Planteamiento del problema**

Tomando en consideración la actual situación de muchos países por la emergencia sanitaria debido al Covid-19, Cudris, Barrios, & Bonilla (2020), plantean que las afectaciones psicológicas más frecuentes presentadas por la población a nivel mundial son: ansiedad, estrés, episodios de depresión, ataques de pánico. (p. 309). Esto, de acuerdo a la investigación de enfoque cualitativo donde hicieron un análisis de varios documentos de corte científico, periodístico y político publicados en informes de la Organización Mundial de la Salud (OMS), Organización Panamericana de la Salud (OPS), Ministerio de Salud, Instituto Nacional de Salud (INS), Universidades e informes periodísticos a nivel internacional y nacional.

De lo anterior, es relevante precisar las cifras en torno a la ansiedad de lo cual el 95% de los textos revisados, coincide que es la afectación padecida por la población en general ante la pandemia de Covid-19 y sus manifestaciones aluden al temor a algo desconocido y el estado permanente de alerta a que algo suceda. (Cudris, Barrios, & Bonilla, 2020, p.310).

Por otra parte, Dos Santos, Scorsolini, & Dalri (2021) una vez llevada a cabo la revisión de la literatura científica acerca del Covid-19 y sus posibles repercusiones en la salud de los docentes de los diferentes niveles de formación, precisaron algunas reflexiones respecto a la exposición de esta población a los riesgos psicosociales derivados del trabajo realizado en el contexto escolar y también como una posibilidad futura para la ejecución del teletrabajo, que implica un mayor riesgo a la depresión, el estrés y una disminución de la salud mental. Además, la existencia de una relación entre las condiciones de trabajo inadecuadas de los docentes y las consecuencias biopsicosociales como el estrés y la ansiedad.

En tal sentido, para Moreno (2020) es pertinente señalar que la pandemia del Covid-19 ha generado una mayor demanda de atención psicológica de la población, al evidenciarse molestias, sufrimiento y síntomas de ansiedad como insomnio, preocupación, angustia, distraibilidad, bajo apetito, cansancio, entre otros; a la vez la aparición de pensamientos distorsionados que impiden el buen desenvolvimiento en las actividades cotidianas.

En Colombia, según el estudio realizado por Profamilia en el 2020, titulado ansiedad, depresión y miedo: impulsores de la mala salud mental durante el distanciamiento físico en Colombia, identificaron factores que impulsan estas tres afectaciones como la preocupación por el contagio, temor a la falta de atención médica e incluso el temor a padecer de ansiedad o depresión, los cuales están afectando la salud mental. (Cifuentes et al., 2020).

Esto, deja ver que los síntomas de ansiedad en Colombia ante la pandemia son significativos y se consideran de atención inmediata por parte de las instituciones de salud, empresas con personal a cargo, familias y los mismos individuos que identifican la presencia del malestar psicológico. En cuanto a la labor docente, Fernández (2014), considera que la vida del educador además de ser sacrificada también es amenazada seriamente por riesgos para la salud mental, pues la función propia del mismo impone estas precisiones. La acumulación de factores psicosociales negativos o desfavorables convierte a la docencia en una categoría socioprofesional de riesgo para la salud (p. 20). Este mismo autor precisa que las enfermedades mentales más frecuentes en los profesores en comparación con la población general adulta u otros grupos, incluso en otras categorías socioprofesionales, son el síndrome de estrés, la enfermedad depresiva, las reacciones de ansiedad, entre otros. (p. 25).

Conjuntamente, debido a las condiciones actuales de salud causadas por la pandemia Covid-19, varios especialistas reportan una serie de reacciones y estados psicológicos observados en la población, incluyendo efectos en la salud mental, precisando que las primeras respuestas emocionales de las personas son miedo e incertidumbre extremos, así como percepciones distorsionadas de riesgo, lo cual puede generar comportamientos sociales negativos. Estos estados y conductas pueden generar problemas en salud mental pública, entre las que se destacan reacciones de angustia (insomnio, ira, miedo extremo a la enfermedad, incluso en personas no expuestas), de comportamientos riesgosos para la salud (mayor uso de alcohol, tabaco y aislamiento social), trastornos específicos como trastorno de estrés postraumático, trastornos de ansiedad, depresión y somatizaciones. (Urzúa, Vera, Caqueo, & Polanco, 2020, p. 105).

Actualmente, en la región Cesar, la mayoría de las instituciones educativas están en teletrabajo o trabajo en casa debido a la pandemia; estas nuevas condiciones laborales pueden

generar ansiedad en los docentes, pues se ha evidenciado una sobrecarga laboral y cambios en la modalidad o metodologías utilizadas para desarrollar sus actividades, lo cual no era habitual para ellos. Debido a los cambios subsecuentes por la pandemia, los docentes presentan una carga de trabajo mayor, por cuanto la gran mayoría manifiesta dificultad para realizar las labores a través de las distintas plataformas virtuales, sumando a esto las fallas en conexiones a internet que se presentan tanto para ellos como para sus alumnos.

La ansiedad es un estado psicofisiológico al que los docentes pueden estar expuestos, pues las preocupaciones acerca de lo que ocurre o pueda ocurrir, los excesivos pensamientos sobre eventos anticipados, dificultad para conciliar el sueño o concentrarse, entre otros, pueden estar presentándose y provocar efectos negativos tanto en la salud física como mental.

De lo anterior, interesa conocer si los docentes de la Universidad de Santander sede Valledupar presentan síntomas de ansiedad e indagar si estos se relacionan con las condiciones de teletrabajo actuales, para así poder generar medidas preventivas o correctivas y evitar mayores riesgos en su salud mental y por ende productividad laboral.

## **1.2. Pregunta de investigación**

¿Cuál es la relación entre niveles de ansiedad y teletrabajo en tiempos de pandemia en docentes de la Universidad de Santander sede Valledupar?

## **1.3. Objetivos**

### **1.3.1. General**

1. Relacionar los niveles de ansiedad con el teletrabajo en tiempos de pandemia en docentes de la Universidad de Santander sede Valledupar a través del coeficiente de correlación de Pearson.

### 1.3.2. Específicos

2. Caracterizar socio demográficamente respecto a la edad, género, estado civil, tipo de vivienda, número de personas que conviven, número de personas a cargo, horas de sueño, tiempo libre, actividad física, tiempo laborando, categoría laboral y tipo de contrato de los docentes de la UDES sede Valledupar.
3. Identificar las condiciones laborales bajo la modalidad de teletrabajo de la población objeto de estudio, en tiempos de pandemia a través de la ficha Sociodemográfica y Laboral elaborada por Calderón, K. y Vega, J. 2020.
4. Evaluar los niveles de ansiedad estado-rasgo en la población objeto de estudio a través del cuestionario de ansiedad estado rasgo STAI de Spielberger, Gousuch y Lushene, 1968.
5. Asociar los niveles de ansiedad alto, sobre promedio, promedio, tendencia al promedio y bajo con las condiciones laborales bajo la modalidad de teletrabajo en los docentes de la UDES sede Valledupar a través del coeficiente de correlación de Pearson.

### 1.4. Justificación

Teniendo en cuenta que los docentes han asumido multitareas en un mismo contexto, incluso sin contar con las herramientas indicadas para el desarrollo óptimo de sus funciones, el surgimiento de inconvenientes frente a las tensiones generadas en los entornos laborales, articulado con el seguimiento del autocuidado y las normas de bioseguridad. Además, según las precisiones acotadas sobre la ansiedad en Colombia, de acuerdo al estudio financiado por Profamilia en el 2020 ejecutado por Cifuentes et al., donde se identifican factores que impulsan la ansiedad durante la pandemia Covid-19; igualmente lo referido por Cudris, Barrios, & Bonilla (2020), quienes sustentan que la ansiedad hace parte de las afectaciones psicológicas más frecuentes que padece la población a nivel mundial, sumado a esto los cambios en las condiciones laborales del sector educativo que se han trasladado a la modalidad de teletrabajo, se estima la conveniencia de este proyecto al analizar los niveles de esta afectación que se

puedan estar presentando en los docentes de la Universidad de Santander sede Valledupar y hacer la correlación de ambas variables.

En cuanto a la relevancia social, algunas entidades como la OIT y el Ministerio de Trabajo brindaron sistemas de regulación para que las instituciones adoptaran estrategias que permitieran el bienestar psicológico de los trabajadores. Como implicaciones prácticas, fue oportuno abordar el tema de la ansiedad, pues arroja algunos diagnósticos que permiten desarrollar estrategias preventivas o mitigar las afectaciones evidenciadas, teniendo en cuenta en todo momento su inmersión dentro del marco de la salud mental como fuente de bienestar integral de las personas. Consecuentemente, esta investigación contribuye y beneficia al sector educativo - laboral, pues los docentes de la Universidad de Santander al conocer los riesgos a los cuales se enfrentan a nivel psicosocial y al tomarse medidas frente a los hallazgos, el cuidar su salud mental también mejora la productividad de la institución para la cual laboran.

Respecto al valor teórico, se precisa el poco abordaje que se ha hecho en la región Cesar de la ansiedad en los docentes frente a la situación actual de la pandemia, generando con este estudio una perspectiva y hallazgos que como se ha mencionado permiten diseñar herramientas preventivas y correctivas por parte de las instituciones educativas para la población estudiada. De igual forma, la utilidad metodológica del presente coadyuva a desarrollar e implementar tales herramientas, además de artículos científicos que ayuden a estudiar la ansiedad y el teletrabajo desde otra óptica y/o diseñar otros instrumentos para su análisis de manera independiente.

Finalmente, con este proyecto también se benefician las investigadoras, pues es significativo hacer un abordaje con docentes, quienes comparten sus conocimientos con los educandos y resulta honorífico aplicar esos saberes en pro de mejorar el bienestar psicosocial de quienes hacen parte del gremio de gestores educativos. Así mismo, la Universidad Popular del Cesar se beneficia del presente, puesto que, de los hallazgos evidenciados en esta investigación, futuros practicantes pueden continuar esta línea referencial desde proyectos de intervención prácticos.

## **1.5. Delimitación**

Esta investigación se enmarca en la línea clínica de la psicología, en la Universidad de Santander sede Valledupar, ubicada en la carrera 6 # 14-27 barrio cañahuate. La UDES “es una institución de carácter privado sin ánimo de lucro con 38 años de existencia, bajo la aprobación del Ministerio de Educación Nacional (Resolución No. 6216 del 22 de diciembre del 2005) y con Personería Jurídica 810 de 1996; organizada según sus propios estatutos de acuerdo con las disposiciones de la Ley 30 de 1992” (Universidad de Santander [UDES], s.f.).

El presente estudio está enfocado en los docentes de la institución, quienes se han visto implicados en los actuales cambios por la pandemia y realizan su labor desde el teletrabajo; por ende, considerando estas modificaciones como latentes afectaciones en el bienestar psicológico de los individuos, surge la motivación de indagar los niveles de ansiedad y estimar su correlación con la modalidad laboral implementada; se pretende realizar durante el periodo 2020-2 y 2021-1.

## **Capítulo 2. Marco teórico referencial**

### **2.1. Antecedentes**

#### **2.1.1. Antecedentes internacionales**

Teniendo en cuenta la situación actual de pandemia que se vive a nivel mundial, causada por el Covid-19 y los cambios que trajo consigo en el sector familiar, educativo y laboral, se aborda el tema del presente estudio considerando la labor docente fundamental para el sistema educativo, pero a su vez aceptando que este rol ejercido desde la nueva modalidad, que

implementa las TIC y el trabajo en casa o teletrabajo puede generar malestares tanto a nivel físico como psicológico.

Por lo anterior, se hace un recorrido por distintas investigaciones relacionadas con la ansiedad y el teletrabajo, que permiten evidenciar las perspectivas desde las cuales han sido estudiadas estas variables y considerar la etapa en la cual se da dicho estudio en relación con el presente proyecto.

La investigación en México, de Trujillo & Delgado (2021), tuvo como objetivo medir el nivel de ansiedad en docentes de las escuelas normales mexicanas durante el confinamiento por Covid-19, estudio que se realizó desde un enfoque cuantitativo no experimental de corte comparativo a una población conformada por 191 docentes, se recogió la información por medio del cuestionario GAD-7 (trastorno de ansiedad generalizada de siete elementos), además de pruebas de Mann-Whitney y Kruskal-Wallis.

De acuerdo a los resultados la mayoría de los docentes se encontraron en un rango normal y leve con un porcentaje de 61.3%, a diferencia de los docentes con ansiedad moderada y severa que se encuentran en 38.7%. También se comparó las medianas de ansiedad por género arrojando unos resultados de mayor nivel en las mujeres. De igual forma se analizó por separado a los docentes con hijos y los que no tienen, mostrando un mayor rango de ansiedad en los docentes que si tienen hijos. (Trujillo & Delgado, 2021).

Esta investigación coincide con la presente al utilizar la variable ansiedad, pero además de trabajar con la misma población. Por otro lado, se diferencia al momento de usar el instrumento GAD-7 (trastorno de ansiedad generalizada de siete elementos) siendo que este se enfoca en un solo tipo de ansiedad. De igual forma es de gran relevancia este estudio, porque permite conocer la prevalencia de esta variable en los docentes en tiempos de pandemia.

Simultáneamente en Quito, Patiño & Ricaurte (2021), presentaron la tesis denominada Niveles de ansiedad y depresión en la práctica docente por confinamiento el cual tiene como objetivo indagar el nivel de afectación presentado en 112 educadores durante la situación resultante de la crisis sanitaria. Por medio de un estudio cuantitativo, exploratorio, utilizando la escala de Hamilton para la evaluación de la sintomatología.

Los resultados que se obtuvieron fueron que aun cuando la mayor parte de los participantes están entre un rango normal en la sintomatología, la población de docentes jóvenes manifestó mayores niveles de ansiedad y depresión, con unas puntuaciones más altas para docentes de primaria, seguido por los de pre-primaria que presentan un nivel mínimo inferior y por último los docentes de secundaria que mostraron unos niveles casi nulos en la escala. (Patiño & Ricaurte, 2021). Teniendo en cuenta este estudio, se puede observar la concordancia con la actual investigación respecto a la variable psicológica ansiedad y la población de docentes, aunque hacen parte de niveles de primaria y secundaria lo que se diferencia del actual proyecto que se enfoca en docentes universitarios.

Seguidamente en Venezuela, Cabezas, Herrera, Ricaurte, & Novillo (2021), a través de un estudio exploratorio-descriptivo de tipo transversal analizaron a partir del Covid 19 los niveles de depresión, ansiedad y estrés en 139 estudiantes y docentes de Posgrado, así como la capacidad de afrontamiento realizando un análisis en función de las variables sociodemográficas; aplicando la encuesta DASS-21 para medir las tres variables.

Según los hallazgos, los niveles de depresión presentes son en su mayoría en ausencia y poca depresión, la ansiedad mayoritariamente se encuentra en nada, poca ausencia y poca ansiedad, sin embargo existe un pequeño porcentaje entre alto y muy alto que se considera significativo de atención, obteniendo el estrés las mismas consideraciones. Por ende, estos autores concluyen que el síndrome de trastorno mental en sus tres escalas es leve a moderado, que existen casos severos con afrontamientos bajos de las personas ante la presencia del Covid-19. Referente a las variables sociodemográficas el afrontamiento es bajo ante la presencia de la crisis y pronostican que la sintomatología determinada aumentará según vaya transcurriendo el confinamiento. (Cabezas et al., 2021).

Al igual que los estudios anteriores, se halla equivalencia con la presente investigación en cuanto a la variable evaluada ansiedad y población utilizada, especialmente en tiempos de pandemia, aunque determinan la presencia de otras sintomatologías como estrés y depresión, además de la capacidad de afrontamiento ante la crisis.

Por otra parte, en el estudio realizado en España por Ozamiz, Dosil, Idoiaga, & Berasategi (2021), titulado Estado emocional del profesorado de colegios y universidades en el

norte de España ante la Covid-19, plantearon como objetivo medir los niveles de estrés, ansiedad y depresión de los docentes ante la reapertura de los colegios y universidades tras 6 meses de no presencialidad, con una muestra de 1.633 educadores, haciendo uso de la escala DASS-21 para medir la sintomatología. Encontrando que el 32,2% tuvo síntomas de depresión, el 49,4% ansiedad y el 50,6% estrés. Se compara esta investigación con el presente estudio en cuanto al interés de indagar los niveles de ansiedad en población docente ante la pandemia causada por el Covid-19, aunque el instrumento utilizado no coincida, finalmente se evalúa el mismo constructo y se evidencia la presencia de ansiedad infiriendo la incidencia de la crisis actual.

En Perú, Moreno M. D. (2021), a través de un estudio cuantitativo con diseño descriptivo propositivo, planteó evaluar los factores Psicosociales en 26 docentes que realizan teletrabajo en la Unidad Educativa Teodoro Kelly - Durán – Ecuador, mediante una ficha de registro evaluada por Pareto y encuesta F-Psico 4.0. De los resultados, encuentra que existe altos niveles de estrés, así como ansiedad, dolores de cabeza, espalda, depresión; en cuanto a los factores psicosociales identificados con riesgo muy elevado se obtuvo las demandas psicológicas 63,8%, carga de trabajo 50%, participación/supervisión 34,6%, relaciones y apoyo social 26,9% y tiempo de trabajo 11,5%.

Lo anterior, resulta relevante para la presente investigación, tomando en consideración la variable teletrabajo estudiada en ambos casos, prevaleciendo la evaluación de sintomatología ansiosa por la pandemia. Se enfatiza la importancia de estudiar la incidencia o asociación entre esta modalidad laboral y la ansiedad.

En la investigación realizada en Quito por Torres & Flores (2020), se buscaba evaluar la fatiga laboral por teletrabajo en 18 docentes de la Unidad Educativa “Carlos Freile Zaldumbide” ante la emergencia sanitaria por Covid-19, con un enfoque cuantitativo, tipo descriptivo transversal y no experimental, se aplicó a los sujetos la encuesta sociodemográfica y laboral, para la recolección de estos datos claves con el fin de determinar su influencia en la percepción de fatiga por parte de los docentes y los factores que mayormente generan malestar a los mismos, así como también tener una mejor idea de los problemas que genera el teletrabajo en la población; y el Cuestionario Test de Yoshitake que explora la presencia de síntomas de fatiga.

Según los resultados, donde el 61% de docentes presenta tener fatiga, el 50% de la población ha presentado predominancia fatiga general y apenas un 11% fatiga mental, el género más afectado ha sido el femenino. En correlación con el teletrabajo, concluyeron que los factores incidentes para la manifestación de la fatiga son los problemas de tensión y ansiedad causada por la emergencia sanitaria, la combinación del aumento en la carga laboral junto con las labores domésticas causa el agotamiento general del cuerpo y finalmente el agotamiento visual provocado por la interacción del docente con el ordenador para la realización del teletrabajo. (Torres, 2020).

Esta investigación coincide con el presente estudio en cuanto a la variable teletrabajo, además que se focaliza la misma en tiempos de pandemia por la emergencia sanitaria Covid-19, lo cual aporta a las investigadoras del suscrito una perspectiva y expectativas en cuanto a los hallazgos, teniendo como referente la ficha utilizada para indagar las condiciones laborales de los docentes. Conforme a la correlación, difiere respecto a la fatiga laboral, que en este proyecto se implementa la ansiedad.

En Cuba, se llevó a cabo la investigación Manifestaciones psicológicas frente a la situación epidemiológica causada por la Covid-19, donde Arias, Herrero, Cabrera, Chibás, & García (2020), realizaron un estudio observacional descriptivo transversal sobre las variables ansiedad, depresión, estrés e idea suicida aplicando para ello pruebas psicológicas a 287 personas. Para la ansiedad se utilizó el “Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE), para depresión el “Inventario de Depresión Rasgo-Estado (IDERE), el estrés se midió con la “Escala para valorar el nivel de estrés” y la ideación suicida fue identificada mediante la Escala de Ideación Suicida de Beck (SSI), Beck y colaboradores, 1979.

Según los resultados, predominó la ansiedad estado con niveles alto (30,96 %) y medio (26,90 %); la depresión estado en niveles medio (36,54 %) y alto (13,70 %) y medio (12,20 %) como rasgo; el 66,49 % de las personas presentò niveles de estrés alterado y el 98,47 % no mostró idea suicida. Aunque no se evidenció asociación entre estas variables, las cifras demuestran alteraciones psicológicas en los participantes frente a la situación epidemiológica. (Arias et al., 2020). Este estudio es pertinente para el desarrollo del presente proyecto, pues evidencia la presencia de ansiedad ante la situación actual causada por la emergencia sanitaria

del Covid-19, siendo insumo útil al evaluar la misma variable en un tiempo determinado. Aunque indistintamente no hace una asociación con otro factor como el teletrabajo, lo cual si se aborda en el suscrito.

De manera similar, Ozamiz, Dosil, Picaza, & Idoiaga (2020) presentan una investigación titulada Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del Covid-19 en una muestra recogida en el norte de España de 976 personas, el objetivo fue analizar los niveles de sintomatología psicológica a la llegada del virus según edad, cronicidad y confinamiento mediante la escala DASS a través de un estudio exploratorio-descriptivo de tipo trasversal. Se demostró que la sintomatología fue baja en general al principio de la alarma, resaltando que la población que mostro más afectación en esta etapa fue la más joven y con enfermedades crónicas, además de encontrarse un nivel alto de sintomatología al momento de la pronunciación de la prohibición de salir de sus casas, es decir un confinamiento. Por lo cual se prevé que estos síntomas aumenten de acuerdo al transcurrir de la crisis y las medidas implementadas. (Ozamiz et al., 2020).

Aunque este estudio no demuestra la existencia significativa de sintomatología ansiosa, aludiendo a que la evaluación se hizo a principios de la pandemia, es de rescatar la consideración de los autores en cuanto a la posible aparición de estos ante la evolución del confinamiento, por lo que es de pertinencia para el presente proyecto, pues así se podrá identificar una vez pasado algunos meses si se evidencian niveles de ansiedad, logrando incluso confirmar la hipótesis planteada por dichos autores en su investigación.

De otro modo, Quispe & Garcia (2020), a través de un estudio cuantitativo buscaban identificar el impacto psicológico desencadenado por la emergencia sanitaria del Covid-19 en 74 docentes de educación básica regular (inicial, primaria y secundaria) en Perú, mediante un cuestionario virtual sobre los efectos psicológicos del Covid-19 diseñados por el equipo de investigación liderados por Balluerka et al. (2020). De acuerdo a los resultados, evidenciaron la presencia de síntomas de estrés y ansiedad, prevaleciendo en las mujeres. Resaltando que factores como tener hijos menores de edad participando de las clases remotas afectan negativamente el desempeño laboral y doméstico. Precisan, que durante la situación de crisis sanitaria el colectivo docente ha sido sobrecargado en responsabilidades, lo cual los expone

directa o indirectamente a ciertos riesgos y estresores crónicos. Por ende, concluyen que existe un impacto psicológico importante entre la docencia causada por el Covid-19. (Quispe & Garcia, 2020).

Este estudio aporta al presente proyecto información relevante para su ejecución, pues evidencia la presencia de aspectos psicológicos negativos sobre la población docente, en el curso de la pandemia y desarrollo de sus labores, las cuales se han enfrentado a cambios importantes. Por ende, permite ir argumentando la perspectiva de las autoras del suscrito.

Deffaveri, Della, & Thomé (2020), en una investigación realizada en Brasil, tuvieron como objetivo identificar síntomas de ansiedad y estrés en 200 docentes de educación básica, divididos en tres grupos según su desempeño: público, privado y ambos; mediante un estudio cuantitativo, descriptivo y transversal. Utilizando la Encuesta de intensidad de síntomas de ansiedad (LIS-A), Encuesta de Intensidad de Síntomas de Estrés (LIS-E) y la Escala de Ansiedad, Depresión y Estrés (DASS-21), encontraron que los puntajes de ansiedad más altos ocurrieron en los docentes que trabajan en ambas redes (público y privado) y los síntomas de estrés fueron mayores en los docentes de la red pública.

Con este estudio se puede evidenciar que los docentes presentan altos niveles de ansiedad; sin embargo, no aporta a la presente investigación, pues no existe una correlación con otra variable que permita predecir esos niveles de ansiedad y no precisa la incidencia de la pandemia, aunque se rescata que es un precedente de la existencia de ansiedad en el mismo grupo poblacional del presente proyecto aun cuando no considera la situación de crisis actual.

Finalmente, se considera el estudio cuantitativo, tipo descriptivo no experimental, prospectivo de corte trasversal, realizado en Perú por Pacori (2020), denominado Nivel de ansiedad por riesgo de contagio de Covid-19 en pacientes que acuden al Hospital Militar de Arequipa – 2020, planteando como objetivo valorar el nivel de ansiedad en 144 pacientes mediante el cuestionario STAI (cuestionario de ansiedad Estado-Rasgo). Se pudo evidenciar en los resultados que el 48,6% tiene un nivel de ansiedad bajo, el 43,8% ansiedad media, mientras que solo el 7,6% ansiedad alta, además que la mayoría de pacientes son de género masculino con niveles de ansiedad bajo y el género femenino se encuentra con niveles de ansiedad medio.

De lo anterior, es relevante precisar la concordancia con el presente proyecto en cuanto al instrumento para la medición de la ansiedad, pues este permite tener unas cifras en niveles de estado y rasgo, además de su desarrollo ante la pandemia por el Covid-19, aunque difiere de la población y el interés de correlacionar con el teletrabajo, se considera importante como base para la ejecución de esta investigación, generando un valioso aporte sobre la variable y los resultados que se pudieron evidenciar.

### **2.1.2. Antecedentes nacionales**

En Colombia, Botero (2021), llevó a cabo la investigación Ansiedad del personal de un jardín infantil en el contexto de la emergencia sanitaria, a través de un enfoque cuantitativo, tipo exploratorio no experimental transversal, midió el nivel de ansiedad al personal docente y administrativo del Jardín Infantil de la ciudad de Medellín, representado por 17 personas, a través del Inventario de Ansiedad de Beck (IAB). Encontró que el 52% del personal presentó un nivel de ansiedad mínimo, el 29% moderado y el 18% nivel leve. De lo anterior, se encuentra equivalencia con el presente estudio respecto a la variable a medir en el contexto de la pandemia, evidenciando una prevalencia en niveles mínimos y moderados en población docente, lo cual permite fundamentar la pertinencia del presente proyecto.

Conjuntamente, Pineda, Cardozo, Atehortua, & Velasco (2020), realizaron un estudio denominado Depresión y ansiedad (estado-rasgo) en el confinamiento obligatorio por covid-19 en Bucaramanga, Santander, mediante un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo transversal, se propusieron evaluar el estado de ansiedad y depresión en 130 personas confinadas mediante las pruebas IDER (inventario de depresión estado rasgo) e IDARE (inventario de ansiedad rasgo-estado). Según los resultados se logró evidenciar un malestar emocional significativo en la población que podría repercutir en enfermedades mentales, respecto a la ansiedad estado con un nivel medio al igual que en rasgo; en cuanto a depresión se obtuvo para estado y rasgo un nivel alto. (Pineda et al., 2020).

En concordancia con este estudio, se enfatiza la necesidad de evaluar la presencia de sintomatología ansiosa en la población que se encuentra enmarcada en el contexto de la

pandemia, pues el confinamiento y demás factores subyacentes influyen en el padecimiento de aspectos psicológicos a tratar, resaltando para el presente proyecto a los docentes quienes han sufrido cambios drásticos en su quehacer laboral, estando expuestos así a presentar malestares emocionales.

León, Quintero, & Bermúdez (2019) en una investigación titulada Medición del nivel de ansiedad en estudiantes de medicina veterinaria y zootecnia de la Universidad Cooperativa de Colombia sede Bucaramanga, mediante el cuestionario de ansiedad estado-rasgo (STAI), tuvieron como objetivo verificar si existen valores significativos de ansiedad por medio de la prueba STAI y la encuesta suplementaria en referencia a la adaptabilidad académica que se mantiene en una muestra de 156 estudiantes universitarios del programa MVZ; mediante un estudio cuantitativo, correlacional, no experimental y transversal.

Según los hallazgos, existe una alta prevalencia de síntomas de ansiedad como estado (A-E) con 50% y como rasgo (A-R) con 64%, que predomina en los jóvenes universitarios de tercer semestre de Medicina Veterinaria y Zootecnia, concluyendo que estos datos revelan un significativo porcentaje de alumnos con ansiedad como AR y AE entre los rangos de alto y muy alto. (León, Quintero, & Bermúdez, 2019). Conforme a lo anterior, se focaliza la semejanza de este estudio con la presente investigación respecto a la medición de la variable ansiedad mediante el cuestionario STAI, el cual permite medir esta en sus dos dimensiones, Estado-Rasgo; por lo que aporta consideraciones relevantes frente al instrumento para analizar y tener en cuenta.

Similarmente, en la investigación de Villarreal, Fandiño & Ortiz (2019) titulada Prevalencia de ansiedad en población universitaria de la ciudad de Bucaramanga, según el cuestionario de ansiedad Estado - Rasgo (STAI), 2019, se establecieron como objetivo establecer las diferencias entre la ansiedad tanto estado como rasgo presente en los estudiantes de la Universidad Cooperativa de Colombia, tomando como muestra 177 participantes de distintos programas académicos.

Se encontraron resultados que del 100% de las personas con ansiedad, el 56% puntúa con Ansiedad Estado y 44% tiene Ansiedad Rasgo, evidenciado además que en las mujeres existe un mayor incremento de la ansiedad en comparación de los hombres; sin embargo, un

factor importante a resaltar es la diferencia en los niveles de ansiedad entre el género femenino y masculino que trabaja y estudia, pues los hombres son quienes en su mayoría puntúan tener presente ansiedad estado o rasgo frente a estas condiciones, por lo cual se evidencia un mejor manejo de la ansiedad de parte de las mujeres que se encuentran trabajando y estudiando. (Villarreal, Fandiño & Ortiz, 2019).

Indiscutiblemente, el cuestionario de ansiedad Estado - Rasgo (STAI) es un instrumento útil para determinar la presencia y nivel de ansiedad en sujetos estudiados, por lo cual se subraya como aporte al presente proyecto, precisando además que se hará uso del mismo instrumento, pero en población docente, que como se mencionó anteriormente es el punto en el cual difiere de esta investigación.

Del mismo modo, en una investigación realizada por Prieto, Leal, Ramírez & Pinto, (2017), se buscaba determinar los niveles de ansiedad y depresión en 44 docentes del Colegio Nacionalizado Femenino de Villavicencio; por medio de un estudio cuantitativo, de tipo descriptivo, transversal y no experimental y haciendo uso de la Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS)-Escala Hospitalaria de Ansiedad y Depresión, se encontró que en la variable de ansiedad el 88,6% de los docentes obtuvieron frecuencias bajas y en la variable de depresión el 95.45% obtuvo frecuencias altas. De lo anterior, se precisa que la investigación difiere del presente proyecto, puesto que solo indaga la presencia de síntomas de ansiedad y depresión, sin hacer correlación alguna con otra variable; sin embargo, se halla coincidencia en cuanto a la población docente, y la importancia de hacer investigaciones con este grupo poblacional y su salud mental, pues su labor es fundamental para la formación educativa.

### **2.1.3. Antecedentes regionales**

Desde otra perspectiva, Anaya & Rojano (2020), plantearon como objetivo analizar las tensiones y emociones de la práctica docente en la época del Covid-19 en algunas instituciones educativas del sector oficial de los departamentos de Atlántico, Guajira, Magdalena, Córdoba y Bolívar de la República de Colombia, mediante un paradigma cuantitativo y cualitativo,

utilizando el empírico-inductivo, es decir un tipo de investigación mixta, con una población compuesta por 92 docentes, utilizando un cuestionario.

Según los hallazgos, se encontró que la mayoría de los docentes padecen sentimientos de depresión, estrés y entre las tensiones más destacadas se encuentran el estrés, las inquietudes y la sobrecarga laboral, considerando que los educadores en su mayoría han tenido que reorganizar su vida diaria para adaptarse a una situación de encierro y poder para hacer frente a la compleja situación; además, significativamente la ansiedad con un gran índice de porcentaje, el 87.84% manifestó que siempre, durante el desarrollo de las actividades escolares presenta intranquilidad y más aun estando en casa aplicando otras metodologías no convencionales, igualmente coinciden en que se aceleran con cuestiones laborales que realmente no son tan urgentes y genera tensión durante el desarrollo de las jornadas exponiendo así el trabajo sobre los que no tienen ningún control. (Anaya & Rojano, 2020).

Teniendo en cuenta los resultados de la mencionada investigación, se toma en consideración los aportes que brinda al presente estudio y fundamenta la importancia de ejecutar este, al identificar tensiones por la labor docente durante la pandemia, resaltado la ansiedad, lo cual permite argumentar la necesidad de conocer la presencia de esta sintomatología en la población docente de la UDES y hacer la asociación con el teletrabajo como modalidad para el desarrollo de sus actividades educativas.

Simultáneamente, en la investigación titulada Efectos del confinamiento social en jóvenes universitarios de la ciudad de Santa Marta (ansiedad), llevada a cabo por Jiménez, Trujillo, & Rodríguez (2020), se buscaba describir estos efectos en 58 estudiantes, a través de un enfoque cuantitativo con un diseño no experimental, tipo transeccional y descriptivo, haciendo uso del Inventario de Ansiedad de Beck. Una vez obtenidos los resultados se infiere que el 62.1% manifiesta ansiedad leve, el 24,1% moderada y el 13,8% ansiedad grave, siendo el género masculino el que prevalece en las cifras significativas. (Jiménez, Trujillo, & Rodríguez, 2020).

Aunque esta investigación difiere del presente en la población objeto de estudio, se encuentra relevante las cifras en cuanto a niveles de ansiedad, considerando la incidencia del

confinamiento debido a la pandemia por Covid-19, situación que en los estudios plasmados hasta ahora demuestra repercusiones psicológicas en los individuos.

Con el objetivo de analizar el estado emocional, la ansiedad y las estrategias de afrontamiento en los docentes que atienden población con Necesidades Educativas Especiales (NEE) en las escuelas inclusivas de La Guajira-Colombia, Puello & Pérez (2020) llevaron a cabo un estudio de enfoque cuantitativo, tipo descriptiva, con diseño no experimental y de corte transversal; mediante el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI), el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI) y la Prueba de GHQ-12 estado emocional, aplicados a 30 docentes, obtuvo que los principales síntomas de ansiedad son la inestabilidad, taquicardia, torpeza, temblor en las piernas y nerviosismo y la estrategia de afrontamiento más utilizada es la negación contemplada.

De lo anterior, se pudo concluir que en general, la ansiedad en los docentes en escuelas inclusivas de La Guajira se presenta con la manifestación de ciertos síntomas y asimismo con la implementación de estrategias de afrontamiento ante el estado emocional que aún puede y debe mejorar en la mayoría de ellos; cada signo, acción o sensación tiene sus implicaciones en la atención de la población con NEE y asimismo en sus procesos educativos, tomando en cuenta que la condición humana del docente se traslada al aula y genera un impacto, mucho más en estos espacios donde se espera que desde la educación especial puede darse un proceso de inclusión al Sistema Educativo si se logra integrar estudiantes, familias, escuela y comunidad. (Puello & Pérez, 2020).

Esta investigación permite evidenciar que la ansiedad en los docentes es un hecho relevante, que para el presente proyecto coincide la población objeto de estudio, demostrando así que las afectaciones psicológicas en los docentes se trasladan al ente educativo y pueden generar un impacto negativo al proceso de aprendizaje e interrelación con los educandos, sumando a esto las formas erróneas que adoptan para afrontar la problemática. Aunque difiere la correlación con la variable y el contexto de la situación actual, se consideran las orientaciones según los hallazgos para el análisis de la información de este estudio.

## **2.2. Bases teóricas**

El individuo es un ser biopsicosocial que durante todo su desarrollo se desempeña en múltiples ámbitos y áreas que le permiten cumplir con el ciclo vital y a su vez alcanzar las exigencias culturales o sociales que el mismo entorno impone; cada área de ajuste implica una serie de factores que debe enfrentar el sujeto para su aprendizaje y máximo potencial y es desde estas circunstancias que se ponen a prueba las capacidades o habilidades de afrontamiento con los cuales cuenta la persona para responder a esos estímulos externos o internos.

El área laboral es el entorno que permite el desarrollo profesional de un individuo, pero siempre estará arraigado por condiciones psicosociales que de alguna manera afectan al sujeto de manera personal y emocional, son varios los agentes que actúan e influyen positiva o negativamente en la estabilidad del ser humano y su bienestar, provenientes de las relaciones interpersonales o condiciones laborales a las cuales está expuesto. De ello, una de las implicaciones que puede experimentarse dentro del ambiente laboral es la ansiedad, como resultado de las demandas y situaciones que generan malestar al sujeto y afectan su estado psicológico.

### **2.2.1. Ansiedad**

Esta se puede definir como un trastorno en el cual el individuo experimenta una serie de emociones ante una situación que asume como peligro o amenaza y que tiene como objetivo la defensa. Es una respuesta adaptativa propia de la naturaleza humana, el enfoque diferencial ocurre cuando se manifiesta de forma repetitiva ante situaciones que son ambiguas y el individuo no logra asumir y tiene determinado comportamiento que lo lleva a emociones erráticas (Ries, Castañeda, Campos, & Del Castillo, 2012).

Lo anterior permite abordar que la ansiedad implica un enorme esfuerzo conceptual y sus manifestaciones son de tipo fisiológico, conductual y cognitivo pues convergen emociones y experiencias propias de cada ser humano; el temor sirve como una motivación para determinar ciertas conductas a partir de unas respuestas innatas realizadas por el individuo. Las emociones

tienen un papel fundamental en los procesos cognitivos del hombre dado que están presentes sin distinción alguna y tienden a incentivar una acción de defensa en el sujeto ante situaciones amenazantes.

Desde el enfoque cognitivo - conductual se precisa desde el cognitivismo que son los procesos mentales los que intervienen en el comportamiento, tales como el pensamiento, la memoria, emociones y sentimientos para el procesamiento de la información y el conductismo postula que el comportamiento de un individuo está influenciado por estímulos ambientales externos, tal como planteó su mayor exponente John Watson al aplicar el condicionamiento estímulo-respuesta al comportamiento humano.

Así, desde la perspectiva cognitivista Lazarus 1966, Beck 1976 y Meichenbaum 1977 (citado por Sierra, Ortega, & Zubeidat 2003, p. 25) plantean que los procesos cognitivos aparecen entre el reconocimiento de una señal aversiva y la respuesta de ansiedad que emite el sujeto. Desde este enfoque, el individuo percibe la situación, la evalúa y valora sus implicaciones; si el resultado de dicha evaluación es amenazante, entonces se iniciará una reacción de ansiedad modulada por otros procesos cognitivos; situaciones similares producirán reacciones de ansiedad parecidas en su grado de intensidad.

Por otra parte, Hull (1921, 1943, 1952, como se citó en Sierra, Ortega, & Zubeidat, 2003, p. 24) concibe la ansiedad como un impulso motivacional responsable de la capacidad del individuo para responder ante una estimulación determinada. La escuela conductista utiliza en el estudio de la respuesta de ansiedad los términos de miedo y temor frecuentemente. Tomando estos referentes, se considera que la ansiedad conlleva una combinación de síntomas a nivel cognitivo y conductual, manifestada en reacciones de agitación, tensión, preocupación excesiva por la anticipación de un peligro que se percibe de manera clara y amenazante para el sujeto.

Según Spielberg (1980, citado por Carrillo, s.f., p. 4) “la ansiedad es una reacción emocional desagradable producida por un estímulo externo, que es considerado por el individuo como amenazador, produciendo cambios fisiológicos y conductuales en el sujeto”. Considerándose así un estado negativo que genera en el sujeto malestar psicológico, pero a su vez físico y social.

Contrastando los conceptos por un lado de Ries, Castañeda, Campos, & Del Castillo y por el otro Spielberg, citado por Carrillo, se considera la ansiedad como una reacción ante un

evento amenazante para el sujeto y se percibe como un peligro proveniente de un estímulo externo; sin embargo, se debe tener en cuenta que más allá de estas definiciones, lo relevante es analizar el estímulo de manera objetiva, pues, es desde la percepción del sujeto y desde sus recursos psicológicos que así mismo se considera la situación como amenazante, pero la mayoría de las veces la ansiedad se verá relacionada con aspectos que en si no representan un peligro, solo que ciertas implicaciones en cuanto a las exigencias de la eventualidad u otros factores, serán vistos por el individuo como un peligro para su estabilidad o rendimiento según el tipo de requerimiento al cual está expuesto.

Por otra parte, Marks (1986, citado por Sierra, Ortega, & Zubeidat, 2003, p. 15), precisa que, aunque existe cercanía de la ansiedad con el miedo, se subraya la diferencia que mientras el miedo surge ante estímulos presentes, la ansiedad se relaciona con la anticipación de peligros futuros, indefinidos e imprevisibles. Así, la ansiedad alude a una combinación de distintas manifestaciones físicas y mentales que no son atribuibles a peligros reales, sino que se manifiestan en forma de crisis o como un estado persistente y difuso, pudiendo llegar al pánico; incluso, pueden evidenciarse otras características neuróticas como síntomas obsesivos o histéricos que no dominan el cuadro clínico.

La ansiedad puede presentarse ante cualquier situación y según la percepción del individuo suscita un peligro para sí mismo, anticipando el hecho sin bases predecibles o factibles que lleven a determinar que en efecto la circunstancia anticipada es un peligro real. Por lo cual, genera malestar físico y mental pues estos son experimentados antes del evento. Estas perturbaciones mentales son muy comunes y afectan a la población docente en algún momento de sus vidas; teniendo en cuenta las condiciones y exigencias laborales que conlleva la labor ejercida.

La ansiedad es una reacción normal al peligro, la respuesta automática de lucha o huida del cuerpo que se activa cuando se siente amenazado, bajo presión o se enfrenta a circunstancias que colocan en tensión a la persona, estas generaciones de tensión dentro del marco laboral se encuentran de manera permanente, ya sea en una junta, la presentación de un informe, una entrega, etc., esto permite que el individuo se mantenga alerta y concentrado, estimularlo a la acción y motivar a resolver problemas; el problema se centra en que el trastorno se aborda desde

unas afecciones relacionadas en lugar de un solo trastorno, los síntomas pueden variar de persona a persona (Navas & Vargas, 2012).

Es de resaltar que, aunque este autor enfatiza la ansiedad como reacción normal al peligro, también aborda aspectos amenazantes como aquellas circunstancias generadoras de tensión en el sujeto y enmarca dentro del ámbito laboral factores los cuales al presente estudio son relevantes, pues es desde esta área que se consideran algunas condiciones que por su presencia pueden precipitar o causar síntomas de ansiedad. Distintamente Marks establece una diferencia entre el miedo y la ansiedad, aunque tienen aspectos similares, el uno surge por un estímulo presente pero la ansiedad ante la anticipación de peligros que en si son indefinidos, pues es la subjetividad del sujeto la que considera como peligro un evento que aún no sucede y ocasiona reacciones físicas, cognitivas y emocionales negativas para enfrentar dicho suceso.

Considerando la ansiedad como una repercusión normal, a la cual se expone el sujeto por las distintas demandas del entorno, se evidencia que desde esta perspectiva y según el abordaje que haga el individuo, no genera malestar negativo alguno en su desempeño; sin embargo, aludiendo a que cada persona es un ente único y diferente en cuanto a personalidad, aspectos sociales u otros, así mismo será determinada la ansiedad como afección psicológica para su desarrollo y funcionamiento.

Ahora bien, se precisa la ansiedad como problema cuando se evidencia la existencia de preocupación excesiva sobre una amplia gama de acontecimientos o actividades (como el rendimiento laboral o escolar) que se prolongan más de seis meses; de igual forma la presencia de tres o más síntomas como inquietud o impaciencia, fatigabilidad fácil, dificultad para concentrarse, irritabilidad, tensión muscular y alteraciones del sueño. (American Psychiatric Association 2000, citado por Domínguez, Villegas, & Padilla, 2013, p. 16).

Se determina así que, según los criterios anteriores, la ansiedad implica un factor clínico que debe ser evidenciado, comprobado y referenciado para abordar la afectación desde el campo en salud que mejor compete para su tratamiento, y aun cuando se presente bajo demandas laborales, será esencial analizar el nivel de malestar que genera en el individuo y que puede afectar todas sus áreas de ajuste.

Respecto a factores precipitantes, agravantes o causales de la ansiedad, se consideran los factores psicosociales como incidentes importantes en muchos de los trastornos de esta afección. Puesto que, algunos problemas de relaciones interpersonales, académicos y laborales, amenazas de pérdidas, necesidades sociales y económicas apremiantes, cambios en el sistema de vida, entre otros, se asocian en la aparición de los trastornos de adaptación de tipo ansioso y de la ansiedad generalizada. (Reyes, s.f., p. 29).

Tomando los referentes mencionados, se fija posición con la definición de Spielberg (1980, citado por Carrillo, s.f., p. 4), puesto que propone un concepto claro y preciso, se puede considerar que la ansiedad siempre será útil para hacer frente a situaciones que pueden ser una amenaza; sin embargo, siempre y cuando se atiende al tipo de estímulo, las condiciones del contexto inmediato en el cual se evidencia el factor causante de ciertas reacciones fisiológicas, cognitivas y emocionales, su frecuencia e intensidad y como inciden en el sujeto, su desempeño, cotidianidad y funcionamiento en todas sus áreas de ajuste, se plantea esta como un trastorno o agente negativo, desencadenando síntomas los cuales si no son abordados de manera temprana conlleva a una afectación mayor que puede conducir al tratamiento clínico.

#### **2.2.1.1. Ansiedad estado**

Según Spielberger (1972, como cita Ries, Castañeda, Campos, & Del Castillo, 2012, p. 9) “la ansiedad-estado es un "estado emocional" inmediato, modificable en el tiempo, caracterizado por una combinación única de sentimientos de tensión, aprensión y nerviosismo, pensamientos molestos y preocupaciones, junto a cambios fisiológicos”. Se considera entonces que la ansiedad-estado es el momento presente en que el individuo se encuentra perturbado por diferentes sentimientos o pensamientos, causándole diferentes síntomas no solo mentales sino además físicos.

Similarmente, Buela, Guillén, & Seisdedos (2015) la definen como un “estado o condición emocional transitoria del organismo humano, que se caracteriza por sentimientos subjetivos conscientemente percibidos, de tensión y aprensión, así como por una hiperactividad del sistema nervioso autónomo. Puede variar con el tiempo y fluctuar en intensidad” (p. 10).

Estas definiciones, dan cuenta y permiten precisar que la ansiedad-estado refleja la condición actual del sujeto, en el aquí y el ahora, evidenciando unas reacciones subjetivas y que su duración no se estima ampliamente, sino como algo pasajero, aunque este factor al igual que la intensidad de los síntomas pueden variar.

Tal como lo precisan Ries, Castañeda, Campos, & Del Castillo (2012), el abordaje de la ansiedad como estado responde a una definición más contemporánea en el que se considera un estado mental caracterizado por una intensa sensación de tensión y preocupación, en relación con algo adverso que podría suceder en el futuro. La ansiedad puede ser una respuesta adaptativa que impulse conductas de afrontamiento ante posibles peligros, pero si es excesiva y desmotivada, puede volverse disfuncional, allanando el camino para desarrollar trastornos de ansiedad. Dentro de la clasificación que se reconoce del tipo de ansiedad, esta desde el estado responde a una reacción temporal a eventos adversos, resultando modificable a largo plazo y se manifiesta en problemas fisiológicos, en el cual se revisan pensamientos de tipo molestos y se reconocen diferentes comportamientos que demuestran un cambio en la postura del individuo.

Autores como Ayuso, Colomer, & Herrera (2016), reconocen que al ser un estado transitorio los niveles de puntuaciones de ansiedad del estado deben ser bajas en situaciones no estresantes o en situaciones en las que un peligro existente no se percibe como amenazante. Por ende, tanto los niveles altos como bajos de ansiedad por estado pueden interferir con el rendimiento, se considera que la relación entre la ansiedad por estado y el rendimiento mostraría una relación invertida.

De acuerdo a lo planteado se fija posición con Spielberger (1972, citado por Ries, Castañeda, Campos, & Del Castillo 2012, p. 9), teniendo en cuenta que según este autor la ansiedad estado describe al sujeto en su momento presente, da surgimiento a reacciones molestas tanto a nivel cognitivo como físico y sobre todo emocional; sin embargo, se resalta el factor de modificación que puede ser corto y no repercutir mayormente en la estabilidad del individuo. Aunque no se desestima que esto dependerá de la atención prestada a estos síntomas y los recursos psicológicos del sujeto para hacer frente.

### **2.2.1.2. Ansiedad rasgo**

Según Spielberger (1972, citado por Ries, Castañeda, Campos, & Del Castillo, 2012, p. 9) la ansiedad-rasgo se refiere a las diferencias individuales de ansiedad relativamente estables, siendo éstas una disposición, tendencia o rasgo. Esta no se manifiesta directamente en la conducta y debe ser inferida por la frecuencia con la que un individuo experimenta aumentos en su estado de ansiedad.

Es decir, el rasgo de ansiedad se refiere a la tendencia estable a prestar atención, experimentar e informar emociones negativas como miedos, preocupaciones y ansiedad en muchas situaciones. Esto es parte de la dimensión de personalidad del neuroticismo versus la estabilidad emocional. La ansiedad rasgo se caracteriza por una percepción estable de los estímulos ambientales (eventos, declaraciones de otros) como amenazantes. Las personas ansiosas por los rasgos a menudo experimentan y expresan también ansiedad estatal, en situaciones en las que la mayoría de las personas no experimentan tales respuestas. (Schmidt & Shoji, 2018).

Es así que Romero, Ansorena, & Cobo (1983), reconocen que la ansiedad por estado y rasgo se refiere a los rasgos de personalidad de un individuo. La ansiedad de rasgo se refiere a una característica duradera que puede usarse para explicar las consistencias de comportamiento del sujeto y determina la probabilidad de que éste experimente ansiedad en situaciones estresantes. Por ejemplo, algunas personas dedican un tiempo considerable a una acción o comportamiento en particular, como por ejemplo comprobar continuamente si la puerta está cerrada. También se ha sugerido que las personas pueden clasificarse generalmente en dos grupos; sensibilizadores y represores. Los sensibilizadores tienden a insistir en las posibles consecuencias de una amenaza y, por lo tanto, experimentan más ansiedad, mientras que los represores evitan pensar en las consecuencias y pueden experimentar menos ansiedad y estrés en ese momento en particular. Ninguna de las respuestas se considera adaptativa, una solución recomendada, según la perspectiva cognitiva, es reconocer que uno tiene un problema y pensar en una forma de manejarlo.

Teniendo en cuenta las definiciones abordadas anteriormente, se precisa su coincidencia en cuanto a la durabilidad y estabilidad de la ansiedad rasgo, como una parte del individuo que lo identifica y explica su comportamiento. Por tal razón se toma posición con la definición de Spielberger (1972, citado por Ries, Castañeda, Campos, & Del Castillo, 2012, p. 9), pues en concordancia con lo postulado se considera la ansiedad rasgo como un sello distintivo de cada sujeto, pues será determinante de aspectos conductuales del mismo ante eventualidades que se presenten en su cotidianidad, evidenciando sus reacciones y formas de afrontar estas.

### **2.2.2. Teletrabajo**

El teletrabajo es una práctica laboral que implica el trabajo a distancia durante al menos una parte del tiempo. Los arreglos comunes incluyen el trabajo realizado en casa o en el campo, por teletrabajadores en una variedad de ocupaciones. Como tal, el teletrabajo es una de las desviaciones más radicales de las condiciones laborales estándar en el conjunto de prácticas laborales flexibles que ahora están ganando una amplia aceptación (Reyes, 2014).

Se concibe así, el teletrabajo o trabajo en casa como ese espacio físico diferente o a una distancia específica de las oficinas u organización, en el que se va a interactuar por medio de diferentes tecnologías, cumpliendo un mismo fin específico que se requiere dentro de cualquier empresa. Reyes (2014), considera que el teletrabajo como una forma flexible de trabajar, ha suscitado un gran debate debido a sus complejas implicaciones en las organizaciones de personas y en la sociedad para poder trabajar en cualquier lugar y en cualquier momento.

Lajarín (2015), describe el teletrabajo como un trabajo mediante el uso de tecnologías de la información y la comunicación para facilitar que los empleados y sus gerentes accedan a su trabajo desde ubicaciones distantes. Si bien ha habido un aumento sustancial de teletrabajadores a partir de la década de 1990, la dispersión del teletrabajo no se ha desarrollado como se esperaba. Esto es inesperado ya que los últimos avances en TIC han disminuido considerablemente los gastos de gestión y coordinación que están relacionados con la dispersión geográfica de la posición de la fuerza laboral. Varios expertos afirman que la adopción del teletrabajo está dirigida por otros factores y que no son necesariamente tecnológicos.

El concepto de teletrabajo surge inicialmente en los años 70 con la crisis del petróleo, con el objetivo de ahorrar energía; considerándose como trabajo a distancia mediante el uso de telecomunicaciones. Sin embargo, con la evolución de las tecnologías y servicios asociados a ellas, actualmente las telecomunicaciones presentan cada vez menor costo y mayor capacidad de uso. Por ende, las nuevas modalidades de realización del trabajo son perfectamente apropiadas a las nuevas necesidades de las organizaciones y permiten que la empresa esté atenta a su mercado y reaccione con mayor rapidez. Se precisa así, que el teletrabajo abarca todas las actividades que pueden ser llevadas a cabo remotamente fuera del lugar de trabajo habitual y que precisan para ello del uso intensivo de las TIC (Galluser, 2005).

Según La Organización Internacional del Trabajo (OIT) (citada por Di Martino, 2004), el teletrabajo es una modalidad laboral que se realiza en una ubicación diferente a la oficina principal o de las instalaciones de la organización, generando un distanciamiento entre los trabajadores, impidiendo las relaciones interpersonales, pero que a través de las tecnologías se facilita la comunicación. Este concepto, a simple vista, deja ver la sencillez de esta modalidad laboral; sin embargo, más allá de la significancia del mismo, queda para el análisis sus implicaciones, puesto que, tanto el trabajo presencial como a distancia conlleva múltiples factores sociales, psicológicos e incluso legales que deben considerarse antes de tomarlo como una opción para el desarrollo de las funciones laborales.

Estos autores similarmente conciben el teletrabajo como una forma de trabajo a distancia, en la cual el empleado no tiene que estar presente en la estructura física de la organización, sino que puede cumplir sus funciones adecuadamente a través de las tecnologías de la comunicación. Sin embargo, inversamente, Reyes (2014) señala que esta modalidad ha generado un gran debate por las implicaciones que conlleva y es que, se puede considerar que el teletrabajo no es solo cumplir de manera remota con las funciones asignadas laboralmente; pues, los factores organizacionales como relaciones entre compañeros, asignación del horario laboral, las exigencias de la misma organización e incluso aspectos del entorno como las herramientas tecnológicas y un sin número de aspectos, son determinantes para la ejecución óptima del teletrabajo.

Por otra parte, como autoras inmersas en el contexto laboral, y sin tomar partida de esto, no es menos cierto que la mayoría de las organizaciones implementan esta modalidad laboral por factores económicos, pues es evidente el ahorro que implica el teletrabajo para los colaboradores, pero mayormente para las empresas. Aunque explícitamente se quiera destacar el aprovechamiento de las TIC y la evolución de los sectores al hacer uso de estas para el desarrollo de las funciones y potencialidades de cada sujeto, lo cual es valioso y no se desmerita el gran aporte individual y colectivo que se ha logrado, pero es relevante indagar esos aspectos psicológicos que también subyacen ante la modalidad laboral implementada y que así como puede ser benéfico también puede ser perjudicial para el empleado, su familia y la empresa misma.

En la actualidad, la implementación del teletrabajo ha marcado un giro trascendental en las organizaciones y para cada individuo, pues en aras de dar solución inmediata a la contingencia por la pandemia derivada del Covid-19 se acudió a esta modalidad para continuar el normal desarrollo y funcionamiento de la economía.

A raíz de la emergencia sanitaria, se vio este esquema como una forma favorable de ahorro en costos y optimización de tiempo, los entes gubernamentales motivaron a las empresas a laborar bajo esta modalidad con el fin de cuidar a sus colaboradores, previniendo contagios y riesgos a nivel físico y emocional; sin embargo, también se consideran algunas desventajas al trabajar en casa como el hecho de no tener las condiciones laborales adecuadas en términos de inmobiliario, luz, ergonomía; una baja comunicación en la familia que puede desencadenar en conflictos familiares; se integran en uno solo los sistemas laboral, familiar y social; pueden ir desapareciendo los liderazgos y jerarquías muy marcadas ya que la comunicación se torna más horizontal y en un sentido de coordinación y delegación de tareas, entre otros. (Santillán, 2020).

Es importante retomar lo anterior, para resaltar que, si bien el teletrabajo ha sido un recurso favorable para la sociedad en reacción a la emergencia sanitaria que vive el país, continuando así con el desarrollo económico, también es cierto que esta modalidad presenta factores adversos que afectan directamente al individuo y consecuentemente a la empresa, pues como hemos visto algunas desventajas sin enumerar una larga lista que se ha podido evidenciar en algunas investigaciones, ello repercute en la estabilidad física y emocional del sujeto.

### **2.2.2.1. Entorno Laboral**

Un entorno laboral saludable implica condiciones que van dirigidas a lograr el bienestar de los trabajadores, pero no solo en lo que refiere al espacio físico, sino también a las buenas relaciones personales, adecuada organización, salud emocional y que se promueva el bienestar familiar y social de los trabajadores a través de la protección de riesgos, donde se estimule su autoestima y el control de su propia salud y del ambiente laboral. (Casas, 2006, citado por Urrego, 2016). Un entorno de trabajo saludable es bueno para la organización en general, pues mejora la productividad y reduce los costos relacionados con el ausentismo, la rotación, la compensación de trabajadores y las reclamaciones médicas. Cada empresa tiene su propia cultura corporativa que determina su valor y, por lo general, crea un estándar que los empleados generalmente siguen.

Cuando se ha creado una cultura de lugar de trabajo positiva que está siendo practicada tanto por los empleados como por sus directivos, el ambiente tiende a ser más saludable. Por lo tanto, el entorno psicosocial incluye todos estos factores organizacionales referentes a su cultura, clima, actitudes, creencias, valores corporativos y prácticas que se demuestran como cotidianas en la empresa, y que afectan el bienestar físico y mental de los empleados. (Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones [MinTIC], 2019).

Similarmente, Vargas & Pinilla (s.f.), consideran que lo único importante no son las condiciones físicas del trabajo, pues las condiciones sociales y psicológicas también forman parte del ambiente laboral y son fundamentales de abordar. Por ello, las organizaciones deben contar con personas motivadas y comprometidas con sus labores, para alcanzar calidad y productividad.

Contrastando las definiciones de esos autores, se puede precisar que todos coinciden en que el entorno laboral no solo es el contexto físico, sino que los agentes sociales, psicológicos y emocionales siempre están presentes en el ambiente de trabajo y de alguna manera inciden en el bienestar mental del trabajador. Así, a juicio de las investigadoras, aludiendo a esos factores psicosociales, es pertinente señalar que los colaboradores se preocupan por la empresa para la que trabajan si saben que los están cuidando, que son el mejor activo y eje fundamental de toda

organización, y esforzarse en el bienestar de los mismos puede fomentar mayor productividad y estabilidad tanto para el individuo como para la empresa.

Por lo anterior, para este estudio se fija posición con Casas (2006, citado por Urrego, 2016), al proponer una definición precisa y que se permite asociar al contexto de la población del presente proyecto.

### **2.3. Marco legal**

La organización internacional del trabajo (OIT) como organismo especializado en materia laboral reconoce principios para la defensa de los derechos laborales a nivel global, que tienen carácter de tratado internacional donde los países se suscriben y forma parte de la legislación nacional respectiva. Este convenio es adoptado por Colombia a través del artículo 93 de la Constitución Política, así mismo ha sido desarrollado dentro del marco jurisprudencial por medio de la sentencia T-678 de 2001 en el que se realiza un análisis de la protección del trabajo, cobrando gran relevancia la seguridad laboral (Corte Constitucional de Colombia, 2001).

Lo anterior permite reconocer el carácter internacional de la seguridad en el trabajo, y se enmarca como elemento integrador del derecho a la salud tal como lo ha reconocido la Corte Constitucional en su sentencia C-177/98, que marcó una línea jurisprudencial reconocida por la Sentencia C-796 del 2014 en el que se identifica como variable aportante el desarrollo del criterio de salud mental.

El código sustantivo del trabajo en su art. 3° “regula las relaciones de derecho individual del trabajo de carácter particular y las de carácter colectivo, oficiales y particulares”. Las relaciones individuales de trabajo de carácter oficial se rigen por disposiciones y estatutos especiales, lo mismo que las relaciones legales y reglamentarias propias del empleado (art. 4°). Del mismo modo plantea que el trabajo es toda actividad humana libre, ya sea material o intelectual, de manera permanente o transitoria, que una persona natural ejecuta conscientemente al servicio de otra, y cualquiera que sea su finalidad, siempre que se efectúe en ejecución de un contrato de trabajo – art. 5° (Código Sustantivo del Trabajo, 2020).

Dentro de la ley 1562 del 2012 en su artículo 1 se reconoce el mejoramiento de las condiciones de trabajo, en este se expresan el conjunto de principios y normas consagradas para la protección de los trabajadores en su integridad personal y familiar, se encuentran diseminadas en la ley laboral, en convenciones y fallos arbitrales. Buscan preservar al trabajador, con el fin de que se mantenga saludable y prevenga accidentes y enfermedades de acuerdo con la naturaleza de la labor que desarrolle. (Ley 1562 de 2012).

Por último, el artículo segundo de la Ley 1221 de 2008 dispone: Teletrabajo. Es una forma de organización laboral, que consiste en el desempeño de actividades remuneradas o prestación de servicios a terceros utilizando como soporte las tecnologías de la información y la comunicación – TIC para el contacto entre el trabajador y la empresa, sin requerirse la presencia física del trabajador en un sitio específico de trabajo. (Ley 1221 de 2008).

El objeto de esta normatividad es promover y regular el Teletrabajo como un instrumento de generación de empleo y autoempleo mediante la utilización de tecnologías de la información y las telecomunicaciones (TIC), lo cual permite la flexibilidad del colaborador para ejercer y cumplir los objetivos de modo particular y desde su disposición.

Sumado a esto, considerando el trabajo en casa como una alternativa viable y enmarcada en el ordenamiento legal, para el desarrollo de las actividades laborales en el marco de la actual emergencia sanitaria, la oficina jurídica del Ministerio de Trabajo mediante comunicación con radicado 08SE20207417001000008676 expone que, “por tratarse de una situación ocasional, temporal y excepcional, es posible que el empleador autorice el trabajo en casa, modalidad ocasional de trabajo que no exige el lleno de requisitos necesarios para optar por el teletrabajo”. (Caro, 2020).

De lo anterior, agregando a la coyuntura que enfrenta el país actualmente, el Congreso de Colombia expide la Ley 2088 de 2021 por la cual se regula el trabajo en casa y se dictan otras disposiciones. Así, es de resaltar la definición que establece en su artículo 2, la cual expone:

Definición de Trabajo en Casa. Se entiende como trabajo en casa la habilitación al servidor público o trabajador del sector privado para desempeñar transitoriamente sus funciones o actividades laborales por fuera del sitio donde habitualmente las realiza, sin modificar la naturaleza del contrato o relación laboral, o legal y reglamentaria respectiva, ni tampoco desmejorar las condiciones del contrato laboral, cuando se presenten circunstancias ocasionales, excepcionales o especiales que impidan que el trabajador pueda realizar sus

funciones en su lugar de trabajo, privilegiando el uso de las tecnologías de la información y las comunicaciones. (Ley 2088 de 2021).

Es pertinente abordar la mencionada Ley, en el marco que nos compete y se desarrolla con este estudio, pues decreta disposiciones de carácter prioritario ante la modalidad de trabajo que ejerce la mayoría de la población colombiana en distintos sectores económicos (comercial, educativo, etc.) actualmente, como son las garantías laborales, término y otros aspectos importantes a tener en cuenta.

## **2.4. Marco contextual**

El presente estudio hace un abordaje en la población docente de la Universidad de Santander (UDES) sede Valledupar. Esta, se encuentra ubicada en el centro de la ciudad en una distribución de tres sedes en un rango de cuatro cuadras a la redonda, en la dirección carrera 6 #14-27 barrio cañahuate Valledupar, Cesar.

La UDES es una institución de carácter privado sin ánimo de lucro con 38 años de existencia, bajo la aprobación del Ministerio de Educación Nacional (Resolución No. 6216 del 22 de diciembre del 2005) y con Personería Jurídica 810 de 1996; organizada según sus propios estatutos de acuerdo con las disposiciones de la Ley 30 de 1992 (Universidad de Santander [UDES], s.f.).

## **Capítulo 3. Marco metodológico**

### **3.1. Enfoque de la investigación**

Este proyecto está inmerso dentro de los estudios cuantitativos en razón de que se ha propuesto la medición de las variables contenidas (ansiedad y teletrabajo), con el fin de posteriormente aplicar tratamientos estadísticos. Al respecto, Hernández, Fernández & Baptista (2014), señalan que, en este enfoque de investigación, “la recolección de los datos se fundamenta en la medición (se miden las variables)” (p. 5).

A su vez, estos autores sostienen que esta recolección se lleva a cabo al utilizar procedimientos estandarizados y aceptados por una comunidad científica. Asimismo, afirman que una investigación será creíble y aceptada por otros investigadores, si se demuestra que se siguieron tales procedimientos. Como en este enfoque se pretende medir, los fenómenos estudiados deben poder observarse o referirse al “mundo real”. De este modo, debido a que los datos son producto de mediciones, se representan mediante números (cantidades) y se deben analizar con métodos estadísticos.

### **3.2. Diseño no experimental**

En la actual investigación se utiliza un diseño no experimental porque no se pretende manipular, ni emplear situaciones para poner a prueba las variables; simplemente se busca recolectar información en su contexto natural. En este sentido Palella & Martins (2012), afirman que en este tipo de diseño no se manipulan deliberadamente las variables, es decir se estudian los fenómenos tal como se desarrollan en su contexto natural describiendo o analizando las variables, pero sin provocar por el investigador cambio alguno. Las variables ya han ocurrido y no pueden ser manipuladas, lo que impide influir sobre ellas para modificarlas (p. 87).

#### **3.2.1 Corte transversal**

En este estudio se emplea el corte transversal porque la recolección de los datos necesarios para llevar a cabo la investigación se realizará en un único momento sin tener en cuenta su evolución, como lo expresan Palella & Martins (2012), su finalidad es la de describir las variables y analizar su incidencia e interacción en un momento dado. Por tanto, el cuestionario de ansiedad estado – rasgo STAI y la ficha sociodemográfica y laboral serán aplicados a la población en un único momento.

### **3.3. Tipo de investigación**

Esta investigación se enmarca dentro de los parámetros de una investigación correlacional, la cual pretende determinar la relación entre los niveles de las variables ansiedad y teletrabajo y por intermedio de un coeficiente de correlación se calculará como el estado de la una afecta el de la otra, sin entrar a determinar una posible causalidad entre éstas.

Al respecto Tamayo & Tamayo (2004), sostienen que en este tipo de investigación: se persigue fundamentalmente determinar el grado en el cual las variaciones en uno o varios factores son concomitantes con la variación en otro u otros factores. La existencia y fuerza de esta covariación normalmente se determina estadísticamente por medio de coeficientes de correlación. Es conveniente tener en cuenta que esta covariación no significa que entre los valores existan relaciones de causalidad, pues éstas se determinan por otros criterios que, además de la covariación, hay que tener en cuenta. (p. 50).

### **3.4. Población, muestra y muestreo**

#### **3.4.1. Población**

La población objeto de estudio para esta investigación está conformada en su totalidad por N= 156 docentes de la Universidad del Santander UDES. Importante tener en cuenta como lo propone Arias (2012), “que este apartado hace referencia al conjunto finito o infinito de elementos con características comunes para los cuales serán extensivas las conclusiones de la investigación, la cual queda delimitada por el problema y por los objetivos del estudio” (p. 81). Así, en esta oportunidad se contaría con una población finita dado que se conoce la cantidad exacta de unidades que la integran.

#### **3.4.2. Muestra**

De otro lado, la muestra como lo propone Bernal (2010), es “la parte de la población que se selecciona, de la cual realmente se obtiene la información para el desarrollo del estudio y

sobre la cual se efectuarán la medición y la observación de las variables objeto de estudio” (p. 161). Por el enfoque del estudio, cuantitativo, se debe trabajar con una muestra probabilística para poder generalizar los resultados a la población y teniendo en cuenta la cantidad de sujetos y las características de esta se consideró más pertinente una muestra aleatoria simple, la cual se calculó por intermedio de la siguiente fórmula y los parámetros especificados a continuación:

Tabla 1. Parámetros de la muestra

Parámetros	Simbolización	Valores permitidos	Valores utilizados	Valores finales con decimales
<b>Población</b>	N	156	156	156
<b>Error máximo aceptado</b>	e	10 a 1%	5%	0.05
<b>Nivel de significancia</b>	$\alpha$	90%-95% 99%	- 95%	95%
<b>Valor de Z dependiendo del nivel de significancia</b>	z	sí a = 90% z = 1,65; sí a = 95% z = 1,96; si a = 99% z = 2,58	1,96	1,96
<b>Constante</b>	1	1	1	1
<b>Constante</b>	4	4	4	4
<b>Muestra</b>	n	111		

Fuente: Elaboración propia, (2020)

$$n = \frac{N}{1 + \frac{4(e)^2(N-1)}{Z^2 \alpha^2}}$$

$$n = \frac{156}{1 + \frac{4(0.05)^2(156-1)}{1,96^2}}$$

$$n = \frac{156}{1 + \frac{4 (0.0025) (155)}{3,8416}}$$

$$n = \frac{156}{1 + \frac{(0.01) (155)}{3,8416}}$$

$$n = \frac{156}{1 + \frac{1,55}{3,8416}}$$

$$n = \frac{156}{1 + 0,4034}$$

$$n = \frac{156}{1,4034}$$

$$n = 111$$

### 3.4.3. Muestreo aleatorio simple

Según Palella & Martins (2012), consiste en seleccionar, de acuerdo con un procedimiento simple, los componentes que conformaran la muestra. Para ejecutarlo, se asigna un número a cada uno de los componentes de la población, luego se depositan los papeles con los números en un recipiente, se mezclan y se extrae un número de papeles al tamaño muestral establecido (p. 111).

Método que se utilizará en la presente investigación, donde los individuos se elegirán al azar, en el cual dentro de una bolsa se asignaran papelitos con el total de la población y se sacaran los 111 papeles correspondientes a la muestra, que son las personas objetos del presente estudio.

### 3.5. Técnica e instrumentos de recolección de datos

Para la recolección de información en la presente investigación se utiliza la técnica de la encuesta, al respecto Palella & Martins (2012) señalan que “está destinada a obtener datos de varias personas cuyas opiniones interesan al investigador” (p. 123). Por ello, para la medición de los niveles de ansiedad se hará uso del cuestionario de ansiedad estado-rasgo STAI y la ficha sociodemográfica y laboral para indagar aspectos sociodemográficos y condiciones laborales bajo la modalidad de teletrabajo.

#### 3.5.1. Cuestionario de ansiedad estado-rasgo STAI

El Cuestionario de ansiedad Estado – Rasgo STAI (State Trait Anxiety Inventory), es un autorreporte que mide la ansiedad en dos escalas, como A/E (estado) la cual se considera una condición emocional transitoria del organismo humano y la A/R (rasgo) como una propensión ansiosa relativamente estable (Buela, Guillén, & Seisdedos, 2015). Su construcción original fue ejecutada por Spielberger, Gousuch y Lushene, 1968. Para este estudio se utiliza la adaptación española por Buela, Guillén, & Seisdedos 1982, 2011, la cual consta de 20 ítems para evaluar ansiedad Estado y 20 ítems para ansiedad rasgo, sumando en total 40 ítems.

#### Ficha técnica Cuestionario de ansiedad Estado – Rasgo STAI

- 1. Nombre del instrumento:** Cuestionario de ansiedad Estado – Rasgo STAI (State Trait Anxiety Inventory).
- 2. Autor(es):** Spielberger, Gousuch y Lushene.
- 3. Año:** 1968
- 4. Adaptación española:** Gualberto Buela-Casal, Alejandro Guillén-Riquelme y Nicolás Seisdedos Cubero, 1982, 2011. Sección de estudios de TEA Ediciones.
- 5. Constructo evaluado:** Ansiedad
- 6. Dimensiones:** Ansiedad Estado – Ansiedad Rasgo
- 7. Número de ítems:** 40

**8. Opciones de respuesta:**

Ansiedad estado	Ansiedad rasgo:
Nada = 0	Casi Nunca = 0
Algo = 1	A Veces = 1
Bastante = 2	A Menudo = 2
Mucho = 3	Casi Siempre = 3

**9. Administración:** Cuestionario autorreporte.

**10. Duración:** Entre 10 y 15 minutos.

**11. Aplicación (población que evalúa):** Adolescentes y adultos.

**12. Procedencia de los baremos (país):** España

**3.5.1.1. Validez y confiabilidad del instrumento**

El coeficiente alfa de los estudios originales oscila entre 0.83 y 0.92. En la adaptación española los índices KR20 para Ansiedad Estado oscilan entre 0.90 y 0.93 y en Ansiedad Rasgo entre 0.84 y 0.87, los elementos del STAI son suficientemente discriminadores y diferenciadores, poseen una buena consistencia interna. La fiabilidad test-retest 0.73-0.86 se obtuvo en un subgrupo de sujetos normales con diferentes intervalos.

Respecto a la validez, muestra correlaciones con otras medidas de ansiedad, como la Escala de Ansiedad Manifiesta de Taylor y la Escala de Ansiedad de Catell (0.73-0.85). Presenta un cierto solapamiento entre los constructos de ansiedad y depresión, ya que la correlación con el Inventario de Depresión de Beck es de 0.60.

**3.5.1.2. Calificación**

Se administra de forma individual y colectiva, el tiempo de aplicación es de 15 minutos y el sujeto debe responder a los ítems teniendo en cuenta para la dimensión A/E que Nada = 0, Algo = 1, Bastante = 2, Mucho = 3 y para la dimensión A/R donde Casi Nunca = 0, A Veces = 1, A Menudo = 2, Casi Siempre = 3. Las puntuaciones de las dos escalas del STAI pueden variar desde 0 hasta 60 puntos. En la elaboración del STAI se han intercalado los ítems directos e

inversos para evitar el efecto de aquiescencia. Para los puntajes invertidos A/E: 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20 y A/R: 21, 26, 27, 30, 33, 36, 39.

Para respuesta con puntuación 0 se cambia por el 3

Para respuesta con puntuación 1 se cambia por el 2

Para respuesta con puntuación 2 se cambia por el 1

Para respuesta con puntuación 3 se cambia por el 0

La corrección se efectúa con plantilla, contando los puntos de los ítems de ansiedad positivos y los negativos y trasladando el valor resultante a la fórmula destinada para ello:

$$A/E = 30 + \text{---} - \text{---} = \quad A/R = 21 + \text{---} - \text{---} =$$

También se puede realizar la corrección directamente. Para obtener la puntuación positiva y negativa de ansiedad de cada escala se han de sumar las respuestas a los ítems siguientes:

*Tabla 2. Corrección calificación del STAI*

Puntuación positiva		Puntuación negativa	
A/E (+)	A/R (+)	A/E (-)	A/R (-)
3	22	1	21
4	23	2	26
6	24	5	27
7	25	8	30
9	28	10	33
12	29	11	36
13	31	15	39
14	32	16	
17	34	19	
18	35	20	
	37		
	38		
	40		

*Fuente: Elaboración propia, (2020)*

### 3.5.1.3. Baremación

El Cuestionario de ansiedad Estado – Rasgo STAI posee unos baremos en la adaptación española realizada por Buela, Guillén, & Seisdedos, en la cual se han empleado percentiles y decatipos. Los decatipos son una escala típica de media 5.5 y desviación =2. Los índices KR20 para Ansiedad Estado oscilan entre 0.90 y 0.93 y en Ansiedad Rasgo entre 0.84 y 0.87. (ver anexos).

Para su interpretación se dan las siguientes categorías:

Tabla. 3. Puntajes para interpretación del STAI

CATEGORÌAS DEL STAI				
ADULTOS	VARONES		MUJERES	
CATEGORÌAS	A/E	A/R	A/E	A/R
Alto	29	26	32	33
	60	60	60	60
Sobre promedio	20	20	23	26
	28	25	31	32
Promedio	19	19	20	24
			22	25
Tend. Promedio	14	14	15	17
	18	18	19	23
Bajo	0	13	0	13
	0	13	0	14
	0	13	0	16

ADOLESCENTES	VARONES		MUJERES	
CATEGORÌAS	A/E	A/R	A/E	A/R
Alto	32	27	33	33
	60	60	60	60
Sobre promedio	22	21	23	26
	31	26	32	32
Promedio	20	20	21	22
	21		22	25
Tend. Promedio	13	15	16	17
	19	19	20	21
Bajo	0	12	0	14
	0	12	0	15
	0	12	0	16

Fuente: Elaboración propia, (2020) basada en manual cuestionario STAI.

### 3.5.2. Ficha sociodemográfica y laboral

La ficha sociodemográfica y laboral fue elaborada por las autoras del presente estudio, la cual permite recolectar información de los aspectos sociodemográficos y de las condiciones laborales bajo la modalidad de teletrabajo del sujeto; con el fin de puntualizar dichas condiciones en las cuales se encuentran trabajando los individuos.

1. **Autor(es):** Calderón Rada, Keenys Jirey; Vega Ferreira, Johana Carolina.
2. **Año:** 2020
3. **Dimensiones:** sociodemográfica y condiciones laborales
4. **Número de ítems:** 25
5. **Administración:** autorreporte.
6. **Duración:** Entre 10 y 15 minutos.

### 3.6. Hipótesis

Según Williams (2003), “las hipótesis indican lo que tratamos de probar y se definen como explicaciones tentativas del fenómeno investigado. Se derivan de la teoría existente” (p.92). Se pueden considerar como las guías para un estudio. Respecto a las hipótesis correlacionales, que a este estudio corresponde, estas especifican las relaciones entre dos o más variables (Hernández, Fernández, & Baptista, 2010, p. 97).

#### 3.6.1 Hipótesis de investigación

**Hi:** los niveles de ansiedad en los docentes se correlacionan con el teletrabajo en tiempos de pandemia.

**Ho:** los niveles de ansiedad en los docentes no se correlacionan con el teletrabajo en tiempos de pandemia.

### 3.7. Técnica de análisis de datos

Para el presente estudio se realizará un análisis de datos estadístico descriptivo, donde se tomará en cuenta los resultados del cuestionario STAI y la ficha sociodemográfica y laboral, específicamente de esta última los aspectos de las condiciones laborales bajo la modalidad de teletrabajo, mediante el procedimiento de correlación. Este tipo de análisis consiste en el proceso de utilización de herramientas estadísticas con el propósito de investigar conjuntos de datos para comprender sus características más relevantes. (Hernández, Fernández, & Baptista, 2010).

De igual manera, la estadística inferencial para probar hipótesis y estimar parámetros; es decir, generalizar los resultados obtenidos en la muestra a la población, la media o la desviación estándar de la distribución. (Hernández, Fernández, & Baptista, 2010).

Para el análisis de la correlación, una vez se ejecute lo mencionado anteriormente a través del SPSS, se determinará la aplicabilidad de una prueba paramétrica o no paramétrica; al respecto Hernández, Fernández, & Baptista (2010), señalan que en “las pruebas estadísticas paramétricas las variables están medidas en un nivel por intervalos o razón, mientras que las no paramétricas se utilizan con variables nominales u ordinales” (p. 336-337).

De lo anterior, para la interpretación de dichas correlaciones y la comprobación de hipótesis se tomarán los baremos o coeficientes de correlación de Pearson reflejados en la tabla 6, planteados por Hernández, Fernández, & Baptista (2010, p. 312).

*Tabla 4. Correlación de las variables ansiedad y teletrabajo*

<b>Coefficiente de Correlación de Pearson</b>	
<b>Coefficiente</b>	<b>Interpretación</b>
-1.00 =	Correlación negativa perfecta.
-0.90 =	Correlación negativa muy fuerte.
-0.75 =	Correlación negativa considerable.
-0.50 =	Correlación negativa media.
-0.25 =	Correlación negativa débil.
-0.10 =	Correlación negativa muy débil.

- 0.00 = No existe correlación alguna entre las variables.
- +0.10 = Correlación positiva muy débil.
- +0.25 = Correlación positiva débil.
- +0.50 = Correlación positiva media.
- +0.75 = Correlación positiva considerable.
- +0.90 = Correlación positiva muy fuerte.
- +1.00 = Correlación positiva perfecta.

---

*Fuente: Elaboración propia, (2021) basada en Hernández, Fernández, & Baptista (2010).*

### **3.8. Consideraciones éticas de la investigación y consentimiento informado**

La presente investigación se rige bajo los preceptos éticos establecidos en el Código Deontológico y Bioético Para el Ejercicio de la Profesión de Psicología, Ley 1090 de 2006, art. 2, en la cual se consideran los principios de responsabilidad, competencia, estándares morales y legales, anuncios públicos, confidencialidad, bienestar del usuario, relaciones profesionales, evaluación de técnicas, investigación con participantes humanos y cuidado y uso de animales; resaltando fundamentalmente para este estudio la responsabilidad, bienestar de la población objeto de estudio y la confidencialidad de la información recibida por los mismos. Esto, permite a las investigadoras un ejercicio con altos estándares éticos y de calidad. (Ley 1090 de 2006, pp. 22-24).

Así mismo, al implementar instrumentos psicológicos como el cuestionario STAI para medir ansiedad, se considera el artículo 47 de la Ley 1090 de 2006, el cual señala: El psicólogo tendrá el cuidado necesario en la presentación de resultados diagnósticos y demás inferencias basadas en la aplicación de pruebas, hasta tanto estén debidamente validadas y estandarizadas. No son suficientes para hacer evaluaciones diagnósticas los solos tests psicológicos, entrevistas, observaciones y registro de conductas; todos estos deben hacer parte de un proceso amplio, profundo e integral (Ley 1090 de 2006, p. 36).

Por lo anterior, es de enfatizar que los resultados obtenidos en este estudio mediante el cuestionario utilizado no serán determinantes para diagnosticar a los sujetos intervenidos, puesto que esto solo será una parte de un proceso investigativo con fines académicos, y que en ningún

momento pretende causar algún daño o atentar contra la estabilidad del individuo sino por el contrario respetar las características de cada uno velando siempre por su bienestar y calidad de vida.

Finalmente, cuidando la integridad de la población objeto de este estudio y aludiendo al principio de confidencialidad se presenta el consentimiento informado como soporte de lo aquí descrito, en el cual se manifiesta a los sujetos el objetivo de esta investigación, la libertad y voluntariedad de su participación y a su vez el retiro en cualquier momento si así fuere su deseo de no querer continuar. De igual manera se precisa que su participación no genera riesgo alguno a su salud y bienestar, que la información suministrada y resultados serán usados únicamente con fines académicos, descartando cualquier uso económico, laboral u otro (ver anexos).

### 3.9. Sistema de variables

Se definen conceptualmente las variables del presente proyecto.

**Ansiedad:** “La ansiedad es una reacción emocional desagradable producida por un estímulo externo, que es considerado por el individuo como amenazador, produciendo cambios fisiológicos y conductuales en el sujeto”. (Spielberg, 1980, citado por Carrillo, s.f., p. 4).

**Ansiedad Estado:** “la ansiedad-estado es un "estado emocional" inmediato, modificable en el tiempo, caracterizado por una combinación única de sentimientos de tensión, aprensión y nerviosismo, pensamientos molestos y preocupaciones, junto a cambios fisiológicos”. (Spielberger, 1972, citado por Ries, Castañeda, Campos, & Del Castillo, 2012, p. 9)

**Ansiedad Rasgo:** Spielberger (1972, citado por Ries, Castañeda, Campos, & Del Castillo, 2012. p. 9), la ansiedad-rasgo se refiere a las diferencias individuales de ansiedad relativamente estables, siendo éstas una disposición, tendencia o rasgo. Esta no se manifiesta directamente en la conducta y debe ser inferida por la frecuencia con la que un individuo experimenta aumentos en su estado de ansiedad.

**Teletrabajo:** para Di Martino (2004), tomando el concepto de la OIT, el teletrabajo es una modalidad laboral que se realiza en una ubicación diferente a la oficina principal o de las instalaciones de la organización, generando un distanciamiento entre los trabajadores, impidiendo las relaciones interpersonales, pero que a través de las tecnologías se facilita la comunicación.

Para el presente estudio se plantea la ficha sociodemográfica y laboral para indagar los datos relevantes de los sujetos y las condiciones laborales bajo la modalidad de teletrabajo que pueden incidir en la aparición de la ansiedad:

**Características sociodemográficas:** se refiere a indicadores sociales, demográficos y económicos que caracterizan a una población objeto de estudio o análisis y permiten indagar sobre intereses o condiciones de la misma respecto a otra variable. Se consideran aspectos como la edad, el género, estado civil, tipo de vivienda, personas que conviven, personas a cargo, sueño, tiempo libre, actividad física, tiempo laborando, categoría laboral y tipo de contrato de la población.

**Entorno laboral:** según Casas (2006, citado por Urrego, 2016), un entorno laboral saludable implica condiciones que van dirigidas a lograr el bienestar de los trabajadores, pero no solo en lo que refiere al espacio físico, sino también a las buenas relaciones personales, adecuada organización, salud emocional y que se promueva el bienestar familiar y social de los trabajadores a través de la protección de riesgos, donde se estimule su autoestima y el control de su propia salud y del ambiente laboral.

Tabla 5. Operacionalización variable ansiedad

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	VALORACIÓN
ANSIEDAD	ANSIEDAD ESTADO	Tranquilidad	1. Me siento calmado.	Nada = 0 Algo = 1 Bastante = 2 Mucho = 3
		Autoconfianza	2. Me siento seguro.	
		Estado de impaciencia	3. Estoy tenso.	
			4. Estoy contrariado.	
		Estar relajado	5. Me siento cómodo (estoy a gusto).	
		Sensación de enfado	6. Me siento alterado.	

	Anticipar eventos	7. Estoy preparado ahora por posibles desgracias futuras.	
	Estar relajado	8. Me siento descansado.	
	Preocupación	9. Me siento angustiado.	
	Comodidad	10. Me siento confortable.	
	Seguridad en sí mismo	11. Tengo confianza en mí mismo.	
	Intranquilidad	12. Me siento nervioso.	
		13. Estoy desasosegado.	
		14. Me siento muy “atado” (como oprimido).	
	Sentir calma	15. Estoy relajado.	
	Sentirse complacido	16. Me siento satisfecho.	
	Pensativo	17. Estoy preocupado.	
	Estar alarmado y confundido	18. Me siento aturdido y sobreexcitado.	
	Estado de bienestar	19. Me siento alegre.	
		20. En este momento me siento bien.	
	Estado de bienestar	21. Me siento bien.	
<b>ANSIEDAD RASGO</b>	Cansancio constante	22. Me canso rápidamente.	Casi Nunca = 0
	Sentimiento de tristeza	23. Siento ganas de llorar.	A Veces = 1
	Estar inconforme	24. Me gustaría ser tan feliz como otros.	A Menudo = 2
	Incapacidad para tomar decisiones inmediatas	25. Pierdo oportunidades por no decidirme pronto.	Casi Siempre = 3
	Estar relajado	26. Me siento descansado.	
		27. Soy una persona tranquila, serena y sosegada.	
	Incapacidad de resolución	28. Veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas.	
	Preocupación excesiva	29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia.	
	Buen estado de ánimo	30. Soy feliz.	

Ser muy estricto	31. Suelo tomar las cosas demasiado seriamente.
Inseguridad	32. Me falta confianza en mí mismo.
Autoconfianza	33. Me siento seguro.
Incapacidad de resolución	34. No suelo afrontar las crisis o dificultades.
Sentimiento de tristeza	35. Me siento triste (melancólico).
Sentirse complacido	36. Estoy satisfecho.
Preocupación excesiva	37. Me rondan y molestan pensamientos sin importancia.
Ser rencoroso	38. Me afectan tanto los desengaños, que no puedo olvidarlos.
Estabilidad emocional	39. Soy una persona estable.
Preocupación excesiva	40. Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales, me pongo tenso y agitado.

Fuente: Elaboración propia, (2020)

Tabla 6. Operaracionalización variable teletrabajo

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	VALORACIÓN	
<b>TELETRABAJO SOCIODEMOGRÁFICA</b>		<b>EDAD</b>	1. rango de edad?	18 a 30 años 31 a 40 años 41 a 50 años 51 a 60 años Mayor a 60 años	
			<b>GÈNERO</b>	2. Género	Masculino Femenino
			<b>ESTADO CIVIL</b>	3. Estado civil	Soltero/a Casado/a Unión libre Separado/a Divorciado/a Viudo/a
			<b>TIPO DE VIVIENDA</b>	4. Tipo de vivienda	Propia Arrendada Familiar Compartida con otras familias

	<b>PERSONAS QUE CONVIVEN</b>	5. Personas que conviven en su hogar	1 a 2 3 a 4 5 a 6 Mayor a 6
	<b>PERSONAS A CARGO</b>	6. Número de personas a su cargo	Ninguna 1 a 2 Mayor a 2
	<b>SUEÑO</b>	7. ¿Cuántas horas duerme al día?	Menos de 4 horas 4 a 5 horas 6 a 7 horas 8 horas o más
	<b>TIEMPO LIBRE</b>	8. ¿A qué se dedica en su tiempo libre?	Labores domésticas Recreación y deporte Estudios Descanso Otro trabajo
	<b>ACTIVIDAD FÍSICA</b>	9. ¿Realiza actividad física?	Sí No
	<b>DURACIÓN LABORAL</b>	10. ¿Cuánto tiempo lleva laborando en la institución?	Menos de 1 año 1 a 5 años 6 a 10 años Más de 10 años
	<b>CATEGORIA LABORAL</b>	11. ¿En qué categoría laboral se encuentra?	Catedrático Medio tiempo Tiempo completo
	<b>TIPO DE CONTRATO</b>	12. Tipo de contratación laboral	Término fijo a 1 año Término fijo inferior a 1 año Indefinido
<b>CONDICIONES LABORALES</b>	<b>TELETRABAJO O TRABAJO EN CASA</b>	13. ¿Se encuentra realizando teletrabajo o trabajo en casa?	Sí No
	<b>ACTIVIDAD EXTRA</b>	14. ¿Tiene otra ocupación aparte de la docencia?	Sí No
	<b>AFECTACIÓN ECONÓMICA</b>	15. ¿Se vio afectado en sus ingresos económicos debido a la emergencia sanitaria por el Covid-19?	Sí No
	<b>RIESGO DE CONTAGIO</b>	16. ¿Qué nivel de riesgo considera de contagiarse por Covid-19 mientras desempeña sus actividades laborales?	Riesgo Alto Riesgo Moderado Riesgo Bajo
	<b>CARGA LABORAL</b>	17. ¿En qué nivel considera que trabaja en casa respecto a su lugar	Trabaja más Trabaja igual Trabaja menos

	habitual de trabajo?	
<b>APOYO TECNOLÒGICO</b>	18. ¿La institución educativa donde labora le ha proporcionado las herramientas virtuales necesarias para realizar teletrabajo?	Sí No
<b>CAPACITACIÒN</b>	19. ¿La institución educativa le ha brindado alguna capacitación para usar las herramientas virtuales para teletrabajo?	Sí No
<b>CAPACIDAD TECNOLÒGICA</b>	20. ¿Siente la capacidad de manejar las herramientas virtuales para realizar teletrabajo?	Sí No
<b>NIVEL USO DE TECNOLOGÌAS</b>	21. ¿En qué nivel maneja las herramientas tecnológicas y plataformas virtuales?	Alto Moderado Bajo
<b>ALTERACION DEL SUEÑO</b>	22. ¿Ha tenido alteraciones del sueño debido a la emergencia sanitaria por el Covid-19?	Sí No
<b>PREFERENCIA DE TRABAJO</b>	23. ¿Según su experiencia, como prefiere trabajar?	Trabajar desde casa Trabajar en la oficina o institución
<b>ESPACIO ADECUADO PARA TRABAJAR</b>	24. ¿Tiene un espacio tranquilo y libre en su casa para realizar el trabajo de manera eficiente?	Sí No
<b>CONEXIÒN A INTERNET</b>	25. ¿Tiene buena conexión a internet mientras trabaja desde casa?	Sí No

Fuente: Elaboración propia, (2020)

## Capítulo 4. Resultados de la investigación

### 4.1. Análisis de los resultados

En este apartado se reflejan los resultados de la investigación con el respectivo análisis, a través de tablas y/o gráficos, partiendo de la recolección de información por medio de los instrumentos aplicados. Así, tomando cada objetivo específico establecido en el presente proyecto, se desglosan los hallazgos; en tal sentido, inicialmente se caracteriza socio demográficamente a la población objeto de estudio, encontrando los siguientes resultados:

Respecto al género de la población objeto de estudio, se evidencia en la figura 1 que el 59% corresponde al sexo femenino mientras que el 41% al masculino.



Figura 1. Género de los encuestados

Fuente: elaboración propia, (2021)

En cuanto a la edad, en la figura 2 se encuentra que el 47% de los sujetos se ubica entre los 31 a 40 años, el 21% entre 41 a 50, el 16% está entre 51 a 60, el 10% tiene entre 18 a 30 y el 6% de los sujetos es mayor de 60 años.

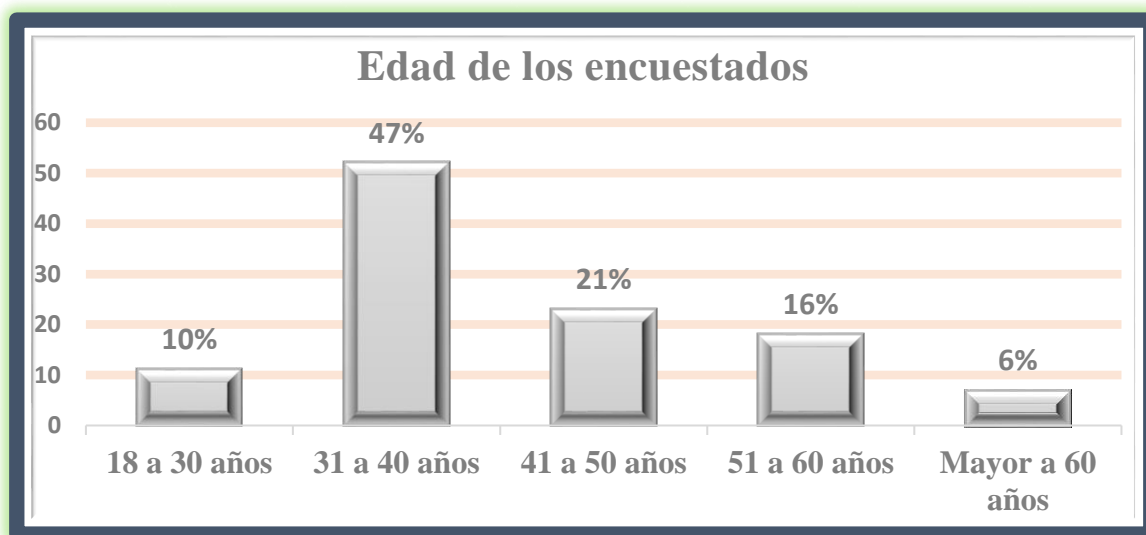


Figura 2. Edad de los encuestados  
Fuente: elaboración propia, (2021)

En la figura 3 se encuentra el estado civil de la población, donde 52% son casados, 23% solteros, el 16% convive en unión libre, 6% de los sujetos están separados, 2% son divorciados y solo un 1% viudo.

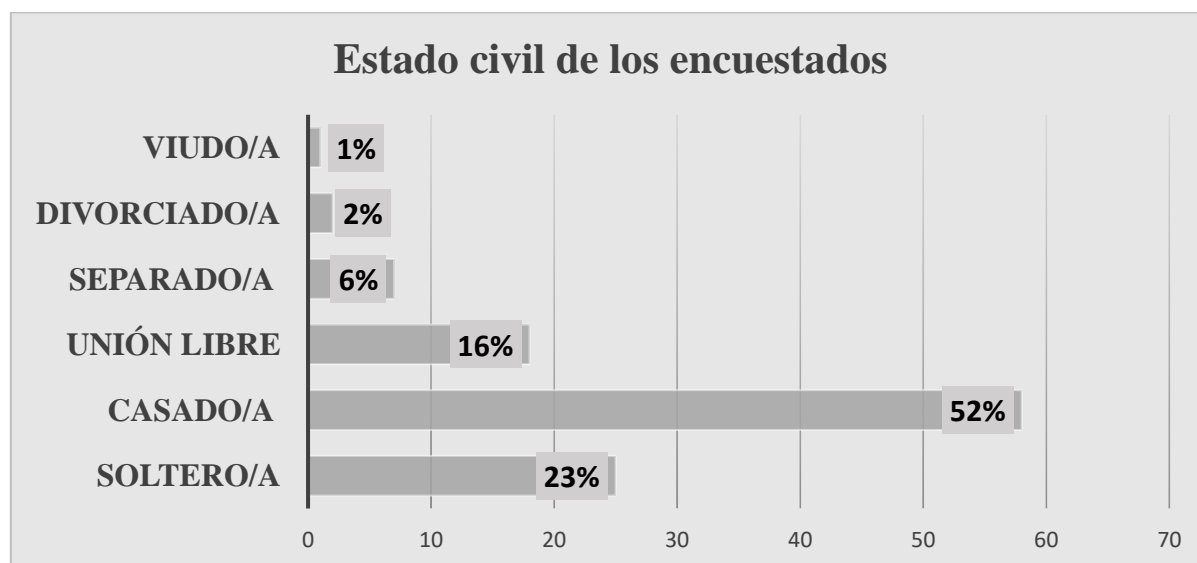


Figura 3. Estado civil de los encuestados  
Fuente: elaboración propia, (2021)

En la figura 4 se refleja el tipo de vivienda de la población objeto de estudio, de lo cual se precisa que el 62% posee vivienda propia, el 21% es familiar y el 17% tiene vivienda arrendada.



Figura 4. Tipo de vivienda de los encuestados  
Fuente: elaboración propia, (2021)

De acuerdo a la figura 5, las personas que conviven en el mismo hogar, se evidencia que el 59% cohabitan de 3 a 4 individuos, el 22% de 1 a 2, el 19% 5 a 6 y el 1% más de 6 personas.

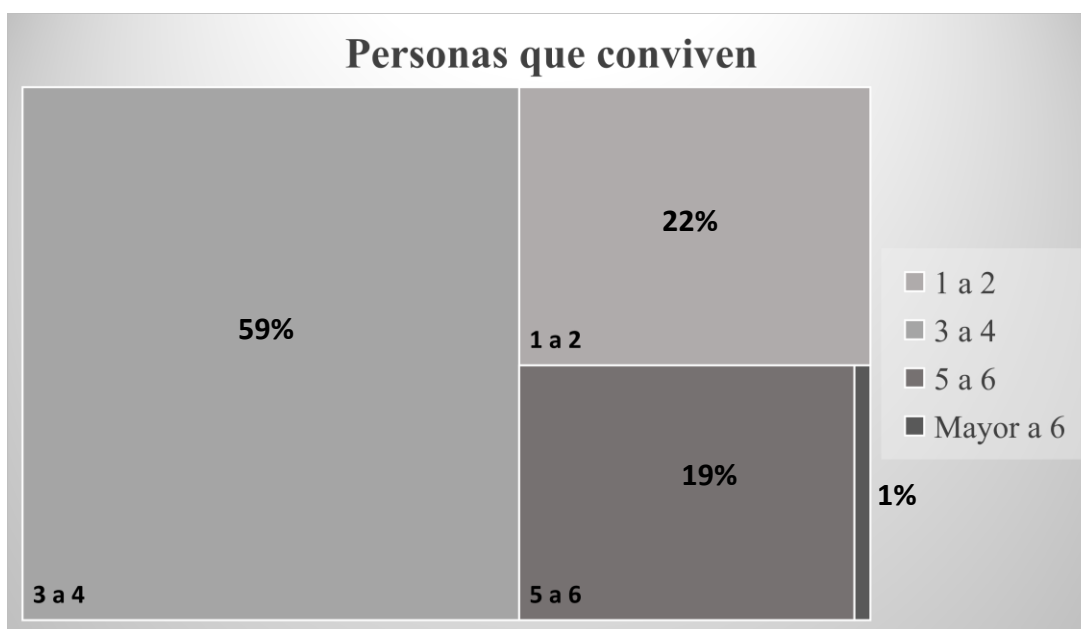


Figura 5. Personas que conviven  
Fuente: elaboración propia, (2021)

En cuanto a las personas a cargo de los encuestados, según la figura 6 se evidencia que el 60% tiene de 1 a 2, el 23% a más de 2 y el 16% no tiene personas a su cargo.

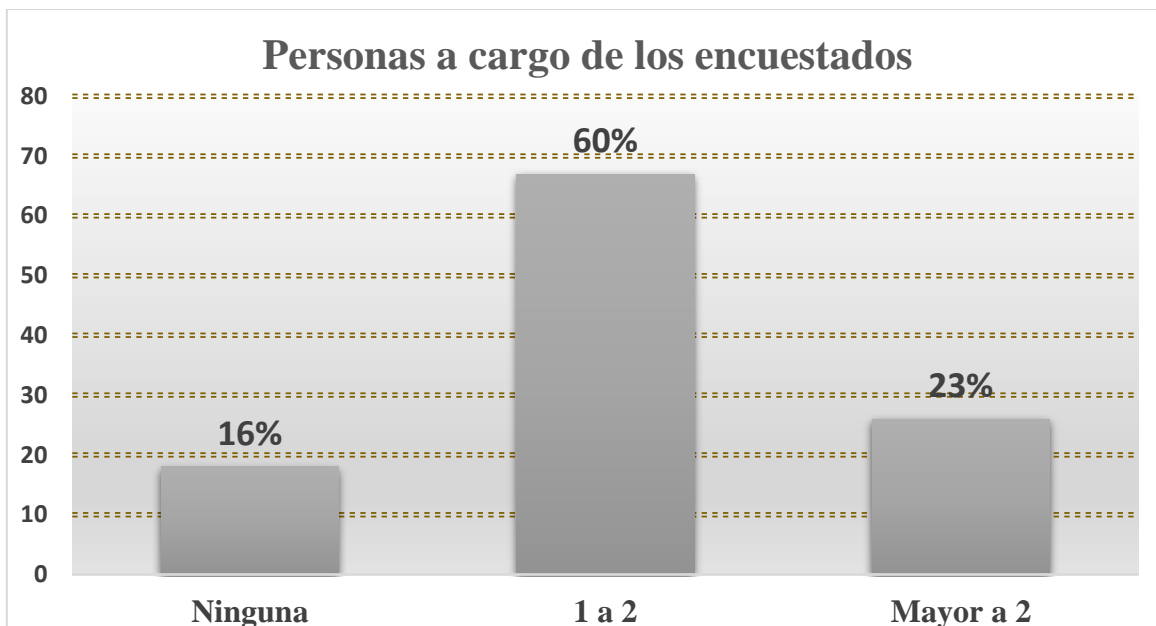


Figura 6. Personas a cargo de los encuestados  
Fuente: elaboración propia, (2021)

Por otra parte, a la consulta sobre cuantas horas duerme al día, en la figura 7 se precisa que el 64% de los sujetos duerme de 6 a 7 horas, el 30% de 4 a 5 horas, el 3% menos de 4 horas y otro 3% más de 8 horas.

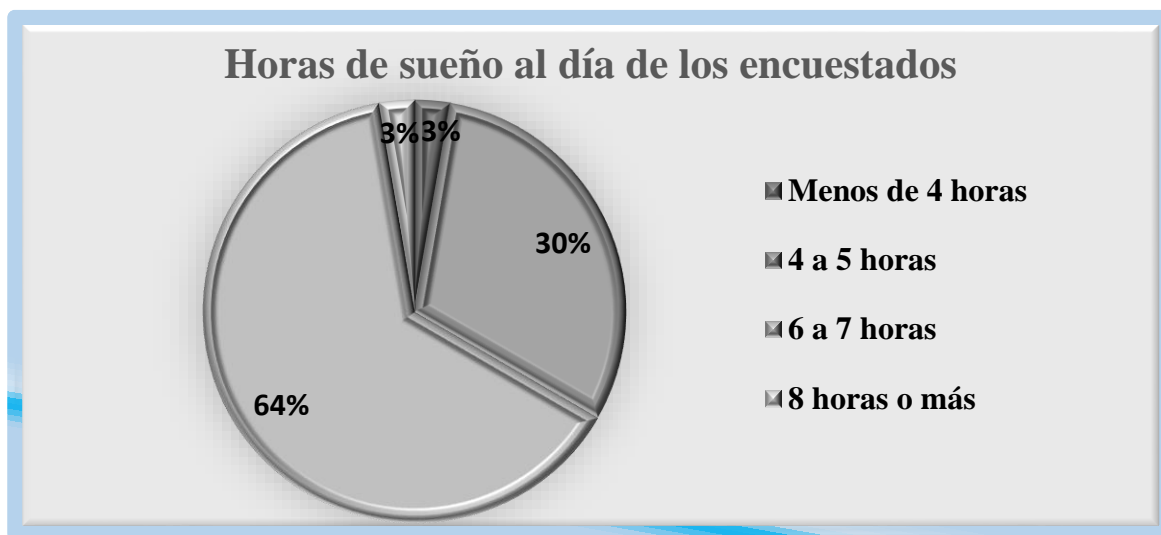


Figura 7. Horas de sueño al día de los encuestados  
Fuente: elaboración propia, (2021)

Respecto a lo que se dedican en su tiempo libre los encuestados, la figura 8 muestra que el 30% se dedica a labores domésticas, el 23% a recreación y deporte, el 17% a descansar, el 15% a otro trabajo y el 14% a estudios.

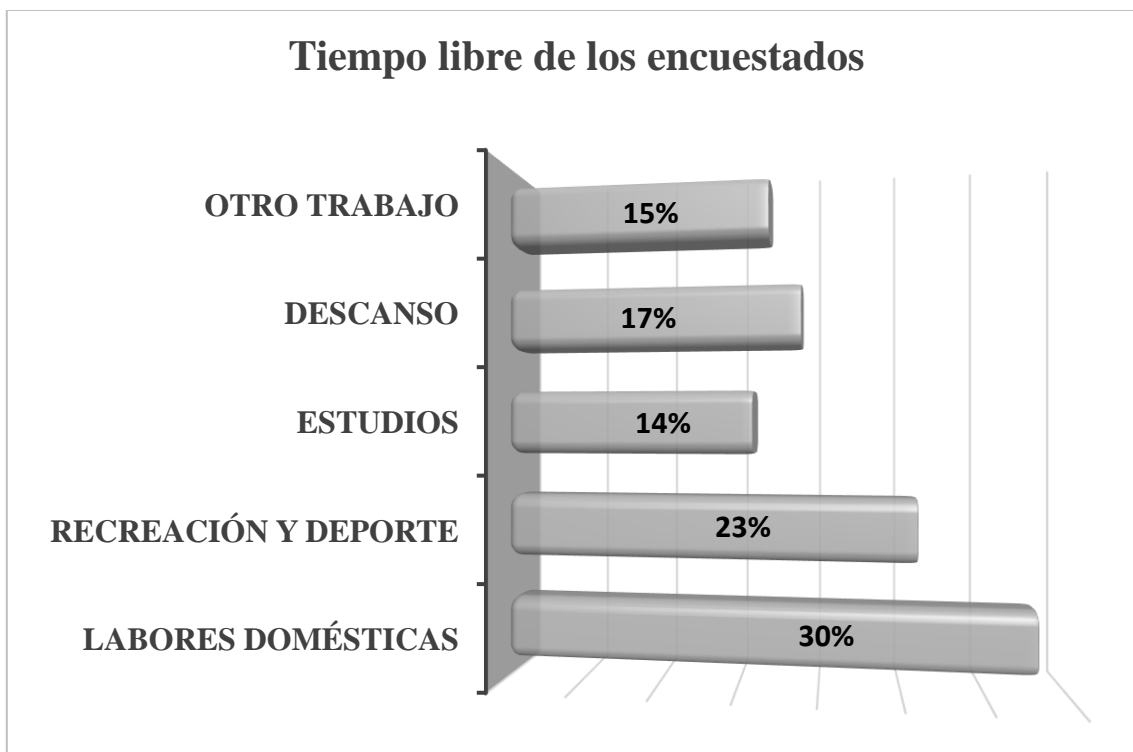


Figura 8. Tiempo libre de los encuestados  
Fuente: elaboración propia, (2021)

En la figura 9 se aprecia la realización de actividad física de los sujetos, donde el 57% refleja que si la realiza y el 43% no realiza esta actividad.



Figura 9. Actividad física de los encuestados  
Fuente: elaboración propia, (2021).

En la figura 10 se evidencia el tiempo que lleva la población laborando en la institución, de lo cual se tiene que el 46% lleva de 1 a 5 años, el 26% de 6 a 10, el 23% más de 10 años y el 5% lleva menos de 1 año vinculado.

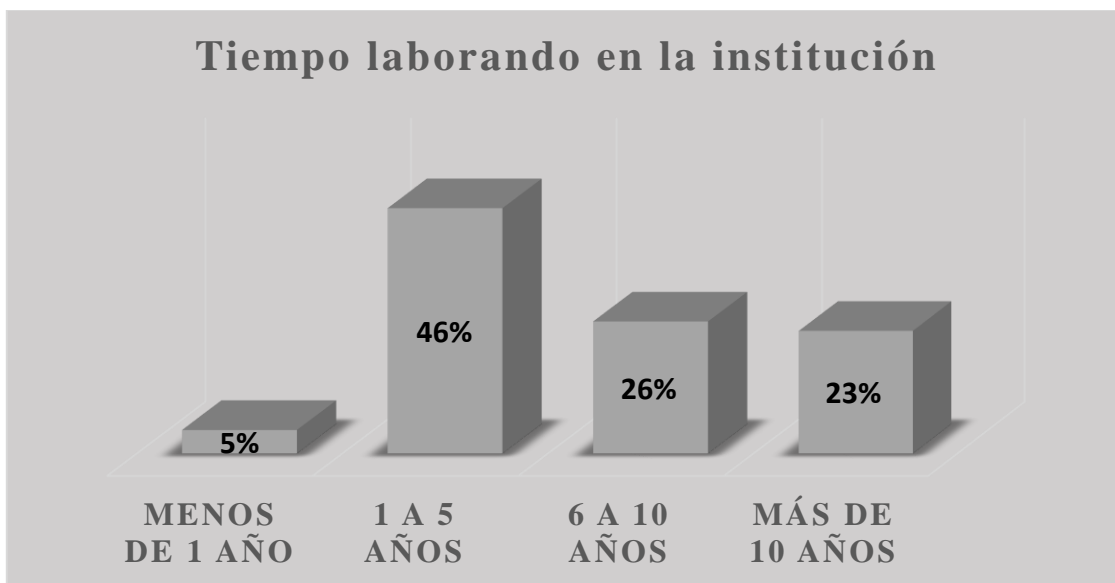


Figura 10. Tiempo laborando en la institución  
Fuente: elaboración propia, (2021)

En cuanto a la categoría laboral que se encuentran los sujetos, la figura 11 refleja que el 53% tiene una contratación a tiempo completo, el 38% de medio tiempo y el 9% catedrático.

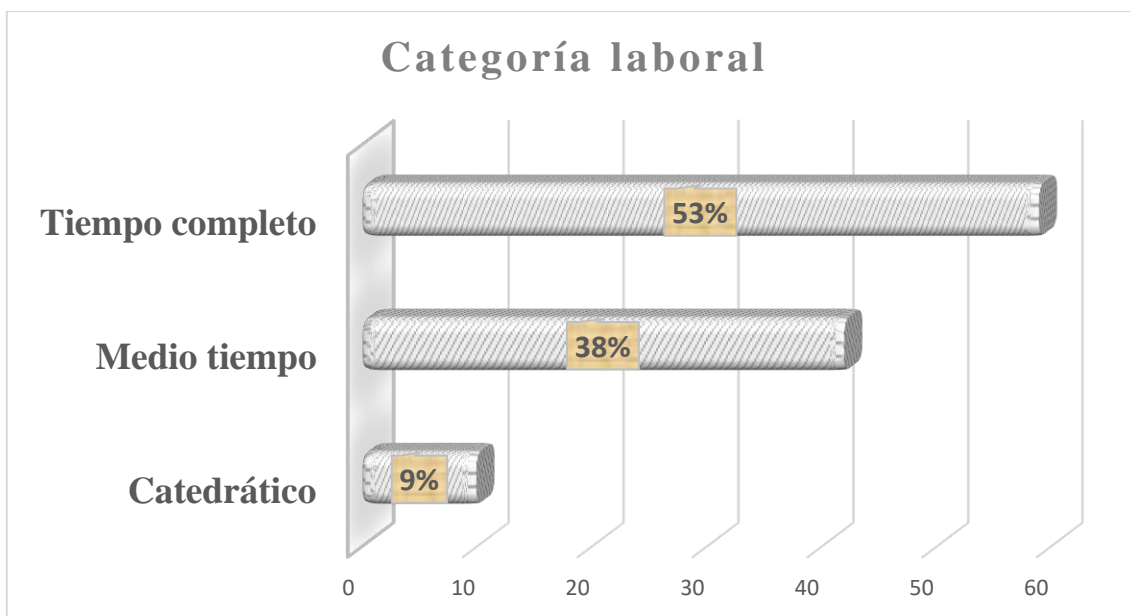


Figura 11. Categoría laboral de los encuestados  
Fuente: elaboración propia, (2021)

De acuerdo al tipo de contratación laboral que tiene la población objeto de este estudio, se refiere que el 56% está a término fijo inferior a un año, el 41% a término fijo a un año y el 3% tiene contrato indefinido, tal como se puede ver en la figura 12.

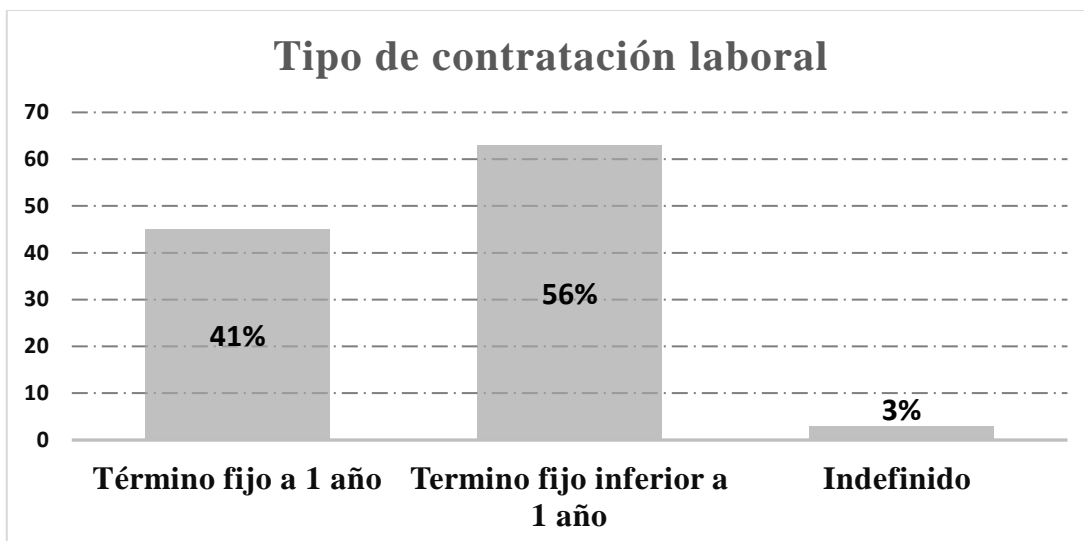


Figura 12. Tipo de contrato laboral  
Fuente: elaboración propia, (2021)

Seguidamente, para el segundo objetivo el cual es identificar las condiciones laborales bajo la modalidad de teletrabajo de la población objeto de estudio, se evidencian los resultados en las siguientes gráficas, permitiendo la comprensión de manera clara y descriptiva de los hallazgos obtenidos por medio de la encuesta sociodemográfica y laboral.

Sobre la consulta si los sujetos se encuentran realizando teletrabajo actualmente, según la figura 13 se tiene que el 95% se ubica en esta modalidad, mientras que el 5% no.



Figura 13. Realización de teletrabajo  
Fuente: elaboración propia, (2021)

La figura 14 da cuenta si los sujetos tienen otra ocupación aparte de la docencia, de lo cual se precisa que el 55% si y el 45% no lo tiene.



Figura 14. Otro trabajo aparte de la docencia  
Fuente: elaboración propia, (2021)

Al constatar la figura 15, se evidencia si la población objeto de estudio se vio afectada en sus ingresos económicos frente a la situación actual de la emergencia sanitaria, de lo cual se tiene que el 62% si y el 38% no tuvo afectación económica.



Figura 15. Afectación económica por emergencia sanitaria  
Fuente: elaboración propia, (2021)

En relación al riesgo en el cual se sienten los sujetos de contagiarse por Covid-19 mientras desempeñan sus actividades laborales, se obtuvo que el 46% lo considera bajo, el 38% moderado y el 16% alto, referenciado en la figura 16.

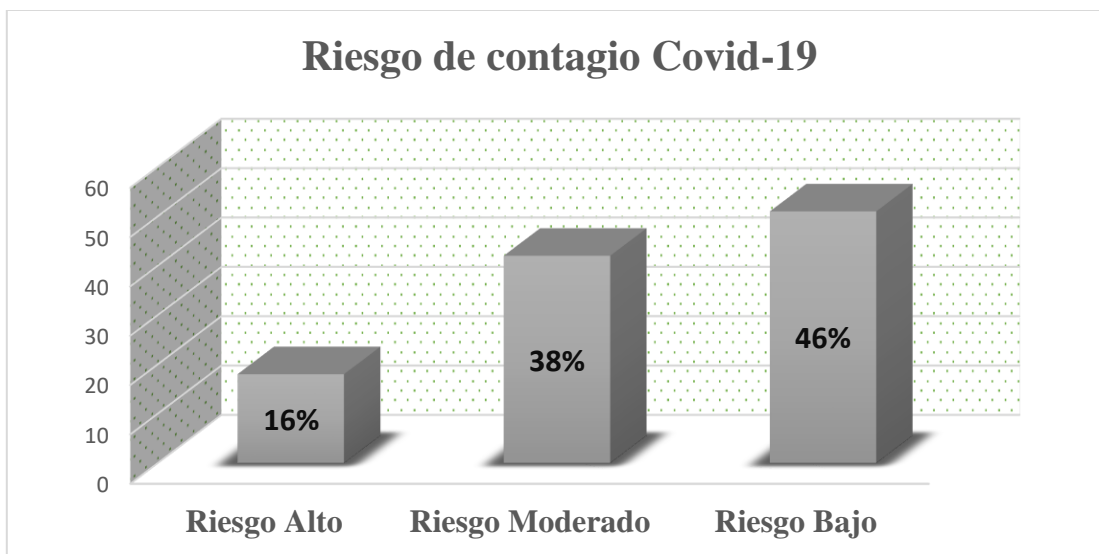


Figura 16. Riesgo de contagio por covid-19  
Fuente: elaboración propia, (2021)

Evaluando la percepción de la población en cuanto al nivel que considera trabaja en casa respecto a su lugar habitual de trabajo, se tiene que el 84% siente que se esfuerza más, el 14% igual y solo el 2% refiere que menos, tal como se refleja en la figura 17.

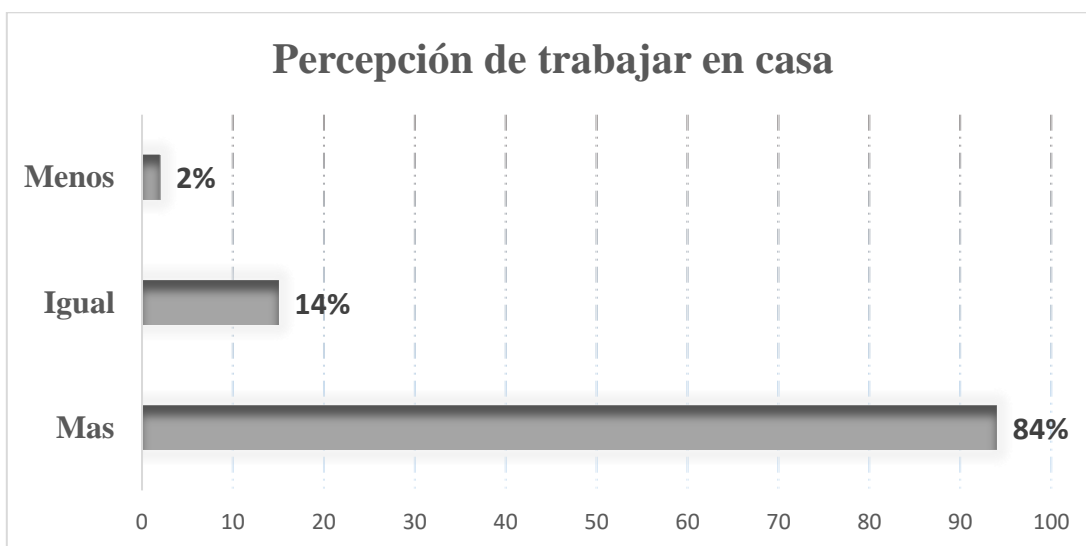


Figura 17. Percepción de trabajar en casa  
Fuente: elaboración propia, (2021)

De acuerdo a si la institución educativa donde labora les ha proporcionado las herramientas virtuales necesarias para realizar teletrabajo, la figura 18 indica que el 88% de los sujetos señala que si mientras que el 12% que no.



Figura 18. La IE ha proporcionado herramientas virtuales para el teletrabajo  
Fuente: elaboración propia, (2021)

Respecto a si los sujetos han recibido alguna capacitación para usar las herramientas virtuales para teletrabajo, la figura 19 refleja que el 94% expresa que si mientras que el 6% precisa que no la ha recibido.



Figura 19. Capacitación para usar las herramientas virtuales para teletrabajo  
Fuente: elaboración propia, (2021)

Conforme a la figura 20 se puede evidenciar si los sujetos se sienten capaces de manejar las herramientas virtuales para realizar teletrabajo, de lo cual se tiene que el 98% se siente capaz y solo el 2% no.

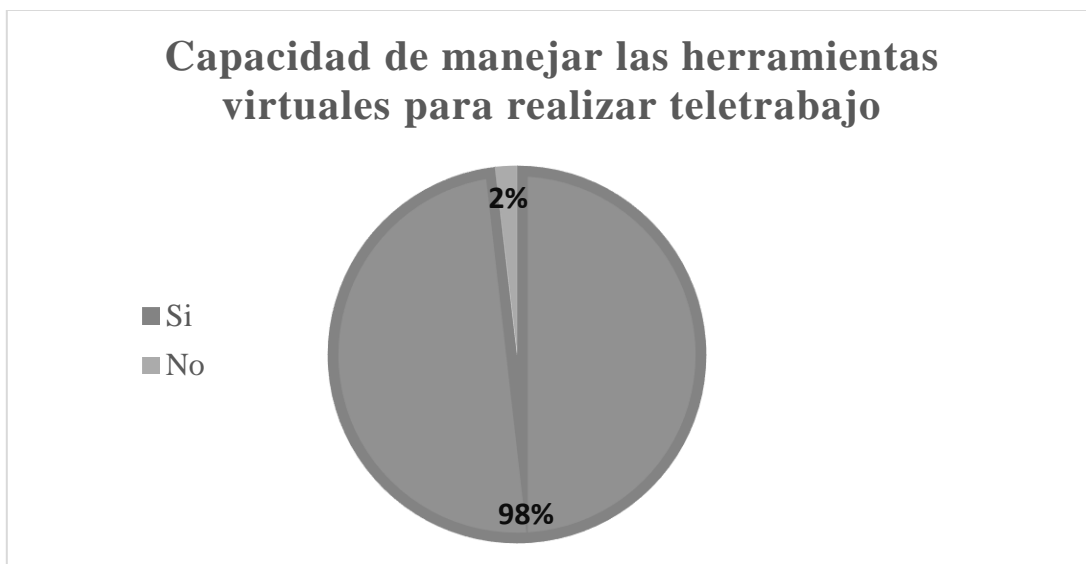


Figura 20. Capacidad de manejo de las herramientas virtuales para realizar teletrabajo  
Fuente: elaboración propia, (2021)

En cuanto al nivel en el cual la población objeto de estudio maneja las herramientas tecnológicas y plataformas virtuales, se obtuvo que el 53% es moderado, el 44% alto y un 3% bajo, lo que se refleja en la figura 21.

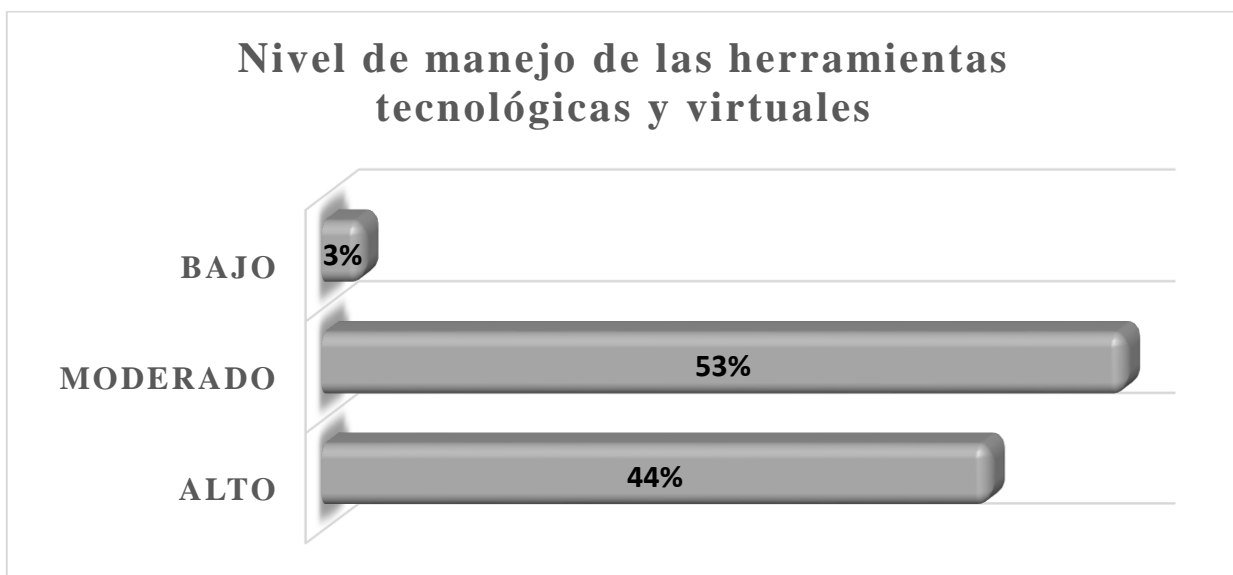


Figura 21. Nivel de manejo de las herramientas tecnológicas  
Fuente: elaboración propia, (2021)

En lo que refiere a si los sujetos han sentido alteraciones del sueño debido a la emergencia sanitaria, se puede evidenciar en la figura 22 que el 59% señaló que sí y el 41% que no.

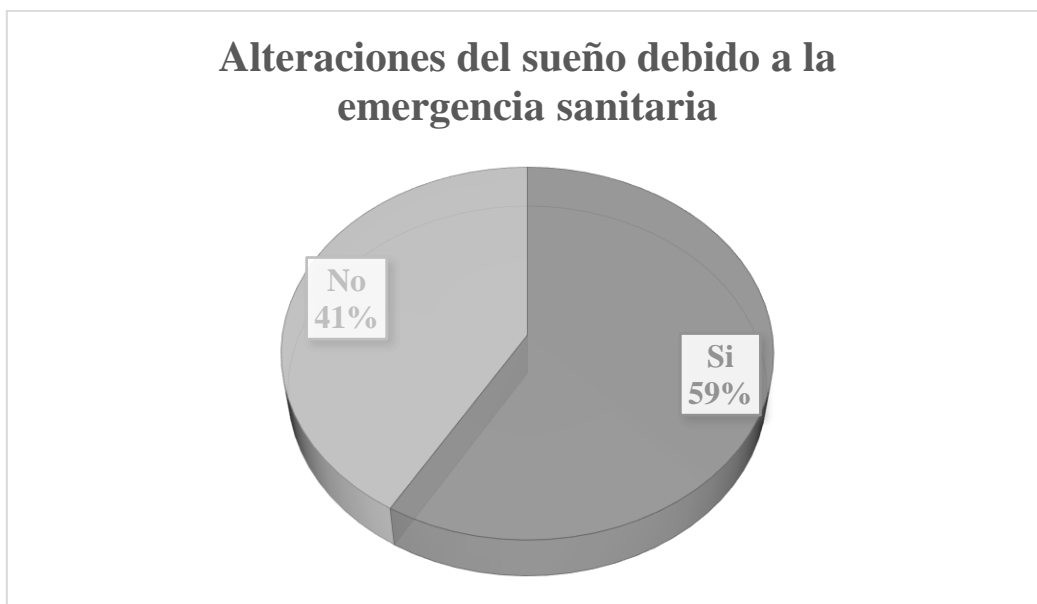


Figura 22. Alteraciones del sueño debido a la emergencia sanitaria  
Fuente: elaboración propia, (2021)

Según la experiencia de la población objeto de estudio de como prefieren trabajar, se tiene que el 73% considera en la institución mientras que el 27% desde casa, lo cual se evidencia en la figura 23.

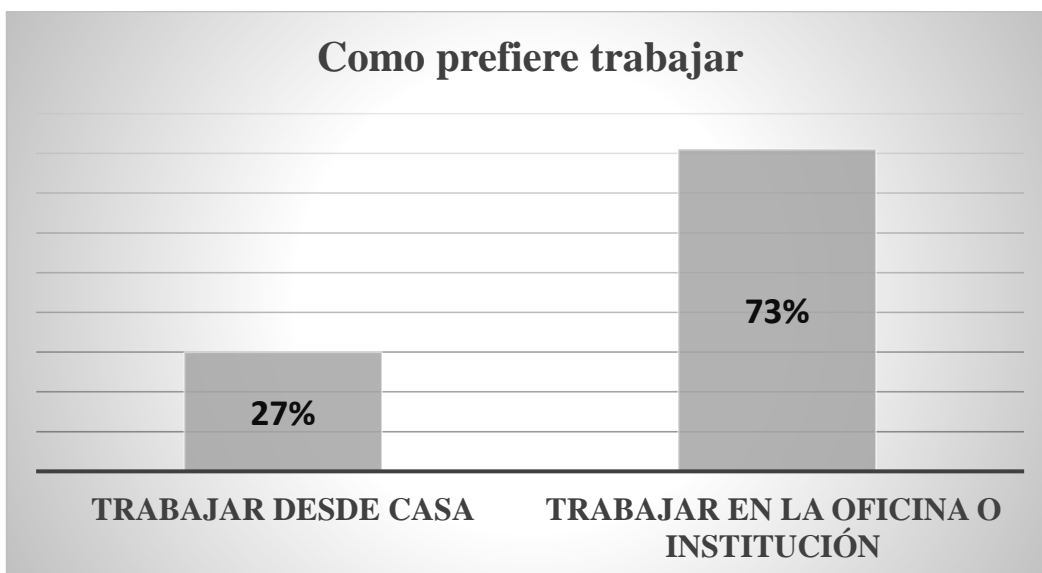


Figura 23. Preferencia para trabajar  
Fuente: elaboración propia, (2021)

En relación a si los sujetos tienen un espacio tranquilo y libre en su casa para realizar el trabajo de manera eficiente, se obtuvo que el 78% manifestó que sí y el 22% que no, reflejado en la figura 24.



Figura 24. Espacio adecuado en casa para trabajar  
Fuente: elaboración propia, (2021)

Finalmente, referente a si los sujetos tienen buena conexión a internet mientras trabajan desde casa, según los resultados plasmados en la figura 25 se halló que el 89% indicó que si mientras que el 11% no.

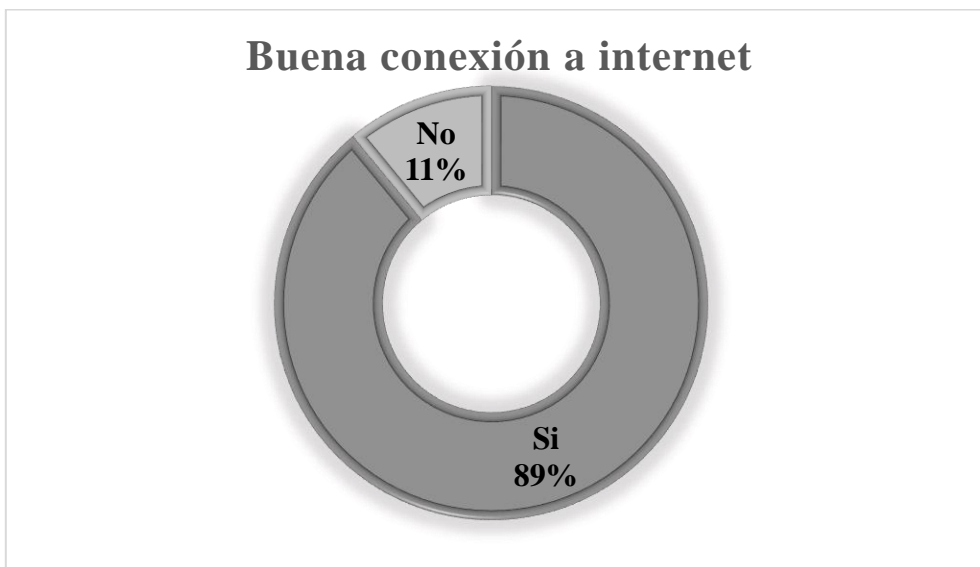


Figura 25. Buena conexión a internet  
Fuente: elaboración propia, (2021)

Para el tercer objetivo, correspondiente a evaluar los niveles de ansiedad estado-rasgo en la población objeto de estudio, se encontraron los siguientes resultados obtenidos a través del Cuestionario de ansiedad estado – rasgo (STAI)

Tabla 7. Resultados dimensión ansiedad estado por género.

Ansiedad Estado	Puntaje Hombres			Puntaje Mujeres		
	Hombres	Porcentaje		Mujeres	Porcentaje	
<b>Alto</b>	<b>29 - 60</b>	10	22%	<b>32 - 60</b>	2	3%
<b>Sobre promedio</b>	<b>20 - 28</b>	25	56%	<b>23 - 31</b>	27	41%
<b>Promedio</b>	<b>19</b>	1	2%	<b>20 - 22</b>	14	21%
<b>Tendencia Promedio</b>	<b>14 - 18</b>	9	20%	<b>15 - 19</b>	21	32%
<b>Bajo</b>	<b>0 - 13</b>	0	0%	<b>0 - 14</b>	2	3%
<b>Total</b>		<b>45</b>	<b>100%</b>		<b>66</b>	<b>100%</b>

Fuente: elaboración propia, (2021)

Tomando la tabla 1, en referencia a la dimensión de ansiedad estado se puede evidenciar que de los 45 sujetos sexo masculino, el 56% presenta sobre promedio, el 22% en alto, 20% en tendencia promedio y solo el 2% se encuentra en el promedio. Mientras tanto, de las 66 féminas, el 41% se ubica sobre promedio, 32% en tendencia promedio, 21% en el promedio, un 3% en alto y otro 3% en bajo.

De esto, se puede precisar que son los hombres quienes presentan mayor ansiedad estado, en alto y sobre promedio, respecto a las mujeres.

Tabla 8. Resultados dimensión ansiedad rasgo por género.

Ansiedad Rasgo	Puntaje Hombres			Puntaje Mujeres		
	Hombres	Porcentaje		Mujeres	Porcentaje	
<b>Alto</b>	<b>26 - 60</b>	15	33%	<b>33 - 60</b>	3	5%
<b>Sobre promedio</b>	<b>20 - 25</b>	25	56%	<b>26 - 32</b>	17	26%
<b>Promedio</b>	<b>19</b>	0	0%	<b>24 - 25</b>	10	15%
<b>Tendencia Promedio</b>	<b>14 - 18</b>	5	11%	<b>17 - 23</b>	34	52%
<b>Bajo</b>	<b>0 - 13</b>	0	0%	<b>0 - 16</b>	2	3%
<b>Total</b>		<b>45</b>	<b>100%</b>		<b>66</b>	<b>100%</b>

Fuente: elaboración propia, (2021)

Seguidamente, de acuerdo a la tabla 2 sobre la dimensión de ansiedad rasgo se pudo constatar que el 56% de los hombres está sobre promedio, 33% se ubica en la categoría alto y el 11% en tendencia promedio. Por otra parte, en cuanto a las mujeres, el 52% está en la tendencia promedio, 26% sobre promedio, 15% en el promedio, 5% alto y solo el 3% refleja en bajo para ansiedad rasgo.

De lo anterior, se deduce que al igual que en la ansiedad estado, los hombres presentan mayor ansiedad rasgo, en alto y sobre promedio.

Tabla 9. Total ansiedad estado.

<b>Ansiedad Estado</b>	<b>Hombres</b>	<b>Mujeres</b>	<b>Total</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Alto</b>	10	2	12	11%
<b>Sobre promedio</b>	25	27	52	47%
<b>Promedio</b>	1	14	15	14%
<b>Tendencia Promedio</b>	9	21	30	27%
<b>Bajo</b>	0	2	2	2%
<b>Total</b>	<b>45</b>	<b>66</b>	<b>111</b>	<b>100%</b>

Fuente: elaboración propia, (2021)

Tabla 10. Total ansiedad rasgo.

<b>Ansiedad Rasgo</b>	<b>Hombres</b>	<b>Mujeres</b>	<b>Total</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Alto</b>	15	3	18	16%
<b>Sobre promedio</b>	25	17	42	38%
<b>Promedio</b>	0	10	10	9%
<b>Tendencia Promedio</b>	5	34	39	35%
<b>Bajo</b>	0	2	2	2%
<b>Total</b>	<b>45</b>	<b>66</b>	<b>111</b>	<b>100%</b>

Fuente: elaboración propia, (2021)

Con relación a la tabla 3 y 4, para el total de la población se obtiene que el 47% presenta ansiedad estado en sobre promedio, mientras que el 38% ansiedad rasgo. Por el contrario, en

cuanto a la tendencia al promedio se tiene que el 35% presenta ansiedad rasgo y el 27% ansiedad estado.

Por otra parte, para dar cumplimiento al cuarto objetivo de establecer la asociación entre las dimensiones de la ansiedad y la dimensión de las condiciones laborales bajo la modalidad de teletrabajo en los docentes de la UDES, se realiza inicialmente un análisis exploratorio con la finalidad de determinar la prueba estadística a aplicar, en ese sentido, se plantea el siguiente sistema de hipótesis:

Ho: Las variables ansiedad y teletrabajo en la población tienen una distribución normal

Hi: Las variables ansiedad y teletrabajo en la población es distinta a la distribución de normalidad.

Regla de decisión si  $p \leq 0,05$  RH0

Tabla 11. Prueba de normalidad de las variables.

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	gl	Sig.
Total variable ansiedad	,067	111	,200*
Total variable teletrabajo	,148	111	,000

Fuente: elaboración propia, (2021)

De acuerdo a la tabla 5 se observa que la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov dio para la ansiedad un valor sigma de 0,200 lo cual es mayor a 0,05, por lo tanto, no hay elementos suficientes para rechazar la hipótesis nula que establece que la ansiedad tiene una distribución normal. Por su parte, para el teletrabajo se obtuvo un valor sigma de 0,000 siendo menor a 0,05, por ende, en este caso se rechaza la hipótesis nula que establece que el teletrabajo tiene una distribución normal.

Respecto a la homocedasticidad de las varianzas, calculada a través del estadístico de Levene, se observa en la tabla 6 que para la variable ansiedad se obtuvo un valor de 1,305 con un valor sigma de 0,256 mayor a 0,05 por lo cual no existen elementos suficientes para rechazar

la hipótesis nula que establece que las varianzas de ambos grupos no son diferentes (son homogéneas).

Ho: Las varianzas de ambos grupos no son diferentes (son homogéneas)

Hi: Las varianzas de ambos grupos son diferentes

Regla de decisión si  $p \leq 0,05$  RH0

Tabla 12. Prueba de homogeneidad de varianzas, ansiedad.

Total variable ansiedad			
Estadístico de			
Levene	gl1	gl2	Sig.
1,305	7	100	,256

Fuente: elaboración propia, (2021)

Tabla 13. Prueba de homogeneidad de varianzas, teletrabajo.

Total variable teletrabajo			
Estadístico de Levene	gl1	gl2	Sig.
2,268	23	80	,004

Fuente: elaboración propia, (2021)

En cuanto a la variable teletrabajo, tabla 7, se obtuvo un valor de 2,268 con un valor sigma de 0,004 menor a 0,05 por lo cual se rechaza la hipótesis nula que establece que las varianzas de ambos grupos no son diferentes (son homogéneas). En tal sentido, se establece que ambas variables al no tener elementos suficientes para rechazar las hipótesis nulas y determinar que no cumplen con los requisitos de normalidad y homocedasticidad, se debe emplear una prueba paramétrica (Pearson) para la asociación de las variables.

Finalmente, se procedió a realizar las correlaciones entre las dimensiones de la ansiedad y los ítems de la dimensión condiciones laborales, comprobando las hipótesis señaladas y para lo cual se establece la tabla 14 con los baremos para la interpretación de las correlaciones

teniendo en cuenta los coeficientes de correlación de Pearson planteados por Hernández, Fernández, & Baptista (2010), identificando así el coeficiente de correlación de cada dimensión:

*Tabla 14. Correlación de las variables ansiedad y teletrabajo*

<b>Coefficiente de Correlación de Pearson</b>	
<b>Coefficiente</b>	<b>Interpretación</b>
-1.00 =	Correlación negativa perfecta.
-0.90 =	Correlación negativa muy fuerte.
-0.75 =	Correlación negativa considerable.
-0.50 =	Correlación negativa media.
-0.25 =	Correlación negativa débil.
-0.10 =	Correlación negativa muy débil.
0.00 =	No existe correlación alguna entre las variables.
+0.10 =	Correlación positiva muy débil.
+0.25 =	Correlación positiva débil.
+0.50 =	Correlación positiva media.
+0.75 =	Correlación positiva considerable.
+0.90 =	Correlación positiva muy fuerte.
+1.00 =	Correlación positiva perfecta.

*Fuente: Elaboración propia, (2021) basada en Hernández, Fernández, & Baptista (2010).*

Ho: la ansiedad estado y la realización de teletrabajo o trabajo en casa no están correlacionados.

Hi: la ansiedad estado y la realización de teletrabajo o trabajo en casa están correlacionados.

Regla de decisión Si valor  $p$  es  $\leq 0.05$  RH0

*Tabla 15. Correlación entre ansiedad estado e ítem 13 teletrabajo o trabajo en casa*

	Total de la dimensión ansiedad estado	Total ítem 13 condiciones laborales
Total de la dimensión ansiedad estado	Correlación de Pearson	1
	Sig. (bilateral)	-,152
		,111

	N	111	111
Total ítem 13 condiciones laborales	Correlación de Pearson	-,152	1
	Sig. (bilateral)	,111	
	N	111	111

Fuente: elaboración propia (2021).

De acuerdo a la tabla 15 correlación entre la ansiedad estado y el ítem 13 realización teletrabajo o trabajo en casa obtuvo un estadístico de Pearson de -0,152 con un nivel de significancia de 0,111 mayor a 0,05 precisando que existe una correlación negativa muy débil inversa. Así mismo, no hay elementos suficientes para rechazar la hipótesis nula que establece que la ansiedad estado y la realización de teletrabajo o trabajo en casa no están correlacionados.

Ho: la ansiedad estado y el tener otra ocupación aparte de la docencia no están correlacionados.

Hi: la ansiedad estado y el tener otra ocupación aparte de la docencia están correlacionados.

Regla de decisión Si valor p es  $\leq 0.05$  RH0

Tabla 16. Correlación entre ansiedad estado e ítem 14 otra ocupación aparte de la docencia.

		Total de la dimensión ansiedad estado	Total ítem 14 condiciones laborales
Total de la dimensión ansiedad estado	Correlación de Pearson	1	-,079
	Sig. (bilateral)		,407
	N	111	111
Total ítem 14 condiciones laborales	Correlación de Pearson	-,079	1
	Sig. (bilateral)	,407	
	N	111	111

Fuente: elaboración propia (2021).

Según la tabla 16 correlación entre la ansiedad estado y el ítem 14 otra ocupación aparte de la docencia obtuvo un estadístico de Pearson de -0,079 con un nivel de significancia de 0,407 mayor a 0,05, por lo cual se señala que no existe correlación alguna. De igual forma, no existen elementos suficientes para rechazar la hipótesis nula que establece que la ansiedad estado y el tener otra ocupación aparte de la docencia no están correlacionados.

Ho: la ansiedad estado y la afectación económica por la emergencia sanitaria no están correlacionados.

Hi: la ansiedad estado y la afectación económica por la emergencia sanitaria están correlacionados.

Regla de decisión Si valor p es  $\leq 0.05$  RH0

*Tabla 17. Correlación entre ansiedad estado e ítem 15 afectación económica por la emergencia sanitaria.*

		Total de la dimensión ansiedad estado	Total ítem 15 condiciones laborales
Total de la dimensión ansiedad estado	Correlación de Pearson	1	-,113
	Sig. (bilateral)		,236
	N	111	111
Total ítem 15 condiciones laborales	Correlación de Pearson	-,113	1
	Sig. (bilateral)	,236	
	N	111	111

*Fuente: elaboración propia (2021).*

Conforme a la tabla 17 correlación entre la ansiedad estado y el ítem 15 la afectación económica por la emergencia sanitaria obtuvo un estadístico de Pearson de -0,113 con un nivel de significancia de 0,236 mayor a 0,05 por lo tanto, se precisa que existe una correlación negativa muy débil inversa pero no hay elementos suficientes para rechazar la hipótesis nula que establece que la ansiedad estado y la afectación económica por la emergencia sanitaria no están correlacionados.

Ho: la ansiedad estado y el riesgo de contagiarse de Covid-19 mientras desempeña las actividades laborales no están correlacionados.

Hi: la ansiedad estado y el riesgo de contagiarse de Covid-19 mientras desempeña las actividades laborales están correlacionados.

Regla de decisión Si valor p es  $\leq 0.05$  RH0

Tabla 18. Correlación entre ansiedad estado e ítem 16 riesgo de contagiarse de Covid-19.

		Total de la dimensión ansiedad estado	Total ítem 16 condiciones laborales
Total de la dimensión ansiedad estado	Correlación de Pearson	1	-,025
	Sig. (bilateral)		,791
	N	111	111
Total ítem 16 condiciones laborales	Correlación de Pearson	-,025	1
	Sig. (bilateral)	,791	
	N	111	111

Fuente: elaboración propia (2021).

En concordancia con la tabla 18 correlación entre la ansiedad estado y el ítem 16 el riesgo de contagiarse de Covid-19 mientras desempeña las actividades laborales obtuvo un estadístico de Pearson de -0,025 con un nivel de significancia de 0,791 mayor a 0,05 precisando que no existe correlación alguna. Además, no existen elementos suficientes para rechazar la hipótesis nula que establece que la ansiedad estado y el riesgo de contagiarse de Covid-19 mientras desempeña las actividades laborales no están correlacionados.

Ho: la ansiedad estado y nivel que considera que trabaja en casa respecto a su lugar habitual de trabajo no están correlacionados.

Hi: la ansiedad estado y nivel que considera que trabaja en casa respecto a su lugar habitual de trabajo están correlacionados.

Regla de decisión Si valor p es  $\leq 0.05$  RH0

Tabla 19. Correlación entre ansiedad estado e ítem 17 nivel que considera que trabaja en casa.

		Total de la dimensión ansiedad estado	Total ítem 17 condiciones laborales
Total de la dimensión ansiedad estado	Correlación de Pearson	1	-,006
	Sig. (bilateral)		,951
	N	111	111
Total ítem 17 condiciones laborales	Correlación de Pearson	-,006	1
	Sig. (bilateral)	,951	

N	111	111
---	-----	-----

*Fuente: elaboración propia (2021).*

En relación a la tabla 19 correlación entre la ansiedad estado y el ítem 17 nivel que considera que trabaja en casa respecto a su lugar habitual de trabajo obtuvo un estadístico de Pearson de -0,006 con un nivel de significancia de 0,951 mayor a 0,05 lo que quiere decir que no existe una correlación y no se presentan elementos suficientes para rechazar la hipótesis nula que establece que la ansiedad estado y nivel que considera que trabaja en casa respecto a su lugar habitual de trabajo no están correlacionados.

Ho: la ansiedad estado y si la institución educativa le ha proporcionado las herramientas virtuales necesarias para realizar teletrabajo no están correlacionados.

Hi: la ansiedad estado y si la institución educativa le ha proporcionado las herramientas virtuales necesarias para realizar teletrabajo están correlacionados.

Regla de decisión Si valor p es  $\leq 0.05$  RH0

*Tabla 20. Correlación entre ansiedad estado e ítem 18 la IE ha proporcionado herramientas virtuales para el teletrabajo.*

		Total de la dimensión ansiedad estado	Total ítem 18 condiciones laborales
Total de la dimensión ansiedad estado	Correlación de Pearson	1	-,165
	Sig. (bilateral)		,084
	N	111	111
Total ítem 18 condiciones laborales	Correlación de Pearson	-,165	1
	Sig. (bilateral)	,084	
	N	111	111

*Fuente: elaboración propia (2021).*

Referente a la tabla 20 correlación entre la ansiedad estado y el ítem 18 si la institución educativa le ha proporcionado las herramientas virtuales necesarias para realizar teletrabajo obtuvo un estadístico de Pearson de -0,165 con un nivel de significancia de 0,084 mayor a 0,05 señalando así que existe una correlación negativa muy débil aunque no existen elementos suficientes para rechazar la hipótesis nula que establece que la ansiedad estado y si la institución

educativa le ha proporcionado las herramientas virtuales necesarias para realizar teletrabajo no están correlacionados.

Ho: la ansiedad estado y si ha recibido alguna capacitación para usar las herramientas virtuales para teletrabajo no están correlacionados.

Hi: la ansiedad estado y si ha recibido alguna capacitación para usar las herramientas virtuales para teletrabajo están correlacionados.

Regla de decisión Si valor p es  $\leq 0.05$  RH0

*Tabla 21. Correlación entre ansiedad estado e ítem 19 capacitación para usar las herramientas virtuales para teletrabajo.*

		Total de la dimensión ansiedad estado	Total ítem 19 condiciones laborales
Total de la dimensión ansiedad estado	Correlación de Pearson	1	-,040
	Sig. (bilateral)		,677
	N	111	111
Total ítem 19 condiciones laborales	Correlación de Pearson	-,040	1
	Sig. (bilateral)	,677	
	N	111	111

*Fuente: elaboración propia (2021).*

Equivalente a la tabla 21 correlación entre la ansiedad estado y el ítem 19 si ha recibido alguna capacitación para usar las herramientas virtuales para teletrabajo obtuvo un estadístico de Pearson de -0,040 con un nivel de significancia de 0,677 mayor a 0,05 lo que expresa que no existe correlación alguna. Asimismo, no hay elementos suficientes para rechazar la hipótesis nula que establece que la ansiedad estado y si ha recibido alguna capacitación para usar las herramientas virtuales para teletrabajo no están correlacionados.

Ho: la ansiedad estado y la capacidad de manejar las herramientas virtuales para realizar teletrabajo no están correlacionados.

Hi: la ansiedad estado y la capacidad de manejar las herramientas virtuales para realizar teletrabajo están correlacionados.

Regla de decisión Si valor  $p$  es  $\leq 0.05$  RH0

Tabla 22. Correlación entre ansiedad estado e ítem 20 capacidad de manejar las herramientas virtuales para realizar teletrabajo.

		Total de la dimensión ansiedad estado	Total ítem 20 condiciones laborales
Total de la dimensión ansiedad estado	Correlación de Pearson	1	,202*
	Sig. (bilateral)		,034
	N	111	111
Total ítem 20 condiciones laborales	Correlación de Pearson	,202*	1
	Sig. (bilateral)	,034	
	N	111	111

Fuente: elaboración propia (2021).

De acuerdo a la tabla 22 correlación entre la ansiedad estado y el ítem 20 la capacidad de manejar las herramientas virtuales para realizar teletrabajo obtuvo un estadístico de Pearson de 0,202 con un nivel de significancia de 0,034 lo que significa que existe una correlación positiva débil. De igual forma, por ser el valor sigma menor a 0.05 se rechaza la hipótesis nula que establece que la ansiedad estado y la capacidad de manejar las herramientas virtuales para realizar teletrabajo no están correlacionados.

Ho: la ansiedad estado y el nivel de manejo de las herramientas tecnológicas no están correlacionados.

Hi: la ansiedad estado y el nivel de manejo de las herramientas tecnológicas están correlacionados.

Regla de decisión Si valor  $p$  es  $\leq 0.05$  RH0

Tabla 23. Correlación entre ansiedad estado e ítem 21 nivel de manejo de las herramientas tecnológicas.

		Total de la dimensión ansiedad estado	Total ítem 21 condiciones laborales
Total de la dimensión ansiedad estado	Correlación de Pearson	1	-,210*
	Sig. (bilateral)		,027

	N	111	111
Total ítem 21 condiciones laborales	Correlación de Pearson	-,210*	1
	Sig. (bilateral)	,027	
	N	111	111

Fuente: elaboración propia (2021).

En contraste con la tabla 23 correlación entre la ansiedad estado y el ítem 21 nivel de manejo de las herramientas tecnológicas obtuvo un estadístico de Pearson de -0,210 con un nivel de significancia de 0,027 menor a 0.05, precisando que existe una correlación negativa débil; igualmente, se rechaza la hipótesis nula que establece que la ansiedad estado y el nivel de manejo de las herramientas tecnológicas no están correlacionados.

Ho: la ansiedad estado y alteraciones del sueño debido a la emergencia sanitaria no están correlacionados.

Hi: la ansiedad estado y alteraciones del sueño debido a la emergencia sanitaria están correlacionados.

Regla de decisión Si valor p es  $\leq 0.05$  RH0

Tabla 24. Correlación entre ansiedad estado e ítem 22 alteraciones del sueño.

		Total de la dimensión ansiedad estado	Total ítem 22 condiciones laborales
Total de la dimensión ansiedad estado	Correlación de Pearson	1	,242*
	Sig. (bilateral)		,011
	N	111	111
Total ítem 22 condiciones laborales	Correlación de Pearson	,242*	1
	Sig. (bilateral)	,011	
	N	111	111

Fuente: elaboración propia (2021).

En referencia a la tabla 24 correlación entre la ansiedad estado y el ítem 22 alteraciones del sueño debido a la emergencia sanitaria obtuvo un estadístico de Pearson de 0,242 con un nivel de significancia de 0,011 menor a 0.05, por lo cual se señala que existe una correlación

positiva débil; además, se rechaza la hipótesis nula que establece que la ansiedad estado y alteraciones del sueño debido a la emergencia sanitaria no están correlacionados.

Ho: la ansiedad estado y preferencia de trabajar desde casa o en la oficina no están correlacionados.

Hi: la ansiedad estado y preferencia de trabajar desde casa o en la oficina están correlacionados.

Regla de decisión Si valor p es  $\leq 0.05$  RH0

*Tabla 25. Correlación entre ansiedad estado e ítem 23 preferencia de trabajar desde casa o en la oficina.*

		Total de la dimensión ansiedad estado	Total ítem 23 condiciones laborales
Total de la dimensión ansiedad estado	Correlación de Pearson	1	,042
	Sig. (bilateral)		,661
	N	111	111
Total ítem 23 condiciones laborales	Correlación de Pearson	,042	1
	Sig. (bilateral)	,661	
	N	111	111

*Fuente: elaboración propia (2021).*

Según la tabla 25 correlación entre la ansiedad estado y el ítem 23 preferencia de trabajar desde casa o en la oficina obtuvo un estadístico de Pearson de 0,042 con un nivel de significancia de 0,661 mayor a 0.05, lo que quiere decir que no existe correlación alguna; además, no se tiene elementos suficientes para rechazar la hipótesis nula que establece que la ansiedad estado y preferencia de trabajar desde casa o en la oficina no están correlacionados.

Ho: la ansiedad estado y tener un espacio adecuado en casa para realizar el trabajo de manera eficiente no están correlacionados.

Hi: la ansiedad estado y tener un espacio adecuado en casa para realizar el trabajo de manera eficiente están correlacionados.

Regla de decisión Si valor p es  $\leq 0.05$  RH0

Tabla 26. Correlación entre ansiedad estado e ítem 24 espacio adecuado en casa para trabajar.

		Total de la dimensión ansiedad estado	Total ítem 24 condiciones laborales
Total de la dimensión ansiedad estado	Correlación de Pearson	1	-,249**
	Sig. (bilateral)		,008
	N	111	111
Total ítem 24 condiciones laborales	Correlación de Pearson	-,249**	1
	Sig. (bilateral)	,008	
	N	111	111

Fuente: elaboración propia (2021).

Tomando la tabla 26 correlación entre la ansiedad estado y el ítem 24 tener un espacio adecuado en casa para realizar el trabajo de manera eficiente obtuvo un estadístico de Pearson de -0,249 con un nivel de significancia de 0,008 menor a 0.05, expresando esto que existe una correlación negativa débil, y se rechaza la hipótesis nula que establece que la ansiedad estado y tener un espacio adecuado en casa para realizar el trabajo de manera eficiente no están correlacionados.

Ho: la ansiedad estado y tener buena conexión a internet mientras trabaja desde casa no están correlacionados.

Hi: la ansiedad estado y tener buena conexión a internet mientras trabaja desde casa están correlacionados.

Regla de decisión Si valor p es  $\leq 0.05$  RH0

Tabla 27. Correlación entre ansiedad estado e ítem 25 tener buena conexión a internet.

		Total de la dimensión ansiedad estado	Total ítem 25 condiciones laborales
Total de la dimensión ansiedad estado	Correlación de Pearson	1	-,036
	Sig. (bilateral)		,708
	N	111	111
Total ítem 25 condiciones laborales	Correlación de Pearson	-,036	1
	Sig. (bilateral)	,708	

N	111	111
---	-----	-----

*Fuente: elaboración propia (2021).*

Respecto a la tabla 27 correlación entre la ansiedad estado y el ítem 25 tener buena conexión a internet mientras trabaja desde casa obtuvo un estadístico de Pearson de  $-0,036$  con un nivel de significancia de  $0,708$  mayor a  $0,05$ , por lo tanto, no existe correlación y no hay elementos suficientes para rechazar la hipótesis nula que establece que la ansiedad estado y tener buena conexión a internet mientras trabaja desde casa no están correlacionados.

Ho: la ansiedad rasgo y la realización de teletrabajo o trabajo en casa no están correlacionados.

Hi: la ansiedad rasgo y la realización de teletrabajo o trabajo en casa están correlacionados.

Regla de decisión Si valor  $p$  es  $\leq 0,05$  RH0

*Tabla 28. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 13 teletrabajo o trabajo en casa.*

		Total de la dimensión ansiedad rasgo	Total ítem 13 condiciones laborales
Total de la dimensión ansiedad rasgo	Correlación de Pearson	1	-,039
	Sig. (bilateral)		,686
	N	111	111
Total ítem 13 condiciones laborales	Correlación de Pearson	-,039	1
	Sig. (bilateral)	,686	
	N	111	111

*Fuente: elaboración propia (2021).*

Continuando con la tabla 28 se tiene que la correlación entre la ansiedad rasgo y el ítem 13 realización de teletrabajo o trabajo en casa obtuvo un estadístico de Pearson de  $-0,039$  con un nivel de significancia de  $0,686$  mayor a  $0,05$  lo que expresa que no existe correlación alguna. Asimismo, no hay elementos suficientes para rechazar la hipótesis nula que establece que la ansiedad rasgo y la realización de teletrabajo o trabajo en casa no están correlacionados.

Ho: la ansiedad rasgo y el tener otra ocupación aparte de la docencia no están correlacionados.

Hi: la ansiedad rasgo y el tener otra ocupación aparte de la docencia están correlacionados.

Regla de decisión Si valor p es  $\leq 0.05$  RH0

*Tabla 29. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 14 otro trabajo aparte de la docencia.*

		Total de la dimensión ansiedad rasgo	Total ítem 14 condiciones laborales
Total de la dimensión ansiedad rasgo	Correlación de Pearson	1	-,026
	Sig. (bilateral)		,790
	N	111	111
Total ítem 14 condiciones laborales	Correlación de Pearson	-,026	1
	Sig. (bilateral)	,790	
	N	111	111

*Fuente: elaboración propia (2021).*

Respecto a la tabla 29 correlación entre la ansiedad rasgo y el ítem 14 otro trabajo aparte de la docencia obtuvo un estadístico de Pearson de -0,026 con un nivel de significancia de 0,790 mayor a 0,05, por lo cual se señala que no existe correlación alguna; de igual manera, no se encuentran elementos suficientes para rechazar la hipótesis nula que establece que la ansiedad rasgo y el tener otro trabajo aparte de la docencia no están correlacionados.

Ho: la ansiedad rasgo y la afectación económica por la emergencia sanitaria no están correlacionados.

Hi: la ansiedad rasgo y la afectación económica por la emergencia sanitaria están correlacionados.

Regla de decisión Si valor p es  $\leq 0.05$  RH0

*Tabla 30. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 15 afectación económica por la emergencia sanitaria.*

		Total de la dimensión ansiedad rasgo	Total ítem 15 condiciones laborales
Total de la dimensión ansiedad rasgo	Correlación de Pearson	1	,000
	Sig. (bilateral)		,997
	N	111	111

Total ítem 15 condiciones laborales	Correlación de Pearson	,000	1
	Sig. (bilateral)	,997	
	N	111	111

Fuente: elaboración propia (2021).

Conforme a la tabla 30 correlación entre la ansiedad rasgo y el ítem 15 la afectación económica por la emergencia sanitaria obtuvo un estadístico de Pearson de 0,000 con un nivel de significancia de 0,997 mayor a 0,05 por lo tanto, se precisa que no existe correlación y no hay elementos suficientes para rechazar la hipótesis nula que establece que la ansiedad rasgo y la afectación económica por la emergencia sanitaria no están correlacionados.

Ho: la ansiedad rasgo y el riesgo de contagiarse de Covid-19 mientras desempeña las actividades laborales no están correlacionados.

Hi: la ansiedad rasgo y el riesgo de contagiarse de Covid-19 mientras desempeña las actividades laborales están correlacionados.

Regla de decisión Si valor  $p$  es  $\leq 0.05$  RH0

Tabla 31. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 16 riesgo de contagiarse de Covid-19.

		Total de la dimensión ansiedad rasgo	Total ítem 16 condiciones laborales
Total de la dimensión ansiedad rasgo	Correlación de Pearson	1	-,047
	Sig. (bilateral)		,621
	N	111	111
Total ítem 16 condiciones laborales	Correlación de Pearson	-,047	1
	Sig. (bilateral)	,621	
	N	111	111

Fuente: elaboración propia (2021).

En concordancia con la tabla 31 correlación entre la ansiedad rasgo y el ítem 16 riesgo de contagiarse de Covid-19 mientras desempeña las actividades laborales obtuvo un estadístico de Pearson de -0,047 con un nivel de significancia de 0,621 mayor a 0,05 precisando que no existe correlación alguna. Además, no existen elementos suficientes para rechazar la hipótesis

nula que establece que la ansiedad rasgo y el riesgo de contagiarse de Covid-19 mientras desempeña las actividades laborales no están correlacionados.

Ho: la ansiedad rasgo y nivel que considera que trabaja en casa respecto a su lugar habitual de trabajo no están correlacionados.

Hi: la ansiedad rasgo y nivel que considera que trabaja en casa respecto a su lugar habitual de trabajo están correlacionados.

Regla de decisión Si valor p es  $\leq 0.05$  RH0

*Tabla 32. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 17 nivel que considera que trabaja en casa.*

		Total de la dimensión ansiedad rasgo	Total ítem 17 condiciones laborales
Total de la dimensión ansiedad rasgo	Correlación de Pearson	1	,078
	Sig. (bilateral)		,413
	N	111	111
Total ítem 17 condiciones laborales	Correlación de Pearson	,078	1
	Sig. (bilateral)	,413	
	N	111	111

*Fuente: elaboración propia (2021).*

En relación a la tabla 32 correlación entre la ansiedad rasgo y el ítem 17 la percepción de trabajar en casa, si trabaja más, igual o menos que en su lugar habitual de trabajo obtuvo un estadístico de Pearson de 0,078 con un nivel de significancia de 0,413 mayor a 0,05 lo que quiere decir que no existe correlación y no se presentan elementos suficientes para rechazar la hipótesis nula que establece que la ansiedad rasgo y la percepción de trabajar en casa, si trabaja más, igual o menos que en su lugar habitual de trabajo no están correlacionados.

Ho: la ansiedad rasgo y si la institución educativa le ha proporcionado las herramientas virtuales necesarias para realizar teletrabajo no están correlacionados.

Hi: la ansiedad rasgo y si la institución educativa le ha proporcionado las herramientas virtuales necesarias para realizar teletrabajo están correlacionados.

Regla de decisión Si valor p es  $\leq 0.05$  RH0

*Tabla 33. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 18 la IE ha proporcionado herramientas virtuales para el teletrabajo.*

		Total de la dimensión ansiedad rasgo	Total ítem 18 condiciones laborales
Total de la dimensión ansiedad rasgo	Correlación de Pearson	1	-,014
	Sig. (bilateral)		,884
	N	111	111
Total ítem 18 condiciones laborales	Correlación de Pearson	-,014	1
	Sig. (bilateral)	,884	
	N	111	111

*Fuente: elaboración propia (2021).*

Referente a la tabla 33 correlación entre la ansiedad rasgo y el ítem 18 si la institución educativa le ha proporcionado las herramientas virtuales necesarias para realizar teletrabajo obtuvo un estadístico de Pearson de -0,014 con un nivel de significancia de 0,884 mayor a 0,05 señalando así que no existe una correlación y no existen elementos suficientes para rechazar la hipótesis nula que establece que la ansiedad rasgo y si la institución educativa le ha proporcionado las herramientas virtuales necesarias para realizar teletrabajo no están correlacionados.

Ho: la ansiedad rasgo y si ha recibido alguna capacitación para usar las herramientas virtuales para teletrabajo no están correlacionados.

Hi: la ansiedad rasgo y si ha recibido alguna capacitación para usar las herramientas virtuales para teletrabajo están correlacionados.

Regla de decisión Si valor p es  $\leq 0.05$  RH0

*Tabla 34. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 19 capacitación para usar las herramientas virtuales para teletrabajo.*

	Total de la dimensión ansiedad rasgo	Total ítem 19 condiciones laborales
Correlación de Pearson	1	-,072

Total de la dimensión ansiedad rasgo	Sig. (bilateral)		,454
	N	111	111
Total ítem 19 condiciones laborales	Correlación de Pearson	-,072	1
	Sig. (bilateral)	,454	
	N	111	111

Fuente: elaboración propia (2021).

Equivalente a la tabla 34 correlación entre la ansiedad rasgo y el ítem 19 si ha recibido alguna capacitación para usar las herramientas virtuales para teletrabajo obtuvo un estadístico de Pearson de -0,072 con un nivel de significancia de 0,454 mayor a 0,05 lo que expresa que no existe correlación alguna. Asimismo, no hay elementos suficientes para rechazar la hipótesis nula que establece que la ansiedad rasgo y si ha recibido alguna capacitación para usar las herramientas virtuales para teletrabajo no están correlacionados.

Ho: la ansiedad rasgo y la capacidad de manejar las herramientas virtuales para realizar teletrabajo no están correlacionados.

Hi: la ansiedad rasgo y la capacidad de manejar las herramientas virtuales para realizar teletrabajo están correlacionados.

Regla de decisión Si valor p es  $\leq 0.05$  RH0

Tabla 35. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 20 capacidad de manejar las herramientas virtuales para realizar teletrabajo.

		Total de la dimensión ansiedad rasgo	Total ítem 20 condiciones laborales
Total de la dimensión ansiedad rasgo	Correlación de Pearson	1	-,009
	Sig. (bilateral)		,927
	N	111	111
Total ítem 20 condiciones laborales	Correlación de Pearson	-,009	1
	Sig. (bilateral)	,927	
	N	111	111

Fuente: elaboración propia (2021).

De acuerdo a la tabla 35 correlación entre la ansiedad rasgo y el ítem 20 la capacidad de manejar las herramientas virtuales para realizar teletrabajo obtuvo un estadístico de Pearson de -0,009 con un nivel de significancia de 0,927 mayor a 0.05 lo que significa que no existe una correlación y tampoco hay elementos suficientes para rechazar la hipótesis nula que establece que la ansiedad rasgo y la capacidad de manejar las herramientas virtuales para realizar teletrabajo no están correlacionados.

Ho: la ansiedad rasgo y el nivel de manejo de las herramientas tecnológicas no están correlacionados.

Hi: la ansiedad rasgo y el nivel de manejo de las herramientas tecnológicas están correlacionados.

Regla de decisión Si valor  $p$  es  $\leq 0.05$  RH0

*Tabla 36. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 21 nivel de manejo de las herramientas tecnológicas.*

		Total de la dimensión ansiedad rasgo	Total ítem 21 condiciones laborales
Total de la dimensión ansiedad rasgo	Correlación de Pearson	1	,045
	Sig. (bilateral)		,636
	N	111	111
Total ítem 21 condiciones laborales	Correlación de Pearson	,045	1
	Sig. (bilateral)	,636	
	N	111	111

*Fuente: elaboración propia (2021).*

En contraste con la tabla 36 correlación entre la ansiedad rasgo y el ítem 21 nivel de manejo de las herramientas tecnológicas obtuvo un estadístico de Pearson de 0,045 con un nivel de significancia de 0,636 mayor a 0.05, precisando que no existe una correlación; además, no hay elementos suficientes para rechazar la hipótesis nula que establece que la ansiedad rasgo y el nivel de manejo de las herramientas tecnológicas no están correlacionados.

Ho: la ansiedad rasgo y alteraciones del sueño debido a la emergencia sanitaria no están correlacionados.

Hi: la ansiedad rasgo y alteraciones del sueño debido a la emergencia sanitaria están correlacionados.

Regla de decisión Si valor p es  $\leq 0.05$  RH0

Tabla 37. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 22 alteraciones del sueño.

		Total de la dimensión ansiedad rasgo	Total ítem 22 condiciones laborales
Total de la dimensión ansiedad rasgo	Correlación de Pearson	1	-,150
	Sig. (bilateral)		,115
	N	111	111
Total ítem 22 condiciones laborales	Correlación de Pearson	-,150	1
	Sig. (bilateral)	,115	
	N	111	111

Fuente: elaboración propia (2021).

En referencia a la tabla 37 correlación entre la ansiedad rasgo y el ítem 22 alteraciones del sueño debido a la emergencia sanitaria obtuvo un estadístico de Pearson de -0,150 con un nivel de significancia de 0,115 mayor a 0.05, por lo cual se señala que existe una correlación negativa muy débil, pero no se presentan elementos suficientes para rechazar la hipótesis nula que establece que la ansiedad rasgo y alteraciones del sueño debido a la emergencia sanitaria no están correlacionados.

Ho: la ansiedad rasgo y preferencia de trabajar desde casa o en la oficina no están correlacionados.

Hi: la ansiedad rasgo y preferencia de trabajar desde casa o en la oficina están correlacionados.

Regla de decisión Si valor p es  $\leq 0.05$  RH0

Tabla 38. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 23 preferencia de trabajar desde casa o en la oficina.

	Total de la dimensión ansiedad rasgo	Total ítem 23 condiciones laborales
Correlación de Pearson	1	,113

Total de la dimensión ansiedad rasgo	Sig. (bilateral)		,236
	N	111	111
Total ítem 23 condiciones laborales	Correlación de Pearson	,113	1
	Sig. (bilateral)	,236	
	N	111	111

Fuente: elaboración propia (2021).

Según la tabla 38 correlación entre la ansiedad rasgo y el ítem 23 preferencia de trabajar desde casa o en la oficina obtuvo un estadístico de Pearson de 0,113 con un nivel de significancia de 0,236 mayor a 0.05, lo que quiere decir que existe una correlación positiva muy débil; sin embargo, no se tiene elementos suficientes para rechazar la hipótesis nula que establece que la ansiedad rasgo y preferencia de trabajar desde casa o en la oficina no están correlacionados.

Ho: la ansiedad rasgo y tener un espacio adecuado en casa para realizar el trabajo de manera eficiente no están correlacionados.

Hi: la ansiedad rasgo y tener un espacio adecuado en casa para realizar el trabajo de manera eficiente están correlacionados.

Regla de decisión Si valor p es  $\leq 0.05$  RH0

Tabla 39. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 24 espacio adecuado en casa para trabajar.

		Total de la dimensión ansiedad rasgo	Total ítem 24 condiciones laborales
Total de la dimensión ansiedad rasgo	Correlación de Pearson	1	-,004
	Sig. (bilateral)		,966
	N	111	111
Total ítem 24 condiciones laborales	Correlación de Pearson	-,004	1
	Sig. (bilateral)	,966	
	N	111	111

Fuente: elaboración propia (2021).

Tomando la tabla 39 correlación entre la ansiedad rasgo y el ítem 24 tener un espacio adecuado en casa para realizar el trabajo de manera eficiente obtuvo un estadístico de Pearson de -0,004 con un nivel de significancia de 0,966 mayor a 0.05, expresando esto que no existe

correlación alguna y no hay elementos suficientes para rechazar la hipótesis nula que establece que la ansiedad rasgo y tener un espacio adecuado en casa para realizar el trabajo de manera eficiente no están correlacionados.

Ho: la ansiedad rasgo y tener buena conexión a internet mientras trabaja desde casa no están correlacionados.

Hi: la ansiedad rasgo y tener buena conexión a internet mientras trabaja desde casa están correlacionados.

Regla de decisión Si valor p es  $\leq 0.05$  RH0

*Tabla 40. Correlación entre ansiedad rasgo e ítem 25 tener buena conexión a internet*

		Total de la dimensión ansiedad rasgo	Total ítem 25 condiciones laborales
Total de la dimensión ansiedad rasgo	Correlación de Pearson	1	-,009
	Sig. (bilateral)		,923
	N	111	111
Total ítem 25 condiciones laborales	Correlación de Pearson	-,009	1
	Sig. (bilateral)	,923	
	N	111	111

*Fuente: elaboración propia (2021).*

Respecto a la tabla 40 correlación entre la ansiedad rasgo y el ítem 25 tener buena conexión a internet mientras trabaja desde casa obtuvo un estadístico de Pearson de -0,009 con un nivel de significancia de 0,923 mayor a 0.05, por lo tanto, no existe correlación y no hay elementos suficientes para rechazar la hipótesis nula que establece que la ansiedad rasgo y tener buena conexión a internet mientras trabaja desde casa no están correlacionados.

Ho: la ansiedad y el teletrabajo no están correlacionados.

Hi: la ansiedad y el teletrabajo están correlacionados.

Regla de decisión Si valor p es  $\leq 0.05$  RH0

Tabla 41. Correlación entre ansiedad y teletrabajo.

		Total variable ansiedad	Total variable teletrabajo
Total variable ansiedad	Correlación de Pearson	1	-,124
	Sig. (bilateral)		,194
	N	111	111
Total variable teletrabajo	Correlación de Pearson	-,124	1
	Sig. (bilateral)	,194	
	N	111	111

Fuente: elaboración propia (2021).

Finalmente, entre la correlación de las variables ansiedad y teletrabajo se obtuvo un estadístico de Pearson de -0,124 con un nivel de significancia de 0,194 mayor a 0.05, por lo tanto, existe una correlación negativa muy débil pero no hay elementos suficientes para rechazar la hipótesis nula que establece que la ansiedad y el teletrabajo no están correlacionados.

#### 4.2. Discusión de los resultados

Una vez ejecutada la recolección de la información en el presente estudio, se contrastan los resultados con algunos antecedentes y postulados teóricos; es pertinente resaltar que, en cuanto a la variable de ansiedad, para la dimensión ansiedad estado se evidencia que el 47% de la población se encuentra en sobre promedio y en la dimensión ansiedad rasgo se obtiene una cifra de 38%, siendo el género masculino quien presenta cifras significativas para ambas dimensiones, con un 56%, en proporción a las féminas que están en 41% en estado y 26% en rasgo; considerando particularmente importante estos datos pues se plantea la ansiedad estado como una condición inmediata, caracterizada por una combinación única de sentimientos de tensión, aprensión, nerviosismo, pensamientos molestos y preocupaciones según Spielberger (1972, citado por Ries, Castañeda, Campos, & Del Castillo, 2012, p. 9).

Se contrasta lo anterior con los resultados de la investigación de Trujillo & Delgado (2021), la cual arrojó que la mayoría de los docentes se encontraron en un rango de ansiedad normal y leve con un porcentaje de 61.3%, y un 38.7% con ansiedad moderada y severa, lo cual

es pertinente de abordar pues son cifras importantes de atención tal como se evidencia en el presente el mismo porcentaje para ansiedad rasgo, además que fueron las féminas quienes obtuvieron mayor nivel, mientras que en el presente son los hombres.

Respecto a la dimensión ansiedad rasgo, también presenta cifras relevantes en el presente estudio, en especial para la población masculina como ya se mencionó, es pertinente señalar según postulados de Spielberger (1972), que esta se refiere a las diferencias individuales de ansiedad relativamente estables, siendo una disposición o tendencia; no se manifiesta directamente en la conducta y debe ser inferida por la frecuencia con la que un individuo experimenta aumentos en su estado de ansiedad (Ries, Castañeda, Campos, & Del Castillo, 2012, p. 9).

En este contexto, considerando los resultados evidenciados en el presente estudio al obtener puntuaciones más altas en ansiedad estado, teniendo en cuenta que la aplicación del instrumento se hace durante la emergencia sanitaria por el Covid-19 y como mencionan Ayuso, Colomer, & Herrera (2016), que al ser la ansiedad estado una condición transitoria los niveles de puntuaciones deben ser bajas en situaciones no estresantes o en situaciones en las que un peligro existente no se percibe como amenazante, por ende se precisa que por la situación actual de la pandemia donde emergen factores estresantes u otros, las cifras hayan sido significativamente altas.

Por otra parte, estos resultados difieren del estudio realizado en Quito por Patiño & Ricaurte (2021), donde obtuvieron que la mayor parte de los participantes están entre un rango normal en la sintomatología de ansiedad y depresión, aun cuando los docentes jóvenes de primaria, manifestaron puntuaciones más altas.

Seguidamente se evidencia que los resultados del presente estudio coinciden parcialmente con los obtenidos por Ozamiz, Dosil, Idoiaga, & Berasategi (2021), tomando en consideración que el 49,4% de los docentes manifestaron síntomas de ansiedad. Es de relevancia que ambos estudios se ejecutan frente a la crisis actual por la pandemia Covid-19, con la finalidad de indagar la prevalencia de malestar psicológico, encontrando efectivamente sintomatología ansiosa. De igual manera, se toma equivalencia con los resultados de Moreno M. D. (2021), evidenciando altos niveles de ansiedad y otros malestares en los docentes que

realizan teletrabajo, enfatizando además esta última como factor de riesgo incidente en la aparición de la sintomatología por las demandas psicológicas, carga y tiempo de trabajo frente a la crisis sanitaria.

En concordancia y retomando la ansiedad estado en el nivel sobre promedio del 47% de la población de este estudio, siendo consistentes con los resultados de Arias, Herrero, Cabrera, Chibás, & García (2020), donde también predominó la ansiedad estado con niveles alto (30,96 %) y medio (26,90 %), demostrando con ello la presencia de alteraciones psicológicas en los participantes frente a la situación epidemiológica. Difiere esto, con el estudio de Pacori (2020), donde pese a que se utilizó el mismo instrumento para medir los niveles de ansiedad, cuestionario STAI (cuestionario de ansiedad Estado-Rasgo), evidenciaron que los participantes presentan cifras del 48,6% ansiedad bajo y el 43,8% ansiedad media siendo el género femenino sobresaliente en estas puntuaciones.

Similarmente, se comparan estos resultados con el estudio realizado en algunas regiones de Colombia por Anaya & Rojano (2020), encontrando también que la mayoría de los docentes padecen sentimientos de depresión, estrés y ansiedad en un 87.84% justificando esto en los cambios que han sufrido los participantes en su quehacer diario para hacer frente a la compleja situación por la pandemia. Por ende, se ve inmerso el teletrabajo como la modalidad a la cual tuvieron que recurrir los sujetos de diferentes investigaciones e incidente en los resultados sobre la sintomatología reflejada.

Conjuntamente en Bucaramanga Pineda, Cardozo, Atehortua, & Velasco (2020), evidenciaron la presencia de nivel medio de ansiedad estado en participantes involucrados en el contexto de la pandemia, lo cual concuerda parcialmente con los hallazgos del presente proyecto considerando las cifras ya mencionadas, aunque no haya equivalencia en cuanto al grupo poblacional utilizado. Lo importante de esto, es identificar que ante la situación de crisis por la emergencia sanitaria del Covid-19 se reflejan cifras de malestar psicológico en la población.

Por otra parte, se toma parcialmente como referencia los resultados de la investigación de Villarreal, Fandiño & Ortiz (2019), donde también se empleó la aplicación del cuestionario de ansiedad Estado - Rasgo (STAI), pero en población estudiantil, encontrando el 56% con ansiedad estado y el 44% ansiedad rasgo, evidenciado que en las mujeres existe un mayor

incremento de la ansiedad en comparación con los hombres, lo cual contradice de lo obtenido en este proyecto dado que los hombres puntuaron con mayores niveles; es importante tener en cuenta la prevalencia de factores que interfieren en estos resultados, como la ocupación o los rangos etarios de los participantes.

Acorde con el enfoque cognitivo conductual, estos resultados permiten reafirmar lo postulado por Lazarus (1966), Beck (1976), Meichenbaum (1977) y Hull (1921, 1943,1952) (citados por citado por Sierra, Ortega, & Zubeidat, 2003), cuando señalan que la ansiedad se considera un impulso ante una situación determinada, donde el sujeto percibe, evalúa y valora las implicaciones, tornándose como amenazante; aplicando el proceso conductual y cognitivo, la sintomatología de ansiedad refleja ambos procesos, teniendo en cuenta que la situación de la pandemia es percibida y valorada como un factor negativo, frente al cual los sujetos reaccionan acorde a esa percepción y evidencian conductas perjudiciales para su salud mental.

Continuando con la variable teletrabajo, para lo cual se aplicó la ficha sociodemográfica y laboral, de manera relevante se obtuvo que el 95% de los docentes se encuentra en esta modalidad de trabajo, el 62% tuvo afectación económica por la emergencia sanitaria, sumado a esto que el 84% considera que se esfuerza más trabajando desde casa y el 59% ha presentado alteraciones del sueño, siendo pertinente concordar con el postulado de Casas (2006, citado por Urrego, 2016), quien plantea que un entorno laboral saludable implica no solo el espacio físico, sino condiciones que van dirigidas a lograr el bienestar de los trabajadores, a las buenas relaciones personales, adecuada organización, salud emocional y que se promueva el bienestar familiar y social de los colaboradores a través de la protección de riesgos, donde se estimule su autoestima y el control de su propia salud y del ambiente laboral.

Coinciden estos resultados con la investigación realizada por Torres & Flores (2020), en la cual a través de la evaluación de las condiciones laborales bajo la modalidad de teletrabajo, se concluyó que los factores incidentes para la manifestación de la fatiga laboral son los problemas de tensión y ansiedad causada por la emergencia sanitaria, la combinación del aumento en la carga laboral junto con las labores domésticas causa el agotamiento general del cuerpo y finalmente el agotamiento visual provocado por la interacción del docente con el ordenador para la realización del teletrabajo.

En cuanto a la correlación entre las variables del presente estudio, de manera general se obtiene que existe una correlación negativa muy débil; considerando que entre la ansiedad estado y las condiciones laborales bajo la modalidad de teletrabajo se reflejaron en baja proporción algunos coeficientes de correlación negativa muy débil según los baremos de Hernández, Fernández, & Baptista (2010), lo que significa que a medida que aumente una variable la otra disminuye significativamente; y correlaciones positivas débiles lo que quiere decir que conforme aumente una variable la otra también lo hace o disminuye si la otra también, entre estas últimas se resalta las alteraciones del sueño, lo que podría determinar que en la medida que aumente la afectación del sueño aumenta la ansiedad o disminuye la segunda si la primera también. Respecto a la dimensión ansiedad rasgo con las condiciones laborales mayormente se obtuvo que no hay correlación entre ambas.

En el desarrollo del presente estudio se consideran limitaciones como la emergencia sanitaria por el Covid-19 que actualmente enfrenta el país, lo cual repercute en los procesos investigativos en especial para la aplicación de instrumentos a la población, enfrentando la necesidad de hacerlo a través de los medios tecnológicos con formularios de google, conllevando así una gestión más compleja, puesto que la institución advirtió que los participantes son renuentes a contestar encuestas u otro tipo de instrumentos por correo debido a sus múltiples ocupaciones y carencia de tiempo. Sin embargo, con el apoyo de altas directivas de la organización y persistencia de las investigadoras se logró a satisfacción la recolección de información para la ejecución del presente proyecto.

## **Conclusiones**

De acuerdo al primer objetivo de esta investigación, referente a la caracterización sociodemográfica de los docentes de la Universidad de Santander, campus Valledupar, es de resaltar que la población está constituida mayormente por el género femenino con un 59%, oscilando principalmente entre el rango de edad 31 a 40 años, además de la prevalencia en el estado civil casado con un 52%.

Ante el segundo objetivo correspondiente en identificar las condiciones laborales bajo la modalidad de teletrabajo, es pertinente señalar que el 95% de los participantes se encuentra realizando teletrabajo, precisando otros factores relevantes como por ejemplo: el 62% tuvo afectación económica por la emergencia sanitaria, el 84% considera que se esfuerza más trabajando desde casa y el 59% ha presentado alteraciones del sueño, situaciones que dan cuenta de las condiciones en las cuales laboran los docentes y que pueden influir positiva o negativamente en su desempeño laboral y bienestar psicológico.

De lo anterior, es relevante considerar lo encontrado en la investigación de Torres & Flores (2020), en la cual, implementando una evaluación de las condiciones laborales bajo la modalidad de teletrabajo, se pudo constatar que aspectos como la tensión ante la emergencia sanitaria, la sobrecarga laboral, agotamiento por el uso del computador, entre otros, inciden en la manifestación de fatiga en la población docente. Esto permite fundamentar los resultados del presente estudio, que dan cuenta de manifestaciones negativas en la salud de los sujetos, frente a la situación actual por la pandemia.

Respecto al tercer objetivo, se concluyó que es la ansiedad estado la de mayor presencia en la población con un 47% en categoría sobre promedio, obteniendo los hombres altas cifras tanto para ansiedad estado como rasgo. Frente a esto es importante retomar a Spielberg (1972, citado por Ries, Castañeda, Campos, & Del Castillo, 2012, p. 9) cuando expresa que la ansiedad estado es una condición inmediata, donde prevalecen síntomas que generan malestar tanto a nivel cognitivo como conductual. Sin lugar a dudas, estos datos reflejan lo que de manera general se podría pensar con la realidad que se enfrenta actualmente, y es la presencia de síntomas psicológicos ante las situaciones que han surgido a nivel laboral, familiar y social, lo cual afecta significativamente al individuo e influye en su funcionalidad.

Es importante mencionar lo fundamental de hacer este tipo de investigaciones, pues permiten conocer con detalle, basándose en resultados obtenidos a través de herramientas psicológicas avaladas, el malestar que puede estar padeciendo un sujeto, y que a simple vista no parece relevante pero que puede generar afectaciones mayores sino se gestionan de la mejor manera.

Por último, en cuanto a las correlaciones entre las variables ansiedad y teletrabajo se evidenció que existe una asociación negativa muy débil entre estas. Sin embargo, se concluye que los valores encontrados en la ansiedad ameritan atención, enfatizando la situación actual que enfrentan los docentes por la pandemia. Con base en estos se puede proponer hacer investigaciones correlaciones a futuro con otro tipo de variables para indagar a profundidad, fundamentando además lo primordial de hacer las respectivas detecciones a tiempo para trabajar en pro de alternativas de prevención.

### **Recomendaciones**

Teniendo en cuenta los hallazgos del presente estudio, se sugiere a la Coordinación de Talento Humano de la Universidad de Santander, campus Valledupar, trabajar en articulación con la oficina de Bienestar Institucional tomando iniciativas que promuevan el bienestar en salud mental de los docentes, sensibilizar y brindar estrategias para hacer frente a la ansiedad, mediante talleres donde se aborden herramientas puntuales como técnicas de relajación, pautas para el fortalecimiento del autocuidado en alimentación, sueño, gestión del tiempo, entre otros temas que permitan los sujetos tengan soporte para el mejoramiento en su desarrollo personal, laboral, familiar y social.

Lo anterior, se recomienda pueda llevarse a cabo durante el semestre académico, que haya contratación de la totalidad de los docentes, ejecutando dichos espacios una vez al mes, en los cuales además de brindar estrategias de afrontamiento para la ansiedad, puedan indagar con los mismos sujetos su estado actual, situaciones que puedan estar afectándoles u otros, para determinar la efectividad del programa en desarrollo e implementar más alternativas según los hallazgos.

Es de resaltar que ante las cifras significativas de ansiedad estado y rasgo en un 56% para el género masculino, se sugiere implementar estrategias de afrontamiento acorde con esta población específica, pues los hallazgos dan muestra que quizás los recursos utilizados no están siendo adecuados o incluso que no se cuenta con herramientas para hacer frente a la situación, reflejando así la sintomatología ansiosa.

A la Universidad Popular del Cesar se recomienda implementar un procedimiento para proyectos de investigación, teniendo en cuenta que como estudiantes evidenciamos demoras en la asignación de asesores y respuestas por parte del comité encargado, lo cual percibimos como falta de organización, y esto genera retrocesos en la ejecución de los estudios.

Finalmente, a los psicólogos en formación que inician o están en desarrollo de su proyecto de investigación, recomendarles tener compromiso y sentido de responsabilidad con lo ejecutado y especialmente con la población objeto de estudio, considerando que como futuros profesionales en este campo, lo que se busca es el bienestar de los sujetos.

**Referencias bibliográficas**

- Anaya, N., & Rojano, C. (2020). *Tensiones y emociones de la práctica docente en tiempos del COVID 19*. Obtenido de Repositorio Universidad de la Costa : <https://repositorio.cuc.edu.co/handle/11323/7679>
- Arias, F. G. (2012). *El proyecto de investigación: introducción a la metodología científica (sexta edición)*, Caracas, Venezuela: Editorial Episteme, C.A.
- Arias, Y., Herrero, Y., Cabrera, Y., Chibás, D., & García, Y. (2020). Manifestaciones psicológicas frente a la situación epidemiológica causada por la COVID-19. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, vol.19.
- Ayuso, D., Colomer, A., & Herrera, I. (2016). Ansiedad rasgo y ansiedad estado en enfermeras gestoras y clínicas de la Comunidad de Madrid. *Metas de Enfermería*, N° 3, Vol. 19, pp. 21-26.
- Bernal, C. A. (2010). *Metodología de la investigación*. Tercera edición. Bogotá, D.C, Colombia: Pearson Educación de Colombia Ltda.
- Botero, S. (2021). *Ansiedad del personal de un jardín infantil en el contexto de la emergencia sanitaria*. Obtenido de Repositorio Institucional Universidad EAFIT: <https://repository.eafit.edu.co/handle/10784/29824>
- Buela, G., Guillén, A., & Seisdedos, N. (2015). *Manual STAI Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo. 9 edición revisada*. Madrid, España: TEA Ediciones.
- Cabezas, E., Herrera, R., Ricaurte, P., & Novillo, C. (2021). Depresión, Ansiedad, estrés en estudiantes y docentes: Análisis a partir del Covid 19. *Revista Venezolana de Gerencia (RVG)*, Vol. 26 No. 94 pp. 603-622.
- Caro, Á. (27 de marzo de 2020). *RADICADO 08SE20207417001000008676 PRESERVACION FUENTES DE EMPLEO*. Obtenido de Mintrabajo: <https://www.mintrabajo.gov.co/documents/20147/61000077/08SE20207417001000008676+Concepto+Suspensi%C3%B3n+Contratos++deja+sin+efectos.pdf/17cb3b6f-2f24-5c62-e02b-79b4d899bd60?t=1585427025845>
- Carrillo, I. (s.f.). *Un estudio sobre la ansiedad*. Obtenido de Universidad Autónoma de Ciudad Juárez: <http://www3.uacj.mx/DGDCDC/SP/Documents/avances/Documents/2006/Avances%20124.%20Irene%20Carrillo.pdf>
- Cifuentes, Á., Rivera, D., Vera, C., Murad, R., Sánchez, S., Castaño, L., . . . Rivilla, J. C. (11 de mayo de 2020). *Ansiedad, depresión y miedo: impulsores de la mala salud mental durante el distanciamiento físico en Colombia*. Obtenido de Profamilia: <https://profamilia.org.co/investigaciones/estudio-solidaridad/>
- Código Sustantivo del Trabajo. (3 de octubre de 2020). *Diario Oficial 51456 de 3 octubre de 2020*. Obtenido de Secretaría General del Senado:

- [http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/codigo\\_sustantivo\\_trabajo.html#:~:text=ARTICULO%203o.,del%20Trabajo%2C%20oficiales%20y%20particulares.](http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/codigo_sustantivo_trabajo.html#:~:text=ARTICULO%203o.,del%20Trabajo%2C%20oficiales%20y%20particulares.)
- Congreso de la República de Colombia. (6 de septiembre de 2006). *Ley 1090. Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones.*
- Congreso de la República de Colombia. (16 de julio de 2008). *Ley 1221. Por la cual se establecen normas para promover y regular el Teletrabajo y se dictan otras disposiciones. Diario Oficial No. 47.052 de 16 de julio de 2008.* Obtenido de MinTIC: [https://www.mintic.gov.co/portal/604/articles-3703\\_documento.pdf](https://www.mintic.gov.co/portal/604/articles-3703_documento.pdf)
- Congreso de la República de Colombia. (11 de julio de 2012). *Ley 1562. Por la cual se modifica el Sistema de Riesgos Laborales y se dictan otras disposiciones en materia de Salud Ocupacional.* Obtenido de Minsalud: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/Ley-1562-de-2012.pdf>
- Congreso de la República de Colombia. (12 de mayo de 2021). *Ley 2088. Por la cual se regula el trabajo en casa y se dictan otras disposiciones.* Obtenido de Función Pública: <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=162970>
- Corte Constitucional de Colombia. (28 de junio de 2001). *Sentencia T-678/01 (Eduardo Montealegre Lynett, M.P.).* Obtenido de <https://www.corteconstitucional.gov.co/relatoria/2001/T-678-01.htm>
- Cudris, L., Barrios, Á., & Bonilla, N. (2020). Coronavirus: epidemia emocional y social. *REVISTA AVFT*, Vol. 39, No 3 pp. 309-312.
- Deffaveri, M., Della, C., & Thomé, V. (2020). Síntomas de ansiedad y estrés en profesores de educación básica. *SciELO*, vol.50 no.177.
- Di Martino, V. (2004). *El Teletrabajo en América Latina y el Caribe.* Canadá: Ginebra.
- Domínguez, S., Villegas, G., & Padilla, O. (2013). Propiedades Psicométricas de la Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños-CMASR en Niños y Adolescentes de Lima Metropolitana. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, Vol. 2, N° 1, pp. 15-32.
- Dos Santos, B. M., Scorsolini, F., & Dalri, R. (2021). Ser docente en el contexto de la pandemia de COVID-19: reflexiones sobre la salud mental. *SciELO*, vol.29 no.3 pp. 137-141.
- Fernández, F. (2014). Una Panorámica de la Salud Mental de los Profesores. *Revista Iberoamericana de Educación*, pp. 19-30.
- Galluser, L. P. (2005). Creciente avance del teletrabajo como modalidad laboral. *La trama de la comunicación*, No. 10, pp. 405-422.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. d. (2010). *Metodología de la Investigación. Quinta edición.* México: McGRAW-HILL.

- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. P. (2014). *Metodología de la investigación (sexta edición)*, México DF, México: McGraw – Hill / Interamericana editores, S.A. de C.V.
- Jiménez, A., Trujillo, E., & Rodríguez, A. (2020). *Efectos del confinamiento social en jóvenes universitarios de la ciudad de Santa Marta (ansiedad)*. Obtenido de Repositorio Institucional Universidad Cooperativa de Colombia : <https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/32618>
- Lajarín, J. (2015). *El Teletrabajo, ¿una solución?* Obtenido de RediUMH Repositorio Digital Universitat Miguel Hernández: <http://dspace.umh.es/bitstream/11000/2522/1/Selma%20Lajarin%2C%20Jesus.pdf>
- León, H., Quintero, N., & Bermúdez, M. A. (2019). *Medición del nivel de ansiedad en estudiantes de medicina veterinaria y zootecnia de la Universidad Cooperativa de Colombia sede Bucaramanga, mediante el cuestionario de ansiedad estado-rasgo (STAI)*. Obtenido de Repositorio institucional Universidad Cooperativa de Colombia: <https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/13655>
- Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (MinTIC). (2019). *Un entorno laboral saludable aumenta la productividad de las empresas*. Obtenido de Teletrabajo: <https://www.teletrabajo.gov.co/622/w3-article-100892.html>
- Moreno, G. (2020). Pensamientos distorsionados y ansiedad generalizada en COVID-19. *CienciAmérica*, Vol. 9 No 2. pp. 251-255.
- Moreno, M. D. (2021). *Factores psicosociales en docentes que realizan teletrabajo en la Unidad Educativa Teodoro Kelly - Durán – Ecuador*. Obtenido de Repositorio Digital Institucional Universidad César Vallejo: <https://repository.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/56257>
- Navas, W., & Vargas, M. J. (2012). Trastornos de ansiedad: Revisión dirigida para atención primaria. *Revista Médica de Costa Rica y Centroamérica*, No 604, pp. 497-507.
- Organización Mundial de la Salud. (5 de octubre de 2020). Los servicios de salud mental se están viendo perturbados por la COVID-19 en la mayoría de los países, según un estudio de la OMS. Obtenido de <https://www.who.int/es/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey>
- Ozamiz, N., Dosil, M., Idoiaga, N., & Berasategi, N. (2021). Estado emocional del profesorado de colegios y universidades en el norte de España ante la COVID-19. *Revista Española de Salud Pública*, Vol. 95.
- Ozamiz, N., Dosil, M., Picaza, M., & Idoiaga, N. (2020). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. *Cadernos de Saúde Pública*, Vol. 36 No 4.
- Pacori, J. (2020). *Nivel de ansiedad por riesgo de contagio de COVID-19 en pacientes que acuden al Hospital Militar de Arequipa – 2020*. Obtenido de Repositorio Digital

- Institucional Universidad César Vallejo:  
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/57876>
- Parella, S., y Martins, F. (2012). *Metodología de la investigación cuantitativa*. Caracas – Venezuela: FEDUPEL, Fondo editorial de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador, la editorial pedagógica de Venezuela.
- Patiño, G., & Ricaurte, E. (marzo de 2021). *Niveles de ansiedad y depresión en la práctica docente por confinamiento*. Obtenido de Repositorio de la Universidad Internacional SEK Ecuador: <https://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/4088>
- Pineda, D., Cardozo, W., Atehortua, N., & Velasco, K. (2020). *Depresión y ansiedad (estado-rasgo) en el confinamiento obligatorio por covid-19 en Bucaramanga, Santander*. Obtenido de Repositorio Institucional Universidad Cooperativa de Colombia : <https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/28539>
- Prieto, J., Leal, L., Ramírez, Y., & Pinto, M. (2017). *Ansiedad y depresión en docentes del Colegio Nacionalizado Femenino de Villavicencio*. Obtenido de Repositorio institucional Universidad Cooperativa de Colombia: <https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/4440>
- Puello, J., & Pérez, N. (2020). *Ansiedad, estado emocional y estrategias de afrontamiento de los docentes que atienden estudiantes con NEE en la Guajira-Colombia*. Obtenido de Repositorio digital Universidad Simón Bolívar: <http://bonga.unisimon.edu.co/handle/20.500.12442/6519>
- Quispe, F., & Garcia, G. (2020). Impacto psicológico del covid-19 en la docencia de la Educación Básica Regular. *Revista de Investigación Científica y Tecnológica Alpha Centauri*, Vol. 1 No 2. pp 30-41.
- Reyes, J. A. (s.f.). *Trastornos de ansiedad guía práctica para diagnóstico y tratamiento*. . Obtenido de Biblioteca Virtual en Salud Honduras: <http://www.bvs.hn/Honduras/pdf/TrastornoAnsiedad.pdf>
- Reyes, L. H. (2014). *El Teletrabajo: los beneficios de una forma de organización laboral moderna*. Obtenido de Repositorio Institucional Universidad Militar Nueva Granada: <https://repository.unimilitar.edu.co/bitstream/handle/10654/11993/EL%20TELETRABAJO.pdf;jsessionid=9951FC7AD37ECC9BAA50D1D5EF054B7C?sequence=1>
- Ries, F., Castañeda, C., Campos, M. d., & Del Castillo, O. (2012). Relaciones entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado en competiciones deportivas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, vol. 12, No 2, pp. 9-16.
- Romero, I., Ansorena, A., & Cobo, J. (1983). El constructo ansiedad en psicología. *Estudios de Psicología*, No 16, pp. 31-45.
- Santillán, W. (2020). El Teletrabajo en el Covid-19. *CienciAmérica*, Vol. 9.
- Schmidt, V., & Shoji, A. (2018). *La ansiedad estado-rasgo y el rendimiento académico en adolescentes de 14 a 16 años*. Obtenido de Biblioteca digital Universidad Católica Argentina: <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/558/1/doc.pdf>

- Sierra, J. C., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-estar E Subjetividade*, vol. 3, núm. 1, pp. 10 - 59.
- Tamayo y Tamayo, M. (2004). *El proceso de la investigación científica, incluye evaluación y administración de proyectos de investigación*. México, D.F: Editorial Limusa, S.A. de C.V. Grupo Noriega Editores.
- Torres, R., & Flores, J. (2020). *Evaluación De La Fatiga Laboral Por Teletrabajo Del Personal Docente De La Unidad Educativa Carlos Freile Zaldumbide Ante La Emergencia Sanitaria Del Covid-19 Tabacundo, Ecuador 2020*. Obtenido de Repositorio digital Universidad Internacional SEK:  
<https://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/3855>
- Trujillo, S., & Delgado, A. (2021). El nivel de ansiedad en docentes de las escuelas normales mexicanas durante el confinamiento por COVID-19. Estudio cuantitativo. *Eduscientia. Divulgación de la ciencia educativa*, Vol. 4 Núm. 7 pp. 51-70.
- Universidad de Santander (UDES). (s.f.). *Información Institucional*. Obtenido de Universidad de Santander (UDES): Consultado el 8 de noviembre de 2020.  
<https://valledupar.udes.edu.co/universidad/informacion-institucional>
- Urrego, P. (2016). *Entorno Laboral Saludable*. Obtenido de Ministerio de Salud y Protección Social:  
<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/TH/entorno-laboral-saludable-incentivo-ths-final.pdf>
- Urzúa, A., Vera, P., Caqueo, A., & Polanco, R. (2020). La Psicología en la prevención y manejo del COVID-19. Aportes desde la evidencia inicial. *Scielo*, Vol. 38, Nº 1, 103–118.
- Vargas, L., & Pinilla, G. (s.f.). *Programa Tutor de Dirección y Gestión del Talento Humano*. Obtenido de Academia.edu:  
[https://www.academia.edu/6859197/Modulo\\_7\\_Gesti%C3%B3n\\_de\\_Talento\\_Humano](https://www.academia.edu/6859197/Modulo_7_Gesti%C3%B3n_de_Talento_Humano)
- Villarreal, J. S., Fandiño, K., & Ortiz, L. (2019). *Prevalencia de ansiedad en población universitaria de la ciudad de Bucaramanga, según el cuestionario de ansiedad Estado - Rasgo (STAI), 2019*. Obtenido de Repositorio institucional Universidad Cooperativa de Colombia:  
[https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/13825/4/2019\\_prevalencia\\_ansiedad\\_poblacion.pdf](https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/13825/4/2019_prevalencia_ansiedad_poblacion.pdf)

## Anexos

Anexo 1. Cuestionario de ansiedad estado rasgo STAI

### Cuestionario de ansiedad estado – rasgo

(Stai)

**INSTRUCCIONES:** A continuación, encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la puntuación de 0-3 que indique mejor **cómo se siente usted ahora mismo, en este momento.**

*No hay respuestas buenas ni malas.*

*No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente.*

0	1	2	3
Nada	Algo	Bastante	Mucho

### ANSIEDAD-ESTADO

1	Me siento calmado.	0	1	2	3
2	Me siento seguro.	0	1	2	3
3	Estoy tenso.	0	1	2	3
4	Estoy contrariado.	0	1	2	3
5	Me siento cómodo (estoy a gusto).	0	1	2	3
6	Me siento alterado.	0	1	2	3
7	Estoy preparado ahora por posibles desgracias futuras.	0	1	2	3
8	Me siento descansado.	0	1	2	3
9	Me siento angustiado.	0	1	2	3
10	Me siento confortable.	0	1	2	3
11	Tengo confianza en mí mismo.	0	1	2	3
12	Me siento nervioso.	0	1	2	3
13	Estoy desasosegado.	0	1	2	3
14	Me siento muy “atado” (como oprimido).	0	1	2	3
15	Estoy relajado.	0	1	2	3
16	Me siento satisfecho.	0	1	2	3
17	Estoy preocupado.	0	1	2	3
18	Me siento aturdido y sobreexcitado.	0	1	2	3
19	Me siento alegre.	0	1	2	3
20	En este momento me siento bien.	0	1	2	3

<b>COMPRUEBE SI HA CONTESTADO A TODAS LAS FRASES.</b>
---

**INSTRUCCIONES:** A continuación, encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la puntuación de 0-3 que indique mejor cómo se siente usted en general, en la mayoría de las ocasiones.

*No hay respuestas buenas ni malas.*

*No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa cómo se siente usted generalmente.*

0	1	2	3
Casi Nunca	A Veces	A Menudo	Casi Siempre

### ANSIEDAD-RASGO

21	Me siento bien.	0	1	2	3
22	Me canso rápidamente.	0	1	2	3
23	Siento ganas de llorar.	0	1	2	3
24	Me gustaría ser tan feliz como otros.	0	1	2	3
25	Pierdo oportunidades por no decidirme pronto.	0	1	2	3
26	Me siento descansado.	0	1	2	3
27	Soy una persona tranquila, serena y sosegada.	0	1	2	3
28	Veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas.	0	1	2	3
29	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia.	0	1	2	3
30	Soy feliz.	0	1	2	3
31	Suelo tomar las cosas demasiado seriamente.	0	1	2	3
32	Me falta confianza en mí mismo.	0	1	2	3
33	Me siento seguro.	0	1	2	3
34	No suelo afrontar las crisis o dificultades.	0	1	2	3
35	Me siento triste (melancólico).	0	1	2	3
36	Estoy satisfecho.	0	1	2	3
37	Me rondan y molestan pensamientos sin importancia.	0	1	2	3
38	Me afectan tanto los desengaños, que no puedo olvidarlos.	0	1	2	3
39	Soy una persona estable.	0	1	2	3
40	Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales, me pongo tenso y agitado.	0	1	2	3

<b>COMPRUEBE SI HA CONTESTADO A TODAS LAS FRASES.</b>
---

Anexo 2. Ficha sociodemográfica y laboral.

### FICHA SOCIODEMOGRÁFICA Y LABORAL

Esta es una encuesta con participación voluntaria en la cual se recogen datos sociodemográficos y laborales con fines académicos. Agradecemos responder todas las preguntas con total sinceridad.

Marque con una X la respuesta según corresponda:

#### Datos sociodemográficos

1. Rango de edad.
  - 18 a 30 años
  - 31 a 40 años
  - 41 a 50 años
  - 51 a 60 años
  - Mayor a 60 años
2. Género.
  - Masculino
  - Femenino
3. Estado civil
  - Soltero/a
  - Casado/a
  - Unión libre
  - Separado/a
  - Divorciado/a
  - Viudo/a
4. Tipo de vivienda
  - Propia
  - Arrendada
  - Familiar
  - Compartida con otras familias
5. Personas que conviven en su hogar
  - 1 a 2
  - 3 a 4
  - 5 a 6
  - Mayor a 6
6. Número de personas a su cargo
  - Ninguna
  - 1 a 2
  - Mayor a 2
7. ¿Cuántas horas duerme al día?
  - Menos de 4 horas
  - 4 a 5 horas
  - 6 a 7 horas
  - 8 horas o más

8. ¿A qué se dedica en su tiempo libre?
- Labores domésticas
  - Recreación y deporte
  - Estudios
  - Descanso
  - Otro trabajo
9. ¿Realiza actividad física?
- Si  No
10. ¿Cuánto tiempo lleva laborando en la institución?
- Menos de 1 año
  - 1 a 5 años
  - 6 a 10 años
  - Más de 10 años
11. ¿En qué categoría laboral se encuentra?
- Catedrático
  - Medio tiempo
  - Tiempo completo
12. Tipo de contratación laboral
- Término fijo a 1 año
  - Termino fijo inferior a 1 año
  - Indefinido

**Datos laborales:** las siguientes preguntas se realizan con el fin de conocer algunas condiciones laborales respecto a la situación actual.

13. ¿Se encuentra realizando teletrabajo o trabajo en casa?
- Si  No
14. ¿Tiene otra ocupación aparte de la docencia?
- Si  No
15. ¿Se vio afectado en sus ingresos económicos debido a la emergencia sanitaria por el Covid-19?
- Si  No
16. ¿Qué nivel de riesgo considera de contagiarse por Covid-19 mientras desempeña sus actividades laborales?
- Riesgo Alto
  - Riesgo Moderado
  - Riesgo Bajo
17. ¿En qué nivel considera que trabaja en casa respecto a su lugar habitual de trabajo?
- Trabaja mas
  - Trabaja igual
  - Trabaja menos
18. ¿La institución educativa donde labora le ha proporcionado las herramientas virtuales necesarias para realizar teletrabajo?
- Si  No

19. ¿La institución educativa le ha brindado alguna capacitación para usar las herramientas virtuales para teletrabajo?  
Si ( ) No ( )
20. ¿Siente la capacidad de manejar las herramientas virtuales para realizar teletrabajo?  
Si ( ) No ( )
21. ¿En qué nivel maneja las herramientas tecnológicas y plataformas virtuales?  
Alto ( )  
Moderado ( )  
Bajo ( )
22. ¿Ha tenido alteraciones del sueño debido a la emergencia sanitaria por el Covid-19?  
Si ( ) No ( )
23. 23. ¿Según su experiencia, como prefiere trabajar?  
Trabajar desde casa ( )  
Trabajar en la oficina o institución ( )
24. ¿Tiene un espacio tranquilo y libre en su casa para realizar el trabajo de manera eficiente?  
Si ( ) No ( )
25. ¿Tiene buena conexión a Internet mientras trabaja desde casa?  
Si ( ) No ( )

## Anexo 3. Baremos del cuestionario STAI

Centiles	Puntuaciones Directas								Decatipo
	Adolescentes				Adultos				
	VARONES		MUJERES		VARONES		MUJERES		
	Estado	Rasgo	Estado	Rasgo	Estado	Rasgo	Estado	Rasgo	
99	47-60	46-60	53-60	49-60	47-60	46-60	54-60	49-60	10
97	45	41	44	43	43	39-40	49	45	9
96	44	40	42-43	42	42	38	48	44	9
95	43	39	41	41	40-41	37	47	43	9
90	38	33	39	36	37	33	41	40	8
89	37	32	38	35	36	32	40	39	8
85	36	30	36	33	33	29	37	37	8
80	34	28	34	31	30	27	34	34	7
77	32	27	33	30	29	26	32	33	7
75	31	26	31	29	28	25	31	32	7
70	28	24	28	27	25	24	29	30	7
65	26	23	26	26	23	23	26	29	6
60	24	22	25	25	21	21	24	27	6
55	22	21	23	23	20	20	23	26	6
50	20	20	22	22	19	19	21	24	6
45	19	19	20	21	18	18	19	23	5
40	17	18	19	20	16	17	18	21	5
35	16	17	18	19	15	16	17	20	5
30	14	16	17	18	-	15	16	18	4
25	13	15	16	17	14	14	15	17	4
23	-	-	15	-	13	-	14	-	4
20	12	14	14	16	12	13	13	16	4
15	11	13	13	15	10	11	12	14	3
11	-	-	12	14	9	10	11	13	3
10	10	12	11	13	8	9	10	12	3
5	9	11	8	12	6	8	7	11	2
4	8	10	7	11	5	7	6	10	2
1	0-2	0-6	0-4	0-7	0-2	0-4	0-2	0-7	1
N	146	151	169	180	295	318	295	387	N
Media	22,35	21,30	23,28	23,42	20,54	20,19	23,30	24,99	Media
D. Típica	11,03	8,53	10,56	9,10	10,56	9,10	8,89	10,05	D. Típica

## Anexo 4. Certificación aplicación de instrumentos.



Sede Administrativa Cra. 29 N° 47-32  
PBX. 6434977 Fax. 6436002  
Campus Lagos del Cacique  
Calle 70 N° 55 - 210  
PBX. 6516500 - Fax. 6516492  
Bucaramanga - Colombia  
Web Site: [www.udes.edu.co](http://www.udes.edu.co)

TAH-083-VAL

Valledupar, 8 de abril de 2021

LA JEFE DE TALENTO HUMANO  
DE LA UNIVERSIDAD DE SANTANDER  
NIT. 804.001.890-1

## CERTIFICA

Que en el desarrollo de la investigación titulada “Niveles de ansiedad y teletrabajo en tiempos de pandemia en los docentes de la Universidad de Santander, campus Valledupar” llevada a cabo por Johana Carolina Vega Ferreira, identificada con cédula de ciudadanía 1.065.598.164 de Valledupar y Keenys Jirey Calderón Rada, identificada con cédula de ciudadanía 1.065.829.871 psicólogas en formación de la Universidad Popular del Cesar, se hizo la debida aplicación de instrumentos de medición a la población objeto de estudio, los docentes de la UDES, campus Valledupar, realizadas en las fechas 6, 9,12 y 26 de marzo del 2021.

De lo anterior, tal aplicación se hizo a través de correo electrónico utilizando la herramienta Formulario de Google.

Este certificado se expide a solicitud de la interesada y como soporte del trabajo realizado en nuestra institución.

LILIANA TERESA QUINTERO  
Coordinadora Talento Humano  
UDES Valledupar  
Teléfono: 5730073 Ext. 118  
Correo: [coordinaciontalentohumano@valledupar.udes.edu.co](mailto:coordinaciontalentohumano@valledupar.udes.edu.co)

Transcriptor: Kellys Baron Marquez

La solicitud de verificación de referencias laborales o validación del presente certificado se pueden realizar a través de los siguientes correos: [sectah2@valledupar.udes.edu.co](mailto:sectah2@valledupar.udes.edu.co)  
[secretalentohumano@valledupar.udes.edu.co](mailto:secretalentohumano@valledupar.udes.edu.co)  
[coordinaciontalentohumano@valledupar.udes.edu.co](mailto:coordinaciontalentohumano@valledupar.udes.edu.co)

*Anexo 5. Consentimiento informado.*

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Valledupar, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 20\_\_

Cordial saludo.

El objetivo de la presente investigación es determinar la relación entre niveles de ansiedad y teletrabajo en tiempos de pandemia en los docentes de la Universidad de Santander, campus Valledupar. Por ello, es necesario aplicar los siguientes instrumentos: Cuestionario de ansiedad Estado – Rasgo STAI y la encuesta sociodemográfica y laboral.

A continuación, se describen las condiciones de participación en la investigación:

1. La participación es libre y voluntaria. Luego de iniciada la investigación, usted puede decidir retirarse y disentir cuando lo desee.
2. La participación en la actividad no genera riesgo a la salud y bienestar. No se anticipa ningún riesgo conocido para los sujetos que participen en la investigación.
3. CONFIDENCIALIDAD Y LÍMITES

De acuerdo con lo establecido en la Constitución Nacional, en el Código de Procedimiento Civil y en el Código Deontológico del Psicólogo, la totalidad de la información, están cobijadas por el secreto profesional. Por consiguiente, no discutiré ninguna información revelada en la investigación con ninguna persona ni entidad. En qué caso de que, por algún motivo, como informe solicitado, solamente podré suministrar información específica, previa aprobación escrita del participante, a los evaluadores del presente proyecto de investigación. Sin embargo, la confidencialidad tiene un límite, de acuerdo con lo señalado en el artículo 2o, numeral 5o de la Ley 1090 de 2006, dentro del cual se estipula que en caso de tener información de intenciones de atentar contra su vida o de hacer daño o atentar contra la vida de otras personas, o si es de nuestro conocimiento una situación de abuso hacia niños o ancianos, tenemos la obligación ética y legal de revelar de inmediato esta información a las personas o autoridades competentes.

4. Los investigadores pueden cancelar o terminar unilateralmente la toma de datos o intervención, previa información a usted.
5. Sus datos y resultados individuales serán usados únicamente con fines académicos, descartando cualquier uso económico, laboral o cualquier otro. En caso de tener dudas o reclamos al respecto, podrá comunicarse con los investigadores y también podrá adelantar el debido proceso por medio de la Universidad Popular del Cesar, así como por el Colegio Colombiano de Psicólogos COLPSIC, según lo establece la Ley 1090 de 2006 para la profesión de psicología.
6. Datos de contacto de los estudiantes investigadores:

Para la aceptación de las condiciones señaladas, lo invitamos a diligenciar los siguientes datos.

Yo \_\_\_\_\_ identificado con CC N° \_\_\_\_\_, certifico que me fue socializado el objetivo y fines de la investigación, así como de uso de los datos e información individual, y los riesgos asociados; de igual manera, certifico que mi participación sucede de manera libre y voluntaria, y estoy de acuerdo con ésta.

\_\_\_\_\_  
Firma