

5. EFECTOS EN LA SALUD FÍSICA Y MENTAL DE LOS TRABAJADORES ADMINISTRATIVOS UNIVERSITARIOS EN RELACIÓN CON SOBRECARGA LABORAL DURANTE LA PANDEMIA POR COVID-19

Alexandrea Gaviria Marulanda

Corporación Universitaria Minuto de Dios – Uniminuto. Guadalajara de Buga (Colombia)
alexandreea.gaviria@uniminuto.edu , agaviriamar@uniminuto.edu.co

Luz Yessenia Ramírez

Corporación Universitaria Minuto de Dios – Uniminuto. Guadalajara de Buga (Colombia)
luz.ramirez-m@uniminuto.edu.co

Anayiby del Pilar Vergara

Corporación Universitaria Minuto de Dios – Uniminuto. Guadalajara de Buga (Colombia)
avergaracha@uniminuto.edu.co

Gabriela Riascos Montaña

Corporación Universitaria Minuto de Dios – Uniminuto. Guadalajara de Buga (Colombia)
mriascosmon@uniminuto.edu.co

Valentina Arce Ceballos

Corporación Universitaria Minuto de Dios – Uniminuto. Guadalajara de Buga (Colombia)
varceceball@uniminuto.edu.co

Derivado del proyecto: *Nivel de sobrecarga laboral relacionado con el síndrome de burnout en trabajadores administrativos de una institución universitaria de Buga por trabajo en casa durante la pandemia.*

Institución financiadora: *Corporación Universitaria Minuto de Dios – Uniminuto. Congreso Internacional de Investigación en Salud Ocupacional y Seguridad y Salud en el Trabajo – CIISST*

RESUMEN

Justificación del tema: Durante la pandemia por Covid-19, se presentaron diferentes cambios en el desarrollo de las actividades laborales, generando adaptaciones improvisadas en los puestos de trabajo, debiendo utilizar las herramientas de trabajo disponibles en el hogar como sillas o mesas poco ergonómicas, así como también, la presencia de factores estresores que generan un incremento en la carga mental, todo esto sumado a las largas jornadas laborales por la cantidad de trabajo. Objetivo: identificar los efectos en la salud física y mental de los trabajadores administrativos de una universidad generados por la sobrecarga de trabajo. Metodología: tipo cuantitativa, con una población de 25 trabajadores, a los cuales se les aplicó el cuestionario de Maslach Burnout Inventory y el cuestionario Nórdico de Kuorinka. Resultados: se identificó que los trabajadores presentaron jornadas superiores a las 8 horas diarias, demostrando que los niveles de cansancio emocional entre moderado y alto se encuentran en el 48% de los trabajadores, los cuales manifestaron un incremento en el 100% de síntomas musculares con predominio en el cuello, zona lumbar, espada alta y media y muñecas, los cuales lo atribuyen a su actividad laboral. Conclusión: la sobrecarga