



Informe **Observa PRL.org**  
sobre salud y bienestar  
en tiempos de **COVID-19**

---

2020



Instituto de  
Seguridad y  
Bienestar Laboral

# Observatorio de Prevención de Riesgos Laborales en la Empresas

Instituto de Seguridad y Bienestar Laboral

[www.isbl.eu](http://www.isbl.eu)  
[info@isbl.eu](mailto:info@isbl.eu)



## Introducción

La pandemia ocasionada por la enfermedad **COVID-19** modificó la vida de millones de personas alrededor del mundo. Uno de los ámbitos que mayores cambios sufrió fue el laboral.

Luego de la aprobación del Real Decreto de Ley del 14 de marzo por el que se declaraba el estado de alarma y el confinamiento general de la población en España, uno de los tópicos que ganó mayor relevancia fue la **prevención de riesgos** en los centros de trabajo.

Desde el comienzo, una de las medidas adoptadas por las organizaciones fue el **teletrabajo**, con el principal objetivo de reducir la densidad de personal dentro de las instalaciones, así como favorecer el confinamiento y el distanciamiento social.

Sin embargo, aunque las medidas aplicadas consiguieron desacelerar el ritmo de contagio, su prolongada aplicación y la situación de anomalía a causa de la pandemia requieren de un seguimiento para identificar el estado general de **salud** física y anímica de la población.

En el presente informe se muestran los resultados de la encuesta del **Observatorio Salud y Bienestar en tiempos de COVID-19** sobre las **medidas de prevención de riesgos laborales** adoptadas por diversas empresas, donde laboran trabajadores de diversos sectores económicos en varios países de habla hispana y sus experiencias al respecto.



# Marco de referencia

## Prevención de riesgos laborales

Conjunto de medidas o acciones adoptadas o previstas en el desarrollo de la actividad de una empresa que tienen como fin el evitar o disminuir los riesgos de sufrir algún daño o perjuicio a la salud derivado del desempeño del trabajo (Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales).

## COVID-19

El término hace referencia al virus denominado técnicamente SARS-CoV-2 y el nombre oficial de la enfermedad que este provoca. Se identificó el 31 de diciembre de 2019 en el municipio de Wuhan, China y fue delcarado pandemia mundial el 11 de marzo de 2020 (Ministerio de Salud, 2020: 5).

## Teletrabajo

Se refiere al desempeño de las tareas profesionales que implican el uso de tecnologías de información y comunicación que se desarrolla, generalmente, fuera de las oficinas del negocio para el que labora (Havriluk, 2020: 6).

# Objetivos del estudio

## Objetivo general

Conocer cual ha sido el impacto de la pandemia de COVID-19 en las organizaciones desde el punto de vista de prevención de riesgos laborales.

## Objetivos particulares



01

Conocer las medidas adoptadas por las empresas para reducir **riesgos laborales** relacionados con la pandemia de **COVID-19**.



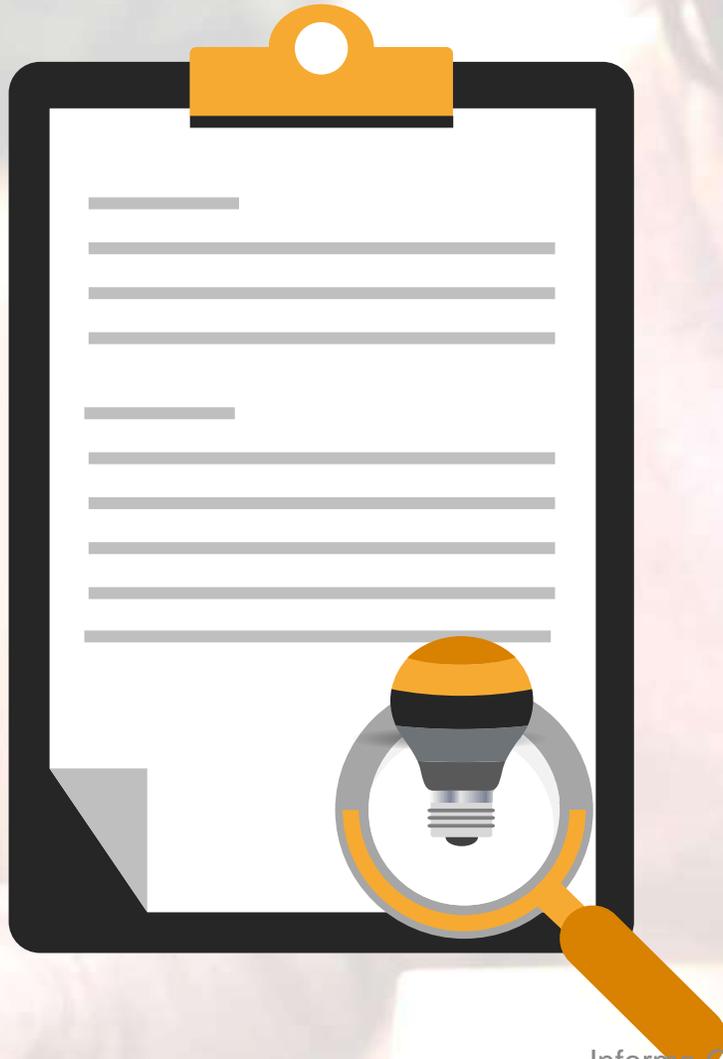
02

Identificar las experiencias de los trabajadores con respecto a las medidas implementadas, en especial con el **teletrabajo**.



03

Indagar en la autopercepción del estado general de **salud** de los encuestados.



## Instrumento de medición

Conformado por **97** variables en estudio de tipo nominal y ordinal.



## Muestra

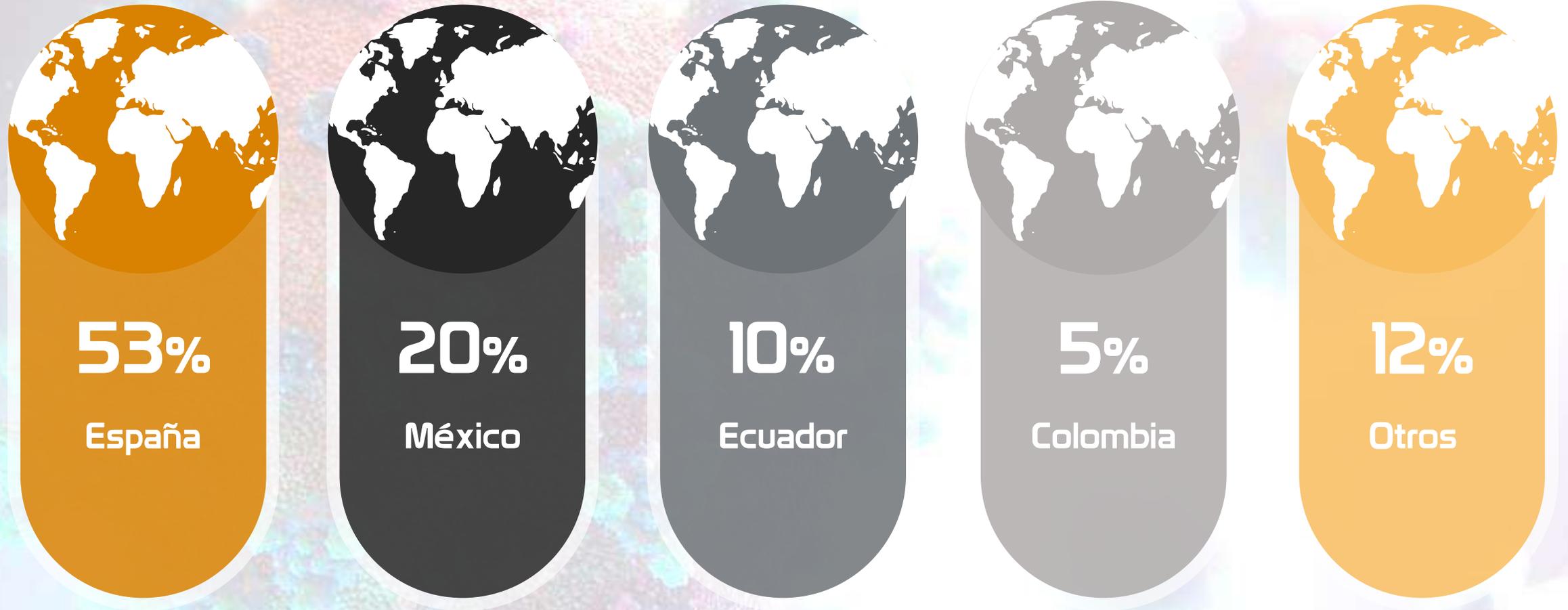
Se contó con la participación de **735** trabajadores de diferentes áreas profesionales



## Criterios de campo

Aplicación en línea.

# Características de la muestra



Poco más de la mitad de la muestra se concentró en **España**, mientras que el resto se distribuyó en países de **América Latina**, en especial en **México**.

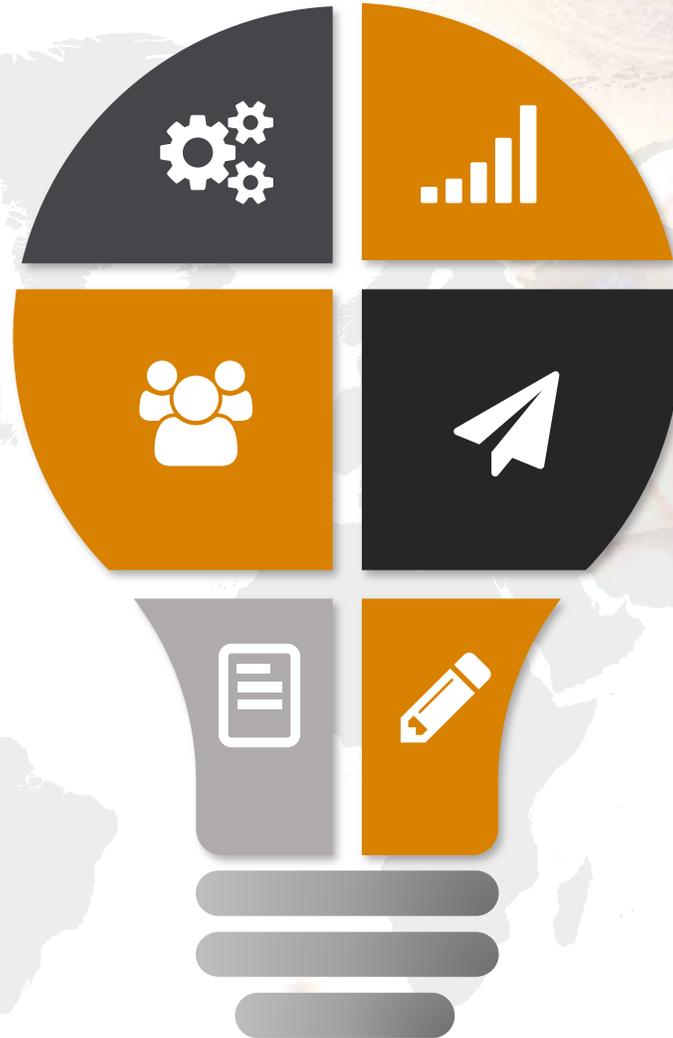
# Características de la muestra

## Sexo

**46%** de los encuestados son hombres; **54%**, mujeres.

## Nivel de estudios

**46%** tiene un máster o doctorado; **35%** cuenta con estudios universitarios de segundo ciclo; **12%**, de primer ciclo; y **7%** posee estudios menores.



## Situación laboral

El **89%** tiene empleo; **9%** se encuentra desempleado; mientras que el **2%** son estudiantes.

## Tamaño de la empresa

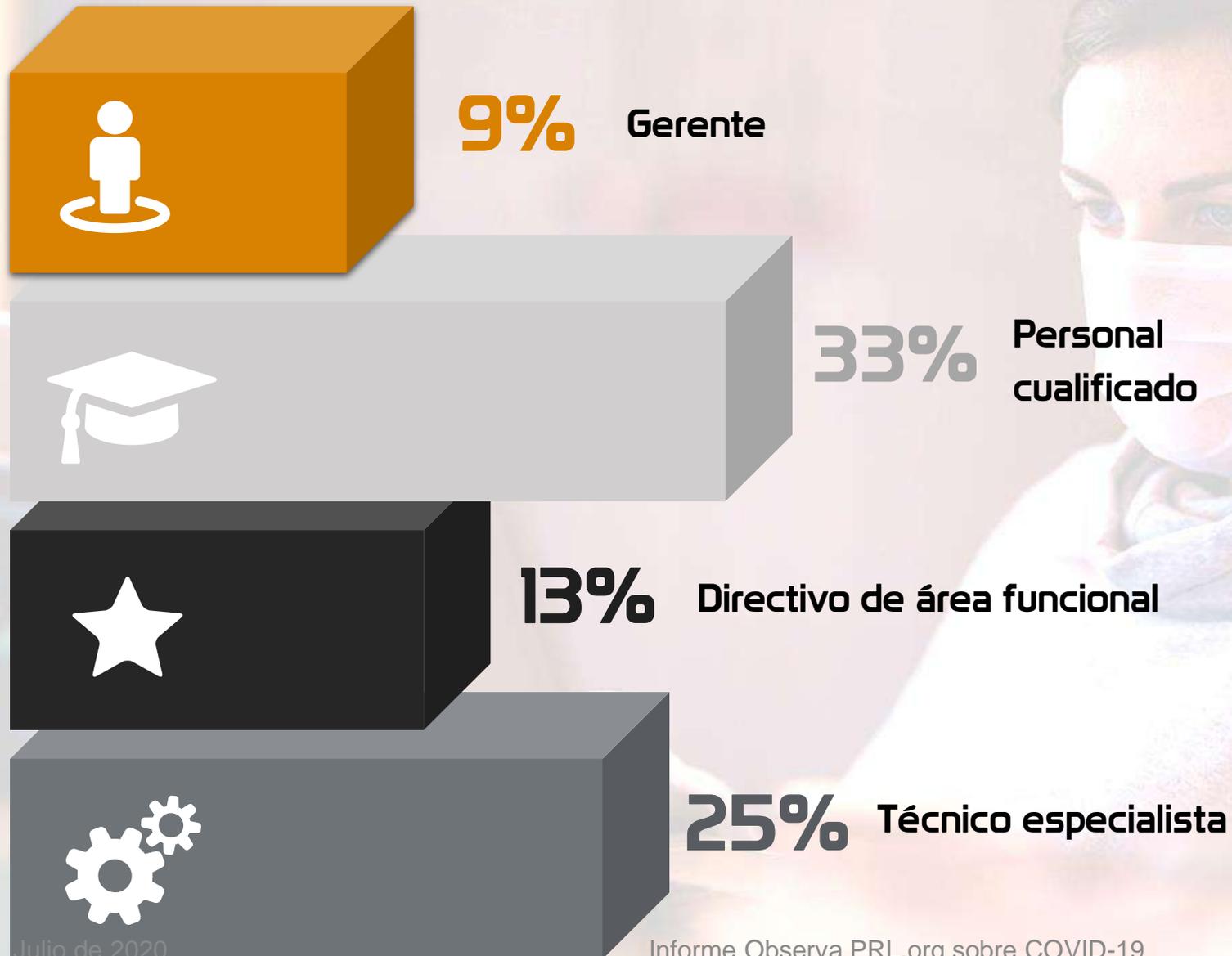
**39%** labora en empresas de más de **500** empleados; **24%**, en empresas de de **101** a **500**; el **37%** restante, en centros de trabajo con menos de **100** colaboradores.

# Características de la muestra

La mitad de los encuestados se concentra en cuatro sectores. El **50%** restante se distribuye entre otras áreas productivas relacionadas, principalmente, con la extracción y transformación de recursos.



# Características de la muestra



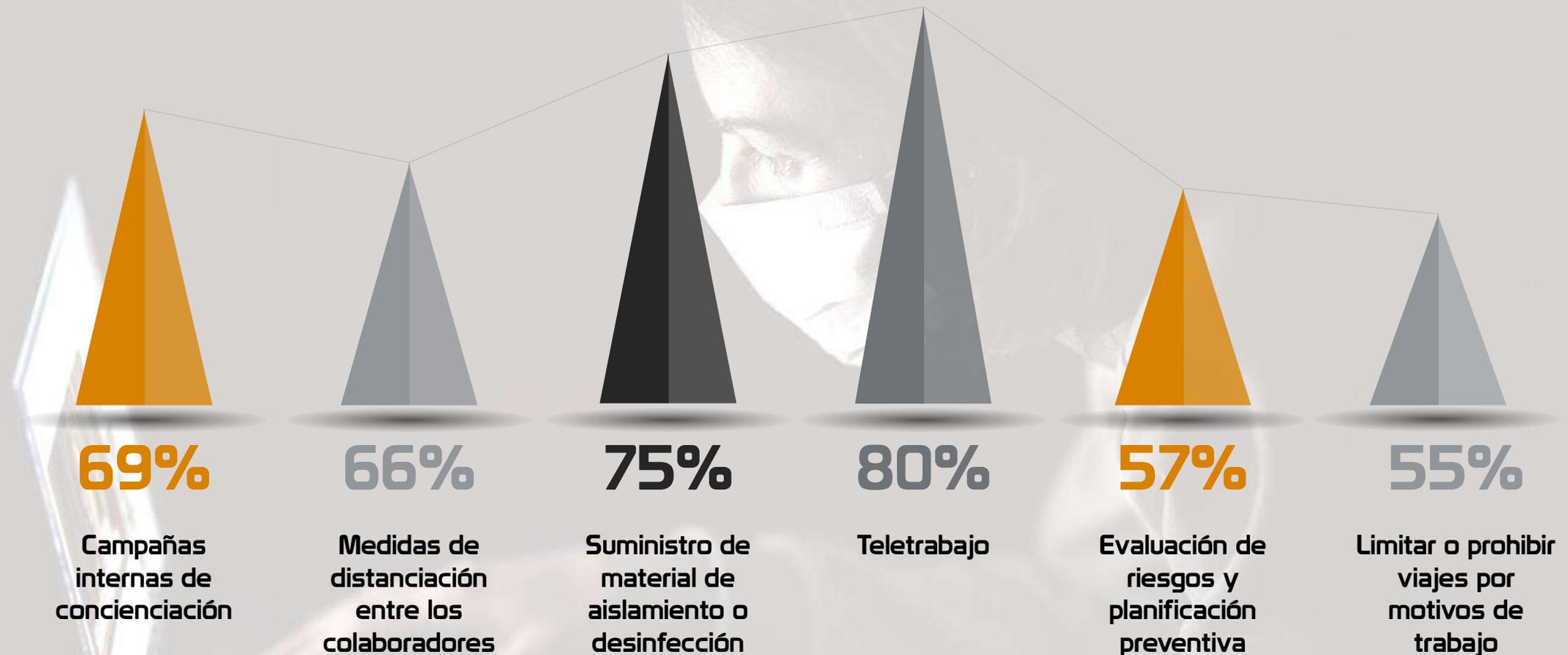
El **20%** restante de la muestra se distribuye entre desempleados, autónomos y otros perfiles laborales.

# Percepción de riesgo de infección en el trabajo



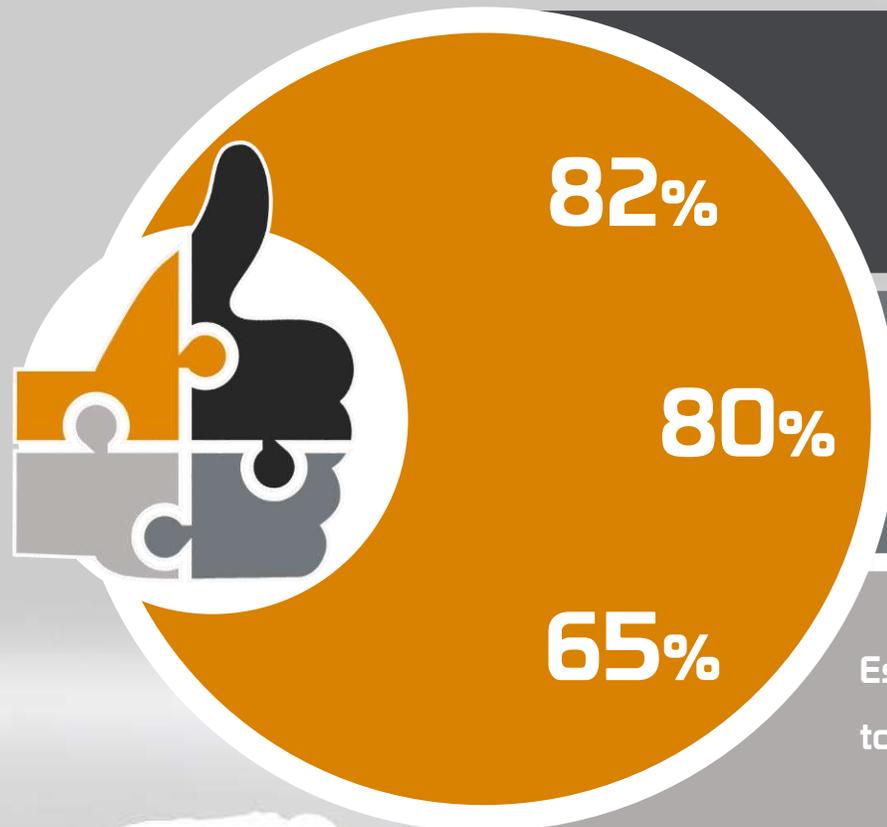
**54%** de los encuestados estima que su profesión o lugar de trabajo le pone en riesgo de ser infectado de **COVID-19**. El restante **46%** considera que no se encuentra en riesgo. Se observa una brecha de **8%** entre ambas posturas.

# Medidas adoptadas por las empresas



El **teletrabajo** destaca como la medida que más empresas incorporaron, seguida de cerca por el suministro de material o servicios de sanitización o aislamiento.

# Evaluación de las medidas por parte de los empleados



Consideran que las medidas implementadas han sido las adecuadas.

Tienen una percepción positiva acerca del manejo de información y capacitación por parte de su empresa.

Estiman que la implementación de las medidas toma en cuenta la participación de los empleados.

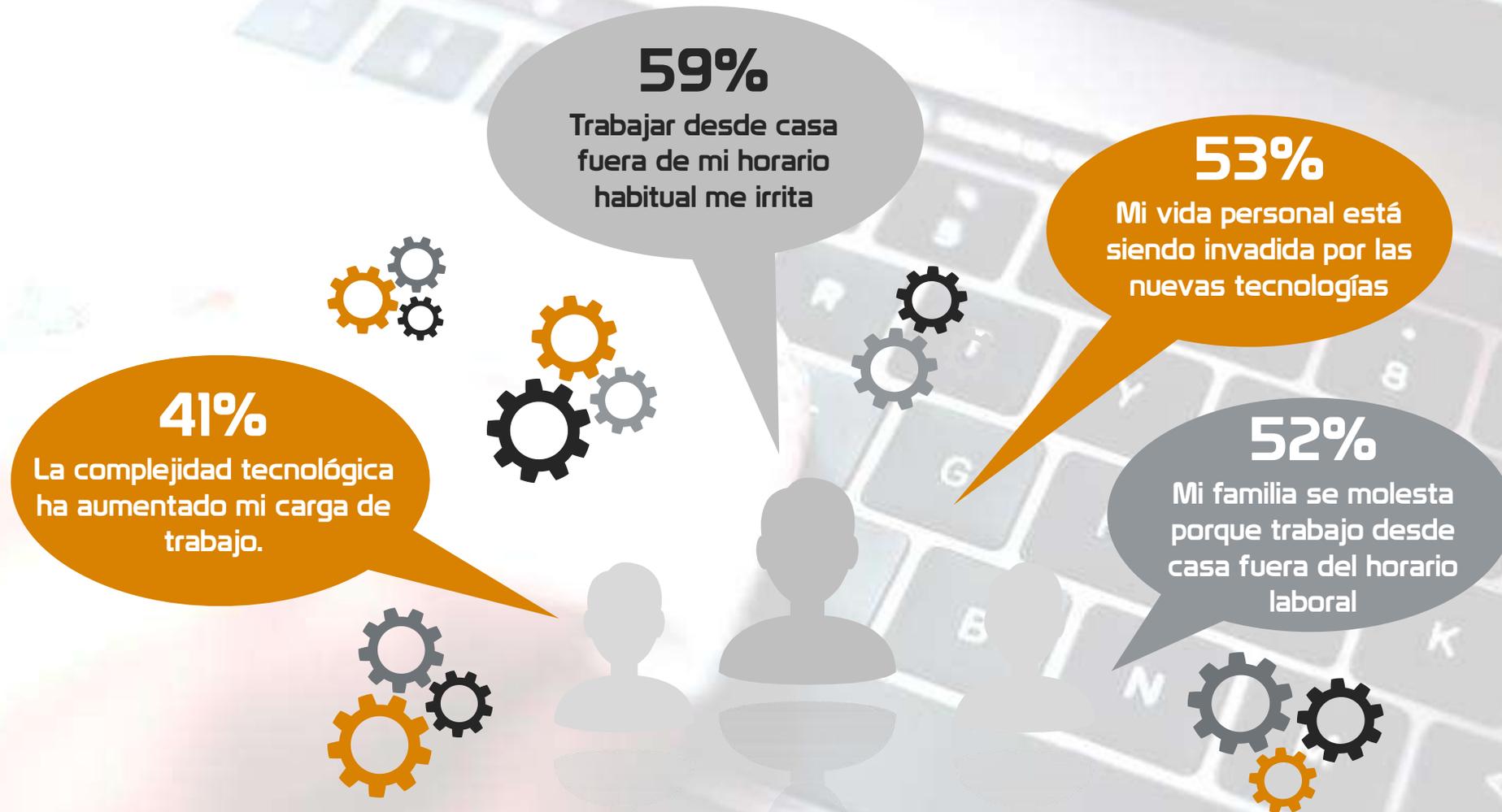
**En general, los empleados mantienen una opinión positiva sobre las medidas implementadas por sus centros de trabajo.**

# Percepción acerca del teletrabajo



**\*Los porcentajes corresponden al total de encuestados que respondieron “De acuerdo” y “Completamente de acuerdo” a cada afirmación.**

# Impacto del teletrabajo en la vida personal



\*Los porcentajes corresponden al total de encuestados que respondieron “De acuerdo” y “Completamente de acuerdo” a cada afirmación.

# Tiempo extra dedicado al aprendizaje



**43%**

**Necesito más tiempo para entender y usar las tecnologías.**



**33%**

**Sacrifico tiempo los fines de semana para actualizarme acerca de las tecnologías.**



**25%**

**No conozco lo suficiente la tecnología para desarrollar mi trabajo.**



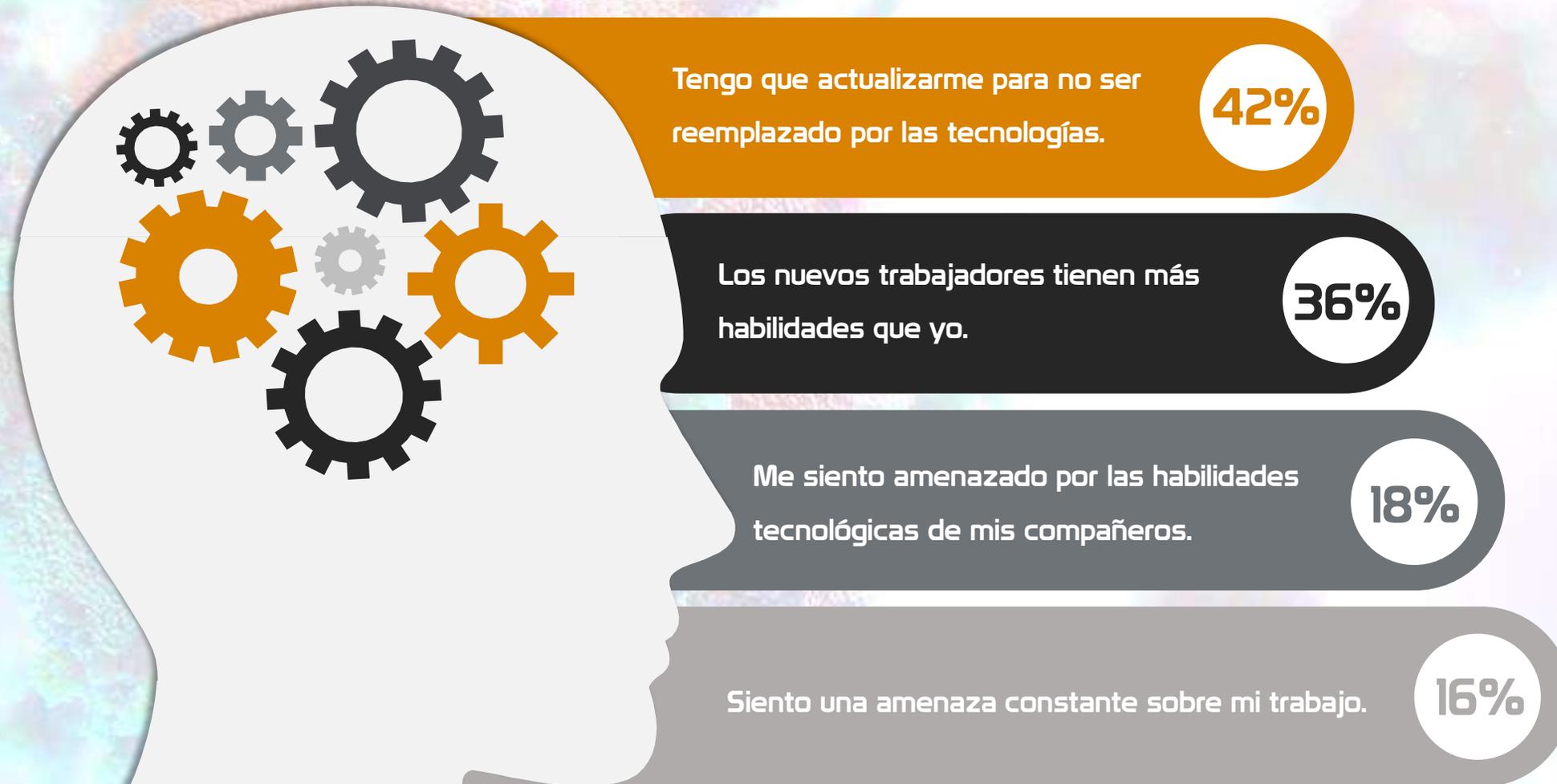
**42%**

**No encuentro suficiente tiempo para mejorar mis habilidades tecnológicas.**



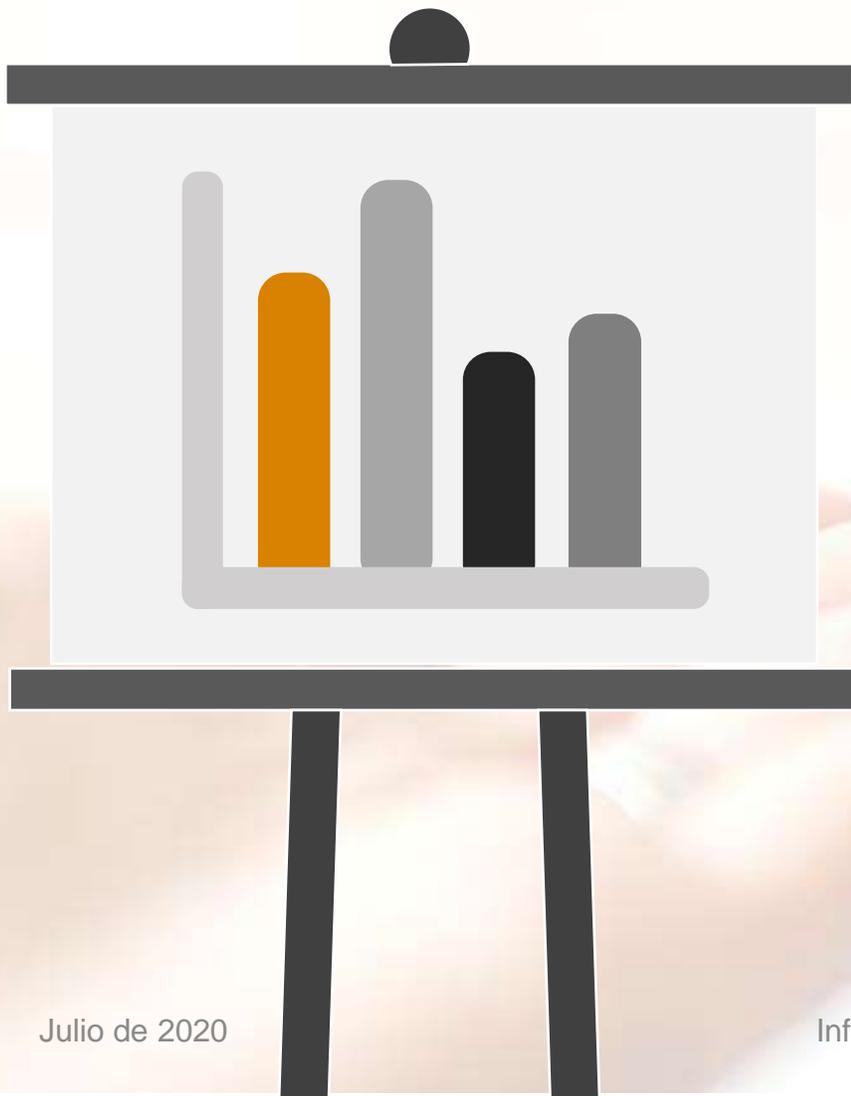
\*Los porcentajes corresponden al total de encuestados que respondieron “De acuerdo” y “Completamente de acuerdo” a cada afirmación.

# Temores emergentes



\*Los porcentajes corresponden al total de encuestados que respondieron "De acuerdo" y "Completamente de acuerdo" a cada afirmación.

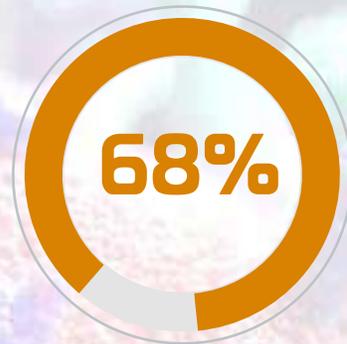
# Acciones de los centros de trabajo en materia tecnológica



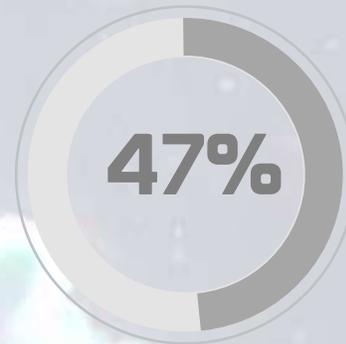
- **70%** Consideran que el servicio de ayuda al usuario final es fácilmente accesible.
- **60%** Estiman que la organización mantiene actualizadas las redes informáticas.
- **59%** Indican que en su centro de trabajo fomenta el trabajo en equipo para solventar las deficiencias tecnológicas
- **56%** Mencionan que su organización implementó capacitación ante la introducción de nuevas tecnologías.

\*Los porcentajes corresponden al total de encuestados que respondieron “De acuerdo” y “Completamente de acuerdo” a cada afirmación.

# Acciones de los centros de trabajo en materia tecnológica



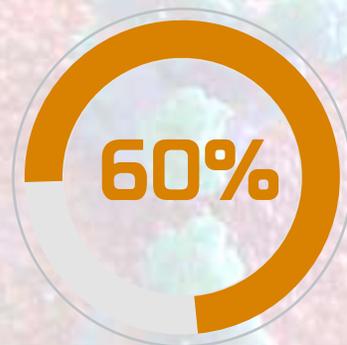
**Siempre hay nuevos desarrollos tecnológicos.**



**Hay cambios constantes en el software.**



**Los trabajadores son consultados antes de introducir tecnologías.**



**Hay actualizaciones frecuentes en las redes informáticas.**



**Hay cambios constantes en el hardware.**

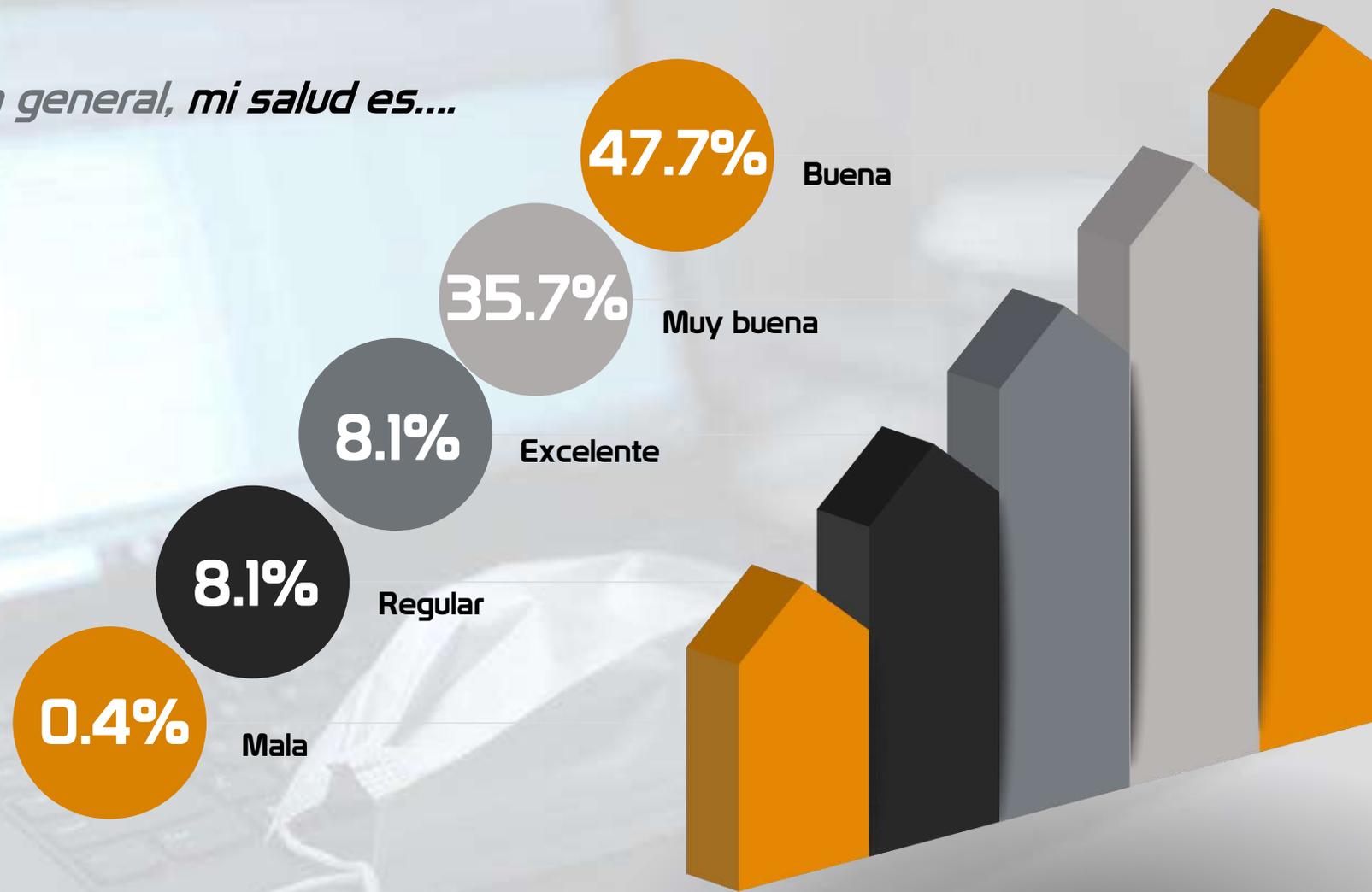


**Hay recompensas por usar nuevas tecnologías.**

\*Los porcentajes corresponden al total de encuestados que respondieron “De acuerdo” y “Completamente de acuerdo” a cada afirmación.

# Autoevaluación del estado de salud

*"En general, mi salud es...."*



# Autoevaluación del estado de salud

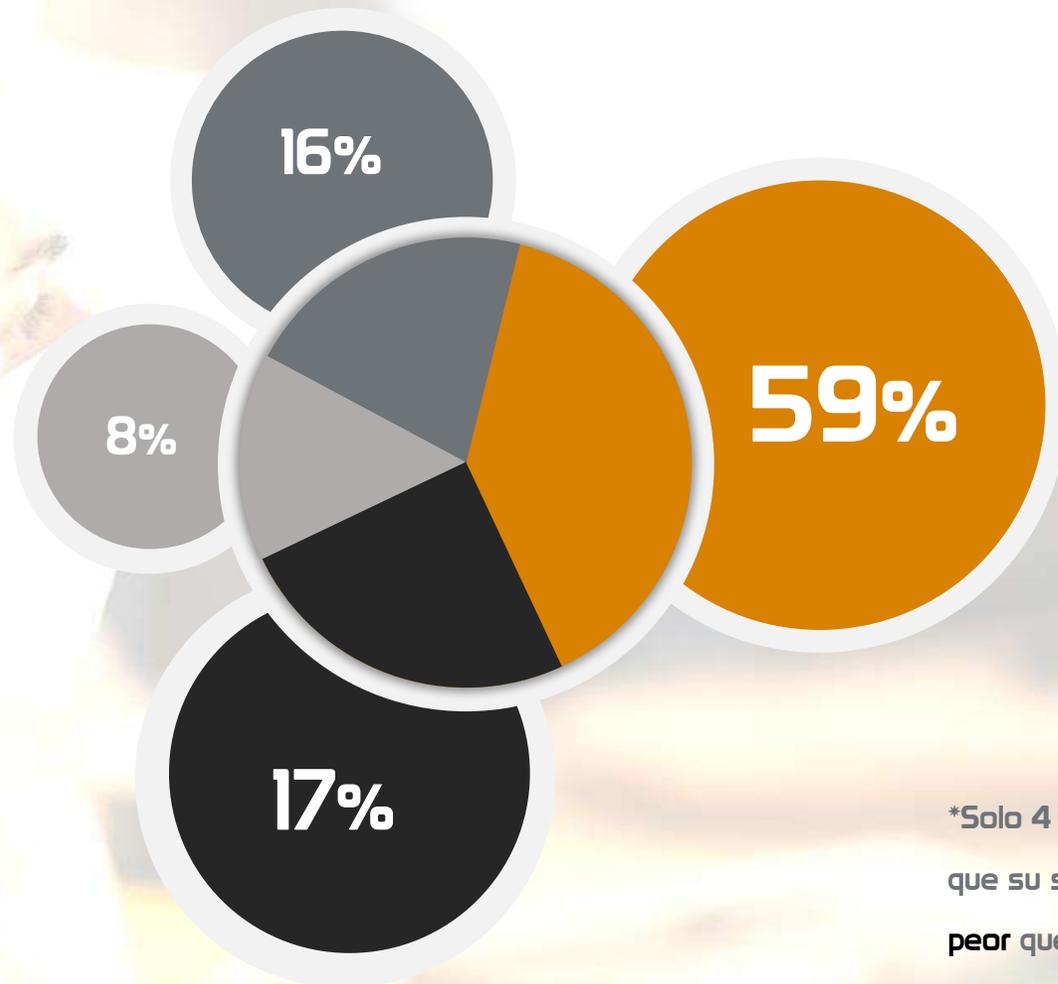
*“Mi salud actual, comparada con la de hace un año es...”*

... más o menos igual que hace un año”.

... algo mejor que hace un año”.

... algo peor que hace un año”.

... mucho mejor que hace un año”.



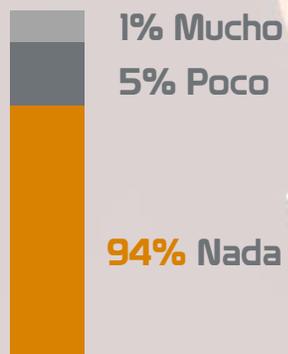
\*Solo 4 personas refirieron que su salud es mucho peor que hace un año.

# Autoevaluación del estado de salud

*“Mi salud actual me limita para...”*



... hacer esfuerzos intensos.



... coger o llevar la bolsa de la compra.



... agacharse o arrodillarse.



... caminar un kilómetro o más.



... hacer esfuerzos moderados.



... subir varios pisos por la escalera.

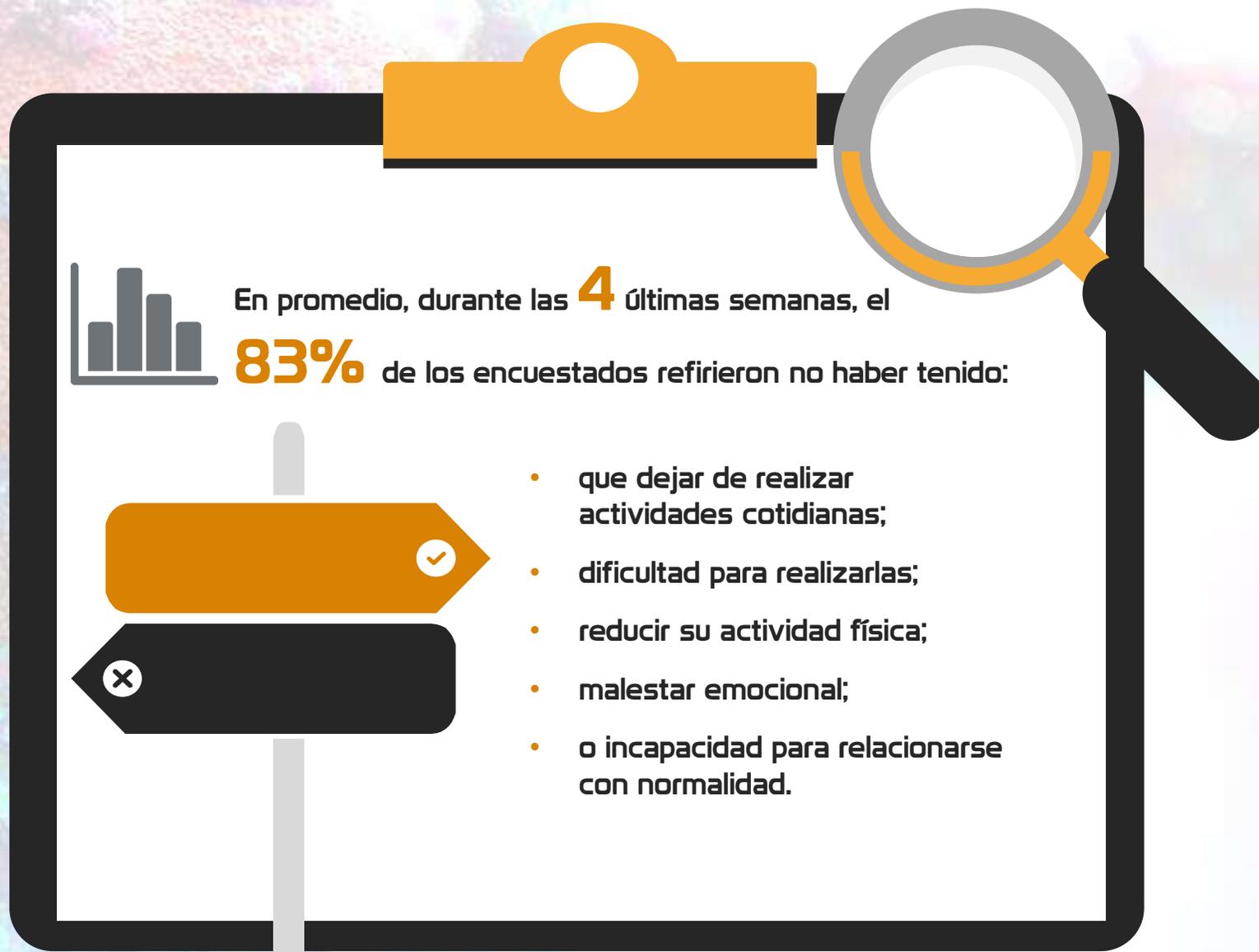


... bañarme o vestirme por mí mismo.



... caminar una manzana.

# Autoevaluación del estado de salud



# Autoevaluación del estado de salud

*“Durante las últimas 4 semanas...”*

**... ¿estuvo nervioso?**

**35%** Algunas veces

**38%** Alguna vez

**17%** Muchas veces

**... ¿se sintió tan bajo de moral que nada lo animaba?**

**42%** Nunca

**30%** Alguna vez

**20%** Algunas veces

**... ¿se sintió feliz?**

**30%** Muchas veces

**29%** Casi siempre

**24%** Algunas veces

**... ¿tuvo mucha energía?**

**29%** Casi siempre

**29%** Muchas veces

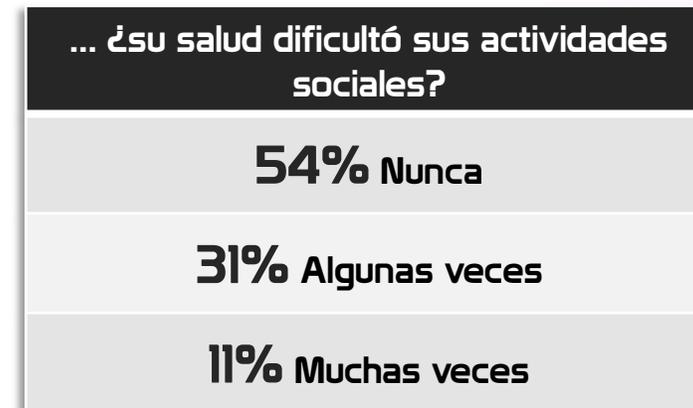
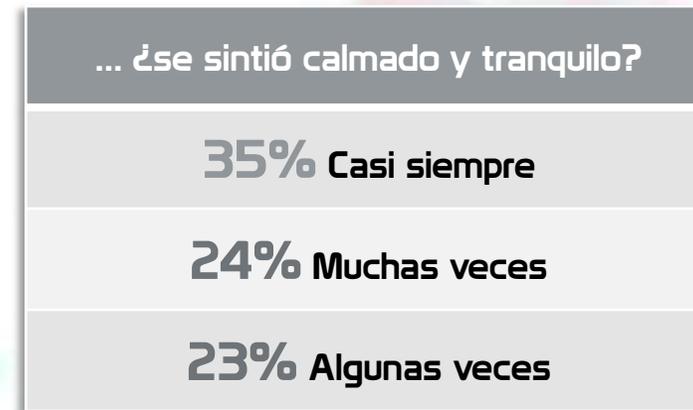
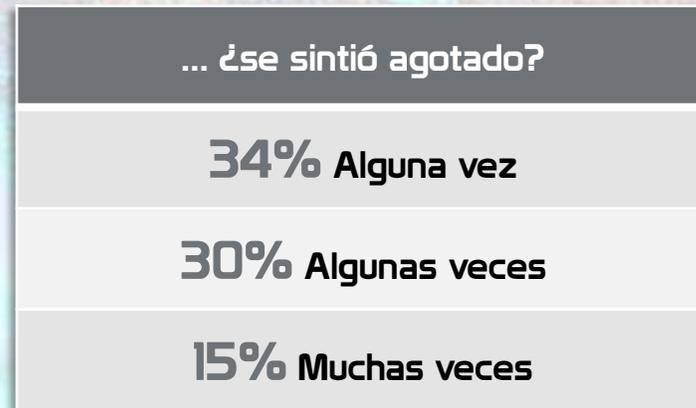
**26%** Algunas veces



\*Para cada pregunta se muestran los tres porcentajes más altos.

# Autoevaluación del estado de salud

*“Durante las últimas 4 semanas ...*



\*Para cada pregunta se muestran los tres porcentajes más altos.

# Autoevaluación del estado de salud

- **75%** Considera, en menor o mayor medida, que su salud es excelente.
- **74%** Piensa que está tan sano como cualquiera.
- **5%** Cree que enferma más fácilmente que otras personas.



# Autoevaluación del estado de salud

En cuanto a la perspectiva a corto plazo con respecto a la propia salud...



- Sólo el **7%** cree que su salud puede empeorar.
- El **35%** manifiesta incertidumbre.
- El **58%** no cree empeorar.

**A partir de los resultados de este estudio, se pueden destacar algunos hallazgos interesantes:**



Las medidas de prevención de riesgos laborales relacionados con el **COVID-19** fueron bien recibidas por los trabajadores y les generan tranquilidad y confianza.



La mayoría de los participantes de la encuesta manifestaron sentirse saludables. Los efectos negativos de la cuarentena fueron bastante reducidos.



En general, el teletrabajo ocasiona malestar entre los trabajadores por interferir con su vida personal y por la necesidad de sacrificar tiempo para aprender a manejar las nuevas tecnologías.

# Conclusiones



Las habilidades tecnológicas limitadas generan un sentimiento de incertidumbre laboral.



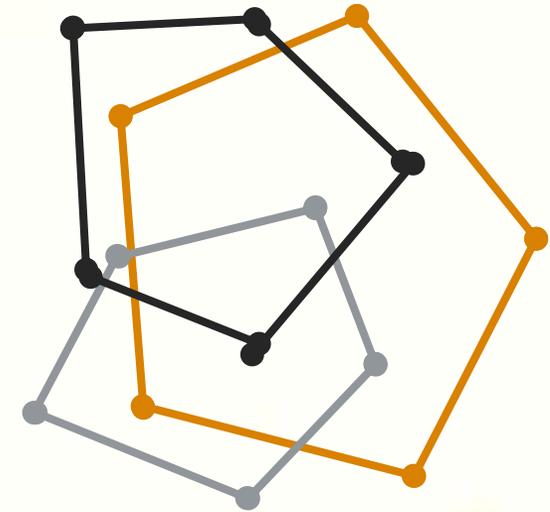
La mitad de los encuestados manifiestan que la carga laboral aumenta con el teletrabajo.



La mayoría de los trabajadores expresa confianza en mantener la salud; sin embargo, la mitad de ellos sienten peligro de perder su empleo.



Con respecto a su estado de salud física, las perspectivas a corto plazo de los encuestados son buenas; sin embargo, el teletrabajo se posiciona como un factor de estrés importante.



# Recomendaciones

1

Establecer mejores mecanismos que permitan tener un mayor control sobre la carga de trabajo de quienes laboran bajo la modalidad a distancia.

2

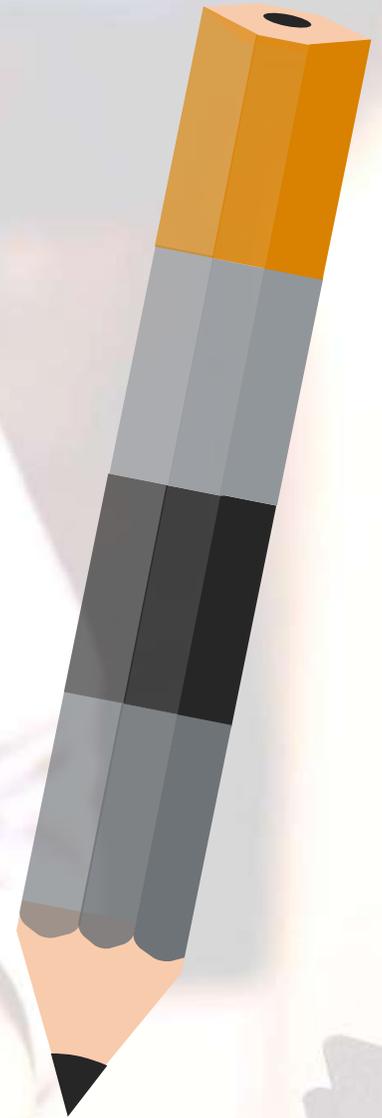
Fortalecer los programas de capacitación y actualización tecnológica, en especial para los empleados de mayor edad.

3

Fortalecer el sentimiento de comunidad entre los colaboradores para reducir el estrés generado por las competencias tecnológicas.

4

Realizar un estudio en profundidad considerando los perfiles demográficos menos favorecidos y las ocupaciones que implican mayor riesgo de contagio.



# Referencias

Havriluk, L. (2020). *El Teletrabajo: Una Opción En La Era Digital*. [En línea] Recuperado de: <<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3252786>> [Consultado el 6 de Julio de 2020].

Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de prevención de Riesgos Laborales. *Boletín Oficial del Estado*, Madrid, España, 10 de noviembre de 1995.

Ministerio de Salud, Consumo y Bienestar Social (2020). *Información científica-técnica. Enfermedad por coronavirus, COVID-19*. [En línea] Recuperado de: <https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccays/alertasActual/nCov-China/documentos/ITCoronavirus.pdf> [Consultado el 6 de Julio de 2020].





+34 608 14 51 86



info@isbl.eu



www.isbl.eu



@seguridadybienestarlaboral



@isbl\_eu



observaPRL.org