

**RIESGOS PSICOSOCIALES EN EL TELETRABAJO, UN ANÁLISIS REALIZADO  
DESPUÉS DE LA PANDEMIA EN COLOMBIA.**

Carlos Enrique Mendoza Jiménez

Laura Angelica Mesa Ruiz

CORPORACIÓN INTERNACIONAL PARA EL DESARROLLO EDUCATIVO – CIDE  
INGENIERÍA INDUSTRIAL  
SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO  
BOGOTÁ D.C. COLOMBIA  
2024

**1. Tabla de contenido**

**Contenido**

1. Tabla de contenido .....	2
2. RESUMEN .....	3

## 2. RESUMEN

Nuestro trabajo analiza los riesgos psicosociales del teletrabajo en Colombia, específicamente durante y después de la pandemia de COVID-19. El objetivo es identificar los factores que afectan la salud mental y el bienestar laboral de los teletrabajadores y cómo estos influyen en su productividad. Se destaca la importancia de estrategias empresariales e individuales para mitigar dichos riesgos.

La metodología se basa en una revisión bibliográfica de 23 artículos científicos nacionales, recopilados mediante Google Académico. Se excluyeron fuentes no científicas, como periódicos, y se utilizaron criterios de inclusión basados en la relevancia de los estudios al tema.

Los resultados muestran que los riesgos psicosociales, como el estrés crónico, el burnout y la ansiedad, afectan de manera significativa a trabajadores en sectores como la educación y la administración. Los factores de riesgo incluyen el acoso psicológico, la presión laboral y la falta de apoyo emocional, lo que resalta la necesidad de implementar programas de bienestar y manejo del estrés.

En conclusión, los estudios evidencian que los riesgos psicosociales en el teletrabajo son un problema de salud pública, y se requiere una mayor investigación para comprender mejor estos factores y desarrollar intervenciones efectivas para mejorar la calidad de vida laboral.