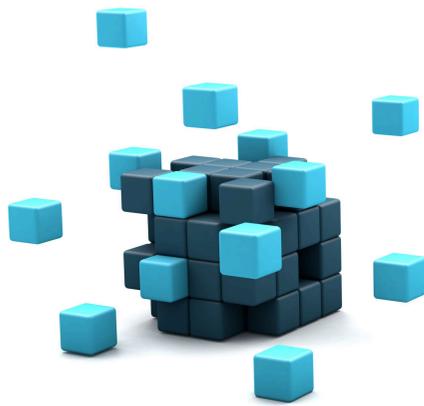


TELETRABAJO: INFLUENCIA EN LA SALUD PSICOFÍSICA Y EL *ENGAGEMENT*

Dr. Enrique Gallego Granero. Universidad Complutense de Madrid (grupo de investigación EGECO) y Universidad Europea de Madrid.
Dr. Diego Fernández Piedra, Universidad Complutense de Madrid (grupo de investigación EGECO).
Sara Ortego Hijarrubia. Universidad Europea de Madrid.



INTRODUCCIÓN

Las circunstancias impuestas por la COVID-19, junto al avance de la incorporación tecnológica a la vida cotidiana y al ámbito de trabajo, han fomentado la disgregación de las modalidades laborales en presencial, híbrida y remota (*online/teletrabajo*), prevaleciendo, en primer lugar, el modo remoto, seguido más tarde de la forma híbrida. Esto ha modificado hábitos, dinámicas y relaciones interpersonales. También se ha visto afectado el *engagement* laboral, y existen consecuencias tanto a nivel de salud física como psicológica, transformando los elementos requeridos para su logro en este ámbito.

Según el informe de Infojobs (2020), el teletrabajo, teóricamente, es beneficioso por reducir desplazamientos, disminuir el estrés del miedo al contagio, abaratar costes, y otorgar mayor flexibilidad y autonomía del trabajador, entre otros. Sin embargo, su puesta en práctica ha expuesto que importantes factores implicados en satisfacción del empleado y en el bienestar laboral se han visto mermados, superpuestos y/o empeorados. Por tanto, ¿de qué manera influye en la salud psicofísica del trabajador y en su nivel de *engagement* el trabajo *online*, en relación a las otras modalidades laborales?

OBJETIVOS

- ❑ Analizar la influencia de la modalidad del teletrabajo en la salud, así como en sus dos dimensiones en concreto: física y psicológica.
- ❑ Evaluar en qué grado el teletrabajo afecta al nivel de *engagement* laboral.
- ❑ Realizar una comparativa del nivel de *engagement* laboral experimentado entre las modalidades de trabajo online, híbrida y presencial.



MÉTODO

- ❑ Estudio exploratorio comparativo. Metodología cuantitativa. Diseño *ex post facto*.
- ❑ N=313 (población entre 18-50 años, 65% mujeres).
- ❑ Cuestionarios validados:
 - ✓ SF-12 (salud física y salud psicológica)
 - ✓ UWES (*engagement*)
- ❑ Análisis de varianzas (ANOVA).
- ❑ Análisis estadístico-descriptivo:
 - ✓ Media y desviación típica de variables sociodemográficas
 - ✓ Correlaciones
- ❑ Variable independiente: teletrabajo; Variables dependientes: salud (dimensiones de salud física y salud psicológica) y *engagement*.

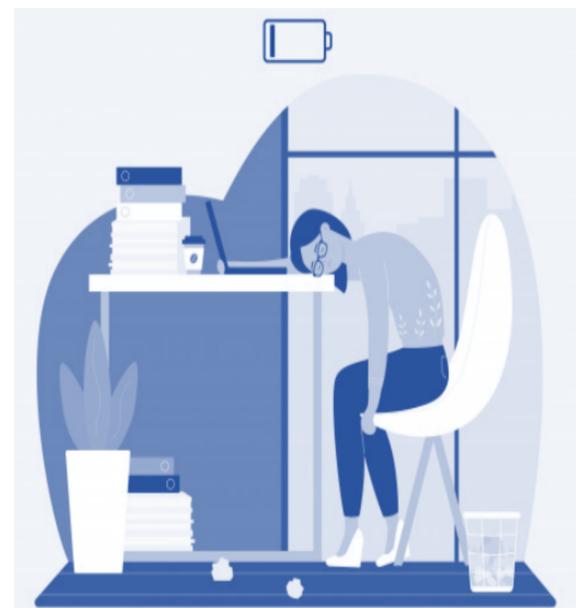


RESULTADOS

- ❑ Salud (en mayor grado la dimensión física que la psicológica) y *engagement* correlacionan significativamente de manera positiva moderada.
- ❑ Los trabajadores presenciales tienen mejor salud que los de la modalidad híbrida.
- ❑ Los trabajadores de modalidad híbrida tienen mejor salud que los de la modalidad *online*.
- ❑ Los trabajadores presenciales experimentan mayor *engagement* que los de modalidad híbrida.
- ❑ Los trabajadores de modalidad híbrida experimentan mayor *engagement* que los de modalidad *online*.
- ❑ El estado civil (tener pareja), la edad (población adulta-joven) y la situación de convivencia/soledad de las personas (vivir acompañado) correlacionan significativa y positivamente con el *engagement* y la salud.
- ❑ No hay diferencias significativas en cómo influyen las distintas modalidades laborales en las dimensiones física y psicológica de la salud, por separado.
- ❑ La variable género no reporta diferencias significativas en ninguno de los análisis realizados.

PROSPECTIVA

- ❑ Requerimiento de una muestra más amplia y heterogénea en género y edad.
- ❑ Contemplar somatización de déficits de salud psicológica sobre la salud física, así como los factores de intersección entre ambas dimensiones.
- ❑ Analizar la influencia de otros factores como la socialización, la personalización, la identificación con los objetivos organizacionales y la sobrecarga laboral vinculada al teletrabajo en las dimensiones de salud y el *engagement*.
- ❑ Interés por incorporar perspectiva metodológica cualitativa bajo estrategia de complementación de los *mixed methods*.
- ❑ Evaluar en contexto post-COVID-19.



CONCLUSIONES

Bajo el contexto pandémico de la COVID-19, el teletrabajo es la modalidad que más afecta, de manera negativa, a la salud psicofísica y al *engagement* laboral, haciéndolo en mayor medida cuando se incorporan variables sociodemográficas.

Incrementan el *engagement* y la salud psicofísica del empleado la interacción con otros y la identificación de un espacio de trabajo, así como el sentido de pertenencia a la organización, a través tanto de elementos identitarios como de la inclusión localizada en el mismo.

REFERENCIAS

Infojobs (13 de octubre, 2020a). *Informe InfoJobs sobre el Teletrabajo*. [Nota de prensa]. Madrid. Recuperado de: www.infocoponline.es/pdf/Informe-InfoJobs-sobre-elTeletrabajo.pdf