

La revisión bibliográfica permitió identificar las condiciones laborales y los riesgos laborales de los trabajadores independientes de diferentes sectores económicos. Para dar una organización, se tomaron los factores de riesgo psicosocial según la clasificación de la ISO 45003 de 202: Organización del trabajo, factores sociales del trabajo y ambiente de trabajo, equipos y tareas peligrosas, ubicados en la columna A, para terminar en la columna C con la identificación de los peligros y valorando los factores de riesgos laborales encontrados.

Organización del trabajo	Autores	Identificación de los peligros y valoración de los riesgos
El trabajo remoto y aislado	Alto riesgo ergonómico por uso de celular en funcionarios públicos. El Síndrome de cuello roto es el resultado de la sobrecarga de información en los celulares debido a los grupos de trabajo, incrementa su uso, generando malas posturas y cervicalgias (Morales,2022).	Salud: riesgo psicosocial y ergonómico, cuello.
	La administración pública se digitaliza para mejorar la atención al ciudadano: eficiencia, transparencia, agilización y reducción de costos. En teoría, mejora las condiciones laborales, pero puede aumentar el estrés y reducir el contacto humano (Soriano,2021)	Salud: riesgo psicosocial y ergonómico, exceso uso de pantallas, riesgo visual, luz pantallas y celular, riesgo cardiovascular por sedentarismo.
	La prevención en el teletrabajo debe comenzar desde el diseño del puesto, considerando las dificultades de acceso, tecnología, disciplina y la novedad del entorno (INSST,2022)	Salud: riesgo psicosocial y ergonómico, no se hace inspección a su puesto de trabajo en casa. Riesgo de accidente de trabajo: no se hace revisión a las condiciones del hogar y de una posible evacuación en caso de emergencia.
La carga y el ritmo de trabajo	El grupo de salud intervenido presentó de moderada a alta resiliencia, que asociada al alto control sobre el trabajo y al elevado apoyo social puede contribuir para la reducción de la exposición al estrés ocupacional (Schultz et al., 2022)	Salud: riesgo psicosocial alto cuando no se dan las condiciones mencionadas: control sobre el trabajo y elevado apoyo de los compañeros.
	Los factores estresantes que predijeron el síndrome de Burnout en una entidad pública de justicia en Brasil fueron: el contenido del trabajo, la organización del trabajo, el tipo de público atendido, el ambiente social de trabajo, las condiciones físicas del lugar de trabajo, las horas de trabajo, la carga de trabajo, la relación con los jefes y la relación con los colegas (Carlotto,2019)	Salud: riesgo psicosocial es alto y Riesgo de accidente de trabajo por condiciones de seguridad: desorden público, agresión de los usuarios, largas jornadas laborales pueden provocar accidentes.
	La precariedad laboral, la organización del trabajo exigente, la violencia y la falta de diálogo sobre las condiciones de trabajo son factores que ponen en riesgo la salud mental de los trabajadores, afecta más que el mismo desempleo (Montoya et al.,2023)	Salud: Riesgo psicosocial. Se debe garantizar los canales de participación.

La gestión del cambio organizacional	El uso de las tecnologías promueve el aprendizaje autónomo de los trabajadores y la su activa participación en la transformación de la sociedad (Valiente-López y Tejera-Reyte,2022)	Salud: Riesgo psicosocial moderado, no todos tienen la capacidad de autogestionar su aprendizaje y tambien existen brechas tecnológicas.
	La sociedad de la información, el e-government y los marcos legales globales exigen al servidor público adaptarse a nuevas realidades tecnológicas, jurídicas y de interacción ciudadana, priorizando la eficiencia, transparencia y rendición de cuentas en un entorno globalizado (Díaz,2019)	Salud: Riesgo psicosocial moderado, el contratista debe ser hábil para adaptarse rapidamente a nuevos entornos laborales.
	La flexiseguridad es la flexibilidad laboral con seguridad social aprovechando la globalización y la transformación digital. Se busca un mercado laboral eficiente y equitativo con altos niveles de empleo de calidad, estables, crecimiento inclusivo y mejor protección social para todos (Doménech,2018)	Salud: Riesgo psicosocial. No hemos llegado a esos estandares en el país, sin embargo se esta motivando a los contratistas a cotizar con el 40% de sus ingresos.
La seguridad de la continuidad del empleo y el trabajo precario	Un sistema de protección social integral va más allá de la Seguridad Social. Combate la pobreza extrema y restablece los medios de vida, garantizando ingresos básicos y protegiendo a los trabajadores y grupos vulnerables. Se caracteriza por su amplia cobertura, viabilidad económica, adaptabilidad y una gestión pública garante de su cumplimiento (Cumbre,2020)	Salud: Riesgo psicosocial, se deben tomar medidas administrativas como capacitación en seguridad social, para que conozca sus derechos y obligaciones con el sistema.
	Tercerización persiste como fenómeno importante, su flexibilidad permite eludir la justicia. Los tribunales ponen límites legales y responsabilidad para las empresas (Droppa,2023)	Salud: Riesgo psicosocial alto. Son circunstancias que dificilmente puede cambiar.
	Tercerización está a cargo de entidades públicas que se empeñan en desconocer el marco humanista en que se fundó la universidad pública, ahora convertida en cómplice de la empresa explotadora y antisindical (Caamaño y Dinartes,2022)	Salud: Riesgo psicosocial alto. Se desconocen sus derechos laborales, aparentemente se los hacen renunciar algo que es irrenunciable.
Las demandas de trabajo	El nivel de estrés y carga laboral varía según el área y tipo de actividad. Una carga adecuada permite manejar el estrés y la presión, generando bienestar. Sin embargo, si la carga es excesiva, las consecuencias son negativas (Comezaquira-Reay et al.,2021)	Salud: Riesgo psicosocial moderada-baja cuando cuenta con la experticia, las capacitaciones para actualizarse, el apoyo de los compañeros de área y el buen juicio del apoyo a la supervisión del contrato
	Uso de las IA en el procesamiento de grandes cantidades de información, permitiría identificar patrones que ahorren tiempo, eviten errores y permiten tomar decisiones más efectivas (Pedrero et al.,2021)	Salud: Riesgo psicosocial bajo, de saberlas manejar y poderlas aplicar a sus labores.

	Ser dependiente no es garantía de trabajo no precario, puesto que se desconsideran las condiciones efectivas de trabajo, las jornadas, la intensificación y las formas de pago. Así, la vinculación a derechos sociales no caracteriza la inexistencia de la precarización (Lima y Carneiro,2016, p. 91)	
Las horas y la programación del trabajo	El puesto de trabajo del conductor es adecuado, ajustándose a las necesidades particulares de quien lo use, sin embargo, las largas jornadas laborales y las posturas mantenidas y repetitivas ocasionan daños a la salud (Moreno y Angarita,2019)	Salud: Riesgo psicosocial bajo y riesgo ergonómico con el tiempo va a sufrir de enfermedades osteomusculares. Posible accidente laboral por cansancio muscular en los brazos, que le impide maniobrar correctamente,
	En trabajadores asalariados, las jornadas laborales mayores a 44 horas semanales triplican el riesgo de accidentes, especialmente en el sector industrial. Los hombres son más propensos a sufrir accidentes, mientras que las mujeres asumen una sobrecarga laboral al atender las labores del hogar. Los efectos desencadenan en enfermedades y baja productividad (Gómez et al.,2023)	Salud: Riesgo psicosocial bajo y riesgo ergonómico con el tiempo va a sufrir de enfermedades osteomusculares. Posible accidente laboral por cansancio muscular en los brazos, que le impide maniobrar correctamente.
Los roles y las expectativas	Servidores públicos de Brasil manifiestan frustración por brecha entre expectativas y realidad (subutilización, escasez, falta evaluación del desempeño) (Tessarini,2021)	Salud: Riesgo psicosocial moderado, la falta de garantías laborales no le permite que su desarrollo laboral aumente.
	Para los discapacitados en edad laboral le es difícil acceder y permanecer en un empleo, aunque la ley los protege con estabilidad laboral reforzada lo que podría dificultar la terminación del contrato y desanimar a los empleadores. Las barreras actitudinales, físicas y de información que dificultan la igualdad de oportunidades, no hay programas de seguimiento (Gómez Rúa et al.,2020)	Salud: Riesgo psicosocial moderado, es un grupo poblacional que se requiere priorizar su atención
	Beneficios de la meritocracia en el sector público: combate el clientelismo y la corrupción, garantiza la imparcialidad y eficiencia, cumple con los objetivos del Estado, brinda estabilidad laboral, fomenta el desarrollo profesional (Casallas,2019)	Salud: Riesgo psicosocial moderado, el contratista deberá participar en la convocatorias para acceder a los puesto de carrera.

Fuente: Elaboración propia (2024)

b) Factores sociales del trabajo	Autores	Identificación de los peligros y valoración de los riesgos
----------------------------------	---------	--

El acoso y la victimización	La disparidad de poder que existe entre patrones y trabajadores contribuye a la precarización de las relaciones laborales (Yarrington,2022)	Salud: Riesgo psicosocial, según los factores de afrontamiento se puede dar manejo aceptable. A los contratistas no les aplica la ley 1010 de 2006 o Ley de acoso laboral por considerar que de base no hay subordinación.
La intimidación	Kenia cuenta con un marco legal simple para la operación de sindicatos, la interferencia política y los obstáculos burocráticos dificultan su eficacia (Tom,2022)	Salud: Riesgo psicosocial, según los factores de afrontamiento se puede dar manejo aceptable, la ley no permite que los contratistas participen en sindicatos pues de base no hay subordinación.
El liderazgo	Las organizaciones con gestión colectiva, unión grupal y valoración de la innovación impactan positivamente en la salud integral de los trabajadores (Santos et al.,2022)	Salud: Riesgo psicosocial, según los factores de afrontamiento se puede dar manejo aceptable, los sindicatos reivindican las condiciones de los servidores, no de contratistas.
Violencia en el trabajo	Erradicar la explotación laboral, la discriminación, las condiciones inseguras y la falta de libertad sindical es fundamental para construir un futuro equitativo y próspero (Domènech,2017)	Salud: Riesgo psicosocial, debe acudir a otras instancias de ley que protejan sus derechos humanos.
La supervisión	La aplicación del NOM-035 evidenció que el 32% de los docentes están en riesgo medio-alto afectados por la jornada de trabajo 74% y falta de control laboral 42%, con datos reales se toman decisiones acertadas (Cotonieto-Martinez,2021)	Salud: Riesgo psicosocial. No necesariamente por no tener supervisión constante no está expuesto a riesgo psicosocial, si le faltan herramientas y apoyo, quien se lo va a suministrar? Si tienen apoyo a la supervisión del cumplimiento del contrato.
El equilibrio entre trabajo y vida	Las empresas requieren de identificar los factores psicosociales, ambientales y estructurales de la empresa, para implementar estrategias preventivas, educativas y de empoderamiento (Mérida,2022)	La participación en las encuestas le da a los contratistas el poder para hacerse visibles y generar cambios en las relaciones.
Reconocimiento y recompensa	Dentro de la empresa no se realizan ascensos pues se da preferencia al reclutamiento externo, no se reconoce el talento de la corporación (Barbosa et al.,2022).	Los contratistas no pasan por procesos de selección de hojas de vida. Tampoco se le hace reconocimiento a su talento pues la siguiente administración trae su personal para trabajar.

Reconocimiento y recompensa	La evaluación del desempeño de una municipalidad muestra que el 50% es regular, el 37.5% es eficiente y el 12.5% es ineficiente. Mejorar los niveles de motivación aumenta el rendimiento de los trabajadores municipales (Sempertegui et al.,2023)	Los contratistas no se les evalúa el desempeño. Tampoco es un requisito para contratar sus servicios.
Desarrollo de la carrera	Los servidores públicos están insatisfechos por el incumplimiento de los planes de capacitación, no todos tienen acceso a ellas, aun así, el nivel de exigencia del desempeño laboral es alto (Huacon y Encalada,2021)	Es de esperar que la persona a quien contratan es idóneo para el cargo y son muy pocas las capacitaciones que requiere, por ejemplo la actualización de una norma o procedimiento. Hoy en día las capacitaciones virtuales están a la orden, el problema es para temas específicos y únicos de la entidad, si no le socializan el tema, va a tener inconvenientes en su labor.
Desarrollo de la carrera	La gestión del conocimiento y la mejora continua en los procesos de desarrollo para las empresas, contribuyen al desarrollo de los recursos humanos y la efectividad de los resultados organizacionales (Manchini,2020)	Al no tener programas de gestión del conocimiento ambas partes contratante y contratista pierden este bien.
El desarrollo de la carrera	Trabajar en diferentes sectores y áreas trae desventajas al seguimiento del control de la exposición a riesgos que incrementen las patologías de los contratistas, en este caso la rotación de personal no es una medida de control (Rocha,2022)	Ciertamente, es una gran desventaja para ambas partes, el contratante no invierte en el contratista porque en contado tiempo se va y el contratista no tiene el suficiente tiempo para recibir un seguimiento a su condición.
Apoyo	La experiencia habitual de recibir apoyo de parte del empleador y directivos, la mejora constante de las condiciones de trabajo, permiten el desarrollo personal de los colaboradores, aumentando el compromiso y bienestar en los sitios de trabajo, mejorando su calidad de vida laboral (Salazar-Estrada,2018)	El contratista el único apoyo que recibe es una próxima contratación por unos cuantos meses.

Nota: Elaboración propia (2024)

Del ambiente de trabajo, equipos y tareas peligrosas	Autores	Identificación de los peligros y valoración de los riesgos
--	---------	--

las malas condiciones del lugar de trabajo como la falta de espacio, la mala iluminación, y el ruido excesivo	Un correcto diseño de las instalaciones, que tenga en cuenta la prevención de riesgos, es la forma más económica y eficaz de implantar la mayor parte de las medidas técnicas (Azevedo y Almada,2013)	Cuando las condiciones laborales no son adecuadas: daños a la salud: Riesgo psicosocial, riesgos físicos, riesgo biológico (si hay humedad), riesgo ergonómico si no se cuenta con el mobiliario adecuado. Posibilidad alta de accidentes laborales mala iluminación puede ocasionar caídas de su propia altura, la falta de espacio: caídas de objetos, condiciones de orden y aseo, inadecuado almacenamiento de insumos y archivo.
	Fuentes de contaminación. Fuentes de combustión, contaminantes biológicos, compuestos orgánicos volátiles y metales pesados, que originan enfermedades en los trabajadores derivadas del Síndrome del Edificio Enfermo son los trastornos cutáneos, respiratorios y digestivos; asimismo, síntomas oculares y nasales (Padilla y Díaz, 2020)	Salud: Riesgo psicosocial alto, riesgo biológico, riesgo químico. Posibilidad de accidentes alta por orden y aseo.
El trabajo en condiciones o situaciones extremas, como temperaturas muy altas o bajas, o en altura	El uso de exoesqueleto reduce, pero no eliminan el esfuerzo muscular en trabajo con líneas de media y alta tensión, se otras alternativas como el rediseño de tareas o herramientas (Peláez et al.,2022)	Salud: Riesgo psicosocial bajo. Sigue la posibilidad de un accidente laboral porque esta el riesgo de electrocución, se deben de tomar medidas adicionales de protección. La tecnología no logro eliminar totalmente el riesgo electrico.
	La salud mental en Colombia se ve afectada por factores genéticos, sociales e históricos, como el conflicto armado interno, el desplazamiento y desapariciones forzosas, el abuso infantil, el narcotráfico y desastres naturales. Estos factores, junto a eventos naturales como la pandemia y las inundaciones, impactan negativamente el bienestar emocional de la población (de Antioquia,2020)	Salud: Riesgo psicosocial alto.Se deben de realizar junto con los exámenes medicos ocupacionales, examen psicológico ocupacional, incluso valorar la posibilidad de reubicación laboral, en contratistas no aplica porque los contratos no son puestos de trabajo.
El trabajo en ambientes inestables como zonas de conflicto	A pesar de Colombia ser una sociedad alegre, según el Índice de Felicidad, la historia de violencia social es parte de la cultura ciudadana. Identificar y prevenir este fenómeno para mitigar el impacto y lograr el respeto por las instituciones y los ciudadanos, marca las decisiones y el comportamiento de sus ciudadanos (Arias et al.,2024)	Salud: Riesgo psicosocial alto, valorar las condiciones de seguridad pública, posible accidente laboral por orden público en casos extremos solicitar el apoyo de las fuerzas del orden o evacuar el sitio, no poner en peligro la vida.
	Se desarrollo un programa garantizar la seguridad y el bienestar de los empleados debido a incidentes externos, acciones deliberadas y escenarios de hostilidad, así como en la preservación de la continuidad de la atención al público (Moreno et al.,2024)	Salud: Riesgo psicosocial medio-bajo, el riesgo no se elimina pero las medidas de control se saben manejar y se toman acciones que liberan el estrés.

