

**CÓDIGO:** \_\_\_\_\_  
 (a llenar por la Unidad de Investigación)

**INFORMACIÓN GENERAL**

Por favor conserve en todo momento el formato de mayúsculas y minúsculas siguiendo las normas gramaticales. No escriba algo únicamente en mayúsculas a menos que sea necesario. No deje espacios en blanco, si algún campo no puede llenarlo por favor escriba "No aplica".

**Fecha de presentación:**

Día

Mes

Año

**Título del producto:**

*Análisis de los principales Factores de Riesgo Psicosocial que afectan la salud mental en el entorno laboral y universitario de la USTA Tunja*

**Información de estudiantes asociados al desarrollo del producto:**

Por favor copie y pegue el recuadro con la información las veces que sea necesario para completar la información de todos los docentes y estudiantes involucrados.

Jóvenes investigadores y estudiantes

Nombre completo		Martha Carolina Bernal Dotor			
Rol (seleccione uno)	<input type="checkbox"/>	Joven investigador	<input type="checkbox"/>	Estudiante	<input checked="" type="checkbox"/> x
Semestre		Semestre 2			
Facultad o Departamento Académico		Especialización en Auditoria en Salud			
Link del CvLAC actualizado		Tutorial para crearlo: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=FOH8LPspbko">https://www.youtube.com/watch?v=FOH8LPspbko</a>			
Correo electrónico institucional y personal		<a href="mailto:Martha.bernal@usantoto.edu.co">Martha.bernal@usantoto.edu.co</a> <a href="mailto:carolinabd2508@gmail.com">carolinabd2508@gmail.com</a>			
C.C. #	1049651198	Teléfono	3122925597		

**ACEPTACIÓN DE CONDICIONES Y AVAL DEL WORKING PAPERS**

Los abajo firmantes (totalidad de autores del producto) manifiestan que todos los datos acá consignados son verídicos; todas las personas involucradas han sido notificadas sobre su participación en el desarrollo del manuscrito, tienen conocimiento y están de acuerdo con todos los aspectos aquí presentados.

En común acuerdo se garantiza el respeto por la autoría de los productos de los estudiantes, garantizando justicia en la autoría y propiedad intelectual según el trabajo de los mismos. Por último, otorgamos autorización para el tratamiento de datos personales<sup>1</sup>

Firma:  <i>Carolina B. Dc</i>	Firma:
Nombre: Martha Carolina Bernal Dotor	Nombre:
Facultad: División de Ciencias Económicas, Administrativas y Contables	Facultad:
Autor	Autor
Firma:	Firma:

#### <sup>1</sup> AUTORIZACIÓN PARA EL TRATAMIENTO DE DATOS PERSONALES.

La Universidad Santo Tomás mediante la Unidad de Investigación, como sujeto que recolecta y almacena datos personales, en cumplimiento de lo establecido por la Ley 1581 de 2012 y sus decretos reglamentarios, requiere obtener su autorización para que, de manera previa, expresa, libre, y debidamente informada permita a los miembros de los grupos de investigación de la Universidad dar tratamiento, y disponer de los datos personales que sean suministrados para que se incorporen en las distintas bases de datos con que cuenta la Unidad de Investigación de la Universidad. Las finalidades con las que se recolectan los datos aquí solicitados son: A) Llevar a cabo todas aquellas actividades para lograr el correcto desarrollo de la Investigación. B) Mantener comunicación con el interesado en relación con la Investigación. Para ejercer sus derechos a conocer, actualizar y rectificar sus datos personales o revocar la autorización otorgada para el tratamiento de los mismos, podrá presentar una consulta o reclamo al correo electrónico [sgdp.ustatunja@ustatunja.edu.co](mailto:sgdp.ustatunja@ustatunja.edu.co). Lo invitamos a que consulte nuestra Política de Tratamiento de la Información Personal en [www.ustatunja.edu.co](http://www.ustatunja.edu.co)

**Código:** IN-TU-F-017

**Versión:** 01

**Emisión:** 19 - 06 - 2018

**Página 3 de 9**

Nombre:	Nombre:
Facultad:	Facultad:
Autor	Autor

## DESCRIPCIÓN BÁSICA DEL CONTENIDO PARA EL WORKING PAPERS

A continuación, se debe realizar una descripción básica del producto desarrollado. No deje espacios en blanco, si algún campo no puede llenarlo por favor escriba "No aplica". Como documento adjunto debe anexar el producto en medio digital (CD).

### **Título del producto**

Análisis de los Principales Factores de Riesgo Psicosocial que Afectan la Salud Mental en el Entorno Laboral y Universitario de la USTA TUNJA

### **Resumen (no mayor a 200 palabras)**

Este trabajo destaca la importancia de la atención en la salud mental en todos los aspectos características y circunstancias de nuestra vida, especialmente en los entornos universitarios, debido a su impacto en los procesos formativos. El propósito de este estudio es comprender las barreras que enfrentan el personal administrativo, docente y estudiantil de la USTA Tunja, centrándose en los principales problemas que afectan los riesgos psicosociales. Estos desafíos suelen surgir principalmente de cargas laborales excesivas, ambientes laborales inadecuados, relaciones interpersonales, presiones académicas, escasez de recursos y expectativas de crecimiento profesional y laboral. A través de un estudio cuantitativo, se busca desarrollar y describir aquellos factores de riesgo psicosocial, con el fin de proponer una estrategia que permita prevenir los impactos significativos y promover entornos laborales y académicos saludables y sostenibles.

### **Abstract**

This work highlights the importance of mental health in all aspects and circumstances of our lives, specially in university environments, due to its impact on formative processes. The objective of this research is to understand the difficulties in front of administrative issues, teaching and student staff at USTA Tunja, focusing on the main problems that affect psychosocial risks. These challenges usually arise mainly from excessive workloads, inadequate work environments, interpersonal relationships, academic pressures, scarcity of resources and expectations of Professional and work growth. Through a quantitative study, we seek to develop and describe those psychosocial risk factors, in order to propose a strategy to prevent significant impacts and promote healthy and sustainable work and academic environments.

**Palabras Clave.** Estrés Laboral, Riesgo Psicosocial Salud Mental, Presión académica, Prevenir, entornos.

**Keywords. (min 3 - máx. 5)**

Work Stress, Psychosocial Risk, Mental Health, Academic Pressure, Prevent, environments.

**Introducción**

El contexto actual hace que los entornos laborales y universitarios se centren principalmente por la salud mental estudiantil en un entorno universitario, así mismo como los administrativos y educadores, al respecto (Samaniego et, 2018) indico. Los peligros psicológicos y sociales tienen un impacto significativo y constante en estabilidad y equilibrio mental de la persona. La ansiedad y la depresión están relacionados con la presencia de amenazas psicológicas sugeridos por la OIT (Organización Internacional de Trabajo) como enfermedad profesional, es por ello que esta investigación asocia aquellos factores de riesgo psicosocial, como estrés laboral, la presión constante y la falta de apoyo en el lugar de trabajo, sobre cargas laborales, excesos de trabajos y falta de empatía lo que permiten que exista un desequilibrio emocional del individuo, así mismo que se prolonguen o desarrollen trastornos como ansiedad y depresión y que repercute en su productividad y en el entorno en general.

La importancia de abordar esta temática inicia principalmente en reconocer que la salud mental no solo es un componente importante para el crecimiento personal y profesional de los individuos, sino también para la eficiencia y la calidad de los procedimientos formativos y laborales en USTA Tunja, permitiendo identificar las principales causas y problemas de los individuos de la institución, dado que la mayoría pasa una gran parte de su vida y su tiempo dentro de la misma institución, lo que les permite fomentar autonomía y ser responsables en sí mismos, es por ello que de acuerdo a (Uribe Felipe, et 2016) menciona que:

“Los FRP-T también influyen en variables humanas, como los intereses, necesidades, actitudes, sentimientos, emociones causantes de estrés, depresión, dolor e incluso la muerte y representan una carga emocional añadida ~ para los profesionales, particularmente en trabajadores sociales, maestros, policías, enfermeras, médicos, psicoterapeutas, psiquiatras, psicólogos, encargados de prisiones, abogados, entre otros, caracterizados por la gran exigencia emocional (pág.68)

Dentro de este orden de ideas, la salud mental abarca una cantidad de profesionales en diversas áreas.

Para abordar esta cuestión, es esencial tener en cuenta que en la actualidad, la alta demanda de riesgo en la salud mental ha venido aumentando significativamente, lo que hace que se centre en la Universidad Santo Tomás Seccional Tunja, permitiendo identificar cuales son los principales riesgos psicosociales que puedes afectar la salud mental de los estudiantes, docentes y administrativos y cuales son los

mecanismos o campañas que se implementan dentro de la institución para la prevención y manejo adecuado ante alguno de estos factores que contribuyan a crear entornos más sociables y sostenibles, es por ello que de acuerdo a una investigación realizada por (Emilce García, et, 2020) nos menciona que “Su detección temprana puede ayudar en la prevención de uno de los riesgos mayormente asociados a estos síntomas como el suicidio, que al igual que la ideación suicida, puede mantenerse silenciosa o manifestarse a través de amenazas verbales o escritas”. Este contexto es esencial para identificar y abordar estos síntomas de manera afectiva para proteger la salud emocional y mental de las personas en peligro. Este trabajo de investigación tiene como propósito identificar los principales factores de riesgo psicosocial que tienen un impacto en la salud y proponer mecanismos de prevención y manejos adecuados para un entorno académico y laboral, a través de un estudio cuantitativo con el fin de promover las estrategias que fortalezcan la salud y que sirvan como mejora continua en los procesos internos que se llevan dentro de la organización.

En relación a lo anterior se considera importante establecer las variables que tienen un impacto significativamente en la salud emocional, por eso se transcribió un formulario en Ouklook 365 para conocer los principales problemas del entorno universitario y socializarlo con el fin de crear estrategias y puntos de apoyo que fortalezcan un entorno saludable y confiable.

De acuerdo con (Angelica Loya, et 2020) indico que “la etapa en la que un joven ingresa a la educación superior es crítica y tiene un impacto significativo en una trayectoria escolar exitosa o el abandono”, lo que conlleva a deserción y afectación emocional por falta de relación y habilidades académicas, oportunidad de empleo o falta de recursos para continuar con la expectativa laboral y profesional de cada individuo o para el caso de los docentes y administrativos.

### **Estado del arte**

Los riesgos psicosociales, como el estrés laboral, la sobrecarga de trabajo, la presión constante y la falta de acompañamiento en el lugar de trabajo, han sido identificados como factores determinantes que influyen en la estabilidad emocional de los individuos. Un estudio realizado por Gil-Monte, et al (2018) resalta que la exposición prolongada a estos factores no solo puede generar estrés, sino también desencadenar problemas más graves, como el burnout o el agotamiento emocional, lo cual afecta tanto a la productividad como al bienestar personal

En un contexto educativo, los estudiantes, docentes y personal administrativo se enfrentan a múltiples demandas que incrementan su exposición a riesgos psicosociales. Ramírez-Vielma, Ugalde Gonzalez

(2017) exploraron los efectos del ambiente laboral en la salud mental, subrayando que, cuando las condiciones laborales son adversas, se incrementan los grados de diversas afectaciones mentales. Estos trastornos no solo deterioran la salud mental y social de los individuos, sino que también repercuten negativamente en el rendimiento académico y profesional.

La Organización Internacional del Trabajo (OIT) está catalogado los peligros psicosociales en una enfermedad profesional, lo que destaca la necesidad de implementar medidas preventivas para su mitigación. En un estudio de revisión de la literatura, se discuten las intervenciones diseñadas para abordar estos riesgos, como programas de apoyo psicológico, técnicas de manejo del estrés y la implementación de políticas que promuevan un ambiente de trabajo y estudio más saludable.

En América Latina, la problemática de salud mental en situaciones de trabajo y educativos ha ganado relevancia. En México, por ejemplo, las condiciones laborales de los docentes han sido estudiadas por varios autores, quienes destacan la conexión directa entre los trastornos psicosociales y deterioro de salud mental en este grupo de profesionales. Rofriguez Landa et al, (2019) evidencian que la falta de recursos para afrontar el estrés laboral y la presión institucional incrementa la prevalencia de ansiedad y depresión, lo cual afecta significativamente su desempeño

Finalmente, en el ámbito educativo, los riesgos psicosociales afectan tanto a estudiantes como a docentes. Un estudio realizado por Vergara Quintero et al, (2022) señala que la implementación de estrategias preventivas basadas en el apoyo psicológico y en la creación de espacios protegidos para la libre expresión emocional resulta fundamental para reducir los índices de estrés y ansiedad en la comunidad educativa. Estas estrategias, que incluyen la promoción del bienestar mental y emocional, contribuyen a un entorno académico más sostenible y equitativo.

### **Metodología**

La metodología utilizada en la investigación es descriptiva y secundaria orientada a realizar un análisis de los factores psicosociales que afectan en los entornos universitarios e identificar causas que con llevan a estos factores, por otra parte cuales son los posibles causas y para medir la prevalencia de riesgos psicosociales y su impacto en la salud mental, de igual manera entender las experiencias y estrategias que maneja la Universidad Santo Tomás para controlar este tipo de situaciones que puede ocurrir durante cada, día, de la misma manera se basó en describir técnicas y revisión bibliográfica de salud mental asociados a entornos universitarios a nivel nacional, departamental e internacional.

Con la metodología cuantitativa se analizan los factores de riesgo psicosocial y se logra establecer los principales problemas que carecen las personas e individuos y se busca mejorar las estrategias dentro del entorno para prevenir hechos adversos dentro de la institución.

**Desarrollo/ análisis / Resultados / Argumentación**

La metodología empleada en la investigación es descriptiva y cuantitativa porque se encarga de recolectar información realizando un cuestionario a los estudiantes, docentes y personal administrativo para medir la prevalencia de los peligros psicosociales y su influencia que tiene en salud mental, de igual manera entender las experiencias y estrategias que maneja la Universidad Santo Tomás para controlar este tipo de situaciones que puede ocurrir durante cada, día, de la misma manera se basó en describir técnicas y revisión bibliográfica de salud mental asociados a entornos universitarios a nivel nacional, departamental e internacional.

Conforme a la investigación realizada y a los protocolos que utiliza la universidad, considero que es de gran importancia mantener rutas de protección, cuidado y atención de la salud mental, debido a que solo se implementaron estas estrategias cuando son días conmemorativos, es importante hacer un chequeo y una verificación del estado emocional de los estudiantes, docentes y personal de administración con la intención de mitigar riesgos que pueden repercutir en la Institución de nivel superior.

**Conclusiones**

Es importante resaltar que dentro de los encuestados la mayoría de los estudiantes, docentes y administrativos desconocen cuales son las rutas que usa el Departamento de Bienestar de la Universidad para asegurar condiciones saludables y seguras, en virtud a que es un tema que requiere investigación y dedicación por parte del personal de la salud encargado del bienestar de los docentes y otros actores del sistema de educación. No solo pretende que se genere una ruta de emergencia ante los posibles casos que puedan surgir dentro del contexto laboral, si no de prevenir y buscar mejorar continuamente los procesos psicosociales que abarcan una trayectoria.

Es esencial que las instituciones educativas, como la Universidad Santo Tomás Seccional Tunja, implementen programas de apoyo psicológico, talleres de manejo del estrés y políticas para prevenir el burnout. Estas medidas deben ser permanentes. Y contar con difusión por diferentes medios.

La creación de un ambiente académico y laboral saludable no solo favorece el bienestar emocional de las personas, sino que también mejora la calidad educativa, fomenta la productividad y facilita el crecimiento personal y profesional.

La universidad debe realizar chequeos emocionales periódicos y mantener rutas de protección claras para identificar y actuar proactivamente ante posibles signos de riesgos psicosociales. Esto asegurará el bienestar y la seguridad de todos los miembros de la comunidad educativa.

**Referencias**

## Bibliografía

- Andres Jimenez, S. P. (2020). *Características Psicológicas del Estrés Académico en Estudiantes de Educación*.
- Angelica Loya, C. G. (2020). La experiencia de ser universitario. *CPU-e. Revista de Investigación Educativa*.
- Emilce García, D. C. (2020). Ansiedad y depresión en estudiantes universitarios: relación con rendimiento académico. *Journal of Epidemiology and Public Health*, <https://revistas.unilibre.edu.co/index.php/iJEPH/article/view/5342/8461>.
- Gil-Monte, P. R. (2018). Síndrome de quemarse por el trabajo (burnout) en profesionales de la salud. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 433. Obtenido de <https://www.scielo.org/article/rpmesp/2022.v39n4/425-433/>
- Quintero, V. (2022). Estrategias de intervención en salud mental en contextos educativos. *Revista Panamericana de Salud Pública*. Obtenido de <https://www.scielo.org/article/rpmesp/2022.v39n4/425-433/>
- Ramírez-Vielma, R. &-G. (2017). Riesgos psicosociales en entornos laborales: Una revisión desde el contexto mexicano. *Revista de Salud Mental*, 112. Obtenido de <https://scielo.isciii.es/pdf/rpto/v32n2/original1.pdf>
- Rofriguez Landa, J. (2019). Impacto de los riesgos psicosociales en la salud mental de los docentes en México. *Revista Mexicana de Psicología Educativa*. Obtenido de [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S1870-53082019000100006&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S1870-53082019000100006&script=sci_arttext)
- Samaniego, J. D. (28 de 09 de 2018). RIESGOS PSICOSOCIALES Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO. Obtenido de <file:///C:/Users/aux2.contabilidad/Downloads/Dialnet-RiesgosPsicosocialesYSuInfluenciaEnElDesempenoLabo-6716275.pdf>
- Uribe Felipe, J. S. (2016). Elaboración de una escala para valorar los factores de riesgo. *Journal of Work and Organizational Psychology*, 8.