Políticas de salud mental de los trabajadores durante la pandemia COVID-19 en sus fases de aislamiento y reincorporación al sitio de trabajo.

Mental health policies for workers during the COVID-19 pandemic in its phases of isolation and return to the workplace.

Autores: ***Lizeth Paulim Estevez Cardenas***

Recepción artículo _____. *Aceptación artículo*_____. *Publicación articulo*_____.

Resumen

El Covid-19, catalogado por la Organización Mundial de la Salud, como una emergencia sanitaria de alta importancia y que desencadenó una pandemia a nivel mundial, la cual afecto no solo la salud física de la humanidad, sino también la salud mental de los trabajadores.

Este articulo pretende puntualizar los efectos de la pandemia Covid-19 en la salud mental de los trabajadores y el actuar de las entidades de control y las empresas, con respecto a estrategias, políticas o reglamentación implementada, para salvaguarda la salud de los trabajadores.

Palabras Clave:

Covid-19, Salud Mental, estrés, ansiedad, pandemia, trabajadores.

Abstract

The Covid-19, cataloged by the World Health Organization, as a health emergency of high importance and that triggered a global pandemic, which affected not only the physical health of humanity, but also the mental health of the workers.

This article aims to point out the effects of the Covid-19 pandemic on the mental health of workers and the actions of control entities and companies, with respect to strategies, policies or regulations implemented, to safeguard the health of workers.

Key Words:

Covid-19, Mental Health, stress, anxiety, pandemic, workers.

INTRODUCCIÓN

La Salud mental en los últimos años ha tomado una fuerte importancia, debido al aumento de trastornos mentales asociados al consumo de alcohol y sustancias alucinógenas, que van de la mano con la depresión y la ansiedad; ahora bien, con la llegada del Covid-19, catalogado por la Organización Mundial de la salud como una emergencia de salud pública de importancia internacional (OMS, 2020), trajo consigo un sin número de cambios en la vida cotidiana de la humanidad; es así como cada país tuvo la potestad de regir y declarar la normatividad necesaria para evitar la propagación del virus, de esta manera se declaró aislamiento obligatorio en gran parte del mundo, exigiendo a las personas a permanecer en sus hogares y adoptar medidas de bioseguridad estrictas.

Inicialmente este confinamiento hizo que muchas entidades suspendieran sus labores y atendiendo a que el aislamiento se extendió por un tiempo más prolongado al esperado, se vieron en la necesidad de implementar el trabajo remoto o trabajo desde casa, para continuar con su funcionamiento; así, se da inicio a un gran reto para los trabajadores, iniciando desde la dependencia de conexión a internet para desarrollar sus labores, hasta la aparición de estrés o ansiedad, por el poco contacto con el exterior y la angustia e incertidumbre que generaba el virus Covid-19.

Teniendo en cuenta que el trabajador es el recurso más valioso que tienen las organizaciones, estas en conjunto con el gobierno y las administradoras de riesgo, iniciaron a implementar o mejorar los programas que se tienen para los trabajadores, desde el área de seguridad y salud en el trabajo SST. Cabe resaltar que una de las poblaciones en la que se vio más afectada la salud mental, fue en los trabajadores del sector salud, esto debido a que

fueron ellos quienes sufrieron más de cerca las catastróficas consecuencias del Covid-19 en la salud física de la población.

Por lo anterior, lo que se busca en este documento es consultar la implementación o mejoras que hicieron las organizaciones, con el fin de salvaguardar la salud mental de sus trabajadores y también, evidenciar el apoyo de los gobiernos y organizaciones mundiales en este momento crucial que vivió el mundo entero.

METODOLOGÍA

En el presente artículo de revisión se siguió la metodología cualitativa con enfoque descriptivo, a través una investigación documental con fuentes primarias, secundarias y terciarias, consultadas en bases de datos como Google académico, la página web de la Organización Mundial de la Salud OMS, la página web del Ministerio de Trabajo de Colombia, entre otras, seleccionándose y extrayéndose la información relevante que contribuyera con el tema de salud mental de los trabajadores en tiempos de COVID-19. Del mismo modo se realizaron consultas con departamentos de recursos humanos de algunas empresas para obtener información primaria del manejo que se dio a la salud mental de los trabajadores durante la pandemia Covid-19, centrado en las políticas adoptadas de seguridad y salud en el trabajo para la realización de actividades de trabajo remoto desde casa y el seguimiento a esta nueva modalidad de trabajo con ocasión del aislamiento social obligatorio. Las informaciones recaudadas son presentadas en los resultados y valoradas en la discusión del presente artículo de revisión.

RESULTADOS

Se realizó la búsqueda en Google académico, con las palabras: salud mental + trabajadores + covid, con el fin de minimizar los resultados de la búsqueda, se establecieron parámetros como el intervalo de tiempo entre los años 2020 y 2022 y solo páginas en español y se obtuvo 16.800 resultados; también, se buscaron las palabras empresas+covid+salud mental, con los mismos parámetros de la primera búsqueda y se obtuvo 16.400. De los resultados obtenidos se tomaron los más relevantes.

De igual forma se incluyó información de las páginas web de la Organización Mundial de la Salud, Organización Panamericana de la Salud, la Organización Internacional del Trabajo, el Ministerio de Salud de Colombia.

Contextualización

¿Qué es la salud mental?

> La Constitución de la OMS dice: «La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.» La salud mental es un estado de bienestar en el que la persona realiza sus capacidades y es capaz de hacer frente al estrés normal de la vida, de trabajar de forma productiva y de contribuir a su comunidad. En este sentido positivo, la salud mental es el fundamento del bienestar individual y del funcionamiento eficaz de la comunidad. (Organización mundial de la salud, 2018)

¿Qué es el COVID-19?:

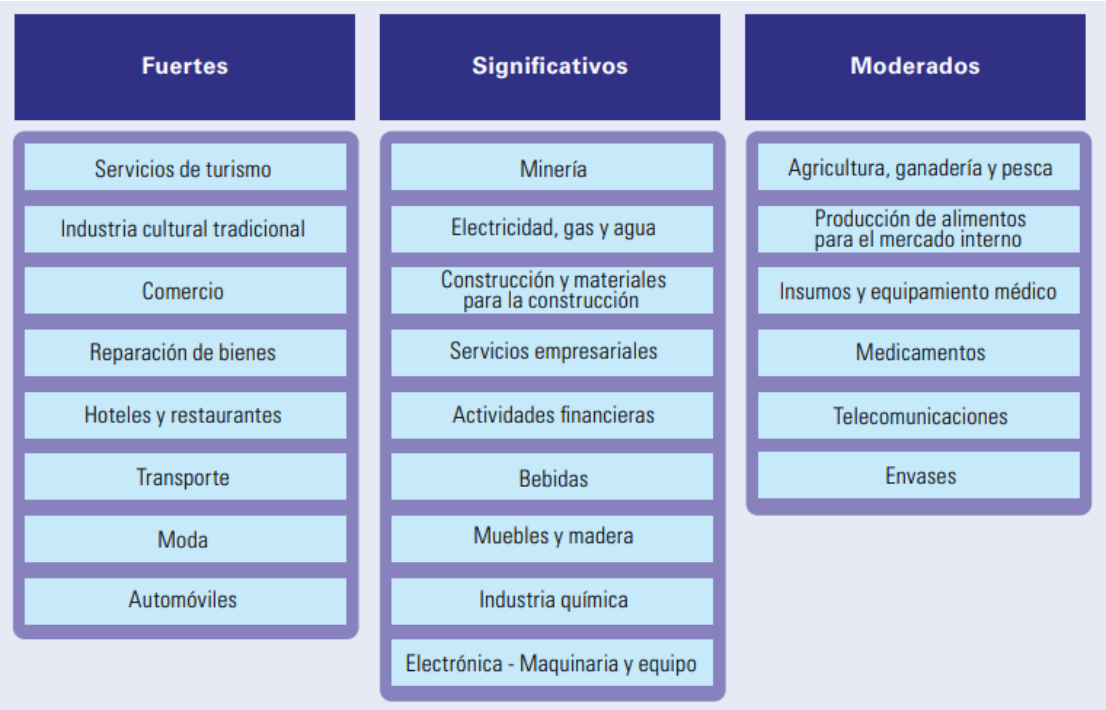
> El Covid-19 es considerada una enfermedad infecciosa causada por el virus SARS-CoV-2. La OMS tuvo noticia por primera vez de la existencia de este nuevo virus el 31 de diciembre de 2019, al ser informada de un grupo de casos de «neumonía vírica» que se habían declarado en Wuhan (República Popular China).
> (Organización Mundial de la Salud, 2020)

Posterior al primer caso confirmado, se dio una rápida propagación a nivel mundial, por su facilidad de contagio entre los individuos, de manera que la OMS declaró, el 11 de marzo de 2020 un estado de pandemia mundial (Salud, 2020); ante este hecho los países tomaron medidas preventivas, para evitar su propagación, de esta manera llegan las cuarentenas, el aislamiento obligatorio, el cierre de vuelos internacionales y fronteras, el uso obligatorio de mascarilla y restricciones para la adquisición de bienes y servicios, movilización y jornadas laborales en empresas u organizaciones.

A manera de ejemplo, cabe mencionar que en Colombia, se da inicio al aislamiento con el decreto 457 de 2020, expedido el 22 de marzo (Colombia, 2020), donde se ordenó el aislamiento preventivo obligatorio para todo el territorio nacional, a partir del 25 de marzo hasta el 13 abril de 2020, donde además se estipularon 34 excepciones o casos en los cuales se permite la circulación de personas o vehículos, debidamente autorizados, como lo fue para transporte de alimentos, servicio funerario, servicios médicos, compra de víveres y medicamentos; además, se estipuló que ante el desacato de dicha medida preventiva, se incurriría en multas o sanciones según el artículo 368 del código penal (secretaria senado, 2022) y articulo 2.8.8.1.4.21 del decreto 780 de 2016 (min salud, 2016).

Con el paso del tiempo este fenómeno global que afectó a todos los países del mundo, aunque en intensidades distintas, donde las restricciones sociales fueron generando la suspensión parcial o total de varias actividades productivas; de esta manera la comisión económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), nos muestra más específicamente los efectos de esta crisis en los diferentes sectores económicos, clasificados en fuertes, significativos y moderados, como lo ilustra la tabla.

Tabla No. 1: Intensidad de los efectos de la crisis, por sector de actividad económica



Fuente: (CEPAL, 2020)

Así las cosas, las empresas e industrias, pensando en cumplir con los lineamientos del gobierno y mantener la productividad de sus negocios, debieron acogerse al uso de la tecnología, implementando el trabajo remoto y teletrabajo; sin embargo, este fue un nuevo reto tanto para empleadores como para trabajadores, por un lado los empleadores acarrearon con la responsabilidad de mantener sus empresas a flote, mantener los salarios y

condiciones para sus empleados, y buscar la forma de ser productivos desde sus hogares; por otra parte el reto de los trabajadores, inicia con la incertidumbre de saber que iba a pasar con sus trabajos, como se iban a mantener económicamente y sumado a esto debían mantener la calma y organizar su tiempo, para cumplir con los asuntos laborales, las responsabilidades académicas de sus hijos, la organización de espacios en el hogar, la distribución de oficios y lo más importante la sana convivencia con sus seres queridos.

El covid-19 y los trabajadores del sector salud

Los trabajadores de salud como médicos, enfermeras, biólogos y todos en general, son sin lugar a duda uno de los sectores que ha vivido y sufrido el COVID-19 en sin aislamiento preventivo, el aumento de contagios a nivel mundial, elevó la necesidad de personal de salud disponible para atender esta emergencia y el sufrimiento del colapso de los centros de atención para los contagiados; además de la angustia de ser contagiados y contagiar a sus seres queridos, los trabajadores de la salud se encontraron con una sobrecarga de jornadas laborales, angustia ante el manejo adecuado de los implementos para evitar el contagio, presenciar tantas muertes sin saber cómo atacar este virus, la discriminación y el mismo contagio del virus mientras luchaban por salvar vidas, hizo que se viera fuertemente afectada no solo su salud física sino también su salud mental.

Ante esta problemática, se iniciaron investigaciones en diferentes países con el fin de evidenciar el grado de afectación de la salud mental de los trabajadores de la salud, uno de ellos fue “Salud mental en trabajadores de la salud durante la pandemia por COVID-19 en Chile”, el cual arrojó que un porcentaje significativo del personal de salud encuestado presenta algún grado de sintomatología, ejemplo ansiedad (74%), distrés (56%), depresión

(66%) e insomnio (65%), “En el caso específico del insomnio, 65% de la muestra reportó algún tipo de sintomatología asociada a trastornos del sueño, en estrés, sobre 57% de la muestra presentó alguna presencia entre leve a severa de síntomas asociados” (Urzúa, 2020). Otro estudio fue “Sintomatología asociada a trastornos de salud mental en trabajadores sanitarios en Paraguay: efecto COVID-19”, donde se obtuvo la información a través de un formulario on line de 126 profesionales de salud, con un rango de edad entre los 18 y los 61 años, “para el total de la muestra, los porcentajes de participantes que reportaron síntomas clasificables como moderados y severos fueron de un 32.2% para depresión, 41.3% en ansiedad, 27.8% en insomnio, 38.9% en distrés y un 64.3% en fatiga por compasión” (Antonio Samaniego, 2020).

Como los anteriores se encuentran muchos estudios al personal de la salud, que evidenciaron un deterioro notorio de su salud mental, por tanto, se hace indispensable la búsqueda de apoyo y alternativas que ayuden a mitigar de una u otra manera este suceso; en este sentido en la revista mexicana de urología, se encontró el artículo de revisión titulado: “Riesgos y daños en la salud mental del personal sanitario por la atención a pacientes con COVID-19” (Torres-Muñoz V, 2020), el cual enumera los comportamientos que pueden indicar algún tipo de alteración en la salud mental de los trabajadores de la salud, siendo algunos de ellos: sentimientos negativos, aumento de la frecuencia cardiaca, dolores de cabeza, temblores, problemas para conciliar el sueño, aumento de consumo de alcohol o drogas ilegales, comportamientos problemáticos, conflictos con sus compañeros de trabajo, entre otros; y así mismo relaciona las recomendaciones que hace La Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA por sus siglas en inglés), para prevenir el estrés y saber manejarlo antes de la situación, entre las más significativas se

encuentran: conocer lo mejor posible el trabajo que debe desempeñar, participar en ejercicios y simulaciones que los expongan a condiciones de estrés, evitar cantidades excesivas de cafeína, alcohol, descansar, dormir y hacer ejercicio físico, hacer ejercicios de relajación corporal, mantener el contacto con los amigos o seres queridos, entre otras estrategias sencillas, que están al alcance de cada individuo y que pueden contribuir al manejo del estrés, la ansiedad y demás.

Otro evento importante en los profesionales de la salud ha sido el alto riesgo de desarrollar el síndrome de Burnout, que se caracteriza por la presencia de agotamiento emocional, despersonalización y la percepción de una baja realización personal, mediante estudios realizados en países como Rumania, Alemania y china, donde se aplicó la escala Maslach Burnout Inventory (MBI) al personal como enfermeras, médicos y especialmente a los conocidos como primera línea, se hallaron significativas muestras de presencia de este síndrome (Lozano-Vargas, 2021).

Intervenciones para reducir el impacto psicológico

En el artículo "COVID-19 y salud mental" (Quintero, 2020), los autores mencionan una serie de intervenciones psicológicas recopiladas en la literatura científica, que están enfocadas en conservar la salud mental de los profesionales sanitarios, basándose en el modelo de Tomlin et al. del año 2020, organizado en 4 fases: preparación, prefase, principal y fin de casos, orientadas al individuo y a la institución o equipo de trabajo.

Empresas del sector durante el COVID-19

Con el fin de conocer concretamente el actuar de las empresas frente al manejo de la salud mental de sus trabajadores en tiempos de COVID, se hizo la consulta a empresas del sector, acerca de las medidas implementadas en sus empresas para salvaguardar la salud mental de sus trabajadores en tiempos de COVID, quienes manifestaron que todas las acciones tomadas, fueron encabezadas por el área de seguridad y salud en el trabajo, con el apoyo de la normatividad vigente y las administradores de riesgos profesionales ARL.

Telefónicamente se estableció contacto con la Coordinadora de Seguridad y Salud, de la Universidad Libre Seccional Socorro, quien manifestó que desde el área y seguridad salud, se trabajan actividades encaminadas a todo lo que tiene que ver con el riesgo psicosocial, que tiene que ver directamente con el cuidado de la salud mental; además cuentan con el servicio de psicología, para trabajadores o estudiantes que manifiesten o presenten la necesidad de acudir a este servicio, por medio del dialogo con un psicólogo profesional, ellos no hacen intervenciones a los pacientes pero ofrecen el apoyo y guía para que la persona pueda asistir a su EPS, de ser necesario. Mencionó que, a nivel Nacional, la universidad cuenta con el programa de riesgo psicosocial, sin embargo, en la Seccional Socorro están en proceso de identificar la necesidad de implementarlo, puesto que a la fecha no tienen casos identificados, que requieran un apoyo permanente en salud mental. También, como una acción frente a la pandemia, en las encuestas de condiciones de salud, se preguntaba a los trabajadores si presentaban la necesidad de un apoyo psicológico, durante el estado de emergencia que enfrentaba el mundo, de manera que se fortaleció todo lo relacionado con la salud mental de los trabajadores.

De igual manera se hizo con la Jefe de Salud Ocupacional de la empresa Seguridad Guanenta Ltda, ubicada en la Ciudad de Bucaramanga Santander, quien nos contó que a raíz de la socialización de la batería de riesgo psicosocial del año 2020, se establecieron dos grupos de riesgos que se debían analizar (riesgos altos y muy altos), por parte del equipo de supervisores, puntuaron dos cosas: el clima laboral, la organización de tareas y el cansancio, y por la parte de líderes de proceso: el clima laboral, la complejidad de las tareas, y la toma de decisiones.

Para los riesgos altos y muy altos: Se contrató una agencia de nombre STRATEGIK, encargada de establecer un plan anual de intervención con seguimiento mensual al equipo supervisor y líderes de proceso, donde se abordaron temas como: liderazgo, trabajo en equipo y asesoría psicológica (se intervinieron por grupos y se conoció qué pensaban y cuáles eran sus preocupaciones más frecuentes en cuanto al trabajo), todo con un psicólogo especialista en salud ocupacional. Por la línea de profesionales, analistas, auxiliares y secretarias, se hizo acompañamiento en este semestre con un practicante de psicología, para ir acercando al personal a los siguientes temas: prevención del acoso laboral, trabajo en equipo y liderazgo; mediante recordatorios por Zoom (afiches digitales), encuestas (buzón) y charlas. Para el sector de vigilantes hacemos semestralmente 2 formaciones: control de emociones y control del estrés, adicionalmente se hacen reuniones de equipo de trabajo en acompañamiento con el comité de convivencia laboral, con el fin de mejorar el trabajo en equipo y liderazgo, pues son como los dos factores que más se evidencian en los vigilantes relacionados al estrés.

También se estableció contacto con la persona encargada de Seguridad y Salud de la Clínica Santa Cruz de la Loma de San Gil, relato que el manejo a la salud mental de los trabajadores se llevó a cabo en conjunto con la ARL, mediante una entrevista y encuestas al personal de salud, para saber que tanto se sentían afectadas al restar el servicio a personas contagiadas, especialmente al área designada para COVID y urgencias, enfocada en el sentimiento de temor o si sentían que su salud mental estaba siendo afectada; posteriormente a las personas que manifestaban algún tipo de afectación, se les hacia una orientación por medio de la psicóloga clínica de la entidad, por la EPS o a través de la ARL, quienes ofrecían un acompañamiento telefónico o físico, permitiendo ser escuchado y brindando recomendaciones que contribuyeran a su mejoramiento y el buen manejo del estrés o ansiedad. De igual manera con el área de Seguridad y Salud del trabajo, se desarrollaron actividades encaminadas a salud mental, como integraciones, carreras de observación y se hizo junto con la caja de compensación una actividad de bienestar, mediante una jornada de relajación; todo esto cumpliendo con los protocolos de bioseguridad y con la intensión de minimizar el estrés y ofrecer espacios que les permitiera a los trabajadores desconectarse del ambiente tan tenso que se manejaba en esos días. Particularmente comentó que, para esa época no se pudo desarrollar la batería de riesgo psicosocial, porque por tratarse de personal de la salud, el riesgo iba a ser bastante alto, dado que estos no interrumpieron sus actividades y tampoco fueron sometidos al aislamiento social obligatorio, ni al trabajo remoto. Debiendo continuar el ejercicio de sus actividades expuestos a la incertidumbre de contagio para sí mismos y sus familiares más cercanos, sin contar con información suficiente respecto del comportamiento del virus, ni un tratamiento debidamente aprobado para la recuperación de la salud del paciente.

DISCUSIÓN

De acuerdo con la información consultada se identifica que el COVID-19 obligó a organizaciones mundiales, empresas grandes y pequeñas, hogares e individuos, a implementar medidas que les permitieran salvaguardar su salud física y mental y así lograr mantener la economía de los hogares, del país y del mundo; sin desconocer que a pesar de las medidas que se tomaron, las consecuencias de esta crisis mundial marco la historia y hoy en día sigue la lucha por superarlas.

En Colombia a través de la Resolución 666 de 2020 el Ministerio de Salud y Protección Social, estableció un protocolo general de bioseguridad al cual debieron acogerse las organizaciones del sector público y privado, que quisieran continuar con el desarrollo de actividades, con el fin de proteger a los trabajadores durante esta pandemia; es así como inició el trabajo conjunto entre los sistemas de seguridad y salud en el trabajo y las ARL de las empresas u organizaciones, con la elaboración de protocolos, demarcaciones de áreas de trabajo, entrega de elementos de protección, capacitaciones, encuestas de síntomas, reportes de síntomas, entre otras actividades que muestran el fortalecimiento de estos sistemas y el compromiso de las empresas en mantener a salvo o prevenir contagios en los trabajadores.

Una estrategia efectiva que se implementó durante esta emergencia sanitaria en Colombia, fue el uso de la aplicación móvil “CORONAPP” (COLOMBIA M. D., 2020), que permitió el monitoreo en tiempo real de casos positivos o síntomas y además brindó a los usuarios acompañamiento con información actualizada y de primera mano acerca del virus, líneas de atención y consejos para afrontar dicha crisis. Además se creó la aplicación

de orientación en salud mental “WAY SALUD” (COLOMBIA M. D., 2020), en la cual se brindaba orientación profesional psicológica, por medio de la programación de una cita y atención telefónica. Estas aplicaciones y los boletines emitidos por el Ministerio de Salud, denotan el apoyo y el compromiso del gobierno colombiano con sus habitantes, en la crisis del COVID-19 y sus diferentes consecuencias en la salud física y mental.

En igual sentido es importante resaltar que mediante el Decreto 655 del 28 de abril de 2022, la presidencia de la República de Colombia, propuso un plazo para dar por terminada la declaratoria de emergencia sanitaria, no obstante, mediante Resolución 666 de 2022, nuevamente la prorrogó hasta el 30 de junio de 2022.

De tal manera que cuando se escriben estas líneas la percepción de riesgo a la salud física y psicosocial persiste con ocasión de la pandemia COVID-19.

CONCLUSIONES

El mundo a lo largo de los años se ha enfrentado a varias crisis virales, sin embargo, el COVID 19 ha traído consigo no solo afectación en la salud física de las personas, sino una disminución de recursos económicos de grandes y pequeñas empresas, junto con una fuerte brecha en la salud mental de las personas, debido a los periodos de aislamiento obligatorio, condiciones de trabajo, incertidumbre, angustia, separación de seres queridos y otros factores de los que hoy en día la sociedad aun intenta recuperarse paulatinamente.

La salud mental fue uno de los grandes retos de la pandemia COVID-19, puesto que la vida cotidiana de la personas cambio de manera drástica de un momento para otro y los obligo a cambiar estilos de vida, costumbres, la forma de relacionarse con los demás y vivir

bajo unas exigencias de convivencia con el entorno bastante extremas; uno de los sectores que más se vio afectado por esta crisis mundial, ha sido el de la salud, desde el personal humano que estaba a servicio de atender la crisis, los hospitales y sus instalaciones, que no fueron suficientes para afrontar esta pandemia hasta el aumento de estrés, agotamiento mental y físico, estrés postraumático, ansiedad, entre otros síntomas, donde muestran los estudios realizados que el aumento de afectación en la salud mental que produjo esta pandemia en los trabajadores de la salud, fue mayor comparado con crisis anteriores.

Claramente cuando se escriben estas líneas (junio de 2022) se mantiene la declaratoria de emergencia sanitaria a nivel nacional mediante la Resolución 666 de 2022 (Minsalud, 2022), y se está a escasos meses del retorno a la regularidad en las instituciones, algunas de las cuales han acogido el levantamiento del uso obligatorio de mascarillas o tapabocas en lugares cerrados como lo ordenó la Resolución 350 de 2022 (Minsalud, 2022). No obstante, no se puede afirmar que los efectos generados en la salud mental de los trabajadores con ocasión de la pandemia Covid-19 estén consolidados y frente a ellos pueda emitirse un diagnóstico definitivo.

En consecuencia, la invitación que se extiende con este artículo de revisión está centrada en extender una invitación a los departamentos de recursos humanos de las diferentes empresas para que se revisen los protocolos de seguridad y salud en el trabajo de tal manera que se incorporen políticas de protección a la salud psicosocial, frente a las secuelas que generó en cada trabajador la pandemia Covid-19.

Con un esfuerzo conjunto conformado por la tríada: empresa, trabajador, familia, se podrán encontrar a tiempo las medidas necesarias para brindar la adecuada protección a la salud psicosocial, y se cumplirán los fines de la seguridad y salud en el trabajo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Acosta-Quiroz, J. &.-O. (2020). *Salud mental en trabajadores expuestos a COVID-19-Revista de Neuro-Psiquiatría*. Obtenido de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/http://www.scielo.org.pe/pdf/rnp/v83n3/0034-8597-rnp-83-03-212.pdf

Antonio Samaniego, A. U.-V. (17 de 05 de 2020). *journal.sipsych.org*. Obtenido de https://journal.sipsych.org/index.php/IJP/article/view/1298/1013

CEPAL. (02 de 07 de 2020). *Informe Especial COVID-19 No 4: las empresas frente a la COVID-19: emergencia y reactivación.* Obtenido de https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45734/S2000438_es.pdf?sequence=4&isAllowed=y

COLOMBIA, M. D. (2020). *Coronapp*. Obtenido de https://coronaviruscolombia.gov.co/Covid19/aislamiento-saludable/coronapp.html

COLOMBIA, M. D. (2020). *WAY SALUD*. Obtenido de https://www.way.com.co/

Colombia, R. d. (22 de 03 de 2020). *coronavirus colombia: Decreto número 457 de 2020*. Obtenido de https://coronaviruscolombia.gov.co/Covid19/docs/decretos/presidencia/82-decreto-457.pdf

Congreso de la Repùblica de Colombia (2000) Ley 599 de 2000 mediante la cual se expide el Còdigo Penal colombiano.

Herrera, M. V. (21 de 05 de 2021). *www.paho.org/coronavirus*. Obtenido de https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/54032/OPSNMHMH210007_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Lozano-Vargas, A. (2021). *El síndrome de burnout en los profesionales de salud en la pandemia por la COVID-19-evista de Neuro-Psiquiatría*. Obtenido de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/http://www.scielo.org.pe/pdf/rnp/v84n1/0034-8597-rnp-84-01-1.pdf

Ministerio de Salud y Protección Social – Colombia (2016) Decreto 780 de 2016 Por medio del cual se expide el Decreto Único Reglamentario del Sector Salud y Protección Social

Ministerio de Salud y Protección Social – Colombia (2020) Resolución 666 de 2020 Por medio de la cual se adopta el protocolo general de bioseguridad para mitigar, controlar y realizar el adecuado manejo de la pandemia del Coronavirus COVID-19.

Ministerio de Salud y Protección Social – Colombia (2022) Resolución 666 de 2022 Por la cual se prorroga la emergencia sanitaria declarada por el coronavirus COVID-19 declarada mediante resolución 385 de 2020, prorrogada por las resoluciones 844, 1462, 2230, de 2020, 222, 738, 1315, 1913 de 2021 y 304 de 2022.

Ministerio de Salud y Protección Social – Colombia (2022) Resolución 350 de 2022 Por medio de la cual se adopta el protocolo general de bioseguridad para el desarrollo de las actividades económicas, sociales, culturales y del Estado.

Presidencia de la República de Colombia (2022) Decreto 655 de 2022 Por el cual se imparten instrucciones en virtud de la emergencia sanitaria generada por la pandemia del coronavirus COVID-19 y el mantenimiento del orden público, se decreta el aislamiento selectivo con distanciamiento individual responsable y la reactivación económica segura.

OMS. (30 de enero de 2020). *Informes de situación de la COVID-19*. Obtenido de Informes de situación de la COVID-19: https://www.paho.org/es/informes-situacion-covid-19

Organización mundial de la salud. (30 de 03 de 2018). *Organización mundial de la salud*. Obtenido de https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response

Organización Mundial de la Salud. (10 de 11 de 2020). *Información basíca sobre la COVID-19*. Obtenido de https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/coronavirus-disease-covid-19

Peña, Y. (15 de 04 de 2016). *a32b1dcf-7a4e-8a37-ac16-c121928719c8.* Obtenido de https://www.mintrabajo.gov.co/documents/20147/0/DUR+Sector+Trabajo+Actualizado+a+15+de+abril++de+2016.pdf/a32b1dcf-7a4e-8a37-ac16-c121928719c8

Quintero, A. R.-Q. (12 de 2020). *COVID-19 y salud mental-Medicine - Programa de Formación Médica Continuada Acreditado*. Obtenido de https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S0304541220303097?token=8392FED39BCB3806CD51A2E7CAA12AB957F3B237D71DF122FDB24260C03EC02E9EFD64F9B9408A6F7D6AB1FC3C1F70E8&originRegion=us-east-1&originCreation=20220617165015

Salud, O. P. (11 de 03 de 2020). *La OMS caracteriza a COVID-19 como una pandemia*. Obtenido de https://www.paho.org/es/noticias/11-3-2020-oms-caracteriza-covid-19-como-pandemia#:~:text=Ginebra%2C%2011%20de%20marzo%20de,puede%20caracterizarse%20como%20una%20pandemia.

Torres-Muñoz V, F.-C. J.-V. (26 de 05 de 2020). *Riesgos y daños en la salud mental del personal sanitario por la atención a pacientes con COVID-19*. Obtenido de https://www.medigraphic.com/pdfs/uro/ur-2020/ur203i.pdf

Urzúa, A. S.-U. (28 de 10 de 2020). *Salud mental en trabajadores de la salud durante la pandemia de COVID-19 en Chile. Revista médica de Chile*. Obtenido de https://scielo.conicyt.cl/pdf/rmc/v148n8/0717-6163-rmc-148-08-1121.pdf