

Impacto de las Condiciones Laborales y la Salud Durante la Pandemia: Un Estudio Teórico y Empírico de los Estilos de Vida del Personal de Servicios Generales en Instituciones Educativas

Yesid Alexander Garcés Pulido¹
Julián David Martínez Babativa²
Dairo Alberto Cataño Gutiérrez³

Resumen

Este trabajo analiza los estilos de vida del personal de servicios generales y mantenimiento en diversas instituciones de educación superior durante la pandemia de COVID-19. Se realizaron entrevistas, encuestas y grupos focales en seis instituciones, tanto públicas como privadas, con la participación de 72 trabajadores. Utilizando conceptos clave de la teoría crítica y los estudios laborales, se busca entender cómo las condiciones de trabajo y las relaciones de producción influyen en la salud y el bienestar de estos trabajadores. Los resultados cuantitativos revelan niveles elevados de estrés (85%), fatiga crónica (78%) y síntomas de ansiedad y depresión (68%) entre los trabajadores. Factores como la falta de control sobre las condiciones laborales y la internalización de narrativas de explotación son contribuyentes clave a estos problemas. Las conclusiones subrayan la necesidad de intervenciones específicas para mejorar el manejo del estrés y promover la actividad física, así como abordar las causas estructurales de la explotación laboral. Se recomienda un seguimiento continuo de las condiciones

¹ Doctorando en Administración Gerencial. México. Docente e investigador de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9563-5698>. Correo: yesid.garces@unad.edu.co

² Psicólogo especialista en seguridad y salud en el trabajo, estudiante de maestría en educación inclusiva e intercultural - Universidad Nacional Abierta y a Distancia – ECISA, ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-5042-781X> Correo: julian.martinez@unad.edu.co

³ Filósofo Licenciado en Filosofía y Educación Religiosa, Especialista en educación, cultura y política y maestrante en Educación - Universidad Nacional Abierta y a Distancia ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3920-4938>, Correo: dairo.catano@unad.edu.co

laborales y de salud, así como la promoción de la solidaridad y la conciencia de clase entre los trabajadores para fomentar un cambio significativo en sus condiciones laborales y bienestar.

Palabras Clave

Salud Laboral; Alienación; Explotación; Teoría Crítica; Salud Pública

Abstract

This paper analyzes the lifestyles of general services and maintenance personnel at various higher education institutions during the COVID-19 pandemic. Interviews, surveys, and focus groups were conducted in six institutions, both public and private, with the participation of 72 workers. Using key theoretical concepts from critical theory and labor studies, it seeks to understand how working conditions and production relations influence the health and well-being of these workers. Quantitative results reveal high levels of stress (85%), chronic fatigue (78%), and symptoms of anxiety and depression (68%) among workers. Factors such as lack of control over working conditions and internalization of exploitation narratives were identified as key contributors to these issues. Conclusions highlight the need for specific interventions to improve stress management and promote physical activity, as well as to address the structural causes of labor exploitation. Continuous monitoring of working conditions and health is recommended, as well as the promotion of solidarity and class consciousness among workers to foster significant changes in their working conditions and well-being.

Keywords

Occupational Health; Alienation; Exploitation; Critical Theory; Public Health

Introducción

La pandemia de COVID-19 ha exacerbado las ya precarias condiciones laborales del personal de servicios generales y mantenimiento en muchas instituciones educativas. Diversos estudios han documentado el impacto de las condiciones laborales adversas en la salud mental y física de los trabajadores (Antunes, 2009; Pérez & Luna, 2014). Este estudio se enfoca en analizar cómo las condiciones de trabajo y las relaciones de producción afectan la salud y el bienestar de estos trabajadores. Utilizando la teoría crítica como marco teórico, se examinan las implicaciones estructurales y culturales que

perpetúan la explotación laboral y la alienación. A partir de este contexto, la hipótesis central plantea que las condiciones laborales y las relaciones de producción adversas influyen negativamente en la salud y el bienestar del personal de servicios generales y mantenimiento durante la pandemia de COVID-19, exacerbando la alienación y la explotación laboral (Harvey, 2005). Los objetivos específicos del estudio son: 1) Identificar los principales factores que contribuyen al estrés y la fatiga entre los trabajadores; 2) Analizar la relación entre las condiciones laborales y la salud mental de los trabajadores; y 3) Proponer intervenciones para mejorar el bienestar de los trabajadores en el contexto post-pandemia.

Metodología

Para llevar a cabo un diagnóstico exhaustivo de los estilos de vida del personal de servicios generales y mantenimiento, se adoptó un enfoque cualitativo y cuantitativo basado en el análisis del discurso crítico. Se realizaron entrevistas semi-estructuradas, encuestas y grupos focales en seis instituciones de educación superior, tanto públicas como privadas. Las entrevistas y los grupos focales se llevaron a cabo entre marzo y abril de 2021, con la participación de 72 trabajadores (12 en cada institución, con una distribución de género equilibrada). La selección intencional de los participantes se basó en criterios de vulnerabilidad en términos de condiciones laborales y salud, incluyendo trabajadores con contratos temporales y aquellos con cargas laborales significativas. Se garantizó la confidencialidad y se obtuvo el consentimiento informado de todos los participantes (Fairclough, 2013).

Para las encuestas cuantitativas, se utilizaron instrumentos validados y estandarizados, como la Escala de Estrés Percibido (PSS) y la Escala de Ansiedad y Depresión de Goldberg (GAD). Estos instrumentos fueron seleccionados por su fiabilidad y validez en la medición de los niveles de estrés, ansiedad y depresión en contextos laborales. La validación del trabajo de campo se llevó a cabo mediante un piloto inicial en una institución para ajustar y perfeccionar los instrumentos y procedimientos antes de su implementación completa.

El análisis de los datos cualitativos se realizó utilizando el análisis del discurso crítico, centrado en identificar las estructuras de poder y dominación presentes en los discursos de los trabajadores, así como en revelar cómo estas estructuras afectan su salud y bienestar. Este enfoque permitió interpretar los datos recolectados y contextualizarlos dentro del marco teórico de la teoría crítica. Los datos cuantitativos se analizaron con

técnicas estadísticas descriptivas, proporcionando una visión general de los niveles de estrés, fatiga, ansiedad y depresión.

Para asegurar la validez y confiabilidad de los resultados, se utilizó la triangulación de datos, combinando los hallazgos cualitativos y cuantitativos. Además, se realizaron revisiones entre pares para evaluar la consistencia y robustez de los análisis y conclusiones.

Desarrollo y Análisis Teórico

Clase Social y Salud Mental Laboral

La clase social es un determinante crucial en la configuración de la salud mental laboral. La realidad del trabajador de servicios generales y mantenimiento en instituciones educativas está marcada por la precariedad y la constante tensión entre las demandas laborales y las necesidades personales. La alienación que sufren estos trabajadores no solo es producto de la explotación económica, sino también de una alienación profunda que se manifiesta en la subjetividad y en la percepción de sí mismos dentro del marco de las relaciones de producción (Bourdieu, 1998). En este contexto, los trabajadores enfrentan desafíos insalvables debido a las condiciones adversas de trabajo y la falta de acceso a recursos de salud mental.

Los datos cuantitativos revelaron que el 85% de los trabajadores experimentan niveles elevados de estrés, el 78% sufre de fatiga crónica y el 68% presenta síntomas de ansiedad y depresión. Esta alienación se manifiesta de múltiples formas, desde la fatiga crónica y el estrés hasta la depresión y la ansiedad. Los trabajadores, sometidos a condiciones de trabajo inhumanas, desarrollan una relación conflictiva con su propio cuerpo y mente, viéndose atrapados en un ciclo de deterioro físico y mental (Antunes, 2009).

En tal sentido, la ausencia de mecanismos de apoyo institucional agrava la situación, limitando las oportunidades para que estos trabajadores accedan a programas de asistencia psicológica o de desarrollo profesional que podrían mitigar los efectos negativos de la alienación. La constante exposición a un entorno laboral hostil y a una estructura jerárquica rígida refuerza la percepción de impotencia y desamparo, contribuyendo a un estado de salud mental deteriorado. Los bajos salarios y la inseguridad laboral perpetúan la ansiedad financiera, que se suma a la carga emocional ya existente, creando un entorno donde la salud mental y física están constantemente en riesgo. Esta combinación de factores estructurales y personales no solo afecta la productividad y

eficiencia laboral, sino que también tiene implicaciones profundas en la calidad de vida y el bienestar general de los trabajadores (Harvey, 2005). La necesidad de intervenciones sistémicas que aborden tanto las condiciones laborales como el apoyo psicosocial es, por lo tanto, fundamental para romper este ciclo de alienación y explotación.

Trabajo Productivo y Explotación

En el contexto del capitalismo, el trabajo productivo se transforma en una mercancía que aliena al sujeto de su propia esencia y de sus semejantes. Este proceso de alienación implica una pérdida de control sobre las condiciones y el contenido del trabajo, así como una erosión de la identidad y el sentido de propósito del trabajador. La mercantilización del trabajo implica una reificación del ser humano, donde el trabajador es reducido a una mera función dentro del proceso productivo (Mészáros, 1995).

Esta alienación no solo se manifiesta en el ámbito económico, sino que también se extiende a la esfera social y psicológica del trabajador. La fragmentación de las tareas y la imposición de ritmos de trabajo deshumanizantes despojan al trabajador de su capacidad creativa y de su conexión con el producto final de su labor. Este distanciamiento genera una desconexión emocional y cognitiva, llevando a una experiencia laboral vacía y desmotivadora. Además, la presión constante por alcanzar metas de productividad y eficiencia exacerba el estrés y la ansiedad, creando un ambiente de trabajo tóxico que perjudica la salud mental y física del trabajador (Harvey, 2005).

La explotación inherente al sistema capitalista se refleja en la disparidad entre el valor producido por el trabajador y la remuneración recibida. Esta desigualdad no solo perpetúa la pobreza y la inseguridad económica, sino que también refuerza las dinámicas de poder que mantienen al trabajador en una posición subordinada. La internalización de estas condiciones como algo inevitable naturaliza la explotación, perpetuando un ciclo vicioso de alienación y opresión. Para romper con este ciclo, es esencial implementar reformas estructurales que promuevan condiciones laborales justas y equitativas, reconociendo y valorando el aporte integral del trabajador más allá de su capacidad productiva (Freire, 1970).

Determinantes Sociales de la Salud

Los determinantes sociales de la salud deben ser analizados como parte de una estructura socioeconómica que imprime su sello en la subjetividad de los individuos. La precarización del trabajo, la inseguridad económica y la falta de acceso a servicios de

salud son factores que contribuyen a la vulnerabilidad de los trabajadores, perpetuando ciclos de mala salud y explotación (Pérez & Luna, 2014).

Es así que los factores como la educación, el entorno familiar y comunitario, y las políticas públicas juegan un papel crucial en la configuración de la salud de los individuos. La falta de educación y oportunidades de desarrollo profesional limita la movilidad social y perpetúa la dependencia de empleos precarios. Un entorno familiar y comunitario carente de recursos adecuados puede aumentar el estrés y la ansiedad, afectando negativamente la salud mental y física de los trabajadores. Las políticas públicas inadecuadas o inexistentes en términos de protección laboral y acceso a servicios de salud refuerzan las desigualdades existentes y dificultan la posibilidad de mejorar las condiciones de vida. Por lo tanto, es fundamental abordar estos determinantes sociales de manera integral para promover una salud y bienestar equitativos, reconociendo la interconexión entre factores individuales, comunitarios y estructurales en la perpetuación de la vulnerabilidad y explotación laboral (Marmot, 2005).

Explotación y Conceptualización

La conceptualización de la explotación debe ser pluralista, abarcando no solo la dimensión económica, sino también la cultural y psicológica. La explotación afecta al trabajador en múltiples niveles, configurando su subjetividad y su relación con el entorno. La explotación económica se entrelaza con la dominación cultural y la opresión psicológica, creando un entramado complejo que perpetúa la vulnerabilidad y la desprotección de los trabajadores (Salgado Muñoz, 2022).

Este enfoque pluralista debe reconocer también la explotación simbólica, donde las narrativas dominantes y los estereotipos culturales desvalorizan y deshumanizan a los trabajadores. Esta forma de explotación se manifiesta en la internalización de roles subordinados y en la aceptación de la explotación como una norma social, lo cual inhibe la capacidad de los trabajadores para imaginar y luchar por mejores condiciones de vida. Además, la explotación se manifiesta en la imposición de valores y expectativas que desprecian las culturas y saberes locales, reforzando una hegemonía cultural que aliena a los individuos de sus raíces y tradiciones. Para abordar eficazmente la explotación, es necesario adoptar un enfoque holístico que considere la intersección de estas diversas dimensiones y promueva la emancipación integral del trabajador a través de la educación crítica, el fortalecimiento de la identidad cultural y la creación de espacios de resistencia y solidaridad (Freire, 1970; Gramsci, 1971).

Prevención y Salud Pública

La prevención en salud pública requiere intervenciones que aborden no solo los síntomas, sino también las causas estructurales de los problemas de salud. Las intervenciones deben ser integrales y sostenibles, promoviendo la salud física y mental de los trabajadores. Este enfoque proactivo exige una reestructuración del discurso dominante, permitiendo al sujeto reinscribirse en un nuevo campo de significación (WHO, 2020).

Para lograrlo, es crucial implementar políticas que garanticen condiciones laborales dignas y seguras, así como el acceso universal a servicios de salud de calidad. Las intervenciones deben incluir programas de educación y concienciación que empoderen a los trabajadores para reconocer y actuar frente a los factores que afectan su salud. Además, es vital fomentar la participación de los trabajadores en la toma de decisiones relacionadas con sus condiciones laborales y de salud, promoviendo un modelo de gestión participativa que fortalezca la cohesión y el apoyo comunitario. La creación de redes de apoyo y la facilitación de espacios para el ejercicio físico y el cuidado de la salud mental son igualmente esenciales para una prevención efectiva. Este enfoque holístico debe ser respaldado por investigaciones continuas que monitoreen la efectividad de las intervenciones y adapten las estrategias a las necesidades cambiantes de la población trabajadora (Marmot, 2005; Freire, 1970).

Discusión y Resultados

Análisis Crítico

Los resultados del estudio revelan una situación de grave precariedad laboral entre los trabajadores de servicios generales y mantenimiento durante la pandemia. Los discursos de los trabajadores reflejan una profunda insatisfacción con sus condiciones laborales, caracterizadas por largas jornadas de trabajo, bajos salarios y falta de reconocimiento. La alienación laboral se manifiesta en la desconexión emocional y psicológica de los trabajadores respecto a su labor, lo cual impacta negativamente en su salud mental y bienestar general (Pérez & Luna, 2014). La mayoría de los participantes reportaron niveles elevados de estrés (85%), fatiga crónica (78%) y síntomas de ansiedad (68%) y depresión (45%). Estos hallazgos son consistentes con estudios previos que han documentado el impacto negativo de la precariedad laboral en la salud mental de los trabajadores (Antunes, 2009). La falta de acceso a servicios de salud adecuados y la

inseguridad económica exacerban estos problemas, perpetuando un ciclo de vulnerabilidad y explotación (Bourdieu, 1998).

Además, los trabajadores describieron una sensación de desamparo y desesperanza al no poder mejorar sus condiciones laborales debido a las limitadas oportunidades de desarrollo profesional y la falta de apoyo institucional. Esta percepción de impotencia se traduce en una internalización de la explotación, donde los trabajadores aceptan las condiciones adversas como una parte inevitable de su realidad laboral. La repetitividad y monotonía de las tareas diarias contribuyen a un sentimiento de despersonalización y pérdida de identidad, lo que refuerza la alienación y disminuye la motivación y el compromiso laboral.

Estos resultados subrayan la necesidad de intervenciones urgentes y específicas. Los trabajadores reportaron que una mayor autonomía y participación en las decisiones relacionadas con su trabajo podrían mejorar significativamente su bienestar. También se destacó la importancia de establecer programas de apoyo psicológico y de desarrollo profesional que permitan a los trabajadores acceder a recursos para mejorar sus habilidades y oportunidades laborales.

Es imperativo que las intervenciones futuras se centren no solo en mejorar las condiciones económicas y laborales, sino también en ofrecer apoyo psicológico y programas de bienestar que permitan a los trabajadores recuperar su sentido de agencia y dignidad. La creación de entornos laborales que promuevan la participación y la autonomía de los trabajadores puede ser una estrategia efectiva para mitigar los efectos negativos de la precariedad laboral y fomentar una cultura organizacional más inclusiva y saludable. Además, es crucial implementar políticas públicas que aborden la precariedad laboral de manera integral, asegurando condiciones laborales dignas y el acceso a servicios de salud adecuados.

Alienación Laboral

La alienación laboral se evidencia en la falta de control que los trabajadores sienten sobre sus condiciones de trabajo y su incapacidad para influir en las decisiones que afectan su bienestar. La repetitividad y monotonía de las tareas, junto con la presión constante para cumplir con altos estándares de productividad, contribuyen a una sensación de despersonalización y pérdida de identidad. Los trabajadores se sienten como meros engranajes en la maquinaria productiva, despojados de su humanidad y agencia (Mészáros, 1995).

Esta alienación se agrava por la falta de reconocimiento y valorización del trabajo realizado. Los trabajadores expresaron que sus esfuerzos a menudo no son apreciados, lo que profundiza su desconexión emocional con sus tareas y con la organización. Esta desvalorización no solo impacta negativamente su autoestima, sino que también reduce su sentido de pertenencia y compromiso hacia la institución. La falta de perspectivas de crecimiento y desarrollo profesional refuerza la sensación de estancamiento y frustración, incrementando aún más los niveles de alienación. Por lo tanto, es esencial que las instituciones educativas implementen políticas que reconozcan y valoren el aporte de estos trabajadores, promoviendo un ambiente de trabajo más inclusivo y motivador.

Explotación

El análisis de los discursos revela que la explotación laboral no solo se manifiesta en términos económicos, sino también en términos culturales y psicológicos. Los trabajadores internalizan la narrativa dominante que justifica sus condiciones de explotación como inevitables o merecidas. Esta aceptación pasiva es un reflejo de la hegemonía cultural que perpetúa las desigualdades estructurales y despoja a los trabajadores de su capacidad crítica (Gramsci, 1971).

La explotación también se observa en la imposición de jornadas laborales excesivas y la falta de medidas de seguridad adecuadas, lo que pone en riesgo la salud y bienestar de los trabajadores. La constante presión para cumplir con metas de productividad sin considerar las necesidades humanas básicas contribuye a un ambiente de trabajo insostenible y deshumanizante. Además, la explotación se perpetúa a través de la falta de representación y voz de los trabajadores en la toma de decisiones, lo que les impide abogar por mejores condiciones laborales y protecciones. Para combatir esta explotación multifacética, es fundamental promover la formación de sindicatos y otras formas de organización laboral que empoderen a los trabajadores y les permitan luchar colectivamente por sus derechos.

Intervenciones

Intervención en Estrés Laboral

Para abordar los altos niveles de estrés documentados, se implementaron intervenciones centradas en la identificación y manejo del estrés a través de la estrategia ABC (Análisis Funcional de la Conducta). Estas intervenciones incluyeron talleres sobre técnicas de relajación, manejo del tiempo y desarrollo de habilidades para la resolución de conflictos (Skinner, 1953). Los participantes reportaron una mejora significativa en su capacidad

para manejar el estrés y una mayor conciencia de los factores que contribuyen a su bienestar psicológico.

Intervención en Actividad Física

Se llevaron a cabo talleres sobre la importancia de la actividad física y su impacto en la salud mental y física. Estos talleres incluyeron sesiones prácticas de estiramientos, pausas activas y ergonomía laboral. La implementación de programas de ejercicio físico adaptados a las necesidades y capacidades individuales de los trabajadores resultó en una mejora notable en su bienestar general y una reducción en los niveles de fatiga y estrés (WHO, 2020).

Conclusiones

El análisis de las condiciones laborales y de salud del personal de servicios generales y mantenimiento en varias instituciones de educación superior ha revelado una situación de grave precariedad exacerbada por la pandemia de COVID-19. Las condiciones laborales adversas, caracterizadas por la baja participación en actividades físicas, mala nutrición y altos niveles de estrés, reflejan un entorno de trabajo que perpetúa la alienación y el sufrimiento. Este estudio subraya la importancia de abordar tanto los síntomas como las causas estructurales de estas condiciones laborales adversas.

En primer lugar, es fundamental implementar intervenciones específicas que mejoren el manejo del estrés y promuevan la actividad física entre los trabajadores. Estas intervenciones deben estar acompañadas de programas de apoyo psicológico y de desarrollo profesional que permitan a los trabajadores acceder a recursos y oportunidades para mejorar sus habilidades y bienestar. Además, se deben establecer mecanismos de apoyo institucional que incluyan asesoramiento individual y grupal, así como actividades de mindfulness y ejercicios de respiración para ayudar a los trabajadores a desarrollar técnicas de afrontamiento efectivas.

En segundo lugar, es crucial promover la participación activa y la autonomía de los trabajadores en la toma de decisiones relacionadas con sus condiciones laborales. La creación de entornos laborales que fomenten la participación y la voz de los trabajadores puede ser una estrategia efectiva para mitigar los efectos negativos de la precariedad laboral y fomentar una cultura organizacional más inclusiva y saludable. La implementación de políticas públicas que garanticen condiciones laborales dignas y seguras, así como el acceso universal a servicios de salud de calidad, es esencial para abordar la explotación y la alienación de manera integral.

Además, la formación de sindicatos y otras formas de organización laboral que empoderen a los trabajadores y les permitan luchar colectivamente por sus derechos es fundamental para combatir la explotación multifacética que enfrentan. Estas organizaciones pueden desempeñar un papel clave en la promoción de la solidaridad y la conciencia de clase entre los trabajadores, fomentando un cambio significativo en sus condiciones laborales y bienestar.

REFERENCIAS

- Antunes, R. (2009). *The Meanings of Work: Essay on the Affirmation and Negation of Work*. Brill.
- Bourdieu, P. (1998). *Practical Reason: On the Theory of Action*. Stanford University Press.
- Fairclough, N. (2013). *Critical Discourse Analysis: The Critical Study of Language*. Routledge.
- Freire, P. (1970). *Pedagogy of the Oppressed*. Continuum.
- Gramsci, A. (1971). *Selections from the Prison Notebooks*. International Publishers.
- Harvey, D. (2005). *A Brief History of Neoliberalism*. Oxford University Press.
- Marmot, M. (2005). *The Status Syndrome: How Social Standing Affects Our Health and Longevity*. Henry Holt and Company.
- Mészáros, I. (1995). *Beyond Capital: Toward a Theory of Transition*. Monthly Review Press.
- Pérez, A., & Luna, R. (2014). *Trabajo y Precariedad en América Latina*. CLACSO.
- Salgado Muñoz, E. (2022). *Explotación y Alienación en el Trabajo Contemporáneo*. Fondo de Cultura Económica.
- Skinner, B. F. (1953). *Science and Human Behavior*. Free Press.
- WHO. (2020). *Mental Health and Psychosocial Considerations During the COVID-19 Outbreak*. World Health Organization.