



Facultad de Posgrados

EVALUACION DE RIESGOS PSICOSOCIALES POR TELETRABAJO A
DOCENTES DEL IST RIOBAMBA

AUTOR

Edison Zúñiga Cabezas

AÑO

2021



FACULTAD DE POSGRADOS

EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES POR TELETRABAJO A
DOCENTES DE IST RIOBAMBA

Trabajo de Titulación presentado en conformidad con los requisitos
establecidos para optar por el título de Magister en Seguridad y Salud
Ocupacional

Profesor guía:

Bernarda Cristina Espinoza Castro

Autor:

Edison Santiago Zúñiga Cabezas

Año

2021

DECLARACIÓN DEL PROFESOR GUÍA

Declaro haber dirigido el trabajo “EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES POR TELETRABAJO A DOCENTES DE IST RIOBAMBA” a través de reuniones periódicas con el estudiante Edison Santiago Zúñiga Cabezas, en el semestre, orientando sus conocimientos y competencias para un eficiente desarrollo del tema escogido y dando cumplimiento a todas las disposiciones vigentes que regulan los Trabajos de Titulación.

Bernarda Cristina Espinoza Castro

MAGISTER EN CIENCIAS EN SEGURIDAD Y SALUD OCUPACIONAL
INTERNACIONAL

C.I: 0104277702

DECLARACIÓN DEL PROFESOR CORRECTOR

Declaro haber revisado el trabajo “EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES POR TELETRABAJO A DOCENTES DE IST RIOBAMBA” del estudiante Edison Santiago Zúñiga Cabezas, en el semestre 202102, dando cumplimiento a todas las disposiciones vigentes que regulan los Trabajos de Titulación.

Bernarda Cristina Espinoza Castro

MAGISTER EN CIENCIAS EN SEGURIDAD Y SALUD OCUPACIONAL
INTERNACIONAL

C.I: 0104277702

DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL ESTUDIANTE

“Declaro que este trabajo es original, de mi autoría, que se han citado las fuentes correspondientes y que en su ejecución se respetaron las disposiciones legales que protegen los derechos de autor vigentes”

Edison Santiago Zúñiga Cabezas

C.I: 0603889262

AGRADECIMIENTO

“Si la única oración que dijera en toda la vida fuera: GRACIAS, bastaría”

Eckhart Tolle

Y es así como llego al fin de este camino recorrido, con una profunda gratitud con todos quienes me acompañaron a lo largo de este sueño, que hoy por hoy se convierte en una maravillosa realidad.

Gracias a Dios por llenarme de fuerza a diario para no darme por vencido y a mi hermosa familia por ser mi pilar fundamental.

Edison Zúñiga

DEDICATORIA

Mi vida la debo a mis padres que con sacrificio y esfuerzo han hecho de mi un hombre honesto y honrado y ese es el mejor trabajo que me han brindado este Postgrado dedico a mi Madre mujer valiente y luchadora la mejor profesional, es Doctora que me ha sanado de toda enfermedad es mi psicóloga que me ayudado a nunca rendirme y estar mentalmente fuerte es la motivación de mi vida es el ejemplo y modelo de persona que espero llegar hacer son palabras sencillas pero mi amor por ti es eterno esto va por ti mamita.

RESUMEN

Actualmente, en medio de la rápida propagación del COVID, la realidad ha cambiado de manera drástica, el teletrabajo ha sido adoptado como la forma para laborar y pese a las enormes ventajas que presenta al momento de acabar con barreras de distancia y tiempo, asimismo genera una serie de inconvenientes en la salud física y psicológica de los trabajadores, motivo por el cual la presente intervención educativa se llevará a cabo mediante una serie de conferencias enfocando sus esfuerzos en evaluar los principales riesgos psicosociales a los que se encuentran expuestos día a día los docentes del Instituto Superior Tecnológico Riobamba, asociados al teletrabajo, de manera que sea posible mejorar las condiciones en las que desempeñan sus jornadas laborales por medio de pequeños cambios en la distribución de sus jornadas laborales, horarios, adaptaciones en los espacios utilizados para laborar e incluso variaciones en la posición manejada frente al computador. Al generar estos cambios, no solo existirá una mejoría en los educadores sino también en su desempeño en cuanto al proceso de enseñanza.

ABSTRACT

Currently, in the midst of the rapid spread of COVID, the reality has changed drastically, teleworking has been adopted as the way to work and despite the enormous advantages it presents at the time of ending barriers of distance and time, it also generates a series of inconveniences in the physical and psychological health of workers, which is why this educational intervention will be carried out through a series of conferences focusing its efforts on evaluating the main psychosocial risks to which workers are exposed every day. teachers of the Riobamba Higher Technological Institute, associated with telework, so that it is possible to improve the conditions in which they carry out their working hours through small changes in the distribution of their working hours, schedules, adaptations in the spaces used to work and even variations in the position handled in front of the computer. By generating these changes, there will not only be an improvement in educators but also in their performance in terms of the teaching process.

ÍNDICE

1. ANTECEDENTES E INTRODUCCIÓN	1
2. CONDICIONES DE MARCO	5
3. NIVEL DE CONOCIMIENTO Y OBJETIVOS DE APRENDIZAJE.....	7
4. REALIZACIÓN DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA..	8
5. MEDICIÓN DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA.....	11
6. RESULTADOS DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA	14
6.1 EVALUACIÓN GENERAL DE LA INTERVENCIÓN	14
6.2 ANÁLISIS DE LA COMPETENCIA ADQUIRIDA.....	16
6.3 ANÁLISIS DE LA APRECIACIÓN DEL CURSO Y SUGERENCIAS	19
7. CONCLUSIONES	21
8. BIBLIOGRAFIA.....	22
ANEXOS	24

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Resultados de la encuesta de satisfacción.....	12
Tabla 2: Calificaciones de la intervención por parte de los participantes.....	13
Tabla 3: Resultados Cuestionario de Evaluación Pregunta 2.....	16
Tabla 4: Resultados Cuestionario de Evaluación Pregunta 3.....	16
Tabla 5: Resultados Cuestionario de Evaluación Pregunta 9.....	17
Tabla 6: Resultados Cuestionario de Evaluación Pregunta 15.....	17
Tabla 7: Resultados Cuestionario de Evaluación Pregunta 17.....	17
Tabla 8: Resultados Cuestionario de Evaluación Pregunta 18.....	18

1. ANTECEDENTES E INTRODUCCIÓN

Los riesgos psicosociales en el entorno laboral se definen como amenazas para la salud física, mental e incluso social, debidas a las condiciones existentes en el día a día de los trabajadores a nivel organizacional e interpersonal. (Rubini, 2021)

El teletrabajo, a su vez, se define como una forma de trabajar lejos del lugar de empleo, de manera remota, haciendo uso de la tecnología, es decir, es un tipo de trabajo a distancia en el que intervienen las TIC de manera que se genere una forma de contacto constante entre las empresas y sus colaboradores (Osio, 2015)

En el contexto actual, en medio de la crisis actual debida al rápido avance de COVID-19 que ha traído múltiples consecuencias en todos los niveles, el teletrabajo ha sido acogido como la nueva metodología para laborar y aunque aparentemente posee múltiples ventajas, esta modalidad de representa un peligro potencial para la salud tanto física como psicológica de los trabajadores (Saez, 2007)

En presente trabajo enfoca su atención en el sector educativo, analizando las afecciones generadas en los docentes del Instituto Superior Tecnológico (IST) Riobamba.

Trabajos previos recopilan una serie de estudios encaminados a analizar los peligros latentes que genera el teletrabajo en los educadores, así se menciona que existe una prevalencia de trastornos musculoesqueléticos en docentes como la patología más frecuente a nivel físico, puesto que mala postura genera afecciones a nivel dorso lumbar, cuello y otros riesgos ergonómicos por las largas jornadas laborales frente al computador (García & Sánchez, 2020)

Asimismo, existen estudios enfocados en la situación emocional de los educadores y la manera en que los casos de ansiedad, depresión y estrés reportan un alarmante incremento durante los primeros meses del año, volviéndose parte de sus labores diarias. (Vargas, Vargas, Cedeño, & Piloso, 2021)

Todo esto sumado al temor de contagio y a las labores diarias que cada uno debe desempeñar en sus hogares, genera grandes perjuicios en la salud, ya que muchas veces no existe una diferencia entre los espacios destinados a la familia y al trabajo, ocasionando problemas en las relaciones familiares e interpersonales de los educadores. (Moreno, 2021)

Poniendo en la balanza ventajas y desventajas, existen quienes expresan no estar interesados en teletrabajar, debido a las múltiples limitaciones en cuanto al manejo de tecnologías que presentan los docentes de mayor edad, por lo que se hace necesario generar distintos espacios que permitan capacitaciones constantes para romper este tipo de barreras (Tapasco & Giraldo, 2016)

Con todo lo mencionado anteriormente también se puede señalar que se han presentado diversas enfermedades relacionadas con el sedentarismo, por ejemplo, sobrepeso, afecciones cardiacas, diabetes, osteoporosis, presión arterial alta y colesterol. (Idefonzo, 2019)

Estas afecciones mencionadas generalmente presentan síntomas visibles y hasta cierto punto pueden ser detectadas de manera clara por los profesionales de la salud, pero es imperativo tomar en consideración la salud mental de las personas, motivo por el cual, el presente trabajo enfoca su interés en los riesgos psicosociales derivados del teletrabajo en quienes están inmersos en el sector educativo.

La educación virtual se fundamenta en la tecnología, específicamente en aquellas enfocadas en la comunicación e información, eliminando las barreras relacionadas con la distancia e incluso del tiempo. Este nuevo reto se ha convertido en la base para educar de forma remota con nuevas dinámicas y formas de transmitir el conocimiento. (Roberto, Juan, & Díaz, 2021)

Existen varios recursos digitales que pueden ser grandes aliados para el proceso de enseñanza aprendizaje, no obstante, esta nueva dinámica, se ha convertido un peligro potencial junto con los riesgos psicosociales que se han presentado como reacciones comunes debidas al impacto que el coronavirus (COVID-19) tiene de manera global en la sociedad (Vargas, Vargas, Cedeño, & Piloso, 2021),

motivo por el cual se plantea la presente intervención educativa en el IST Riobamba

La ejecución de actividades encaminadas para precautelar la salud y seguridad en los ambientes laborales se ampara en el Art. 326, numeral 5 de la Constitución del Ecuador y en distintos estamentos legales como el Código del Trabajo, Acuerdos Ministeriales, convenios nacionales e internacionales e incluso en reglamentos enfocados en precautelar la salud y seguridad con miras a mejorar los ambientes de trabajo (Ministerio del Trabajo , 2019).

Con esta motivación, es importante que el IST Riobamba ponga en práctica distintas medidas que ayuden a mantener la estabilidad psicosocial de los educadores cuando esta sea buena o a mejorarla en los casos contrarios, haciendo uso de técnicas normalizadas, con resultados precisos y criterios comunes que permiten una evaluación correcta del estado de los integrantes de la colectividad educativa

Los docentes juegan un papel protagónico en la consecución de los objetivos y metas de los procesos de enseñanza, razón por la cual es de suma importancia precautelar su salud física y mental.

Al existir docentes que presentan fatiga, estrés, cefaleas, problemas musculares, dolores articulares y un sinnúmero de condiciones derivadas de situaciones de riesgo que se manifiestan a diario en su ambiente laboral, los resultados obtenidos en cuanto a la enseñanza serán mediocres, vislumbrándose lejana la posibilidad de contar con una educación de calidad (Villar, 2016).

Todos los problemas que afecten a los docentes se verán reflejados en su desempeño diario y por ende en sus estudiantes.

Sin embargo, cambios sencillos, pero de gran relevancia pueden ser implementados con directrices asequibles para la labor diaria de los educadores. El arma más poderosa en este sentido es la prevención y al generar consciencia sobre los riesgos psicosociales que implica el teletrabajo, seguro que cada

docente estará dispuesto a implementar las recomendaciones en su desempeño diario, poniendo en práctica lo aprendido

Para obtener una mejora en el personal docente en cuanto al manejo del teletrabajo, se plantea un ciclo de conferencias encaminadas a dar a conocer factores inexplorados para su correcto desempeño profesional en el área mencionada (Cuenca & Tomasina, 2005).

2. CONDICIONES DE MARCO

La presente intervención educativa tuvo lugar en el mes de abril del 2021. En la semana del 05 al 09 de abril desde las 18h00 hasta 20h00 se llevaron a cabo las conferencias, el 12 de abril se realizó la respectiva evaluación a los docentes y a lo largo de esa semana fueron recopilados todos los resultados.

Las conferencias se realizaron de manera virtual por medio de la plataforma Zoom y la evaluación se llevó a cabo de manera presencial en el Auditorio del IST Riobamba.

El autor fue el instructor principal. Quien estuvo a cargo de los temas: Riesgos psicosociales (definiciones, principales características, panorama general), Factores de riesgo ocasionados por la carga del teletrabajo (Carga física y Carga mental), Riesgos Psicosociales (Características propicias para el lugar en el que se realiza teletrabajo, Organización del teletrabajo, Particularidades individuales y situación externa al entorno laboral), mientras que el tema: La postura adecuada para el teletrabajo (descansos, posibles afecciones derivadas de la mala postura, distribución del tiempo en la jornada) fue llevado a cabo por un el especialista en Traumatología Doctor Andrés Alvarez y el tema: Insatisfacción, estrés, mobbin, bornout, estuvo a cargo del Psicólogo Clínico Mateo Alvarez.

Para preparar la intervención docente, los autores tuvieron una reunión para definir las fechas, los materiales necesarios, división de los temas y métodos que utilizarían durante la intervención.

Todo el material audiovisual fue realizado por los facilitadores de las conferencias y expuesto de manera virtual para los asistentes, mientras que el sitio destinado para la evaluación fue proporcionado por el IST Riobamba, el resto de los elementos necesarios fueron suministrados por el autor.

Los participantes fueron todos los docentes del IST Riobamba, quienes participaron en las conferencias en línea y para la evaluación asistieron en grupos para precautelar su seguridad.

Las invitaciones fueron enviadas a los correos electrónicos institucionales, con una encuesta adjunta en Forms para confirmar participación de cada uno de los participantes. En la invitación se describieron las fechas, los horarios, los links para las conferencias y el lugar para llevar a cabo la actividad planteada.

Esta intervención podría mejorar la situación laboral de los educadores del IST Riobamba, puesto que al conocer los riesgos a los que se ven expuestos al teletrabajar y las opciones que tienen a su alcance para disminuir los riesgos que esta modalidad de trabajo conlleva, podrán ejecutar a su favor todo lo aprendido en las conferencias planteadas.

3. NIVEL DE CONOCIMIENTO Y OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

Para evaluar los riesgos psicosociales por teletrabajo en docentes del IST Riobamba, se iniciará con una prueba de diagnóstico, en la que se pueda medir el nivel de conocimiento en cuanto al tema.

Posteriormente se llevará a cabo el ciclo de conferencias con el tema general: "Riesgos Psicosociales debido al teletrabajo en docentes".

Al finalizar las diferentes charlas planteadas, los participantes serán capaces de:

1. Dar una definición clara sobre riesgos psicosociales, los cuales se refieren a todas las condiciones presentes en el entorno laboral y que se encuentra relacionadas de manera directa con la organización, percepción y realización de tareas asignadas, afectando tanto al bienestar como al estado físico y psicológico, incidiendo en el posible estrés del trabajador. Todo lo anterior puede generar condiciones de trabajo alienantes que no permiten el aprendizaje, crecimiento y la autonomía del trabajador (Oit/Oms, 1984)
2. Diferenciar entre carga de trabajo físico y psicológico
3. Conocer el significado de insatisfacción laboral, estrés, mobbling, burnout
4. Clasificar los factores de riesgo presentes en el sector educativo y los posibles perjuicios que podrían presentarse, asociados a las situaciones ergonómicas, psicosociales y de seguridad.
5. Identificar las situaciones de amenaza más comunes en el entorno educativo, relacionadas con la ergonomía, con factores psicosociales y de seguridad.
6. Precisar las situaciones ergonómicas, psicosociales y de seguridad que sean relevantes para prevenir y evitar cualquier tipo de riesgo devenido en el ambiente laboral
7. Enumerar los riesgos ocasionados por las distintas afecciones psicosociales que puedan presentarse en el lugar de trabajo.

4. REALIZACIÓN DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

La presente intervención educativa se llevó a cabo mediante un ciclo de conferencias a manera de charlas interactivas, en las cuales prime la participación de los asistentes,

Las charlas estuvieron dirigidas al personal docente del ITS Riobamba, con la finalidad de generar conciencia en cuanto a los principales riesgos que el teletrabajo presenta en el día a día de sus labores, relacionados con carga de trabajo y factores psicosociales.

Las conferencias planteadas tuvieron los siguientes temas:

1. Riesgos psicosociales (definiciones, principales características, panorama general)
2. Factores de riesgo ocasionados por la carga del teletrabajo
 - Carga física
 - Carga mental
3. La postura adecuada para el teletrabajo (descansos, distribución del tiempo en la jornada)
4. Riesgos Psicosociales
 - Características propicias para el lugar en el que se realiza teletrabajo
 - Organización del teletrabajo
 - Particularidades individuales y situación externa al entorno laboral
5. Insatisfacción, estrés, mobbin, bornout

Y para finalizar la intervención se realizó una retroalimentación general y una evaluación a cada uno de los participantes

Las fases del modelo ARIPE utilizado en cada una de las conferencias se detallan a continuación:

Ajustar: Dinámicas de integración

Duración: 10 minutos.

Esta fase se ha dividido en dos partes:

- A. Rompehielos: Actividad para crear un ambiente de familiaridad entre los participantes y dividirlos en equipos para trabajar posteriormente.
- B. Video: Para presentar el tema del día.

Reactivar: Conocimientos previos

Duración: 5 minutos.

Se realiza una plenaria con preguntas sobre conocimientos previos sobre el tema ser tratado, los participantes intercambian ideas y los grupos formados van ganando puntos de manera que se incentive cooperación en las distintas actividades.

Informar:

Duración: 60 minutos

- A. Presentación de Power Point: El facilitador realiza la exposición del tema planteado
- B. Reflexión: Se plantea un momento de reflexión por parte de los participantes de manera que siempre colaboren en el tema expuesto

Procesar:

Duración: 20 minutos

- A. Debate: Se realiza una plenaria a manera de debate en base a preguntas proporcionadas por el expositor para cada uno de los grupos y participantes
- B. Pausa activa: Se realiza una pausa de 5 minutos con actividades que permitan mejorar la postura de los participantes y de esta manera evitar perder la atención de los participantes
- C. Resumen final: Para consolidar los conocimientos adquiridos sobre los temas expuestos por parte del expositor

Evaluar:

Duración: 25 minutos

Los participantes son divididos en los grupos planteados inicialmente para realizar las actividades planteadas a continuación:

- A. Cuestionario: Aplicación de un pequeño cuestionario a cada uno de los grupos para medir los conocimientos adquiridos
- B. Plenaria: Enfocada a la revisión de las respuestas en conjunto para determinar posibles errores y corregirlos
- C. Retroalimentación general
- D. Intervención de un representante de cada grupo exponiendo una conclusión sobre el tema

5. MEDICIÓN DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

Al iniciar el ciclo de conferencias se realizarán preguntas por parte de los facilitadores de cada charla de manera que sea posible evaluar el estado en el que se encuentran los docentes participantes en cuanto al tema que se desarrollará.

Para la medición de la efectividad de la intervención educativa se efectuará una evaluación corta, a manera de plenaria al final de cada tema expuesto y al dar por terminado el ciclo de conferencias se realizará una evaluación general.

Cabe mencionar que cada uno de los temas será realizado de manera que los distintos conceptos a ser tratados puedan ser comprendidos por todos quienes asistan a las conferencias.

Lejos de usar tecnicismos innecesarios, se buscará utilizar un lenguaje sencillo, fácil de entender, de manera que todos los participantes a pesar no ser entendidos en la temática de las conferencias logren captar todo lo explicado, de forma que los conocimientos adquiridos puedan ser aplicados a lo largo de las jornadas laborales.

En la evaluación se desarrollarán preguntas simples, basadas en el Cuestionario de Riesgos Psicosociales que plantea el Ministerio del Trabajo en su Programa para Prevención de Riesgos Psicosociales (Ministerio del Trabajo , 2019). Las preguntas serán adaptadas al nivel de conocimiento de los participantes con la finalidad que puedan responderlas sin dificultad alguna.

Además, se planteó una encuesta de satisfacción para conocer la opinión de los participantes sobre la intervención, para esto realizó un cuestionario anónimo con nueve preguntas (Anexo C), el cual fue completado al final de la actividad por todos los participantes y ayudó a evaluar y dar retroalimentación de la intervención.

El cuestionario se realizó mediante Google Forms y las opciones para responder se basan en la escala de Likert: totalmente de desacuerdo, en desacuerdo, ni de acuerdo ni en desacuerdo, de acuerdo y totalmente de acuerdo, solamente la

pregunta final fue enfocada a la calificación de la intervención en una escala de 1 (peor calificación) a 10 (mejor calificación). Se obtuvieron las siguientes respuestas:

Tabla 1:

Resultados de la encuesta de satisfacción

Pregunta	Escala de Likert				Totalmente de acuerdo	Número total de participantes
	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo		
1. La temática planteada en las charlas, ¿ha sido de ayuda para usted?	1	3	2	7	84	97
2. ¿Los expositores manejaron los temas de forma clara?	5	1	4	11	76	97
3. ¿Las actividades desarrolladas tuvieron coherencia en relación con el desarrollo de las conferencias virtuales?	5	2	4	11	75	97
4. ¿Utilizaría en sus labores diarias las recomendaciones expuestas a lo largo de las charlas?	5	4	2	21	65	97
5. ¿Considera que lo aprendido es útil para prevenir riesgos psicosociales asociados con el teletrabajo?	5	4	4	7	77	97
6. ¿Qué tan probable es que usted sugiera adaptar las recomendaciones mencionadas en las charlas a personas ajenas al ITS Riobamba?	2	4	3	18	70	97
7. ¿Considera usted que la organización se realizó de manera adecuada?	1	1	3	12	80	97
8. Una vez finalizado el curso, ¿considera que ha adquirido conocimientos suficientes sobre la temática planteada?	5	3	2	13	74	97

Preguntas planteadas en la encuesta de satisfacción con el número de participantes que escogen cada uno de los parámetros de la escala de Likert

Como se puede ver en la Tabla 1, la mayoría de los participantes respondió de manera favorable, hablando de manera específica, la pregunta 4 menciona que utilizarán las recomendaciones en sus labores diarias dando como resultado que 21 participantes escogen la opción de acuerdo y 65 totalmente de acuerdo, sumando así 76 personas que implementarán lo aprendido.

Tomando en consideración la pregunta 6, en la que se plantea la posibilidad de sugerir a otras personas ajenas a la institución adaptar las recomendaciones aprendidas en las conferencias, es importante notar que un total de 88 participantes lo harían.

La pregunta 9 se encamina a la calificación que los participantes le dan a la intervención educativa, obteniendo los resultados planteados en la Tabla 2, al realizar un promedio global la calificación otorgada es de 8.93, siendo un puntaje bastante alto que refleja la gran satisfacción por parte del personal docente del IST Riobamba en cuanto a la intervención llevada a cabo.

Tabla 2:

Calificaciones de la intervención por parte de los participantes

Calificación	Número de participantes	Porcentaje (%)
1	0	0
2	0	0
3	0	0
4	0	0
5	0	0
6	1	1
7	12	12
8	25	26
9	14	14
10	45	46
Total	97	100

Con todo lo mencionado anteriormente se espera obtener una respuesta favorable por parte de los docentes del IST Riobamba en cuanto a la adaptación de las recomendaciones mencionadas por los facilitadores en las charlas y de esta forma mejorar las condiciones diarias del teletrabajo.

6. RESULTADOS DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

Los participantes de la intervención fueron los docentes del IST Riobamba, de los cuales 40 son hombres y 57 mujeres, sumando un total de 97 personas, quienes cuentan con estudios de tercer y cuarto nivel y su rango de edades oscila entre los 25 y 64 años

Al momento de plantear la intervención, los principales resultados esperados fueron:

- Disminución de alteraciones músculo esqueléticas derivadas del teletrabajo debidas a actividades frente al computador, mejorando la postura, de manera que la espalda permanezca apoyada correctamente contra el respaldo de la silla, en una posición erguida, manteniendo la mesa nivelada a la altura de los codos.
- Decrecimiento de efectos derivados de la carga mental en los ambientes educativos, como por ejemplo ansiedad, insomnio, depresión, cefaleas, etc
- Descenso de los riesgos psicosociales relacionados con distintos tipos de daños como insatisfacción, estrés, mobbing y burnout
- Mayor organización de los tiempos designados a teletrabajo por parte de los asistentes a los ciclos de conferencias
- Mejoría en las condiciones de teletrabajo diarias y en el entorno laboral en general.

Y para determinar si estos resultados fueron o no obtenidos se planteó un cuestionario al finalizar las conferencias, el cual arrojó los resultados que se presentan a continuación

6.1 EVALUACIÓN GENERAL DE LA INTERVENCIÓN

Para realizar la evaluación general de la intervención educativa se planteó un cuestionario que fue respondido por cada uno de los participantes, las preguntas realizadas fueron encaminadas tanto para determinar posibles riesgos psicosociales, así como medir los conocimientos adquiridos.

Preguntas como: al trabajar desde casa, siento que puedo compartir más tiempo con mi familia, logro separar las funciones que desempeño a diario en mi trabajo con las funciones del hogar, el horario que manejo diariamente está claramente definido en cuanto a empezar y terminar mi jornada laboral, en casa se diferencia la zona laboral de la zona familiar se enfocan para determinar el entorno de trabajo en el que se desempeña cada docente.

Al analizar las preguntas como: siento que el ITS Riobamba tiene en cuenta actividades encaminadas para mi bienestar, desde que realizo teletrabajo siento que tengo más tiempo libre, hago uso de TIC para relacionarme con mis compañeros de trabajo, en esta nueva modalidad laboral he sentido más la necesidad de trabajar en equipo, tengo claro cuáles son las funciones que debo desempeñar, pienso que las funciones que me han sido asignadas me generan una carga que no pudo manejar, mis superiores me dan instrucciones claras, ante cualquier inquietud en mi trabajo sé a quién acudir, mi labor se ha visto simplificada gracias a los cambios tecnológicos en mi trabajo, es posible determinar el entorno generado por ITS Riobamba para los educadores.

Finalmente, las preguntas: tengo sentimientos de cansancio y agotamiento mental debido al uso de la tecnología en mi trabajo, luego de asistir a las conferencias tengo claro el concepto de riesgo psicosocial, entiendo cuales como manejar mis jornadas de trabajo, manejo mi postura de manera correcta para evitar dolores musculares y articulares, puedo reconocer los síntomas relacionados con estrés, cansancio, etc, brindan la posibilidad de determinar los nuevos conocimientos adquiridos por el personal docente en base a la temática expuesta en cada una de las conferencias.

Se termina toda la evaluación con un “buzón de sugerencias” manejado en un documento en Google Forms, en el que los docentes pueden expresar su sentir en cuanto al desarrollo de la intervención

6.2 ANÁLISIS DE LA COMPETENCIA ADQUIRIDA

Para analizar las competencias adquiridas por los participantes se analizan las respuestas obtenidas en cada una de las preguntas, por ejemplo, la pregunta 2 plantea que los docentes serán capaces de separar sus funciones laborales de las del hogar, obteniendo como resultado que, de 97 participantes, 78 consiguen hacerlo por completo.

Tabla 3:

Resultados Cuestionario de Evaluación Pregunta 2

Pregunta 2	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	Número total de participantes
Logro separar las funciones que desempeño a diario en mi trabajo con las funciones del hogar	1	2	4	12	78	97
Porcentaje (%)	1	2	4	12	80	100

Asimismo, los docentes, luego de haber asistido a las charlas se sienten en capacidad de definir claramente sus horarios de trabajo para no exceder las horas diarias frente al computador, esto se evidencia mediante las respuestas obtenidas en la pregunta 3, con 73 participantes que responden totalmente de acuerdo.

Tabla 4:

Resultados Cuestionario de Evaluación Pregunta 3

Pregunta 3	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	Número total de participantes
El horario que manejo diariamente está claramente definido en cuanto a empezar y terminar mi jornada laboral	1	1	4	20	71	97
Porcentaje (%)	1	1	4	21	73	100

En cuanto a la pregunta 9, los educadores responden que ahora están mas al tanto de cada una de las funciones que deben desempeñar a diario, puesto que, del total de participantes,

Tabla 5:

Resultados Cuestionario de Evaluación Pregunta 9

Pregunta 9	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	Número total de participantes
Tengo claro cuales son las funciones que debo desempeñar	7	5	3	16	66	97
Porcentaje (%)	7	5	3	16	68	100

La pregunta 15 reporta un rotundo éxito, puesto que 94 de 97 docentes mencionan tener claro el concepto de riesgo psicosocial

Tabla 6:

Resultados Cuestionario de Evaluación Pregunta 15

Pregunta 15	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	Número total de participantes
Luego de asistir a las conferencias tengo claro el concepto de riesgo psicosocial	0	0	2	1	94	97
Porcentaje (%)	0	0	2	1	97	100

En cuanto al manejo de la postura se ve que existen un alto porcentaje de docentes que ahora son capaces de mantener posición adecuada para desempeñar sus labores diarias, resultado basado en la pregunta 17 enfocada en evitar dolores musculares y articulares.

Tabla 7:

Resultados Cuestionario de Evaluación Pregunta 4

Pregunta 17	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	Número total de participantes
Manejo mi postura de manera correcta para evitar dolores musculares y articulares	3	4	3	12	75	97
Porcentaje (%)	3	4	3	12	77	100

Finalmente, la pregunta 18 hace énfasis en reconocer los síntomas relacionados con estrés y cansancio, pregunta en la que los 87 de los 97 participantes responden totalmente de acuerdo.

Tabla 8:

Resultados Cuestionario de Evaluación Pregunta 18

Pregunta 18	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	Número total de participantes
Puedo reconocer los síntomas relacionados con estrés, cansancio, etc	0	0	3	7	87	97
Porcentaje (%)	0	0	3	7	90	100

Al analizar todas las preguntas con sus respectivas respuestas se hace evidente que, en términos generales luego de haber realizado la intervención educativa, los docentes han adquirido competencias en la temática expuesta, pudiendo evitar así distintos riesgos asociados al teletrabajo.

Por lo que, una vez terminadas las conferencias impartidas por los expositores, al realizar las plenarias y los trabajos en equipo, los asistentes:

- Definen lo que es un riesgo psicosocial como tal
- Establecen una diferencia entre carga de trabajo físico y psicológico
- Comprenden el significado de insatisfacción laboral, estrés, mobbling, burnout
- Clasifican los factores de riesgo presentes en el sector educativo y los posibles perjuicios que podrían presentarse, asociados a las situaciones ergonómicas, psicosociales y de seguridad.

- Identifican las situaciones de amenaza más comunes en el entorno educativo, relacionadas con la ergonomía, con factores psicosociales y de seguridad.
- Precisan las situaciones ergonómicas, psicosociales y de seguridad que sean relevantes para prevenir y evitar cualquier tipo de riesgo devenido en el ambiente laboral
- Enumeran los riesgos ocasionados por las distintas afecciones psicosociales que puedan presentarse en el lugar de trabajo.

6.3 ANÁLISIS DE LA APRECIACIÓN DEL CURSO Y SUGERENCIAS

En el buzón de sugerencias virtual se recogieron distintos criterios por parte de los participantes, el principal y mencionado de manera mayoritaria por los participantes fue el pedido de realizar este tipo de actividades más seguido, puesto que permiten conocer distintos riesgos asociados a la forma en que desempeñan sus labores diarias.

Otra sugerencia es realizar conferencias de manera presencial, ya que la interacción entre participantes y facilitadores podrá llevarse de mejor manera, ante este pedido, cabe recalcar que debido a la situación sanitaria se vuelve bastante complejo retomar la presencialidad, sobre todo por el gran número de docentes con el que cuenta la institución.

Se sugirió también facilitar todo el material expuesto en las charlas para compartirlo con personas ajenas a la institución, pero que forman parte del círculo cercano de los educadores, ante este pedido se generó una carpeta en One Drive con todo el material y se compartió el link vía correo electrónico para que todos los asistentes tengan acceso a esta información.

Con todo lo mencionado anteriormente, al hablar sobre la apreciación general que tienen los educadores sobre la intervención educativa realizada, es posible decir que es favorable, puesto que en los criterios recogidos se evidencia que existía una necesidad de conocer sobre los riesgos asociados al teletrabajo, al ser una modalidad nueva, existen grandes vacíos en cuanto a la manera correcta

de desempeñar las labores diarias y que estas no afecten a la física o psicológica de los trabajadores.

7. CONCLUSIONES

La intervención educativa llevada a cabo, cuyo enfoque estaba relacionado con la evaluación de riesgos psicosociales por teletrabajo a docentes del IST Riobamba arroja las conclusiones presentadas a continuación:

Al informar a los docentes sobre los distintos riesgos en cuanto a su entorno laboral relacionado con el teletrabajo, es posible lograr una disminución de alteraciones músculo esqueléticas con la simple implementación de una mejor postura en las jornadas diarias

Es posible generar conciencia sobre los efectos derivados de la carga mental en los ambientes educativos, como por ejemplo ansiedad, insomnio, depresión, cefaleas, etc

Al establecer horarios de trabajo definidos, se da un descenso de los riesgos psicosociales relacionados con distintos tipos de daños como insatisfacción, estrés, mobbing y burnout

Mediante una mejor organización de los tiempos designados a teletrabajo existe una mejora considerable en el desenvolvimiento de los docentes, puesto que no se mantienen en jornadas de trabajo extenuantes

8. BIBLIOGRAFIA

1. Cuenca, R., & Tomasina, F. (2005). Condiciones de trabajo y salud docente : estudios de casos en Argentina, Chile, Ecuador, México, Perú y Uruguay. *Condiciones de trabajo y salud docente*, 101-134.
2. García, E., & Sánchez, R. (2020). Prevalencia de trastornos musculoesqueléticos en docentes. *Anales de la Facultad de Medicina*, 8(3), 301-307. doi:<https://doi.org/10.15381/anales>.
3. Idefonzo, R. (2019). Sedentarismo, la enfermedad del siglo xxi. *Clínica e Investigación en Arteriosclerosis*, 31(5), 233-240. doi:<https://doi.org/10.1016/j.arteri.2019.04.004>
4. Ministerio del Trabajo . (2019). Seguridad y Salud en el Trabajo. Quito.
5. Moreno, M. (2021). *Factores Psicosociales en Docentes que realizan Teletrabajo en la Unidad Educativa Teodoro Kelly - Durán – Ecuador*. Piura.
6. Oit/Oms. (1984). *Oficina internacional del trabajo del trabajo. Factores psicosociales en el trabajo: Naturaleza, incidencia y prevención. Informe del Comité Mixto OIT-OMS sobre Medicina del Trabajo*. Ginebra: novena reunión.
7. Osio, L. (2015). Salud y seguridad en el teletrabajo. Caso: Argentina. *Visión Gerencial*, 7(2), 410-426. doi:[IISSN 1317-8822](https://doi.org/10.1155/2015/13178822)
8. Roberto, C., Juan, T., & Díaz, T. (2021). *Los desafíos de las TIC para el cambio educativo*. Madrid: Fundación Santillana.
9. Rubbini, N. (2021). Los riesgos psicosociales en el teletrabajo. *VII Jornadas de Sociología de la UNLP*. La Plata.
10. Saez, E. (2007). El teletrabajo, una alternativa para el mundo rural. *Salud y drogas*, 153-158. doi:[ISSN: 1578-5319](https://doi.org/10.1155/2007/15785319)
11. Tapasco, O., & Giraldo, J. (2016). Factores asociados a la disposición por el teletrabajo entre docentes universitarios. *Ciencia & trabajo*, 18(56), 87-93. doi:<http://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492016000200003>

12. Vargas, L., Vargas, V., Cedeño, L., & Piloso, D. (2021). Riesgos psicosociales y la educación pública en la. *Centro Sur Social Cience Journal*, 5(1), 90-99.
13. Villar, M. (2016). La carga física del trabajo. *Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo* . Madrid.

ANEXOS

A. Calendario – Diagrama de Gantt

Actividades	SEMANA 1					SEMANA 2					SEMANA 3					SEMANA 4					SEMANA 5				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
Propuesta en la institución	■																								
Exposición y planteamiento a las autoridades		■	■																						
Selección de los facilitadores para las conferencias				■	■																				
Socialización con los docentes de la institución						■	■	■																	
Inauguración del ciclo de conferencias										■															
Conferencia 1											■														
Conferencia 2												■													
Conferencia 3													■												
Conferencia 4														■											
Conferencia 5															■										
Evaluación general a los participantes																■									
Revisión de cuestionarios																	■	■	■	■					
Medición de resultados																					■	■			
Socialización con las autoridades sobre resultados																							■	■	■

B. Plan didáctico-ARIFE

Plan didáctico ARIFE				
Ajustar	Reactivar	Informar	Procesar	Evaluar
<p>Dinámica para crear un ambiente de familiaridad entre los participantes</p> <p>Actividad para dividir a los participantes en grupos</p> <p>Presentación de un video relacionado al tema</p>	<p>Plenaria con preguntas sobre conocimientos previos sobre el tema a ser tratado</p> <p>Intercambio de ideas entre los grupos</p>	<p>Exposición del facilitador sobre la temática planteada.</p> <p>Momento de reflexión para los participantes</p>	<p>Debate en base a preguntas proporcionadas por el expositor para cada uno de los grupos</p> <p>Pausa activa para evitar perder la atención de los participantes</p> <p>Resumen final parte del expositor para consolidar los conocimientos adquiridos sobre los temas expuestos</p>	<p>Aplicación de un pequeño cuestionario a cada uno de los grupos para medir los conocimientos adquiridos</p> <p>Revisión de las respuestas en conjunto para determinar posibles errores y corregirlos</p> <p>Retroalimentación general</p> <p>Intervención de un representante de cada grupo exponiendo una conclusión sobre el tema</p>

C. Evaluación

TEST DE RIESGOS PSICOSOCIALES

El Test que se presenta a continuación tiene como finalidad evaluar la intervención educativa y estimar posibles riesgos psicosociales relacionados al teletrabajo, de manera que sea posible aplicar medidas preventivas. Por favor marque con una X cada uno de los enunciados según sea el caso.

Nombre y apellidos: _____

N°	PREGUNTAS	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	Al trabajar desde casa, siento que puedo compartir más tiempo con mi familia					
2	Logro separar las funciones que desempeño a diario en mi trabajo con las funciones del hogar					
3	El horario que manejo diariamente está claramente definido en cuanto a empezar y terminar mi jornada laboral					
4	En casa se diferencia la zona laboral de la zona familiar					
5	Siento que el ITS Riobamba tiene en cuenta actividades encaminadas para mi bienestar					
6	Desde que realizo teletrabajo siento que tengo más tiempo libre					
7	Hago uso de TIC para relacionarme con mis compañeros de trabajo					
8	En esta nueva modalidad laboral he sentido más la necesidad de trabajar en equipo					
9	Tengo claro cuales son las funciones que debo desempeñar					
10	Pienso que las funciones que me han sido asignadas me generan una carga que no pudo manejar					
11	Mis superiores me dan instrucciones claras					
12	Ante cualquier inquietud en mi trabajo sé a quien acudir					
13	Mi labor se ha visto simplificada gracias a los cambios tecnológicos en mi trabajo					
14	Tengo sentimientos de cansancio y agotamiento mental debido al uso de la tecnología en mi trabajo					
15	Luego de asistir a las conferencias tengo claro el concepto de riesgo psicosocial					
16	Entiendo cuales como manejar mis jornadas de trabajo					
17	Manejo mi postura de manera correcta para evitar dolores musculares y articulares					
18	Puedo reconocer los síntomas relacionados con estrés, cansancio, etc					

Cuestionario de satisfacción

Pregunta	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	Número total de participantes
1. La temática planteada en las charlas, ¿ha sido de ayuda para usted?						
2. ¿Los expositores manejaron los temas de forma clara?						
3. ¿Las actividades desarrolladas tuvieron coherencia en relación con el desarrollo de las conferencias virtuales?						
4. ¿Utilizaría en sus labores diarias las recomendaciones expuestas a lo largo de las charlas?						
5. ¿Considera que lo aprendido es útil para prevenir riesgos psicosociales asociados con el teletrabajo?						
6. ¿Qué tan probable es que usted sugiera adaptar las recomendaciones mencionadas en las charlas a personas ajenas al ITS Riobamba?						
7. ¿Considera usted que la organización se realizó de manera adecuada?						
8. Una vez finalizado el curso, ¿considera que ha adquirido conocimientos suficientes sobre la temática planteada?						

D. Lista de participantes

LISTA DE ASISTENCIA

NOMBRE DEL CURSO _____
 NOMBRE DEL INSTRUCTOR: _____ DURACIÓN: _____ HORARIO: _____
 PERIODO: _____ PLANTEL: _____

No.	NOMBRE DEL PARTICIPANTE	CURSO DE ENSEÑANZA	ASISTENCIA					
			1	2	3	4	5	6
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								

 NOMBRE y FIRMA DEL INSTRUCTOR

 NOMBRE y FIRMA DEL COORDINADOR

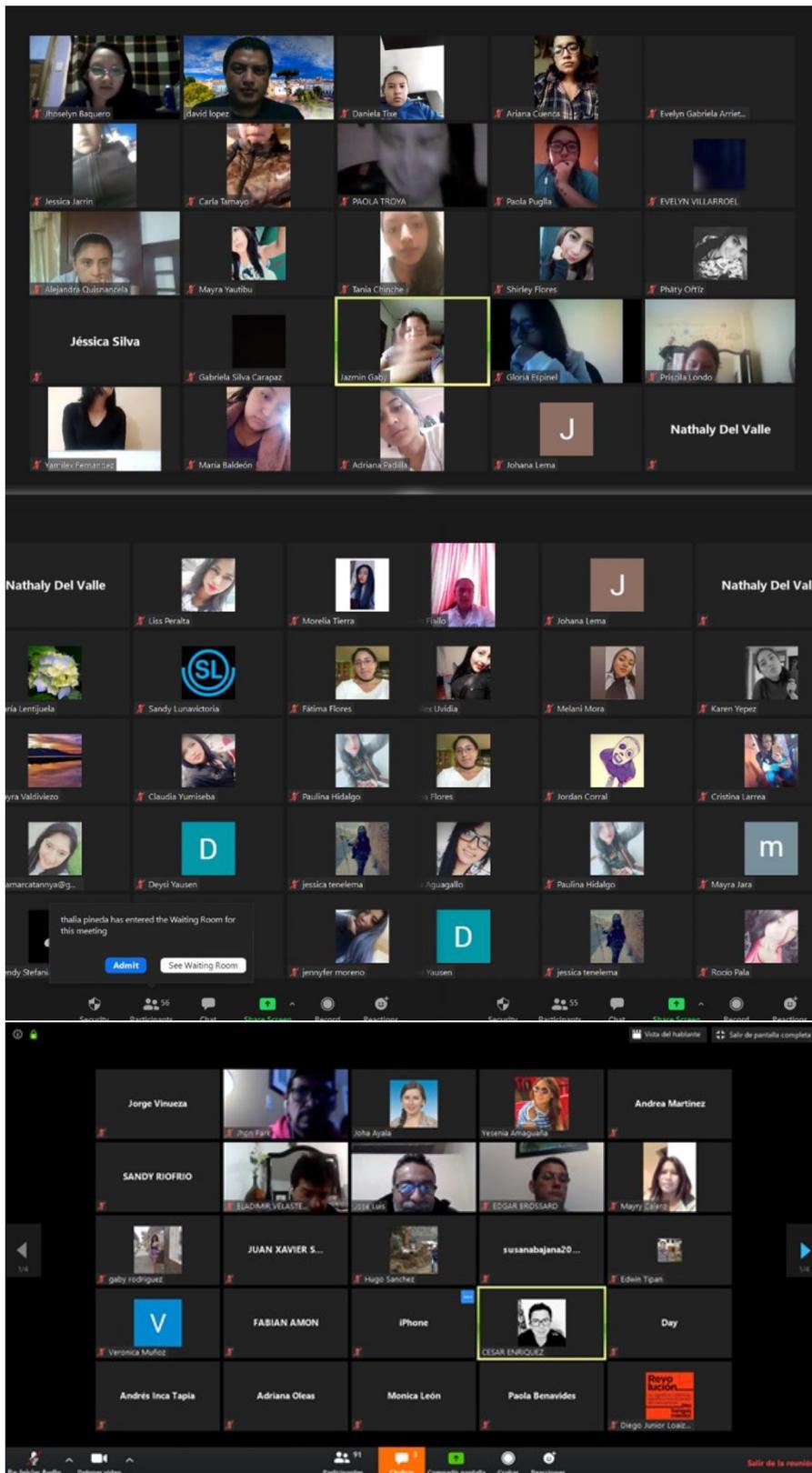
E. Materiales y recursos

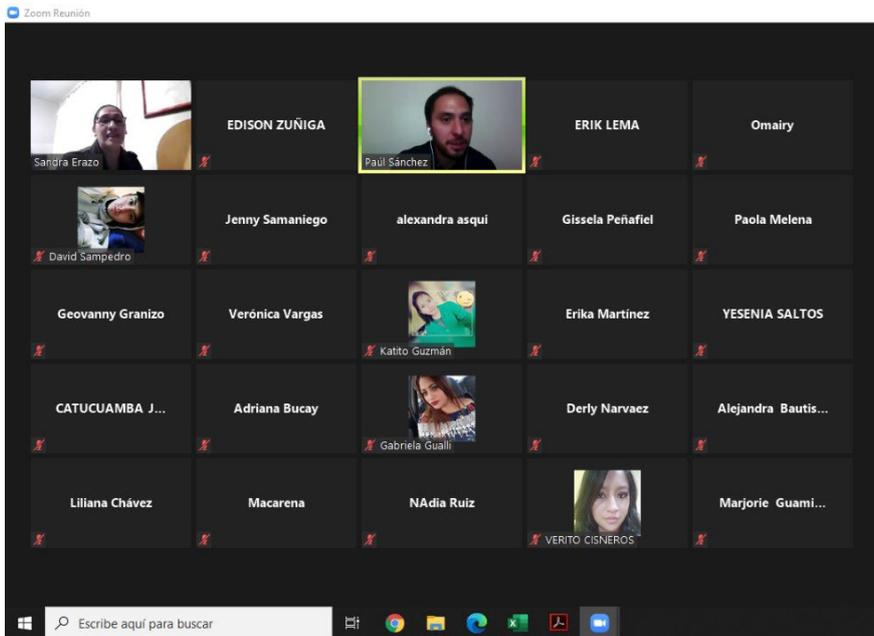
- Aulas de la institución
- Infocus
- Pizarras
- Docentes capacitadores

F. Registro fotográfico

REGISTRO FOTOGRÁFICO	
CONFERENCIA	
Tema:	Fotografía
Observaciones	

G. Evidencias fotográficas





Zoom Reunión

Grabación

		Jenny Samaniego	alexandra asqui	Erika Martinez
Mire Rojas		YESENIA SALTOS	Adriana Bucay	CATUCUAMBA J...
	Derly Narvaez	Macarena		Alvaro Cobo
Usuario	KARLA ABIGAIL...	SAS Johanna Cu...	Lizbeth Villa	Lourdes Mendoza
Luxi Caranqui	Jhoana Coello	Alexandra Merino		Karla Jurado Za...

Participantes en la reunión de grupo pequeño (43)

Buscar un participante

- EDISON ZUÑIGA (Yo)
- Margarita Abi (Anfitrión)
- Gabriel Dávila León

Unmute Me

Chat

De Karla Jurado Zapata a Todos:
Excelente charla dr.

De Blanca Jimenez a Todos:
Gracias Doctor por compartir sus conocimientos. Dios le Bendiga

De SAS Johanna Cujilema a Todos:
Gracias Dr. por compartir sus conocimientos ... excelente capacitación

Enviar a: Todos | Archivo

Escribir mensaje aquí...

Escribe aquí para buscar

18:27 16/12/2020

Zoom

Tiempo restante de la reunión: 01:45

		Edison Zuñiga		Anzhela Minaieva
			Carina Castillo V...	025472
Alex Padilla				Eggar
			FABIAN AMON	Jarne Flores
			Jorge Vinuesa	

H. Compilado de asistencia

Registro final de asistencia

Nro. CÉDULA	APELLIDOS Y NOMBRES COMPLETOS	CORREO ELECTRÓNICO PERSONAL	% De asistencia
0603602764	ABARCA SALGUERO DAISY NATALI	daisynataliabarca@yahoo.es	100
0603273186	AGUAGALLO GONZALEZ ANA CECILIA	aleciona_27@yahoo.es	100
0604670547	AGUILAR AGUILERA JOSELYN ALICIA	agUILar.joselyn@gmail.com	100
0603485442	AMAGUAÑA HUEBLA YESENIA DALILA	yeseniadali@gmail.com	100
0102049459	AMON MARTINEZ FABIAN MARCELO	voluntadfuere@yahoo.com	100
0604216564	AREVALO LARA SRIDAM DAVID	sridam_om@hotmail.com	100
0603342007	ARIAS ZAPATA MARCO AUGUSTO	marcoariaszapata@gmail.com	100
0302646633	ARROBO CORONEL JOHANNA MARITZA	arrobo7276@gmail.com	100
0603503145	ASTUDILLO URQUIZO VALERIA ESTEFANIA	valestefy@hotmail.es	100
0401201991	ATI ALVAREZ ROSA MARGARITA	margarita_ati025@yahoo.com	100
1723073217	AYALA MEJIA JOHANNA MARIA	mery726@hotmail.com	100
0601998081	BAJAÑA ESTRELLA GLADYS SUSANA	susanabajana2012@gmail.com	100
0603940222	BALDEON JIMENEZ ERIKA TATIANA	erikatbj@gmail.com	100
0604143073	BENAVIDES SANCHEZ PAOLA SILVANA	paobenavides_04@hotmail.com	100
0604089888	BONIFAZ LOPEZ MARIA ALEJANDRA	alejitabony@hotmail.com	100
0602207995	BONIFAZ NOVILLO FABIOLA MARGOTH	magghibonifazn@hotmail.com	100
1756883789	BROSSARD PEÑA EDGAR	edgar.brossard@yahoo.com	100
0603033895	CABAY CABAY GLADYS JUDITH	gladyscabay@gmail.com	100
0602445843	CABEZAS AREVALO RUTH IRENE	ruthcabezas@yahoo.com	100
0601723620	CADENA INCA JOSE LUIS	cadenajil@hotmail.com	100
0603468075	CALERO MERINO MAYRA ALEXANDRA	mayryale@outlook.com	100
0603785122	CANTUÑA VALLEJO PAUL FERNANDO	pfcantuna2012@hotmail.com	100
0602962664	CAÑIZARES ASTUDILLO JULY MADHELLYNE	july210591@gmail.com	100
0602303141	CARRASCO CASERES JANNETH DEL ROCIO	jeanethcarrasco@yahoo.es	100
0604057844	CARRILLO PALACIOS ANDREA ESTEFANIA	acpecur@hotmail.com	100
2100392865	CARRILLO PROCEL CRISTIAN LEONARDO	leonardoprocel14@gmail.com	100
0602985277	CASTILLO VALDIVIEZO CARINA ESTEFANIA	checastillo_11@yahoo.es	100
0603950973	CEVALLOS MONTALVO JUAN SEBASTIAN	juansebascevallos@hotmail.com	100
1720134988	CHILQUIINGA AMAYA JAVIER ANDRES	jvierchilquingaamaya@hotmail.com	100
0602705816	COSTALES BARBA EDISON PAUL	polcols1973yahoo.es	100
0602889628	EBLA GRANIZO ROSMERY ODERAY	odedebbla@yahoo.com	100
0201570678	ENRIQUEZ PAREDES CESAR STALIN	stalinepec_13@hotmail.com	100
0602247447	ERAZO SANTILLAN SANDRA ELIZABETH	sandraerazo416@gmail.com	100
1500817869	ESPIN VALVERDE GINA CESIBEL	espin1s2009@gmail.com	100
0603570672	ESTRADA VELASCO MARCO VINICIO	mar-es-vi-ve@hotmail.com	100
0604177436	FIERRO GARCIA TANIA MARIA	taniafierro.17@gmail.com	100
0603579939	FLORES ESPINOZA STALIN BENJAMIN	sflores2000@hotmail.es	100
0603041419	FLORES ROBALINO JAIME PATRICIO	flores.jaime38@yahoo.es	100
0603463589	FREIRE RODRIGUEZ JESSENIA ELIZABETH	jessfreirer@gmail.com	100
0604094219	FUENMAYOR TRUJILLO ESTUARDO VINICIO	spawn_liga@hotmail.com	100

0604505834	GONZALEZ CADENA FRANCISCO JAVIER	francisco_a68@hotmail.com	100
0603459140	GUACHAMIN AVALOS JUAN JOSE	juanjosejga@hotmail.com	100
0604173062	GUAMAN PARRA MARÍA ALEXANDRA	ananday584@hotmail.com	100
0602356974	GUDIÑO PAZMIÑO MIRYAM PATRICIA	patricia_gudino@yahoo.com	100
0604812594	GUSQUI MATA SILVIA PATRICIA	silvig_18nov@hotmail.com	100
0604038059	HARO LLAMUCA MAYRA ELIZABETH	mehll2000@hotmail.com	100
0604176156	INCA TAPIA ANDRES LEONARDO	alitconideas@gmail.com	100
0603146440	JACOME MUÑOZ MIRIAN ELIZABETH	mirinjacome@hotmail.es	100
0602942278	LEON RODRIGUEZ MONICA PAULINA	dmvl045@hotmail.com	100
1104214026	LOAIZA MALDONADO DIEGO JUNIOR	diepanta22@hotmail.com	100
0604965129	LOPEZ NIAMA DAVID ALEJANDRO	davidlopez89.ldu@hotmail.com	100
0603908005	MANCHENO FLORES GERMAN PATRICIO	greman_mancheno@hotmail.com	100
0604588640	MARIÑO TAPIA ISRAEL EFREN	isra.diseno@gmail.com	100
0603828161	MARTINEZ DELGADO ANDREA ELIZABETH	andreita1988martinez@hotmail.com	100
0918245689	MENJIVAR CASTANEDA ROSA CLARA BEATRIZ	rosaclaramenjivar@hotmail.com	100
0602566622	MERINO CABEZAS ESTEBAN FRANCISCO	emerinocab@gmail.com	100
1756883680	MINAIEVA VLADYSLAVIVNA ANZHELA	a180271@yandex.ru	100
0603185133	MORENO MOREIRA NELSON MAURICIO	morenomauricio@live.com	100
0911585834	MOROCHO GAMBOA IVAN VICENTE	ivalexiana_4@hotmail.com	100
0603884354	MUÑOZ FONSECA VERONICA JANETH	etaprendiendoacrecer@hotmail.com	100
0602760993	NARANJO MAÑAY ESTELA REBECA	estelitanaranjo@hotmail.es	100
0603292228	OCAÑA LEMA ADELA VERONICA	adela_ocana@yahoo.es	100
0603923970	OLEAS LOPEZ ADRIANA ELIZABETH	adri8770@hotmail.com	100
0602484073	OLEAS LOPEZ MARIA VIVIANA	mavoleas@hotmail.com	100
0602484180	ORTIZ MOREANO MARISOL MARIANELA	minaom.167@outlook.es	100
0604164343	ORTIZ ORELLANA XIMENA GABRIELA	gaby_ortizorellana@yahoo.com	100
0202077285	ORTIZ PAZMIÑO OSWALDO GABRIEL	sambortiz@hotmail.com	100
1710407816	OSEJO VALLEJO ROSA EDITH	edithosejo@gmail.com	100
0602705162	OVIEDO GUAMÁN MARCIA ISABEL	marciaoviedo@yahoo.es	100
0604104034	PADILLA PEREZ ALEX DAVID	centavito-05@hotmail.com	100
0602092306	PARCO PARCO JUAN MANUEL	juanmanuelparco69@gmail.com	100
0602213613	PARRA PROAÑO TANIA LEONOR	tania201268@yahoo.es	100
0603940545	PAZMIÑO PEÑAFIEL PABLO GABRIEL	pgabpp@gmail.com	100
0603023201	PEÑAFIEL HERRERA ANA KARINA	anaka6336@gmail.com	100
0602271735	PUERTAS MORA BERTHA MARISOL	mary_doors27@hotmail.com	100
0604215772	QUIGLA LARA MYRIAN PATRICIA	mirianquigla@gmail.com	100
0603759507	RAMIREZ BALDEON JULIO HILDEBRANDO	jhr0811@gmail.com	100
2200224018	RIOFRIO GARCIA SANDY YOMARY	yomary_2018@hotmail.com	100
0603933540	RODRIGUEZ PONTON GABRIELA DE LOS ANGELES	gabydelosangeles@hotmail.es	100
0603839671	RODRIGUEZ VASCONEZ EDUARDO PATRICIO	eduardopatriciorodriguez3@gmail.com	100
0604087874	SALAZAR MONTERO PAOLA BELEN	paosalazarm88@hotmail.com	100
0603438599	SAMPEDRO VASCONEZ JUAN XAVIER	xaviersampedrov@yahoo.es	100
0603370396	SANCHEZ VELASCO HUGO ANDRES	hugo_asv@hotmail.com	100
0604826222	SANTACRUZ FAJARDO BLANCA FLOR	blankiscab19@gmail.com	100
0603862913	SILVA ORTIZ LEONIDAS ALEJANDRO	a.k.silva@hotmail.com	100

0603129016	SOTO AYALA MONICA PATRICIA	monicapatriciasoto@hotmail.com	100
0602786600	SUNTAXI CUEVA JESSIE CAROLINA	caronina_3562@hotmail.com	100
1803274081	TIPAN TISALEMA EDWIN FAUSTO	tipedwin@gmail.com	100
0603041542	TORRES SALAZAR MARCIA XIMENA	ximets@gmail.com	100
0603975608	TOTOY CEPEDA AMANDA MARIBEL	mguamanp_2008@yahoo.com	100
0601870843	TRUJILLO CHAFLA CECILIA MARIA	cematrucha@hotmail.com	100
0601624414	VELASTEGUI CARRASCO ERNESTO BLADIMIR	bladyvelastegui@hotmail.com	100
0602777294	VILEMA VIZUETE BYRON NORBERTO	ftbyronvilema@hotmail.com	100
0603323080	VILLACRES GAVIDIA DIEGO SEBASTIAN	diegovill3@hotmail.com	100
0604134163	VILLAGOMEZ CARDENAS JOSUE HABACUC	josuehabarcuc1789@gmail.com	100
0604065623	VILLARROEL PONCE EVELYN CAROLINA	joflim98@hotmail.com	100
0602042160	VINUEZA GUERRA JORGE CARLOS	jorgevinueza100@hotmail.com	100
0603889262	ZUÑIGA CABEZAS EDISON SANTIAGO	eddy-zu@hotmail.com	100