



Facultad de Ciencias Económicas y Empresariales, ICADE

EL IMPACTO DEL COVID-19 EN LAS RELACIONES PERSONALES Y LABORALES EN ESPAÑA

Autor: Cristina Cano García-Quirós

Director: María Belén Aldecoa Martínez

MADRID | marzo 2023

RESUMEN

El COVID-19 es una enfermedad que se originó en Wuhan, China en 2019 y que se ha propagado a nivel mundial causando millones de contagios y fallecimientos. El virus se transmite principalmente a través de gotas respiratorias y aerosoles de partículas respiratorias y puede causar síntomas desde leves hasta muy graves en las personas infectadas. Para intentar frenar su propagación, se han implementado medidas restrictivas como el cierre de fronteras, la cancelación de eventos masivos y el distanciamiento social, además del desarrollo y distribución de varias vacunas para prevenir la enfermedad, cuya rápida fabricación y composición fueron motivo de preocupación y polémica en el mundo entero.

España ha sido uno de los países más afectados por la pandemia en Europa, aunque con la distribución de las vacunas, la situación ha ido mejorando. La pandemia del COVID-19 ha afectado significativamente a la sociedad española y ha generado una serie de cambios en las relaciones personales y laborales.

La pandemia del COVID-19 ha afectado significativamente las relaciones personales y dinámicas familiares en España, generando nuevas formas de convivencia, pero también estrés y tensiones debido al aislamiento, incertidumbre económica y preocupación por la salud.

La cancelación del colegio y la falta de interacción social han afectado negativamente a los niños y adolescentes. Además, la pandemia ha aumentado la soledad y el aislamiento social en todo el país, especialmente en jóvenes, personas mayores y personas en situación de pobreza, lo que ha tenido un impacto importante en su salud mental, emocional y física. El confinamiento y las medidas de distanciamiento social han contribuido a un aumento en la ansiedad y la depresión en los españoles, incluyendo niños y adolescentes que también han experimentado problemas de sueño y nutrición durante la pandemia.

En el ámbito laboral, se han implementado medidas de seguridad y nuevas formas de trabajo para proteger a los empleados durante la pandemia. Entre estas medidas, se encuentra el aumento del teletrabajo, que, aunque tiene beneficios como la conciliación

familiar y la reducción de costos, también presenta algunos inconvenientes, como la dificultad para desconectar y la falta de supervisión.

La pandemia ha tenido un impacto negativo en la productividad y eficiencia de diversos sectores económicos. Sin embargo, también ha impulsado la innovación y la adaptación en el entorno laboral, así como una mayor conciencia sobre la importancia de la salud y seguridad en el trabajo.

En España, la pandemia ha presentado desafíos en la comunicación y la colaboración en el lugar de trabajo. El teletrabajo ha generado dificultades en la comunicación y ha creado barreras en la colaboración y la cohesión del equipo. Por eso, se ha incrementado la importancia de garantizar la seguridad laboral y la salud ocupacional, a través de la implementación de medidas de prevención como el uso de mascarillas, la distancia social y la limpieza y desinfección.

Además, se ha abordado el aumento del estrés y la ansiedad en el lugar de trabajo mediante la implementación de medidas de apoyo y promoción de la salud mental para los trabajadores.

Finalmente, la pandemia del COVID-19 ha tenido un impacto significativo en todo el mundo, y cada país ha respondido de manera diferente para mitigar su propagación y minimizar su impacto en la salud pública y la economía global.

En España, se han establecido medidas de prevención, tratamiento y control en línea con las recomendaciones de la OMS, como el uso de mascarillas y el distanciamiento social, así como el fortalecimiento del sistema sanitario y la implementación del sistema de vigilancia epidemiológica. Sin embargo, ha habido críticas por la falta de coordinación y recursos, y la tardanza en tomar medidas más restrictivas.

En comparación, otros países como Nueva Zelanda, Japón, Taiwán y Corea del Sur han sido elogiados por su respuesta rápida y efectiva al COVID-19, implementando medidas agresivas de rastreo, pruebas y cuarentenas. Por otro lado, países como Estados Unidos han experimentado una respuesta lenta y poco efectiva, con una alta tasa de mortalidad y falta de liderazgo a nivel nacional.

Cada país ha tenido que adaptar medidas de prevención a su situación específica, y los resultados han variado según la capacidad del sistema sanitario, la respuesta del gobierno y el cumplimiento del público en general.

***Palabras clave:** COVID-19, pandemia, contagios, fallecimientos, virus, medidas restrictivas, vacunas, España, impacto, relaciones personales, dinámicas familiares, soledad, aislamiento social, salud mental, teletrabajo, medidas de seguridad, comunicación, y colaboración.*

ÍNDICE

- I- Introducción
 - a) Interés del tema
 - b) Objetivos
 - c) Metodología y estructura del trabajo

- II- Historia del COVID-19

- III- Impacto del COVID-19 en las relaciones personales
 - a) Cambio en las dinámicas familiares
 - b) Aumento de la soledad y del aislamiento social
 - c) Impacto en la salud

- IV- Impacto del COVID-19 en las relaciones laborales
 - a) Cambios en la forma de trabajar
 - b) Impacto en la productividad, eficiencia
 - c) Desafíos en la comunicación y la colaboración
 - d) Impacto en la seguridad laboral y la salud ocupacional

- V- Panorama Internacional y su impacto
 - a) Comparación entre protocolo internacional y nacional (España)

- VI- Conclusiones
 - a) Resumen de los principales hallazgos
 - b) Recomendaciones para mitigar los efectos negativos del COVID-19 en las relaciones personales y laborales

- VII- Bibliografía

- VIII- Anexos

I. INTRODUCCION

a) Interés del tema

Realizar un proyecto final de grado (TFG) de Administración y Dirección de Empresas (ADE) que analice el impacto del virus del coronavirus en las relaciones personales y laborales en España puede ser una muy interesante oportunidad de investigación. La pandemia, además de haber afectado todos los sectores económicos, ha transformado la forma en la que las empresas realizan su actividad económica y se relacionan tanto con sus trabajadores como con sus clientes.

En particular, el COVID-19 ha tenido un impacto importante en las empresas y su capacidad para mantener a sus empleados seguros y productivos. La implementación de medidas de distanciamiento social y el cierre de empresas han tenido un impacto significativo en la economía y en el empleo. Además, la pandemia también ha afectado las relaciones laborales, incluyendo las condiciones de trabajo, el equilibrio entre la vida laboral y personal, la gestión del teletrabajo y la adaptación a nuevas formas de trabajo.

Como estudiante de ADE, creo que es muy importante tener una comprensión detallada del impacto del COVID-19 en la economía y en las empresas españolas, y explorar y analizar cómo estas han tenido que adaptarse a la situación excepcional que hemos vivido durante la pandemia y como estas adaptaciones han llegado para quedarse en nuestra situación actual.

Finalmente, debido a la crisis del COVID-19, hemos cambiado nuestra forma de pensar y de actuar, sobre todo en temas de higiene. Esto es algo que todos sufrimos y hemos incorporado en nuestras vidas. Sin embargo, el pasado mes de mayo comencé unas prácticas en empresa y me sorprendió mucho el comportamiento que tiene la gente, aun cuando ya pensamos que la pandemia llega a su fin. Personalmente, mi experiencia en las prácticas en empresa durante la pandemia ha sido reveladora. Pude presenciar de primera mano cómo la crisis del coronavirus ha impactado la forma en que las empresas abordan la higiene y la seguridad en el lugar de trabajo, así como cómo los trabajadores se han adaptado a estas nuevas medidas. Además, pude ver cómo la pandemia ha afectado a la cultura de trabajo en la empresa y cómo los trabajadores se relacionan entre sí y con

los clientes. Haber vivido esta experiencia es la razón por la que tengo mucho interés en realizar mi TFG alrededor de este tema.

b) Objetivos

El objetivo de este Trabajo de Fin de Grado es estudiar cómo ha impactado la enfermedad del Coronavirus (COVID-19) en la forma en la que nos relacionamos tanto personal como profesionalmente y comprender como una crisis económico-sanitaria que comenzó en Wuhan (China), consiguió paralizar la actividad del mundo entero.

Habiendo dado recientemente los primeros pasos en un mundo laboral adaptado a la crisis del coronavirus me surgieron muchas dudas acerca de la evolución a la que ha sido sometido este sector a raíz del virus.

Es por ello por lo que, con este TFG, me gustaría responder a la siguiente problemática:

¿Como pueden las empresas españolas aprender del impacto del COVID-19 para mejorar las relaciones personales y laborales y como pueden adaptarse a este nuevo mundo post-pandémico?

Para responder a esta problemática, deberemos investigar los siguientes objetivos que podemos resumir en seis puntos principales:

1. Estudiar a fondo el virus del COVID-19, así como sus orígenes y su propagación mundial, el proceso de creación y aprobación de las vacunas y su impacto en España, incluyendo las medidas implementadas por el gobierno, las fases de desescalada y la evolución de la situación epidemiológica en el país.
2. Analizar cómo la pandemia de COVID-19 afectó las interacciones sociales y las relaciones personales en España, incluyendo el papel de las restricciones y medidas de confinamiento en la dinámica familiar y de amistad.
3. Investigar el impacto de la pandemia en la salud mental y el bienestar emocional de los españoles, así como en su equilibrio entre la vida laboral y personal, analizando factores como el estrés, la ansiedad y la depresión.
4. Evaluar el impacto del COVID-19 en las relaciones laborales en España, abarcando las transformaciones en la forma de trabajar, la adopción del teletrabajo y modelos híbridos, y cómo estos cambios han influido en la productividad y eficiencia de las empresas y trabajadores.

5. Investigar los efectos de la pandemia en la productividad y eficiencia de diferentes sectores económicos, identificando los desafíos y oportunidades en la adopción de nuevas tecnologías y capacitación, y cómo estos factores pueden influir en la competitividad y crecimiento económico de España en el futuro.
6. Examinar y contrastar las tácticas y pautas aplicadas tanto globalmente como en España frente a la pandemia de COVID-19 con el objetivo de reconocer similitudes y diferencias en las acciones tomadas y evaluar su efectividad en la contención del virus y en reducir sus efectos en la salud y la economía.

Mediante este trabajo de investigación, espero encontrar respuesta a los objetivos previamente citados, para así poder comprender si los nuevos protocolos acogidos por las empresas españolas para combatir el virus han afectado la proactividad de sus empleados y asimismo los resultados de las empresas, además de averiguar cómo ha afectado el COVID-19 en la forma de relacionarse de los españoles.

Finalmente, tras haber analizado las relaciones personales y laborales tras la pandemia, el trabajo tiene como finalidad **analizar cómo la pandemia de COVID-19 ha transformado las relaciones personales y laborales en España, identificando los principales desafíos y cambios que enfrentan las empresas y los empleados en este nuevo contexto, con el propósito de diseñar soluciones y estrategias efectivas para mejorar las condiciones laborales y evaluar la aparición de nuevos modelos de trabajo que permitan a las organizaciones adaptarse al entorno post-pandémico, fomentando un equilibrio sostenible entre la vida laboral y personal de sus empleados.**

c) Metodología y estructura del trabajo

Para llevar a cabo este trabajo, se empleará una metodología de investigación basada en la revisión exhaustiva de fuentes bibliográficas, análisis de estudios previos, y la evaluación de datos relevantes en relación con el impacto del COVID-19 en las relaciones personales y laborales en España. Esta metodología permitirá obtener una comprensión sólida y actualizada de los desafíos y cambios que enfrentan las empresas y empleados en el contexto pandémico. Además, esta aproximación facilitará la identificación de tendencias y patrones que puedan orientar la propuesta de soluciones y

estrategias efectivas para mejorar las condiciones laborales y evaluar la viabilidad de nuevos modelos de trabajo.

Finalmente, para tratar este Trabajo de Fin de Grado, dividiremos el documento en cinco partes. En primer lugar, trataremos de explicar la historia del COVID-19 tanto a nivel mundial como a nivel nacional (España). En segundo lugar, trataremos la evolución de las relaciones personales debido al impacto de la pandemia. En este apartado, hablaremos de las dinámicas familiares, el aumento de la soledad y el aislamiento y su impacto en la salud mental. En tercer lugar, analizaremos el impacto del coronavirus en las relaciones laborales. Para ello, profundizaremos en las nuevas técnicas de trabajo, la productividad, los desafíos en la comunicación/colaboración y su impacto en la seguridad laboral y la salud ocupacional. Finalmente, entraremos en detalle en el panorama internacional y su comparación a nivel nacional en España. Compararemos los distintos protocolos llevados a cabo en diferentes partes del mundo y su eficacia en comparación a España. Además, trataremos las distintas tendencias a nivel de las tasas de mortalidad y la evolución de contagios causados por el COVID-19, las medidas tomadas y el impacto socioeconómico de la pandemia en distintos lugares del mundo y las distintas razones que han llevado a ello.

II. *HISTORIA DEL COVID-19*

El COVID-19 es una enfermedad infecciosa causada por el coronavirus SARS-CoV-2. Fue detectado por primera vez en Wuhan, China en diciembre de 2019 y desde entonces se ha propagado rápidamente a nivel mundial, declarándose una pandemia por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en marzo de 2020. A medida que el virus se ha extendido, los gobiernos y las organizaciones de salud han implementado medidas para intentar detener su propagación, como el cierre de fronteras, la cancelación de eventos masivos y el distanciamiento social. Además, se han desarrollado y distribuido varias vacunas para prevenir la enfermedad. Aunque la situación ha mejorado en algunos lugares, el virus sigue siendo un problema de salud pública en todo el mundo y la lucha contra él continúa.

Cualquier virus, por su composición genética, cambian con el tiempo y el COVID-19 no ha sido menos. A lo largo de su duración, hemos conocido muchas mutaciones del virus, las cuales podemos clasificar en dos categorías principales dependiendo de su nivel de peligro para la salud.

En primer lugar, tenemos las variantes de preocupación (VOC) las cuales han demostrado ser más contagiosas, causar casos más graves de enfermedad, disminuir la capacidad de los anticuerpos generados por infección anterior o vacunación para neutralizar el virus, ser menos eficaz en la prevención o tratamiento de la enfermedad y generar fallas en los métodos de diagnóstico. Dentro de esta categoría encontramos las variantes Alpha, Beta, Gamma, Delta y Ómicron, reconocidas como tales por la Organización Mundial de la salud (OMS)

En segundo lugar, están las variantes de interés (VOI). “Una variante es considerada de interés cuando su genoma presenta mutaciones en comparación al virus de referencia y cuando ha sido identificada como causa de transmisión comunitaria o ha sido detectada en varios países.” (Consejo Dentistas, 2021)

Dentro de esta categoría encontramos las variantes Épsilon, Zeta, Eta, Theta, Iota, Kappa, Lambda y Mu entre otras.

El origen exacto del virus SARS-CoV-2 ha sido objeto de intensas investigaciones y especulaciones, pero hasta la fecha no se ha determinado con certeza cómo surgió. Hay varias teorías, incluyendo transmisión directa de animales a humanos, escape accidental

de un laboratorio y transmisión natural a través de murciélagos y otros animales intermediarios. La determinación del origen es crucial para prevenir futuras pandemias y tomar medidas de control de enfermedades, pero es una tarea complicada debido a la naturaleza global y altamente contagiosa del virus, así como a la falta de pruebas claras y concluyentes. Por lo tanto, es probable que la búsqueda del origen del virus continúe por mucho tiempo.

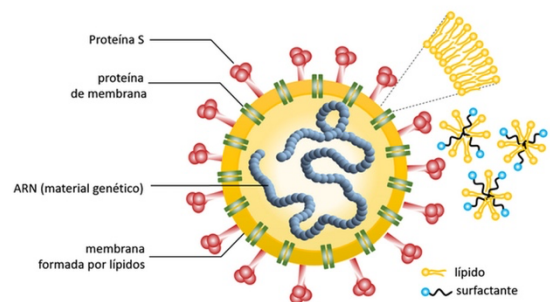
Una de las mayores preocupaciones del virus fue su rápido y fácil contagio. Este se transmite principalmente a través de gotas respiratorias y aerosoles de partículas respiratorias. La intensidad de la transmisión depende de la duración de la interacción y la presencia de otros factores como la distancia, el volumen de aire y la dirección del flujo de aire. También puede ser transmitido por contacto con superficies contaminadas. El COVID-19 puede causar síntomas que van desde leves hasta graves, y es posible que algunas personas no desarrollen síntomas. Los síntomas más comunes incluyen fiebre, tos, falta de aire, dolor muscular, dolor de cabeza, dolor de garganta y pérdida de olfato y gusto.

Desde su inicio, el coronavirus ha arrasado a su paso, dejando a día de hoy más de seiscientos setenta millones de contagios en todo el mundo, de los cuales más de seis millones han fallecido. Son datos muy perturbadores. Sin embargo, estas cifras tan desalentadoras han visto su crecimiento aplanarse gracias a la vacuna. Hoy en día, contamos con más trece mil millones de dosis administradas y más de un sesenta por ciento de la población tiene ya la pauta completa. Esto muestra una luz al final de un largo y oscuro túnel.

Hubo una gran controversia sobre la creación de las primeras vacunas, como las de Moderna y Pfizer de EE. UU. (la primera en ser aprobada por la OMS) y AstraZeneca de Reino Unido, debido a la brevedad de tiempo que se tardó en su aprobación. Esto se debe a la cantidad de inversión que se realizó en su desarrollo. Aunque se siguieron los procesos necesarios, se aceleraron debido a la mayor inversión de dinero. Esto significa que, mientras se diseñaba la vacuna, se invertía en animales, mientras se probaba en animales, se invertía en la fase uno, y así sucesivamente. Esto conlleva un riesgo, ya que, si alguna etapa falla, el dinero se habría perdido. Por lo tanto, estas vacunas se hicieron con procesos paralelos en lugar de los procesos secuenciales que son típicos en la fabricación de vacunas. (Anexo 1).

Para producir una vacuna convencional, los estudios iniciales, conocidos como preclínicos, se llevan a cabo en animales. En este estado, se evalúa la eficacia de la vacuna y su seguridad, garantizando que los animales no se enfermen después de recibir la inyección (sea segura) y sean capaces de generar anticuerpos (sea eficaz). Después de los estudios preclínicos, los estudios clínicos en personas se dividen en tres fases. En la primera fase, llevada a cabo en pocas decenas de personas, se vacuna a un pequeño grupo de personas para determinar la dosis óptima y comprobar su seguridad y efectividad, tal como hemos comentado en la fase de estudios preclínicos. La fase dos involucra a centenares de personas y verifica la capacidad de la vacuna de inducir una respuesta inmunológica y su seguridad. Si la fase dos es positiva, la tercera fase se lleva a cabo en miles de personas para determinar la efectividad de la vacuna. La efectividad se refiere a la prevención de la enfermedad, no la prevención de la infección. Es importante resaltar la diferencia entre prevenir la enfermedad y prevenir la infección. Una persona puede coger una infección, pero si la vacuna es efectiva, no enfermar. Este es el caso de las vacunas contra el COVID. No impiden el contagio del virus, pero sí de enfermar y de sufrir sus consecuencias con respecto a la salud.

Las principales vacunas que se han creado se clasifican en tres grandes grupos: Vacuna de ARN mensajero (ARNm), Vacuna de vector viral y Vacuna de subunidades proteicas. Las vacunas ARNm podrían parecerse a un manual de instrucciones. Prácticamente todas las células de nuestro cuerpo utilizan ARNm para construir proteínas. Estas vacunas, el ARNm lleva instrucciones (código genético) para construir una copia de la proteína S (spike) del COVID-19 que se encuentra en la superficie del coronavirus. Esta no es infecciosa en si misma sino todo lo contrario. El coronavirus recibe su nombre por las puntas de corona que están sobre la superficie, llamadas “proteínas S”. Es una herramienta que el virus utiliza para entrar en las células y el sistema inmunitario del cuerpo lo utiliza para identificar el virus. De esta manera, si el virus entra en el cuerpo, el sistema inmunitario reconoce la proteína S y reacciona ante el virus antes de que enfermes. Este tipo de vacuna es la utilizada por Pfizer o Moderna y es distinta a las convencionales que introducen en tu cuerpo el virus atenuado o inactivo.



Composición molecular del coronavirus
Fuente: El País

Las vacunas de subunidades proteicas son las utilizadas comúnmente. Con estas, se inyecta en el cuerpo una forma atenuada o inactiva del virus. Una vez inyectada, las células de nuestro cuerpo identifican el patógeno y producen anticuerpos capaces de neutralizarlo. De esta forma, en caso de futuras infecciones, el cuerpo recuerda el virus y es capaz de combatirlo antes de enfermar. Como ejemplo de esta vacuna, tenemos la Novavax. En última instancia, las vacunas de vectores virales utilizan una versión inofensiva de un virus diferente, llamado “vector”, para transmitirle información al cuerpo, es decir, la vacuna no contiene ningún virus del COVID-19. Esta vacuna le da instrucciones al cuerpo de producir copias de proteína S. Una vez creada, el cuerpo fabrica anticuerpos y glóbulos blancos para defenderse. De esta forma, si una persona vacunada es expuesta al virus más adelante, el cuerpo de esta lo reconocerá y su sistema inmunitario sabrá como combatirlo. Este tipo de vacuna es la utilizada por Janssen con su vacuna de Johnson & Johnson.

El COVID-19 llegó a España el 31 de enero de 2020 y rápidamente se propagó por todo el país. El gobierno español implementó medidas restrictivas para intentar frenar la propagación del virus, como el cierre de fronteras, la cancelación de eventos y el confinamiento de la población. Aunque estas medidas lograron reducir el número de casos y muertes, el virus continuó circulando y se produjeron varias olas de contagio.

En el verano de 2020, el número de casos y muertes disminuyó significativamente, lo que permitió a España relajar algunas de las medidas restrictivas. Sin embargo, en el otoño de 2020, el número de casos comenzó a aumentar de nuevo y se produjo una segunda ola de contagios.

En España, las fases de desescalada de las medidas de confinamiento del COVID-19 se han dividido en cuatro fases según el plan de desescalada de la Moncloa:

1. Fase 0: Se permite la apertura de algunas tiendas y servicios esenciales, como farmacias y supermercados, con medidas de distanciamiento social.
2. Fase 1: Se permite la apertura de algunas tiendas y servicios no esenciales, como peluquerías y comercios pequeños, con medidas de distanciamiento social y límites en el aforo.
3. Fase 2: Se permite la apertura de la mayoría de los negocios y servicios, como bares y restaurantes, con medidas de distanciamiento social y límites en el aforo.
4. Fase 3: Se permite la apertura de todos los negocios y servicios, incluyendo discotecas y eventos masivos, con medidas de distanciamiento social y límites en el aforo.

Es importante señalar que estas fases y medidas variaron dependiendo de la evolución de la situación epidemiológica en cada comunidad autónoma.

En el invierno de 2020-2021, el país vivió una tercera ola más intensa, aunque se logró controlar con medidas más restrictivas y una mejor distribución de las vacunas.

En general, España ha sido uno de los países más afectados por la pandemia en Europa, con un gran número de casos y muertes. Sin embargo, a medida que se ha avanzado en la distribución de vacunas, el número de casos y muertes ha disminuido significativamente y se espera que la situación continúe mejorando.

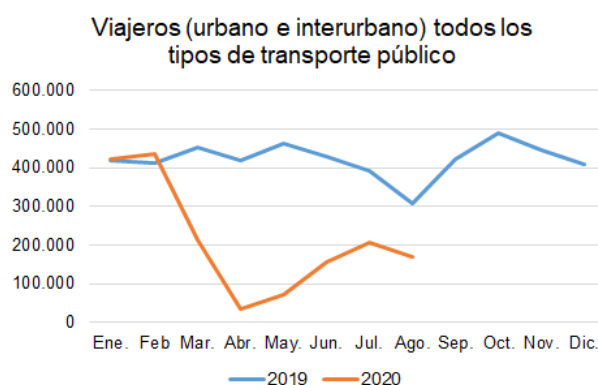
III- IMPACTO DEL COVID EN LAS RELACIONES PERSONALES

El COVID-19 ha tenido un impacto significativo en las relaciones personales, la salud, y en las dinámicas familiares. La pandemia ha obligado a las personas a pasar más tiempo en casa, lo que ha llevado a un aumento de la interacción familiar. Sin embargo, también ha causado estrés y tensiones debido al aislamiento, incertidumbre económica y preocupación por la salud. Los niños y adolescentes han sufrido el impacto de la cancelación de la escuela y la falta de interacción social. Por lo tanto, la pandemia del COVID-19 ha afectado de manera significativa a las relaciones personales y a las dinámicas familiares, tanto positiva como negativamente.

a) Cambio en las dinámicas familiares

El Covid-19 ha traído consigo una serie de cambios en las relaciones familiares en España. Uno de los principales cambios ha sido el aumento del tiempo que las personas pasan en el hogar debido a las medidas de confinamiento y distanciamiento social. Esto ha llevado a que las familias compartan espacios durante largos períodos de tiempo, lo que ha generado nuevas dinámicas en la convivencia.

Antes del coronavirus, las familias realizaban muchas actividades fuera de casa, tales como salir a cenar, ir al cine, reuniones familiares o viajar juntos. Sin embargo, durante la pandemia, estas actividades se han visto severamente afectadas debido a las restricciones de movilidad y las medidas de distanciamiento social. La Estadística de transporte de viajeros indica que, en los primeros ocho meses del año 2020, el número de personas que utilizaron el transporte público disminuyó en un cuarenta y ocho por ciento en comparación con el mismo período del año anterior (2019).



Durante la pandemia, muchas dinámicas familiares experimentaron cambios significativos. La mayoría de las familias tuvieron que adaptarse a la nueva realidad de trabajar y educar a los hijos desde casa, lo que llevo a un aumento de la carga de trabajo y responsabilidades para muchos padres. Según el periódico de La Vanguardia, los padres, durante la pandemia, tuvieron que multiplicar sus roles en casa, en una época en la que “nunca niños y adultos habían pasado tan poco tiempo en casa” (La Vanguardia – *La pandemia de coronavirus pone a prueba a la familia*), adquiriendo el título, además de padres, de maestros, cuidadores, compañeros de juegos y policías. Esto fue un reto para los padres, que tuvieron que instaurar hábitos en el hogar, marcar límites e informar a los hijos sobre la situación intentando no causar pánico ni angustia. Uno de los mayores desafíos fue el de equilibrar las responsabilidades laborales con la educación y el cuidado de los hijos en el hogar. Muchos padres tuvieron que ajustar sus horarios de trabajo para poder ayudar a sus hijos con las tareas escolares, lo que resulto en jornadas laborales más largas e intensas. Además, el cierre temporal de las escuelas y la educación a distancia requirió que los padres asuman una mayor responsabilidad en la educación de sus hijos. Muchos padres han tenido que adaptarse a la tecnología y aprender a utilizar las plataformas de aprendizaje en línea para poder ayudar a sus hijos con el aprendizaje remoto.

En muchos casos, las madres han asumido la mayor parte de la carga de trabajo y responsabilidades en el hogar, lo que ha llevado a una desigualdad de género aún mayor en cuanto a la división del trabajo en el hogar. Esto ha generado una mayor presión en las mujeres, que se han visto obligadas a equilibrar las responsabilidades laborales con las tareas del hogar y el cuidado de los hijos.

Como podemos observar en el gráfico, cuya función es analizar los efectos de la COVID-19 en el ámbito de la desigualdad de género a través de dos muestras de 5.001 y 4.000 personas de entre 25 y 50 años residentes en España recogidas en mayo de 2020 y de 2022, las mujeres aumentaron significativamente el número de horas dedicadas a las tareas del hogar y el cuidado de menores, pasando de una media de doce a quince horas semanales y de treinta y tres a cuarenta y dos horas semanales.

Desigualdad de género en el trabajo

Número de horas semanales dedicadas al trabajo remunerado y no remunerado por género antes, durante y después de la pandemia



*'Antes' se refiere al periodo anterior al primer estado de alarma y el confinamiento del 13 de marzo de 2020, 'durante' al periodo del primer estado de alarma y el confinamiento, y 'después' a mayo de 2022.
Gráfico: Neutral - Fuente: Observatorio Social La Caixa - Creado con Datawrapper

Observatorio Social La Caixa

Aunque sí que es cierto que esta situación conllevó una mayor implicación de los hombres en las tareas domésticas y el cuidado de los hijos, el aumento es significativamente menor que el de las mujeres. En el segundo semestre del año pasado, tanto hombres como mujeres habían logrado recuperar los niveles de actividad laboral que tenían antes de la pandemia, y se ha detectado una tendencia ligeramente más equitativa en la distribución de las responsabilidades familiares entre hombres y mujeres. Este cambio se puede atribuir, en parte, a la mayor implicación de los hombres en el cuidado de los hijos durante los confinamientos y la adopción de prácticas laborales más flexibles por parte de las empresas.

El Covid-19 ha generado un aumento de las tensiones familiares en España debido a la situación de estrés y ansiedad que ha provocado la pandemia. Las restricciones a la movilidad, la incertidumbre económica y laboral, el miedo al contagio, la sobrecarga de tareas en el hogar y la falta de contacto social han generado una situación de tensión en muchas familias. En muchos casos, el teletrabajo y la educación a distancia han permitido a los padres y madres compartir más tiempo con sus hijos, lo que ha llevado a una mayor corresponsabilidad en las tareas del hogar y la educación de los hijos. A demás, el aumento del tiempo que se pasa en el hogar también ha supuesto una mayor interacción entre los miembros de la familia. Este mayor tiempo juntos ha permitido a las familias fortalecer sus lazos y estrechar su relación, aunque también ha aumentado la posibilidad de conflictos y tensiones. La sobrecarga de trabajo y el estrés generado por la pandemia han llevado a muchos padres y madres a sentirse desbordados, lo que ha afectado negativamente a las dinámicas familiares. La falta de tiempo libre y la necesidad de hacer

malabares para conciliar la vida laboral y familiar han sido algunos de los principales desafíos a los que se han enfrentado las familias durante la pandemia.

En cualquier caso, la pandemia ha traído consigo nuevas formas de relación familiar que han tenido un impacto significativo en la dinámica familiar en España.

El confinamiento y la necesidad de compartir el espacio del hogar durante largos períodos de tiempo han sido un factor determinante en el aumento de las tensiones familiares. La convivencia en un espacio reducido durante semanas y meses puede generar situaciones de tensión en las que se expresen sentimientos de frustración, irritabilidad y ansiedad. Además, la sobrecarga de responsabilidades en el hogar, como el cuidado de los hijos o de las personas mayores, puede generar una mayor presión y estrés en las personas, lo que puede afectar negativamente a la convivencia familiar.

b) Aumento de la soledad y del aislamiento social

La pandemia del COVID-19 ha cambiado significativamente la forma en que la sociedad española vive su día a día. Desde el inicio de la crisis sanitaria, se han implementado diversas medidas de confinamiento y restricciones sociales para contener la propagación del virus, lo que ha llevado a un aumento importante de la soledad y el aislamiento social en todo el país. Este aumento de la soledad y el aislamiento social no solo se debe a las medidas impuestas por las autoridades, sino también a la preocupación y el miedo al contagio, así como al impacto económico y social de la pandemia. Muchas personas han perdido sus trabajos o han sufrido reducciones salariales, lo que ha dificultado su capacidad para socializar y participar en actividades sociales y culturales. Además, el aislamiento social y la falta de contacto humano han tenido un impacto importante en la salud mental, emocional y física de las personas. Según diversos estudios, la soledad y el aislamiento social pueden aumentar el riesgo de depresión, ansiedad y otros trastornos emocionales, así como de enfermedades crónicas.

En este contexto, es importante analizar el impacto del aumento de la soledad y el aislamiento social en España debido al COVID-19.

El confinamiento en el hogar durante los periodos de cuarentena ha obligado a muchas personas a pasar largas horas solas, sin el contacto humano que solían tener en su día a

día. El Informe España 2020, elaborado por la Cátedra José María Martín Patino de la Cultura del Encuentro de la Universidad Pontificia Comillas, revela que el once por ciento de las personas encuestadas confiesan sentir una soledad grave, lo que representa un aumento del cinco coma ocho por ciento respecto al porcentaje que la padecía antes de la pandemia.

Además, según el Instituto Nacional de Estadística, en 2020 (periodo de pleno confinamiento) el veintiséis coma uno por ciento de los hogares en España están compuestos por una sola persona, lo que significa que muchas personas han estado viviendo solas durante los periodos de confinamiento y restricciones sociales.

Hogares y población según tamaño del hogar. Año 2020				
	Hogares	%	Poblacion(*)	%
Total	18.754.800	100,0%	46.852.800	100,0%
1 persona	4.889.900	26,1%	4.889.900	10,4%
2 personas	5.703.680	30,4%	11.407.400	24,3%
3 personas	3.845.780	20,5%	11.537.300	24,6%
4 personas	3.219.760	17,2%	12.879.100	27,5%
5 o más personas	1.095.700	5,8%	6.139.200	13,1%

(*) Se considera como población total la residente en viviendas familiares, sin incluir por tanto a la que reside en establecimientos colectivos

Encuesta Continua de Hogares, 2020, Instituto Nacional de Estadística (INE)

La falta de contacto humano y la disminución de las relaciones sociales pueden tener graves consecuencias para la salud física y mental de las personas. El aislamiento social tiene un impacto significativo en la mortalidad prematura de las personas, llegando a ser un riesgo comparable al tabaquismo, la obesidad y la inactividad física. Estudios indican que el aislamiento social aumenta en un cincuenta por ciento el riesgo de demencia y en un veintinueve por ciento el riesgo de enfermedad cardíaca, mientras que la escasa relación social se asocia con un aumento del treinta y dos por ciento del riesgo de accidente cerebrovascular. Además, la soledad también está vinculada a mayores tasas de depresión, ansiedad y suicidio.

Es importante destacar que el aumento de la soledad no afecta a todas las personas por igual. Los jóvenes, las personas mayores y las personas en situación de pobreza son los grupos más vulnerables a la soledad en España. El aislamiento social ha afectado significativamente a las personas mayores, especialmente a aquellos que viven solos o en residencias de mayores. La falta de contacto humano ha sido particularmente perjudicial para la salud mental y emocional de este grupo. Además, la falta de interacción social y el cierre de escuelas y universidades han tenido un impacto importante en la vida social y emocional de los jóvenes en España. Finalmente, las personas que ya estaban en

situación de vulnerabilidad antes de la pandemia, como las personas en situación de pobreza, han experimentado mayores niveles de soledad durante la pandemia debido a la falta de recursos y apoyo social.

El aislamiento social es una de las consecuencias más visibles de la pandemia del COVID-19 en España. La necesidad de mantener la distancia física para prevenir la propagación del virus ha llevado a una reducción drástica de las interacciones sociales, tanto en el ámbito personal como en el laboral. El cierre de escuelas, oficinas y otros espacios públicos ha hecho que muchas personas pasen más tiempo en casa, y esto ha llevado a un aumento del aislamiento social y la soledad. La falta de contacto humano ha tenido un impacto negativo en la salud mental y emocional de las personas, y puede llevar a problemas como la depresión, la ansiedad y el estrés.

Finalmente, el incremento en el uso de tecnologías de comunicación para mantener el contacto con amigos y familiares resultó ser un recurso valioso de apoyo emocional en los momentos complicados que supuso la pandemia. Durante la pandemia de COVID-19, el uso de tecnologías de comunicación experimentó un aumento significativo, ya que las personas buscaron mantenerse conectadas con sus seres queridos mientras seguían las medidas de distanciamiento social.

Zoom es un ejemplo de las plataformas que experimentaron un aumento en la adopción y el uso durante este período. En un día, la aplicación fue descargada 343.000 veces en todo el mundo, en comparación con las 90.000 veces de hace dos meses, un aumento de casi cinco veces, atribuido principalmente a las medidas de cuarentena. Durante la pandemia, las familias recurrieron a Zoom para mantenerse en contacto con amigos y familiares, lo que les ayudó a sentirse menos solos en momentos de aislamiento social.

c) Impacto en la salud

Por su naturaleza altamente contagiosa, el Covid-19 ha tenido un impacto significativo en la salud mental de la población española. Desde el inicio de la pandemia, se ha observado un aumento en la prevalencia de trastornos mentales como la ansiedad, la depresión y el trastorno de estrés postraumático en España.

El confinamiento y las medidas de distanciamiento físico han afectado de manera particularmente significativa la salud mental de la población española. El Teléfono de la Esperanza es una organización no gubernamental dedicada a proporcionar un servicio gratuito y completo de apoyo a las personas que se encuentran en crisis. Según sus estadísticas de llamadas recibidas entre el 13 de marzo y el 21 de junio del año 2020 (pleno confinamiento) se registró un aumento del cincuenta por ciento en comparación con el mismo período del año anterior. Durante este intervalo de tiempo, recibieron 47.401 llamadas (es decir, 474 llamadas por día). De estas llamadas, el doce por ciento (5.737 llamadas) se referían directamente a la COVID-19. Las crisis psicológicas y emocionales relacionadas con el coronavirus fueron una de las principales preocupaciones, seguidas de la ansiedad, la depresión y otros problemas similares. Entre las inquietudes relacionadas con la COVID-19 que impulsaron estas llamadas, destacan la percepción de soledad, el temor al contagio, el miedo a perder el trabajo, las crisis de ansiedad y depresión. Los adultos mayores y aquellos con antecedentes de problemas de salud mental son quienes más han recurrido a este servicio telefónico gratuito de ayuda.

Además, la pandemia ha creado una gran incertidumbre en la población española, lo que ha llevado a un aumento del estrés. El miedo a la enfermedad, la preocupación por la salud de los seres queridos, la pérdida de empleo y la incertidumbre económica han contribuido a un aumento en los niveles de estrés en la población española. Según un estudio realizado el junio de 2020 por el Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS), el mayor problema que existía en España era la crisis económica, con un treinta y cinco por ciento de los votos, seguido del paro con una treinta y dos por ciento.

Otro factor que ha afectado negativamente la salud mental durante la pandemia ha sido la interrupción de las rutinas diarias. La necesidad de adaptarse a nuevas formas de trabajo y de estudio ha llevado a cambios en los patrones de sueño y alimentación, lo que ha tenido un impacto en la salud mental de las personas.

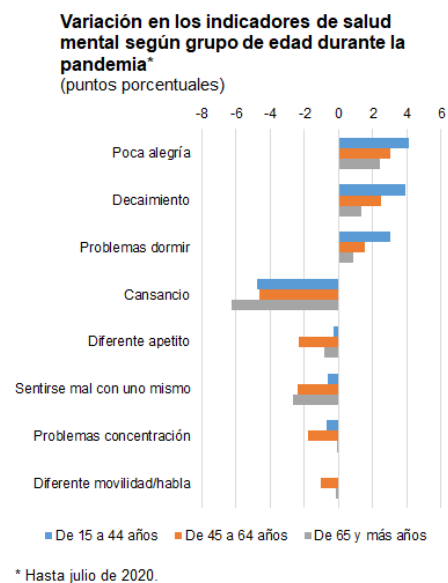
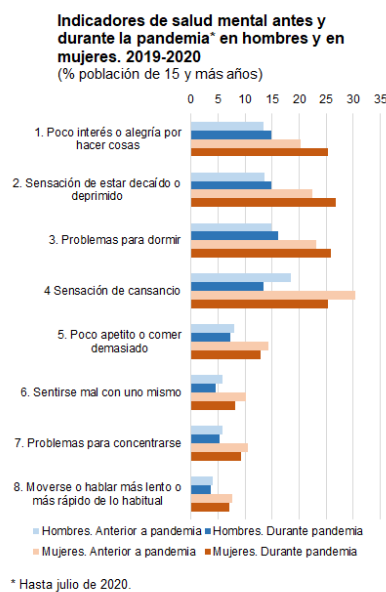
Según un artículo del periódico español El País, titulado “la huella de la pandemia en niños y adolescentes: duermen menos, comen peor y son más infelices, sobre todo ellas”, la pandemia ha afectado negativamente la salud mental, el sueño y la nutrición de los niños y adolescentes, especialmente de las niñas. En cuanto a la salud mental, se ha registrado un aumento en los casos de ansiedad, depresión y estrés en esta población. Esto

se debe en parte a la falta de interacción social, el aislamiento y la incertidumbre que la pandemia ha generado en la vida de los niños y adolescentes. Además, el artículo señala que los niños y adolescentes están durmiendo menos horas de lo recomendado, lo cual puede tener un impacto negativo en su salud en general. El sueño es fundamental para el crecimiento y desarrollo adecuado, así como para el mantenimiento del sistema inmunológico.

En cuanto a la nutrición, se ha observado un aumento en la ingesta de alimentos poco saludables y un descenso en el consumo de frutas y verduras. La falta de acceso a una dieta equilibrada, así como el aumento en el consumo de alimentos procesados y la disminución de la actividad física debido al cierre de los espacios públicos, puede aumentar el riesgo de obesidad y otros problemas de salud.

La Encuesta europea de salud en España nos muestra datos muy relevantes que nos ilustran los efectos de la pandemia en la salud mental. En esta, podemos observar un incremento tres coma tres puntos en la falta de interés o entusiasmo para realizar actividades, un aumento de dos coma ocho puntos en la sensación de tristeza o depresión y un aumento dos puntos en los problemas para conciliar el sueño. Por otro lado, disminuyó de cinco coma un puntos la sensación de fatiga y uno coma siete puntos el sentimiento de insatisfacción personal.

Los cambios en estos indicadores hasta julio de 2020 son más significativos en las mujeres que en los hombres, y las mujeres partían de valores más altos antes de la pandemia.

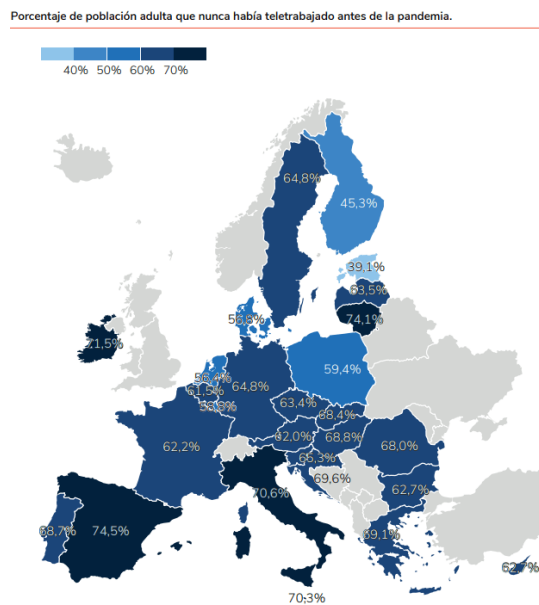


IV- IMPACTO DEL COVID-19 EN LAS RELACIONES LABORALES

La pandemia del coronavirus ha tenido un gran impacto en las relaciones laborales en España. Las empresas han tenido que adoptar nuevas formas de trabajo, incluyendo el trabajo en remoto, y nuevas medidas de seguridad para asegurar el bienestar y la salud de todos sus empleados. A demás, las empresas españolas han invertido en la adopción de nuevas tecnologías para mejorar la eficiencia en el trabajo y la colaboración entre sus empleados, mejorando así sus condiciones laborales. Sin embargo, varios sectores han sufrido mucho sus consecuencias. Estos han visto sus cadenas de suministro interrumpidas y sus salarios recortados. Todo esto ha afectado en gran medida en las relaciones profesionales.

a) Cambios en la forma de trabajar

Los años de pandemia han cambiado radicalmente la forma en la que trabajamos. Las empresas tuvieron que afrontar una serie de inversiones e innovaciones tecnológicas, entre ellas el teletrabajo, para poder continuar con la actividad económica durante el confinamiento. Aunque esta modalidad ya existía, no era muy popular en nuestro país. De hecho, España fue el país peor preparado para adoptar el teletrabajo en 2020. Sin embargo, ahora es uno de los países que más lo demanda.



Fuente: Living, working and COVID-19, Eurofound, primera ronda (primavera 2020)

Hablamos mucho del término “teletrabajo”, pero aún no hemos definido este término. El teletrabajo es “la actividad laboral que se desarrolla fuera de las instalaciones de la empresa contratante, apelando a las tecnologías de la información y de la comunicación para el desarrollo de los quehaceres.” – Definicion.es

Este conlleva muchas ventajas. Entre estas destacamos:

1. La conciliación familiar: esta modalidad de trabajo permite a los trabajadores pasar más tiempo en sus casas sin necesidad de desplazarse y con la posibilidad de tener más flexibilidad en sus horarios.
2. Mas flexibilidad de horarios: Con el teletrabajo, los trabajadores pueden adaptar sus propios horarios a sus necesidades ya que no dependen de una autoridad física.
3. Ahorro de dinero y tiempo: Ya que no necesitan desplazarse para ir al trabajo, los trabajadores ahorran tiempo, que pueden divertir en otras actividades de su vida personal, y dinero ya que no deben pagar transporte ni otros gastos como las comidas fuera de casa.
4. Ahorro de costes para la empresa: En un periodo en el que las empresas buscan maximizar beneficios y reducir costes, con el teletrabajo, estas pueden ahorrar dinero invirtiendo menos en instalaciones y servicios (por ejemplo, servicios de limpieza)
5. Reducción de la contaminación: Al haber menos desplazamientos, hay menos vehículos circulando y por lo tanto se reduce la huella de carbono. A demás, supone un ahorro de la energía en las oficinas.

Todo esto, según el periódico El Diario.es, ha llevado al noventa y tres por ciento de los trabajadores a querer compaginar su trabajo en la oficina con el trabajo en casa.

Sin embargo, también tiene un lado negativo del que no se habla con tanta frecuencia. Entre estos inconvenientes, destacamos tres principales. En primer lugar, la dificultad para separar la vida profesional de la personal. Al hacer de tu casa tu lugar de trabajo además de tu lugar de descanso, las personas no desconectan del todo de uno ni de otro. En segundo lugar, los problemas ligados a la tecnología. Para poder trabajar desde casa, es necesaria una buena conexión a internet, además de los aparatos electrónicos necesarios, como por ejemplo un ordenador. Si hay un problema con alguno de estos, la productividad se puede ver afectada negativamente. Finalmente, la falta de supervisión conlleva a su vez problemas. Al no tener una figura de autoridad física, los empleados pueden sufrir una disminución de la motivación y, por consecuencia, de la productividad.

Antes de la pandemia del coronavirus, el setenta y cuatro con cinco por ciento de la población española no había teletrabajado nunca, siendo este el porcentaje más elevado de toda la unión europea. No obstante, España fue uno de los países con menor implementación de esta nueva modalidad de trabajo. Menos del treinta y cinco por ciento de la población comenzó a trabajar desde su casa a raíz de la pandemia, ocupando el décimo octavo puesto con el porcentaje más elevado de la Unión Europea (UE).

El futuro del trabajo en remoto en nuestro país depende de la capacidad de las empresas para adaptarse a esta modalidad para garantizar la productividad y, sobre todo, la satisfacción de sus trabajadores. Esto se debe a que no todas las empresas o trabajadores quieren mantener al cien por cien el teletrabajo ya que muchos trabajos requieren una presencia física y otras personas prefieren trabajar desde la oficina.

Aunque trabajar desde casa tiene muchas ventajas que benefician tanto al empleado como a la empresa, y ha demostrado mejorar la productividad, hay algunas tareas que requieren presencia en la oficina. Las grandes empresas, compañías nacionales y Pymes son conscientes de esto, pero también saben que la mayoría de sus empleados preferirían trabajar desde casa. Debido a esto, y a las necesidades posteriores a la COVID-19, el modelo híbrido se ha vuelto más común.

Sin embargo, sigue siendo un reto para las empresas españolas adaptar sus organizaciones a un modelo de trabajo híbrido. Los líderes deben formarse para gestionar equipos híbridos. Afortunadamente, gracias a las ayudas institucionales, han podido hacerlo más fácilmente y crear espacios ideales para este nuevo modelo de trabajo.

b) Impacto en la productividad, eficiencia

El impacto del COVID-19 en la productividad en España ha sido significativo y variado, afectando de diferentes maneras a distintos sectores económicos. En general, la pandemia ha provocado una importante caída de la actividad económica, la cual se ha traducido en una disminución de la producción y el empleo. Desde el inicio de la pandemia en marzo de 2020, las medidas de confinamiento y restricciones impuestas para contener la propagación del virus han alterado los patrones normales de trabajo, lo que ha afectado tanto la productividad como la eficiencia en distintos sectores económicos.

El turismo ha sido uno de los sectores más afectados, siendo este una de las principales fuentes de ingresos para España. Las restricciones impuestas de viaje y traslados llevaron a una disminución de la demanda turística, lo que a su vez ha generado un impacto negativo en la economía. Todo esto ha repercutido en la productividad y eficiencia de las empresas que dependen del turismo, tales como hoteles, restaurantes y empresas de transporte. Según un estudio de la Confederación Española de Hoteles y Alojamientos Turísticos (CEHAT), el sector turístico español ha perdido alrededor de 40.000 millones de euros desde el inicio de la pandemia.

Además, la pandemia también ha generado desafíos para la producción y el suministro de bienes y servicios. El cierre de fábricas y la disminución de la capacidad productiva debido a las medidas de distanciamiento social han afectado a la cadena de suministro, lo que ha generado retrasos en la entrega de productos y un aumento de los costos para las empresas. En algunos casos, la interrupción de la producción ha llevado a una disminución en la calidad de los productos, lo que ha afectado la eficiencia y la reputación de las empresas.

Durante el primer semestre de 2020, España experimentó una disminución sin precedentes de su PIB, registrando una caída del veintidós por ciento. El confinamiento obligó a la mayoría de las empresas españolas a cerrar sus instalaciones y enviar a sus trabajadores a casa, lo que afectó significativamente la productividad. Sin embargo, muchas empresas tuvieron que adaptar sus modelos de negocio para operar en línea, lo que en algunos casos llevó a un aumento de la productividad, especialmente en los sectores de tecnología y comercio electrónico.

A medida que se fueron levantando las restricciones, algunas empresas comenzaron a operar con un modelo híbrido, con parte de su plantilla trabajando desde casa y parte en la oficina. Esto ha tenido un impacto mixto en la productividad, con algunos trabajadores reportando un aumento en su productividad debido a la flexibilidad y la eliminación del tiempo de desplazamiento, mientras que otros han tenido dificultades para adaptarse a un entorno de trabajo remoto y se han visto afectados negativamente.

Además, según el INE, la productividad laboral cayó un cero coma tres por ciento en España durante el segundo trimestre del 2021 (comparado con el mismo periodo del año previo). Esta caída corresponde con la primera desde el 2013, cuando el país se

recuperaba de la crisis económica. Según el artículo de Vozpopuli sobre la productividad española, el aumento de los costes laborales del tres coma cuatro por ciento están detrás de la disminución de la productividad en España. Esto puede deberse a las consecuencias de la pandemia del COVID-19 y al exponencial crecimiento de los contratos temporales y la modalidad de trabajo a tiempo parcial.

Además, este artículo menciona que, otro factor que puede estar contribuyendo en la disminución de la productividad en España es la falta de inversión por parte de las empresas en nuevas tecnologías y capacitación para los trabajadores. Según un economista del Banco Santander, "España tiene un problema de innovación" y las empresas españolas no están invirtiendo lo suficiente en tecnología.

Finalmente, la disminución de la productividad puede tener consecuencias negativas para la economía española ya que esto puede conllevar una disminución de la competitividad de las empresas españolas en el mercado internacional, lo que podría limitar el crecimiento económico y la creación de empleo.

La pandemia de COVID-19 ha tenido un impacto significativo en la productividad y eficiencia en España, con desafíos importantes en algunos sectores económicos y en la transición al teletrabajo. Sin embargo, también ha generado oportunidades para la innovación y la adaptación de las empresas y trabajadores, así como una mayor conciencia sobre la importancia de la salud y seguridad en el lugar de trabajo.

c) Desafíos en la comunicación y la colaboración

El COVID-19 ha tenido un gran impacto en las relaciones laborales, especialmente en lo que se refiere a la comunicación y la colaboración en el lugar de trabajo.

Con lo relacionado al trabajo en remoto, muchas empresas han tenido que adoptar esta nueva modalidad como medida de precaución durante la pandemia, lo que ha dificultado la comunicación y la colaboración en tiempo real entre colegas y departamentos. El trabajo a distancia ha creado barreras en la comunicación y puede generar desafíos para la colaboración y la cohesión del equipo. El trabajo remoto se ha convertido en una modalidad de trabajo cada vez más popular en España, y en gran parte debido a la pandemia de COVID-19, muchas empresas se han visto obligadas a adoptarla. Sin

embargo, el trabajo remoto también ha planteado varios desafíos, especialmente en lo que respecta a la comunicación interna.

Uno de los problemas más comunes es la mala conexión de internet. No todos los trabajadores tienen acceso a una conexión estable y segura, lo que puede dificultar la comunicación y la colaboración en línea. Algunas empresas han respondido a este desafío obligando a los trabajadores a volver a la oficina, pero esto no es una solución a largo plazo. Las distracciones también pueden ser un problema importante. En el hogar, hay muchas cosas que pueden distraer a los empleados, lo que puede afectar su productividad y su capacidad para comunicarse y colaborar con sus colegas.

Otro desafío relacionado con la difícil comunicación es el uso de dispositivos que no funcionen correctamente o de plataformas online que no estén a la altura de las expectativas de comunicación profesional. Esto puede provocar problemas de rendimiento, comunicación con los miembros del equipo, además de problemas de conexión. El uso de Microsoft Teams experimentó un rápido crecimiento debido al aumento del teletrabajo causado por la pandemia de COVID-19. La plataforma pasó de tener veinte millones de usuarios a finales del 2019 a treinta y dos millones en marzo de 2020. En una sola semana durante la crisis del coronavirus, Microsoft Teams sumó doce millones de usuarios adicionales, alcanzando un total de cuarenta y cuatro millones de usuarios activos diarios. Para mejorar la experiencia de los usuarios, Microsoft Teams planea mejorar el sonido y eliminar el ruido de fondo en tiempo real mediante inteligencia artificial.

Finalmente, algunos empleados pueden no estar interesados en comunicarse con sus colegas fuera del entorno de la oficina. En estos casos, es importante abordar el problema de manera proactiva y comprender las razones detrás de la falta de comunicación. La empresa puede establecer reuniones regulares con los empleados para discutir cualquier problema y trabajar juntos para encontrar soluciones efectivas.

En general, la pandemia ha llevado a desafíos en la comunicación y la colaboración en el lugar de trabajo. Las empresas han tenido que adaptarse rápidamente a los cambios y encontrar formas creativas de mantener la colaboración y la cohesión del equipo en el trabajo remoto, ya que la falta de comunicación conllevaría serios problemas para la

empresa. Uno de los problemas más importantes se vería reflejado en la falta de coordinación entre los equipos. Cuando los diferentes departamentos y equipos de la empresa no se comunican adecuadamente, pueden surgir problemas de coordinación que dificultan la realización de tareas y proyectos. Esto va muy directamente ligado con la pérdida de clientes actuales y potenciales, además de generar una imagen negativa de la compañía en general. Otro ejemplo se ve claramente relacionado con los malentendidos y conflictos ya que la falta de comunicación interna puede llevar a malentendidos entre los empleados, lo que puede dar lugar a conflictos y tensiones en el lugar de trabajo.

d) Impacto en la seguridad laboral y la salud ocupacional

La pandemia de COVID-19 ha tenido un impacto significativo en la seguridad laboral y la salud ocupacional en España. Desde el comienzo de la pandemia, se han implementado medidas para prevenir la propagación del virus en el lugar de trabajo y garantizar la seguridad y el bienestar de los trabajadores.

La pandemia de COVID-19 aumentó en las empresas españolas la importancia de garantizar la seguridad en el lugar de trabajo, ya que la propagación del virus puede tener graves consecuencias para la salud de los trabajadores y la productividad de las empresas. Por esta razón, el Ministerio de Sanidad de España emitió una serie de recomendaciones y protocolos para prevenir la propagación del virus en el lugar de trabajo.

Entre las medidas recomendadas se incluyen el uso de mascarillas, la distancia social, la ventilación adecuada, la limpieza y desinfección de las áreas de trabajo y el uso de equipos de protección personal. Además, las empresas también han implementado políticas de trabajo flexible y el teletrabajo se ha convertido en una opción cada vez más popular para reducir el riesgo de propagación del virus.

El impacto de la pandemia en la seguridad laboral y la salud ocupacional también se ha visto reflejado en el número de enfermedades profesionales y enfermedades relacionadas con el trabajo registradas en España. Según el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT), en el año 2020 se registraron un total de 20.973 enfermedades profesionales, lo que supone una disminución del doce coma seis por ciento en comparación con el año anterior. Entre las enfermedades profesionales más comunes

registradas en España en 2020 se incluyen trastornos musculoesqueléticos, enfermedades respiratorias y enfermedades relacionadas con la exposición a agentes químicos y biológicos. La pandemia de COVID-19 ha aumentado la preocupación por la exposición a agentes biológicos en el lugar de trabajo, especialmente para los trabajadores de la salud y otros trabajadores esenciales que están en primera línea de la respuesta al virus.

Otro impacto importante de la pandemia en la seguridad laboral y la salud ocupacional en España ha sido el aumento del estrés y la ansiedad en el lugar de trabajo. La incertidumbre y la preocupación por la salud y la seguridad de los trabajadores y sus familias, así como la presión económica y la interrupción de las rutinas normales de trabajo, han generado un aumento en los niveles de estrés y ansiedad en los trabajadores. Según datos de la Organización Internacional del Trabajo (OIT), se estima que el estrés laboral ha aumentado en un treinta y tres por ciento desde el inicio de la pandemia en España. Este aumento del estrés laboral puede tener graves consecuencias para la salud física y mental de los trabajadores, así como para la productividad de las empresas. Por esta razón, se han implementado medidas para abordar esta cuestión, incluyendo la promoción de la salud mental en el lugar de trabajo y la oferta de apoyo y recursos para los trabajadores que puedan estar experimentando estrés y ansiedad.

Finalmente, la pandemia del COVID-19 ha tenido un impacto significativo en la seguridad laboral y la salud ocupacional en España. Si bien se han registrado disminuciones en el número de accidentes laborales y enfermedades profesionales, se han implementado medidas específicas para prevenir la propagación del virus en el lugar de trabajo y proteger la salud y el bienestar de los trabajadores. Además, se han abordado cuestiones relacionadas con el estrés y la ansiedad en el lugar de trabajo, ya que la pandemia ha generado una mayor incertidumbre y presión en el entorno laboral.

V- PANORAMA INTERNACIONAL Y SU IMPACTO

La pandemia del COVID-19 ha tenido un impacto significativo en todo el mundo, y la respuesta de cada país ha sido crucial para mitigar su propagación y minimizar su impacto en la salud pública y la economía global. En este sentido, se han establecido protocolos a nivel internacional y nacional para combatir la pandemia, con medidas de prevención, tratamiento y control adaptadas a la realidad local de cada país.

a) Comparación entre protocolo internacional y nacional (España)

En la comparación entre el protocolo internacional y nacional para combatir la pandemia del COVID-19, se han establecido medidas de prevención, tratamiento y control con el objetivo de mitigar su impacto. A nivel internacional, la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha emitido una serie de recomendaciones generales para todos los países, mientras que cada nación tiene la responsabilidad de adaptar esas recomendaciones a su realidad local. Entre estas sugerencias, podemos destacar:

1. Lavarse las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos. En caso de no tener acceso a agua y jabón, usar un desinfectante para manos a base de alcohol.
2. Mantener al menos un metro de distancia de cualquier persona que tosa o estornude.
3. Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos pueden estar contaminadas con el virus.
4. Cubrir la boca y nariz con el codo flexionado o con un pañuelo al toser o estornudar. Luego, desechar el pañuelo inmediatamente.
5. En caso de tener fiebre, tos y dificultad para respirar, buscar atención médica lo antes posible.
6. En caso de estar, quedarse en casa y seguir las instrucciones de los proveedores de atención médica.
7. En caso de haber viajado recientemente a una zona de alta transmisión del virus, quedarse en casa durante al menos 14 días y buscar atención médica si se presentan síntomas.

En España, el Ministerio de Sanidad y las autoridades regionales han implementado medidas en línea con las recomendaciones de la OMS, pero también han adaptado y personalizado algunas medidas en función de la situación específica en el país. Algunas de las medidas implementadas en España incluyen el uso de mascarillas, el distanciamiento social, el cierre de negocios y la limitación de las reuniones sociales.

Uno de los aspectos más destacados del protocolo español ha sido la implementación del Sistema de Vigilancia Epidemiológica. Este se basa en la notificación obligatoria de casos de enfermedades infecciosas por parte de los profesionales sanitarios, tanto del sector público como privado. Los datos se recopilan a nivel local por los servicios de salud pública de cada comunidad autónoma, que a su vez los envían al Centro de Coordinación de Alertas y Emergencias Sanitarias del Ministerio de Sanidad.

Además, el sistema de vigilancia epidemiológica incluye la realización de pruebas diagnósticas para detectar la presencia del virus SARS-CoV-2, que causa la enfermedad COVID-19, así como el seguimiento de los contactos de personas infectadas para evitar la propagación del virus.

La información recopilada por el sistema de vigilancia epidemiológica se utiliza para monitorizar la evolución de la pandemia, identificar posibles brotes y evaluar la efectividad de las medidas de prevención y control implementadas en cada comunidad autónoma. Los datos se presentan en informes diarios y semanales que se publican en la página web del Ministerio de Sanidad, y se utilizan para tomar decisiones informadas sobre la gestión de la pandemia.

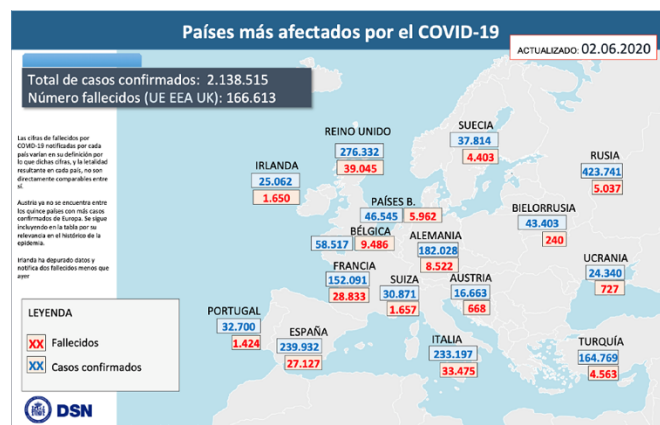
Según el director del CAUSALab y catedrático de Epidemiología y Bioestadística de la Universidad de Harvard (Estados Unidos), Miguel Hernán, España ha desarrollado uno de los mejores sistemas de vigilancia del COVID-19 en el mundo. Hernán señala que España ha establecido un sistema de pruebas muy efectivo, que permite un seguimiento cercano de la evolución de la pandemia. Además, el sistema de vigilancia en España se ha adaptado rápidamente a medida que la pandemia ha evolucionado, implementando nuevas técnicas de pruebas y mejorando la capacidad de seguimiento de contactos.

Si bien es cierto que en un inicio, los datos recopilados venían con un retraso de quince días, proporcionando una imagen poco realista de la situación actual, el Ministerio de Sanidad decidió cambiar el sistema de recopilación de datos, haciendo que España tuviera uno de los "mejores" sistemas de vigilancia epidemiológica del Covid-19 del mundo.

Otro aspecto importante del protocolo español ha sido el fortalecimiento del sistema sanitario. El gasto total del sistema sanitario en España ascendió a 122.852 millones de euros, con un aumento significativo en el presupuesto dedicado a la prevención y salud pública debido a la pandemia de COVID-19. El gasto en servicios de prevención y salud pública experimentó una tasa anual media de crecimiento del 15,6% en el quinquenio 2016-2020 y un aumento del 56,2% en 2020 en comparación con el año anterior. El gasto se destinó principalmente a servicios de asistencia curativa y rehabilitación, productos médicos dispensados a pacientes ambulatorios, servicios de atención de larga duración, servicios auxiliares de atención de la salud, servicios de prevención y salud pública, administración de la salud y seguros médicos, y formación de capital de instituciones proveedoras de atención de la salud.

En respuesta a la pandemia, se ha reforzado el personal sanitario y se ha aumentado la capacidad de los hospitales. Además, se ha establecido un sistema de rastreo de contactos para identificar a las personas que han estado en contacto con un caso confirmado de COVID-19 y tomar medidas para evitar la propagación del virus.

Sin embargo, a pesar de las medidas implementadas, España ha experimentado uno de los números de contagio más elevado y de las tasas de mortalidad más altas de Europa en la primera ola de la pandemia. Algunas de las críticas al protocolo español han sido la falta de coordinación entre las diferentes comunidades autónomas, la falta de recursos para implementar medidas de prevención, y la tardanza en tomar medidas más restrictivas para contener la propagación del virus. Según El Centro de Coordinación de Alertas y Emergencias Sanitarias (CCAES) en junio de 2020 se registraron al menos 2.138.515 casos confirmados de COVID-19 hasta la fecha en Europa. Los países con mayor número de casos notificados fueron Rusia, con 423.741 casos, seguido del Reino Unido con 276.332 casos, España con 239.932 casos, Italia con 233.197 casos y Alemania con 182.028 casos.



En comparación con otros países, España ha tenido una respuesta similar a la de otros países europeos. Muchos países han adoptado medidas similares de prevención, como el uso de mascarillas y el distanciamiento social, y han experimentado brotes y picos de infección en diferentes momentos de la pandemia. Sin embargo, algunos países han implementado medidas más restrictivas y tempranas, lo que ha resultado en una menor propagación del virus y una menor tasa de mortalidad.

Por ejemplo, países como Nueva Zelanda y Japón han sido elogiados por su respuesta rápida y efectiva al COVID-19. Estos países han implementado medidas agresivas de rastreo de contactos y han establecido una capacidad de prueba a gran escala además de la implementación temprana del uso de mascarillas y el distanciamiento social. Como resultado, estos países han experimentado tasas mucho más bajas de infección y mortalidad en comparación con muchos otros países.

Los 5 mejores países donde vivir la pandemia

Clasificación de resiliencia al Covid-19

País	Puntuación promedio de Bloomberg
Nueva Zelanda	85,4
Japón	85
Taiwán	82,9
Corea del Sur	82,3
Finlandia	82

Fuente: Bloomberg



Bloomberg, publicado por el BBC

El gobierno de Jacinda Ardern en Nueva Zelanda recibió elogios por su enfoque en la pandemia y ha sido clasificado en primer lugar en la lista de Bloomberg. El país ha obtenido 85,4 puntos en el ranking, con su punto más débil siendo una caída del 6,1% del PIB. Nueva Zelanda actuó rápidamente ante los primeros casos de coronavirus y cerró sus fronteras para controlar la propagación y prevenir casos importados. También implementó un programa agresivo de pruebas y rastreo, y una estrategia de comunicación clara y efectiva. En general, los países asiáticos también reaccionaron rápidamente y desplegaron estrategias de rastreo, pruebas y cuarentenas, lo que les ha permitido recuperarse más rápido que otras regiones del mundo. Después de Nueva Zelanda, los países mejor clasificados incluyen Japón, Taiwán, Corea del Sur, Finlandia, Noruega, Australia y China. Finlandia y Noruega cerraron rápidamente sus fronteras en marzo y aún mantienen restricciones de entrada, lo que les ha permitido evitar la violencia de la segunda ola que afecta a gran parte de Europa continental.

Por otro lado, algunos países han adoptado un enfoque más laxo para combatir la pandemia, con resultados desastrosos. Por ejemplo, los Estados Unidos han experimentado la mayor tasa de mortalidad por COVID-19 en el mundo, y la respuesta del gobierno ha sido criticada por ser lenta y poco efectiva. A pesar de las recomendaciones de la OMS y de los expertos en salud pública, el gobierno estadounidense tardó en adoptar medidas de distanciamiento social e implementó un número insuficiente de pruebas y rastreo de contactos. Además, el presidente Trump minimizó la gravedad del virus y cuestionó la necesidad de medidas preventivas, lo que contribuyó a una falta de coordinación y liderazgo a nivel nacional.

En general, la comparación entre el protocolo internacional y nacional para combatir la pandemia del COVID-19 es compleja y varía según el país. Si bien muchos países han adoptado medidas similares de prevención, cada nación ha tenido que adaptar esas medidas a su situación específica. Además, los resultados de estas medidas han sido diferentes en diferentes partes del mundo, dependiendo de factores como la capacidad del sistema sanitario, la respuesta del gobierno y el cumplimiento del público en general.

En España, la respuesta ha sido en línea con las recomendaciones de la OMS, y se han implementado medidas clave, como el sistema de vigilancia epidemiológica y el fortalecimiento del sistema sanitario. Sin embargo, también ha habido críticas por la falta de coordinación y recursos, y la tardanza en tomar medidas más restrictivas.

VI- CONCLUSIÓN

a) Resumen de los principales hallazgos

A modo de conclusión, la pandemia de COVID-19 ha dejado una huella indeleble en las relaciones personales y laborales en España. La necesidad de adaptarse a un entorno en constante cambio y la implementación de medidas de distanciamiento social y teletrabajo han transformado la forma en que las personas se relacionan e interactúan en sus vidas personales y profesionales.

En el ámbito personal, el confinamiento y las restricciones han afectado la calidad de las relaciones interpersonales, dando lugar a un aumento en la soledad los problemas de salud y el aislamiento social. Además, también ha conllevado un mayor uso de las tecnologías de comunicación para mantener el contacto con amigos y familiares, lo que ha demostrado ser un medio de apoyo emocional en tiempos difíciles.

En el contexto laboral, el teletrabajo se ha convertido en una herramienta cada vez más popular y generalizada en muchas empresas, lo que ha generado un cambio en la dinámica de trabajo, la comunicación, la productividad y en la gestión de equipos. Esta nueva moda ha tenido tanto beneficios como desventajas. Por un lado, el trabajo en remoto ha permitido a las empresas continuar sus operaciones y ha proporcionado mayor flexibilidad a los empleados. Sin embargo, también ha planteado desafíos en términos de comunicación, equilibrio entre la vida laboral y personal, y bienestar emocional.

b) Recomendaciones para mitigar los efectos negativos del COVID-19 en las relaciones personales y laborales

La pandemia ha dejado en claro la importancia de la resiliencia y adaptabilidad, tanto a nivel personal como organizacional. España, al igual que otros países, enfrenta el desafío de aprender de esta experiencia y buscar soluciones innovadoras para mejorar las condiciones laborales y fortalecer las relaciones personales en el futuro. En última

instancia, la experiencia de la pandemia de COVID-19 puede servir como una oportunidad para repensar y reevaluar nuestras prioridades y valores en términos de relaciones personales y laborales.

En este contexto y tras haber analizado los objetivos citados previamente en la introducción, podemos proponer las siguientes soluciones para las empresas para así mejorar las relaciones tanto personales como profesionales en el contexto laboral.

En primer lugar, hemos analizado cómo el teletrabajo ha ganado popularidad en España y también hemos identificado ciertos inconvenientes asociados, tales como la dificultad para separar la vida personal y profesional y problemas de salud mental como ansiedad y soledad. A pesar de estos desafíos, no debemos dar marcha atrás y eliminar completamente el teletrabajo, ya que ha demostrado ser beneficioso en términos de flexibilidad y reducción de la contaminación por transporte. En su lugar, propongo que las empresas inviertan en espacios de coworking en diferentes ubicaciones.

Establecer una red de espacios de coworking permitirá a los empleados elegir un lugar cercano a sus hogares, facilitando el acceso a un entorno de trabajo profesional sin la necesidad de desplazarse largas distancias, contribuyendo así a la disminución de la contaminación originada por el transporte en vehículos públicos y privados. Además, estos espacios ofrecen un ambiente flexible que se puede adaptar a las necesidades y preferencias individuales de cada empleado, como áreas de trabajo compartidas, oficinas privadas y salas de reuniones.

El coworking también fomenta la interacción social y la colaboración entre empleados de diferentes empresas e industrias. Esto puede generar oportunidades de “*networking*” y un intercambio de ideas que mejore la productividad y la satisfacción laboral. Para sacar el máximo provecho de estos espacios, las empresas podrían organizar eventos, talleres y charlas que promuevan el aprendizaje, el desarrollo profesional y el fortalecimiento de las relaciones personales y profesionales.

Además, los espacios de coworking suelen ofrecer servicios y recursos adicionales, como acceso a internet de alta velocidad, impresoras y equipos de oficina, lo que permite a los empleados centrarse en su trabajo y reducir el tiempo dedicado a tareas administrativas.

La implementación de espacios de coworking también puede resultar en ahorros para las empresas, ya que no es necesario mantener oficinas físicas grandes para todos los empleados. Al mismo tiempo, ofrece a los empleados la flexibilidad de trabajar desde casa, la oficina central o un espacio de coworking según sus preferencias y necesidades.

Por lo tanto, el uso de espacios de coworking como parte de la estrategia laboral puede abordar eficazmente los desafíos que enfrentan los empleados en el contexto del teletrabajo, al tiempo que aprovecha sus beneficios en términos de flexibilidad, eficiencia y sostenibilidad. Esta solución innovadora y dinámica puede mejorar tanto las relaciones personales como profesionales, y contribuir al bienestar y la calidad de vida de los empleados.

En segundo lugar, las empresas han adoptado el uso de plataformas de comunicación en línea, como Microsoft Teams o Zoom, para una amplia gama de actividades laborales, incluidas reuniones, trabajo en equipo y entrevistas. Sin embargo, el rápido aumento en la demanda de estas plataformas ha superado a menudo su capacidad para proporcionar una experiencia de usuario óptima, y muchos empleados enfrentan problemas de calidad de sonido y conexión a internet. Para abordar estos problemas, las empresas podrían invertir en inteligencia artificial (IA) y otras tecnologías emergentes, así como buscar soluciones en el entorno de coworking.

Al trabajar junto a proveedores de servicios de videoconferencia, como Microsoft, las empresas pueden potenciar el desarrollo y la aplicación de tecnologías de inteligencia artificial (IA) que mejoren la calidad del sonido y la experiencia general en las reuniones virtuales. Estas tecnologías pueden abordar varios aspectos de la comunicación en línea, lo que lleva a una experiencia de usuario más fluida y productiva. Por ejemplo, la IA puede utilizarse para mejorar la calidad del sonido y reducir el ruido de fondo en tiempo real. Las soluciones de IA pueden detectar automáticamente y eliminar el ruido de fondo, como el sonido de los niños, la televisión u otros sonidos ambientales, lo que mejora significativamente la calidad de las reuniones virtuales. Además, las tecnologías de IA pueden integrarse en las plataformas de videoconferencia para ofrecer funciones avanzadas de colaboración, como la transcripción automática de las reuniones, la traducción en tiempo real y la generación de resúmenes de las discusiones. Estas

funciones pueden facilitar la comunicación entre empleados que hablan diferentes idiomas y permitir a los participantes revisar y seguir las discusiones de manera más eficiente. Finalmente, la inteligencia artificial también puede utilizarse para analizar el sentimiento y el nivel de compromiso de los participantes en las reuniones virtuales. Esto puede ayudar a las empresas a identificar áreas de mejora en sus prácticas de comunicación y adaptar sus estrategias para fomentar una mayor colaboración e interacción entre los empleados.

Además, para abordar los problemas de conectividad a internet, los empleados pueden aprovechar los recursos disponibles en los espacios de coworking. Estos lugares generalmente ofrecen acceso gratuito a internet de alta velocidad y una variedad de dispositivos y equipos necesarios para trabajar de manera efectiva, como computadoras, auriculares y salas de reuniones. Al utilizar estos espacios, los empleados pueden disfrutar de una conexión a internet estable y rápida, lo que les permite participar en reuniones virtuales y colaborar en línea sin interrupciones.

El acceso a infraestructuras de tecnologías de la información de alta calidad también puede facilitar la adopción de tecnologías emergentes, como la realidad virtual y la realidad aumentada, que podrían mejorar aún más la colaboración en línea y las interacciones personales entre empleados. Estas tecnologías podrían usarse para crear entornos de trabajo virtuales realistas, donde los empleados pueden interactuar de manera más natural y eficiente, superando algunas de las limitaciones actuales de las reuniones en línea.

En consecuencia, la inversión en IA y la adopción de tecnologías emergentes, en combinación con el uso de espacios de coworking, pueden mejorar significativamente la calidad de las interacciones laborales en línea y mitigar los efectos negativos del teletrabajo en las relaciones personales y profesionales. Al adoptar estas soluciones, las empresas pueden garantizar que sus empleados sigan siendo productivos y satisfechos en el entorno laboral en constante evolución que ha resultado de la pandemia de COVID-19.

Finalmente, a raíz de las nuevas tendencias en el ámbito laboral, como la flexibilidad y la digitalización, se está experimentando un aumento en la cantidad de trabajadores freelance y autónomos en España. Estas tendencias han impulsado a las empresas a

adaptarse a las circunstancias cambiantes, lo que ha llevado a una mayor contratación de profesionales freelance y autónomos según las necesidades del momento. La flexibilidad laboral se ha vuelto esencial, especialmente debido a la pandemia del COVID-19. Los trabajadores freelance y autónomos ofrecen esa flexibilidad, ya que están acostumbrados a trabajar desde casa o en espacios de coworking. Al contar con una fuerza laboral más adaptable, las empresas pueden ajustar su plantilla según las demandas del mercado, lo que les permite ser más ágiles y eficientes. La digitalización también ha desempeñado un papel importante en este cambio. La adopción de tecnologías digitales ha facilitado la colaboración y el trabajo a distancia, lo que ha permitido a las empresas contratar talento de cualquier parte del mundo y acceder a una amplia gama de habilidades especializadas. Además, la búsqueda de un equilibrio entre la vida personal y profesional ha llevado a muchos trabajadores a reconsiderar sus prioridades y optar por el trabajo freelance y autónomo. Esta forma de trabajo ofrece la posibilidad de gestionar mejor el tiempo y adaptar el horario laboral a las necesidades individuales, lo que puede mejorar la satisfacción laboral y la calidad de vida.

Por lo tanto, debido a estas tendencias en el mundo laboral, se está observando un aumento en la cantidad de trabajadores freelance y autónomos en España. Las empresas, a su vez, deberán adaptarse a este cambio y tendrán que contratar a estos profesionales solo cuando sea necesario para satisfacer sus necesidades específicas en un momento dado. Al contratar a estos profesionales, las empresas pueden contar con una muy amplia gama de profesionales especializados en distintos campos, pudiendo así enriquecer la cultura de la empresa y la calidad de sus servicios, así como fomentar un ambiente de diversidad, inclusión y colaboración. Sin embargo, es importante destacar que las empresas deben invertir tiempo en asegurar que la comunicación y coordinación en estas nuevas tendencias sea clara, de manera a evitar malentendidos y conflictos. Las empresas deben definir claramente los roles y responsabilidades, plazos y objetivos específicos, y canales de comunicación y reporte de resultados en los acuerdos que se establezcan con estos profesionales.

En consecuencia, podemos decir que las empresas se encuentran en un momento clave de su vida. O se adaptan a las nuevas tendencias que requieren sus trabajadores, como hemos comentado, con la disposición de espacios de coworking, de inversión tecnológica o la adaptación a los freelance y autónomos, y aprovechan las oportunidades que estas mejoras

traen consigo para mejorar su eficiencia y competitividad así como para fomentar relaciones laborales más positivas y enriquecedoras, o se podrán ver severamente afectadas en la captación y retención de talento y, por lo tanto, de sus beneficios.

Sin embargo, cabe preguntarse si estos cambios han venido para quedarse, o son solo una nueva moda que ha surgido a raíz del confinamiento, y por lo tanto pasara cuando nos olvidemos de la pandemia del coronavirus.

BIBLIOGRAFÍA

- Plan de desescalada. (2020, 28 abril). *La Moncloa*. Disponible en: <https://www.lamoncloa.gob.es/consejodeministros/Paginas/enlaces/280420-enlace-desescalada.aspx>
- *Coronavirus*. World Health Organization. World Health Organization. Disponible en: https://www.who.int/es/health-topics/coronavirus#tab=tab_1
- EFE, A.E./, Eva Millet 22/03/2020 08:00 Actualizado a 16/12/2020 09:43 and Millet, E. (2020) *La Pandemia de coronavirus pone a Prueba a la familia, La Vanguardia*. Disponible en: <https://www.lavanguardia.com/magazine/buenavida/20200322/474261347020/pandemia-coronavirus-pone-prueba-familia.html>
- Martins, A. (2021) *Origen del coronavirus: Por Qué es tan difícil determinar cómo surgió un virus, BBC News Mundo*. BBC. Disponible en: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-56603876>
- Tesini, B.L. (2023) *Covid-19 - Infecciones, Manual MSD versión para público general*. Manuales MSD. Disponible en: <https://www.msmanuals.com/es-es/hogar/infecciones/covid-19/covid-19>
- Costa, C. and Tombesi, C. (2020) *Covid-19: Cuánto Tiempo Se Demoró en Encontrar La Vacuna para algunas enfermedades (y por qué este coronavirus es un caso histórico), BBC News Mundo*. BBC. Disponible en: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-55232518>
- *¿Qué vacunas hay contra la covid-19?: Hospital Clínic Barcelona* (no date) *Clínic Barcelona*. Disponible en: <https://www.clinicbarcelona.org/asistencia/enfermedades/covid-19/vacunas-covid-19>
- *Clasificaciones y definiciones de las variantes del SARS-COV-2* (2022) *Centers for Disease Control and Prevention*. Centers for Disease Control and Prevention. Disponible en: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/variants/variant-classifications.html>
- *Variantes de Sars-COV-2* (no date) *Wikipedia*. Wikimedia Foundation. Disponible en: https://es.wikipedia.org/wiki/Variantes_de_SARS-CoV-2#Variantes_de_gran_consecuencia

- Biernath, A. (2021) *Coronavirus: La Variante que llegó a Brasil por la Copa América es más transmisible y tiene una mutación inédita*, BBC News Mundo. BBC. Disponible en: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-57834775>
- *Las Nuevas Variantes Del Coronavirus*. (2021, June). Consejo Dentistas. Disponible en: <https://dentistascadiz.com/uploads/headers/DOCUMENTOTECHNICONUEVASVARIANTESSARSCoV2.pdf>
- *Diferentes tipos de vacunas contra la COVID-19: cómo funcionan*. (2023, February 10). Mayo Clinic. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/coronavirus/in-depth/different-types-of-covid-19-vaccines/art-20506465>
- *La ciencia detrás de la vacuna contra el COVID-19: preguntas frecuentes de los padres*. (n.d.). HealthyChildren.org. Disponible en: <https://www.healthychildren.org/Spanish/health-issues/conditions/COVID-19/Paginas/the-science-behind-the-covid-19-vaccine-parent-faqs.aspx>
- *El teletrabajo en España. Antes, durante y después de la pandemia. 2022*. Observatorio Nacional de Tecnología y Sociedad. Ministerio de Asuntos Económicos y Transformación Digital. Disponible en: <https://www.ontsi.es/sites/ontsi/files/2022-06/teletrabajoenespana.pdf>
- Martínez, J. G., & Martínez, J. G. (2020, March 25). *Moléculas contra el coronavirus*. El País. Disponible en: <https://elpais.com/ciencia/2020-03-25/moleculas-contrael-coronavirus.html>
- *Teletrabajo - Definicion.de*. (n.d.). Definición.de. Disponible en: <https://definicion.de/teletrabajo/>
- E. (2020, May 7). *El 93 % de empleados quiere simultanear la vuelta a la oficina con el teletrabajo*. elDiario.es. Disponible en: https://www.eldiario.es/economia/empleados-quiere-simultanear-oficina-teletrabajo_1_6001277.html
- Rubio, P. (2021, April 13). *Ventajas y desventajas del teletrabajo*. GDX Group. Disponible en: <https://gdx-group.com/ventajas-y-desventajas-del-teletrabajo/>
- ABC.es. (2023, February 13). *Así son los espacios laborales que tanto han cambiado en España después del Covid*. Abc. Disponible en:

<https://www.abc.es/economia/inmobiliario/espacios-laborales-cambiado-espana-despues-covid19-20230116155059-nt.html>

- De Redacción De Drew, E. (n.d.). *Desafíos en la comunicación interna: Trabajo remoto*. Disponible en: <https://blog.wearedrew.co/comunicacion-interna/desafios-en-la-comunicacion-interna-trabajo-remoto>
- Martínez, M. (2022, March 26). *Las 7 consecuencias de la falta de Comunicación Interna en la empresa*. Recursos Humanos Hoy. Disponible en: <https://blogs.imf-formacion.com/blog/recursos-humanos/rrhh/consecuencias-falta-comunicacion-interna-empresa/>
- Olcese, A. (2021, July 12). *La productividad se hunde en España por primera vez en crisis económica y de empleo*. Vozpópuli. Disponible en: https://www.vozpopuli.com/economia_y_finanzas/productividad-espana-crisis.html
- Observatorio de la OIT (2020, June 30). *La COVID-19 y el mundo del trabajo. Quinta edición*. Disponible en: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@dgreports/@dcomm/documents/briefingnote/wcms_749470.pdf
- Comillas, U. P. (n.d.). *Informe España 2020: la soledad en España crece un 50%*. Disponible en: <https://www.comillas.edu/noticias/57-comillas-cihs/chs/chs-patino/1785-la-soledad-en-espana-crece-un-50-segun-el-informe-espana-2020>
- *Soledad y aislamiento social vinculados a afecciones graves*. (n.d.). Disponible en: <https://www.cdc.gov/aging/spanish/features/lonely-older-adults.html>
- INE - Instituto Nacional de Estadística. (n.d.). *Productos y Servicios / Publicaciones / Colección Cifras INE*. INE - Instituto Nacional De Estadística. Disponible en: https://www.ine.es/ss/Satellite?L=es_ES&c=INECifrasINE_C&cid=1259953225445&p=1254735116567&pagename=ProductosYServicios%2FINECifrasINE_C%2FPYSDetalleCifrasINE#ancla_1259953223951
- Pérez, J. R. (2023, March 3). *Las mujeres dedican 780 horas más al año que los hombres al trabajo doméstico y al cuidado de menores*. Newtral. Disponible en: <https://www.newtral.es/desigualdad-genero-horas-trabajadas/20230302/>

- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2022, May, 10). *Orientaciones para el público*. Disponible en: <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public#:~:text=Evite%20las%20aglomeraciones%20y%20el,o%20con%20agua%20y%20jab%C3%B3n>
- C. (2022, June 8). *Un experto de Harvard elogia el sistema de vigilancia del Covid-19 de España, uno de los “mejores” del mundo*. Infosalus. Disponible en: <https://www.infosalus.com/actualidad/noticia-experto-harvard-elogia-sistema-vigilancia-covid-19-espana-mejores-mundo-20220608105658.html>
- Andrea Pérez (2022, August 18). *El gasto en prevención y salud pública creció un 56% el primer año de covid*. (2022, August 18). Redacción Médica. Disponible en: <https://www.redaccionmedica.com/secciones/ministerio-sanidad/el-gasto-en-prevencion-y-salud-publica-crecio-un-56-el-primer-ano-de-covid-4007>
- Departamento de Seguridad Nacional (2020, June 02). *Coronavirus (COVID-19) - 02 de junio 2020*. Disponible en: <https://www.dsn.gob.es/gl/actualidad/sala-prensa/coronavirus-covid-19-02-junio-2020>
- BBC News Mundo. (2020, November 26). *Coronavirus: los mejores y peores países donde pasar la pandemia*. Disponible en: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-55048757>
- *EEUU frente al COVID-19 - Real Instituto Elcano*. (2022, January 28). Real Instituto Elcano. Disponible en: <https://www.realinstitutoelcano.org/analisis/eeuu-frente-al-covid-19/>
- INE - Instituto Nacional de Estadística. (n.d.-b). *Productos y Servicios / Publicaciones / Colección Cifras INE*. INE - Instituto Nacional De Estadística. Disponible en: https://www.ine.es/ss/Satellite?L=es_ES&c=INECifrasINE_C&cid=1259952985152&p=1254735116567&pagename=ProductosYServicios%2FINECifrasINE_C%2FPYSDetalleCifrasINE#ancla_1259952985274
- Reguera, I. (2020, September 25). *Las llamadas al Teléfono de la Esperanza han aumentado en un 50%: así está afectando la crisis de la. . . Tendencias*. Disponible en: <https://www.tendencias.com/psicologia-1/llamadas-al-telefono->

esperanza-han-aumentado-50-asi-esta-afectando-crisis-covid-19-a-salud-mental-espanoles

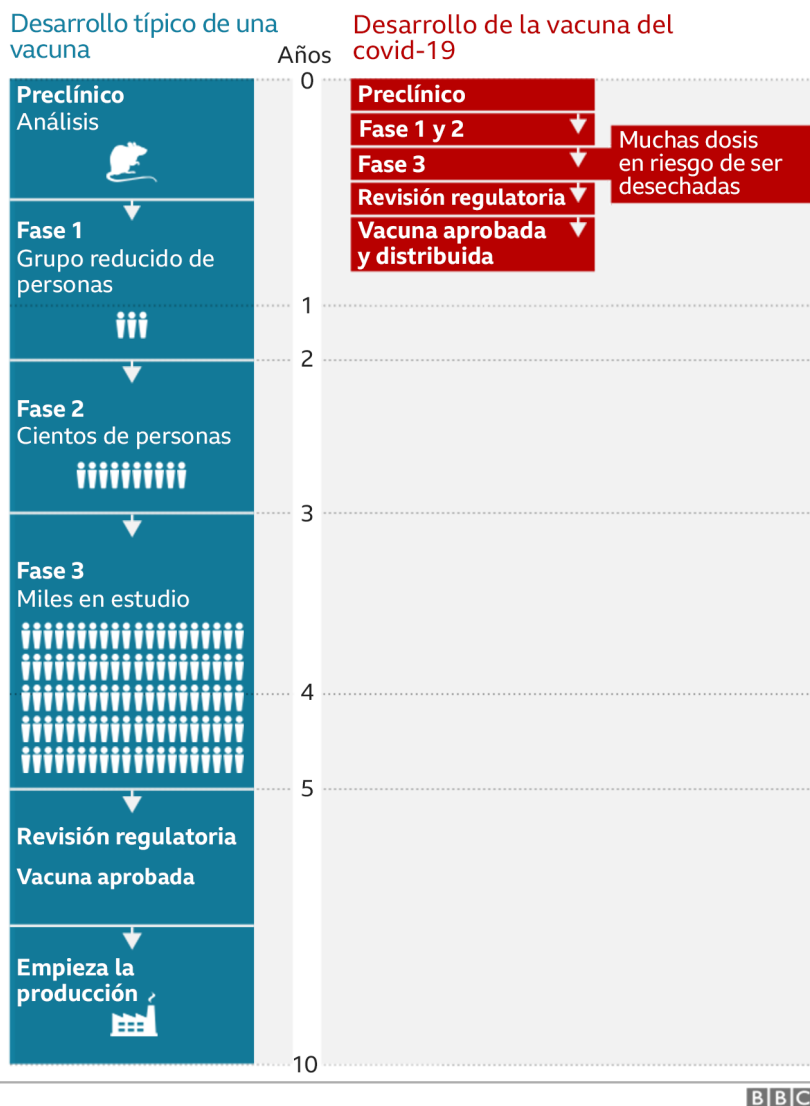
- E. (2020c, June 22). *CIS: Baja la preocupación por el coronavirus y la economía es el primer problema*. Ultima Hora. Disponible en: <https://www.ultimahora.es/noticias/nacional/2020/06/17/1173951/cis-baja-preocupacion-por-coronavirus-economia-primer-problema.html>
- Pérez, E. (2020, March 20). *Zoom y Microsoft Teams son los grandes “ganadores” de esta cuarentena: las apps de videollamada arrasan*. . . Xataka. Disponible en: <https://www.xataka.com/aplicaciones/zoom-microsoft-teams-grandes-ganadores-esta-cuarentena-apps-videollamada-arrasan-millones-nuevos-usuarios>

ANEXOS

1. Diferencia entre el desarrollo típico de una vacuna y la del COVID-19 (en cuestión de tiempos)

Fuente: BBC News Mundo. (2020, 11 de diciembre). Covid-19: cuánto tiempo se demoró en encontrar la vacuna para algunas enfermedades (y por qué este coronavirus es un caso histórico). BBC News Mundo.

<https://www.bbc.com/mundo/noticias-55232518>



¿Cuánto tiempo se tardó en aprobar las principales vacunas?

Periodo desde la identificación del agente causal de la enfermedad hasta la validación para el uso de una vacuna en EE.UU.

