Gac Sanit. 2025;39(S2):588

Gaceta Sanitaria

https://www.gacetasanitaria.org

803 - EFECTOS DEL TRABAJO NO PRESENCIAL EN LA SALUD FÍSICA, MENTAL Y AUTOPERCIBIDA: EL EJEMPLO DE LA CIUDAD DE MADRID

J.A. del Moral Luque, J.M. Díaz Olalla, L. Fernández Escudero, M. Muñoz Carballo

Madrid Salud (Ayuntamiento de Madrid); AMaSaP.

Resumen

Antecedentes/Objetivos: El incremento del teletrabajo en España fue propiciado en gran medida por la pasada pandemia, pasando del 12,9% a nivel estatal en 2019 al 15,1% en 2024. La Comunidad de Madrid lidera el ranking nacional con un 25,4% de las personas empleadas teletrabajando en el pasado año, llegando en la ciudad de Madrid al 37,2% según el último Estudio de Salud madrileño. Nuestro objetivo ha sido explorar la influencia del teletrabajo y sus diversas modalidades en la salud física, mental y en la percepción del estado de salud de los/as trabajadores/as del municipio de Madrid.

Métodos: Análisis realizados a partir de la última Encuesta de Salud de la Ciudad de Madrid (N = 8.625), muestreo probabilístico estratificado por distrito, sexo, edad y país de origen. El cálculo se realizó en las personas activas (4.744) de 18-64 años. Como variable independiente se tomó “teletrabajo”, explorándose como dependientes: autopercepción del estado de salud (AES), riesgo de mala salud mental (GHQ-12), depresión, ansiedad crónica, COVID, dolor de espalda crónico y dolor en general. Se obtuvieron modelos multivariantes ajustados (RLM con sus OR e IC95%).

Resultados: Teletrabajar fue factor protector en cuanto a salud autopercibida, hallándose un riesgo 33% mayor [IC95%: 12-57%] de notificar negativa AES en las personas que solo trabajan presencialmente y una OR de 1,43 de riesgo de mala salud mental [IC95%: 1,04-1,97]. En relación con padecer trastorno de depresión diagnosticado, las personas que no teletrabajan tuvieron 34% más riesgo (OR = 1,34) [IC95%: 1,02-1,76] que aquellas que lo hacían. Las personas que teletrabajan toda la semana presentaron 54% más riesgo (OR = 1,54) [IC95%: 1,05-2,25] de ansiedad crónica respecto a quienes teletrabajan uno o varios días a la semana, no encontrándose riesgo significativamente mayor en aquellas personas con trabajo presencial. No teletrabajar fue el único factor con un riesgo significativo para contraer COVID, apreciándose que las personas que no teletrabajan tuvieron un riesgo 38% mayor (OR = 1,38) [IC95%: 1,18-1,61] de infectarse. Por último, en cuanto al dolor en general y dolor de espalda crónico, pese a presentar unas OR significativas con respecto a no teletrabajar en los análisis bivariantes, en el modelo final de RLM obtenido no se observa riesgo significativamente mayor de sufrir estos problemas para las personas que no teletrabajan.

Conclusiones/Recomendaciones: Son claras las diferencias entre teletrabajar toda la semana o solo unos días de ella. No teletrabajar parece ser factor de riesgo a la hora de presentar una peor salud autopercibida y depresión, mientras que hacerlo toda la semana lo es de mala salud mental y ansiedad crónica. Por contra, el teletrabajo se postula como factor protector para evitar la infección por coronavirus.

0213-9111 © 2025 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados