



LA SALUD MENTAL DE LOS EDUCADORES: RESPUESTA AL ESTRÉS LABORAL EN LAS ESCUELAS PÚBLICAS DE ENCARNACIÓN – PARAGUAY

THE MENTAL HEALTH OF EDUCATORS: RESPONSE TO LABOR STRESS IN THE PUBLIC SCHOOLS OF ENCARNACIÓN- PARAGUAY

Ayala, Lourdes.

*Docente investigadora, especialista en Metodología de la Investigación
Autor corresponsal: lyao_32@hotmail.com

Manuscrito recibido el de 02 diciembre de 2019.

Aceptado para publicación, tras proceso de revisión, el 30 de enero de 2020.

Resumen

La investigación se fundamenta en el bienestar integral de los trabajadores de la educación, una actividad que anhela lograr el progreso y desarrollo humano de todos quienes sean beneficiados directa e indirectamente de la labor docente. El trabajo es considerado como un proceso por el cual la sociedad mejora las condiciones de vida de sus miembros, satisfaciendo sus necesidades básicas y complementarias. El objetivo de la investigación es analizar las acciones o medidas que se realizan como respuesta al estrés laboral los educadores de las Escuelas Básicas Públicas de la ciudad de Encarnación. Con este fin la pregunta de investigación es la siguiente ¿Qué acciones o medidas se realizan ante el estrés laboral los educadores de las Escuelas Públicas de la ciudad de Encarnación? El estudio realizado tiene una base metodológica cuantitativa, descriptiva, correlacional con un diseño transversal. Los principales resultados indican que 3 de 4 docentes presentan medio o alto nivel de estrés laboral, esto debido al gran compromiso que representa estar al frente de una cantidad de 30 a más niños y niñas de diferentes procedencias capacidades; las medidas paliativas para superar dichos síntomas no son llevadas a cabo por las autoridades institucionales, departamentales o nacionales; a partir de los hallazgos es posible afirmar el nivel de estrés laboral docente irá en aumento, lo cual afecta sensiblemente el rendimiento académico de los alumnos que pasan por las aulas. Teniendo en cuenta, se recomienda que los docentes cuenten con apoyo psicológico, espacios de recreación y contención a fin de sobrellevar los niveles de estrés laboral que la mayoría presenta.

Palabras clave: Estrés laboral, Salud, Educador

Abstract

The research is based on the integral well-being of education workers, an activity that aims to achieve the progress and human development of all who are directly and indirectly benefited from the teaching work. The work is considered as a process by which society improves the living conditions of its members, satisfying their basic and complementary needs. The objective of the investigation is to analyze the actions or measures that are carried out in response to work stress, the educators of the Public Basic Schools of the city of Encarnación. To this end, the research question is the following: What actions or measures are carried out in the face of work stress by the educators of the Public Schools of the city of Encarnación? The study has a quantitative, descriptive, correlational methodological basis with a transversal design. The main results indicate that 3 out of 4 teachers present medium or high level of work stress, due to the great commitment of being in charge of an amount of 30 or more children from different backgrounds, abilities; Palliative measures to overcome these symptoms are not carried out by institutional, departmental or national authorities; Based on the findings, it is



Ayala, Lourdes

La salud mental de los educadores

possible to affirm the level of teacher work stress will increase, which significantly affects the academic performance of students passing through the classrooms. Taking into account, it is recommended that teachers have psychological support, recreation and containment spaces in order to cope with the levels of work stress that most present.

Key words: Work stress, Health, Educator

1. INTRODUCCIÓN

La ley Estatuto del docente de Paraguay, sostiene que el educador profesional es la persona que pose título habilitante en cualquiera de las ramas del saber humanístico, científico y tecnológico, que se dedique en forma regular a alguna actividad educadora en establecimientos, centros o instituciones educativas o de apoyo técnico-pedagógico a la gestión educativa, y que se halle matriculado en el Ministerio de Educación del país. Esta investigación aborda al profesional de la educación, según la ley expuesta es la persona que se encarga de desarrollar la educación formal en el país. Por lo que respecta, se realizó un análisis de su situación como trabajador y a partir de ello se establecieron propuestas que favorezcan su desarrollo integral como ser humano.

Revisando la literatura sobre estrés se observa que los profesionales de la educación al igual que en otras profesiones como salud, presentan desgaste emocional intenso. El estrés laboral está íntimamente relacionado con los malestares de la salud física y mental de las personas. En este sentido existe la terminología “quemado” (traducido del inglés burnout) que se utiliza para denominar el malestar psico-físico. Este síndrome se presenta con síntomas de fatiga, frustración, irritabilidad y depresión. En esta oportunidad la investigación intenta hacer un acercamiento sobre como los educadores sobrellevan los malestares provocados por el estrés laboral.

Es importante aclarar que “la cuestión de la salud a la de la normalidad, la cuestión de la normalidad a la del sufrimiento, conduce a reformular que no se trata de ergonomía, medicina del trabajo y salud, sino de ergonomía, medicina del trabajo y defensas” (Dessors, D., Pierre, M., & Bally, G., 1998, p.142). Por lo tanto, es necesario describir que estrategias utilizan los educadores como defensa al estrés provocado por el trabajo.

Antecedentes de trabajos consultados sobre la problemática del estrés docente, según Ayala , Condiciones de salud del trabajo educador de escuelas básicas públicas de Encarnación, (2011), y

Ayala, Lourdes

La salud mental de los educadores

Motivación para el trabajo, satisfacción –insatisfacción laboral y autopercepción del desempeño laboral con el síndrome de burnout (SB) moderado en educadores de escuelas básicas públicas de Encarnación, (2015); mencionan, que en la medida que el educador de las escuelas investigadas se siente competente el SB aparece en escala media. Los malestares que más aquejan a estos trabajadores de la educación a causa del estrés son resfríos y jaquecas, la mayoría de personas que presentan este síndrome son mujeres de 20 a 30 años, solteras y sin hijos con un promedio de 5 años de ejercicio en la profesión educador.

De hecho son múltiples las variables que señalan que el estado de la salud mental se encuentra asociado a condiciones de trabajo en las instituciones educativas, escaso respaldo legal y poca seguridad laboral. Todo lo mencionado provoca que la situación mental del educador sea tratada con menor importancia. No se registran tanto en el aspecto legal como administrativo el resguardo en situaciones de afecciones relacionadas a la salud mental del educador. Por lo tanto, esta propuesta tiene como propósito plantear acciones que redunden en la prevención, atención y tratamiento de la salud de los educadores.

Hecho un diagnóstico preciso de la situación focalizada de las condiciones de salud mental del educador, resulta oportuno iniciar acciones que tiendan a la implementación de políticas, que tengan como propósito determinar las áreas y estrategias para cada acción, teniendo en cuenta que es posible trabajar desde el sector educativo con apoyo de otras instituciones vinculadas con la salud y el trabajo.

La educación de un país, depende entre otros aspectos de la calidad del recurso humano, en este sentido el educador es clave fundamental en ese proceso. El educador necesita articular eficazmente su salud con la demanda producida por el trabajo, por esta razón la vida educativa cotidiana y el éxito de todo proceso educativo depende en gran medida de como el educador asimile y responda a las demandas sin arriesgar su salud.

En este sentido “el educador es quien materializa el curriculum en el aula, se encuentra en el medio de un contexto cada vez más exigente” (Téllez, Tarjo, y Guzmán, 2014, párr.13). Es así que el educador dentro de su desarrollo profesional y personal necesita organizar su integridad en las dimensiones académica, laboral, familiar entre otras.

En este contexto, el educador ante innumerables labores se encuentra en situaciones asociadas al estrés laboral que puede causar sufrimiento físico hasta problemas mentales. El trabajo educador exige

Ayala, Lourdes

La salud mental de los educadores

enfrentarse cotidianamente a peligros como el miedo, el aburrimiento, la humillación, la vergüenza, el sentimiento de injusticia entre otros. Por ello el ámbito de la salud mental/trabajo debe ser considerado en investigaciones de tal modo a conocer o descubrir estrategias que contrarresten los efectos provocados por el estrés laboral.

2. MÉTODOS

La sección métodos o metodología de la investigación, contempla el enfoque, paradigma, diseño o tipo de investigación. Atendiendo al marco teórico y los objetivos propuestos para la investigación relacionado a las condiciones de salud del trabajo docente, en especial al estrés laboral de los docentes de escuelas públicas de la ciudad de Encarnación, el estudio realizado tiene una base metodológica cuantitativa, descriptiva, correlacional con un diseño transversal.

De acuerdo a Hernández, Fernández y Baptista (2014), la investigación cuantitativa es un conjunto de procesos secuenciales y probatorios, que tienen las siguientes etapas:

- Concebir la idea a investigar
- Plantear el problema de investigación
- Desarrollar el diseño apropiado de la investigación
- Recolectar los datos del estudio
- Analizar los datos a través de métodos estadísticos
- Presentar los resultados, explicar y predecir los fenómenos investigados.

En cuanto al tipo de investigación, el estudio se enmarca dentro de lo que se conoce como investigación descriptiva. Este tipo de estudios comprende la descripción, registro, análisis e interpretación de la naturaleza actual del fenómeno investigado, trabaja sobre realidades de hecho, y su característica fundamental es la interpretación correcta de los datos y resultados (Tamayo, 2003).

Por su parte, la investigación correlacional permite determinar el grado en el cual las variaciones en uno o varios factores son concomitantes con la variación en otro u otros factores. La existencia y fuerza de covariación se determina estadísticamente mediante coeficientes de correlación, esto no significa, que entre los valores existan relaciones de causalidad, aspectos que se determinan por otros métodos (Tamayo, 2003). En el caso del presente estudio se analiza la relación entre la edad cronológica del

Ayala, Lourdes

La salud mental de los educadores

docente con su nivel de estrés laboral identificado, como así también la relación entre la antigüedad laboral del educador con su nivel de estrés laboral.

Objetivos

General: Analizar las acciones o medidas que se realizan como respuesta al estrés laboral los educadores de las Escuelas Básicas Públicas de la ciudad de Encarnación.

Específicos

- Determinar la relación entre la edad cronológica con su nivel de estrés laboral.
- Determinar la relación entre la antigüedad laboral del educador con su nivel de estrés laboral.
- Describir los requerimientos que presentan los docentes para enfrentar las situaciones de estrés laboral.
- Identificar los programas de asistencia psicológica disponibles para educadores con estrés.
- Describir de qué forma el educador tiene acceso a políticas de asistencia psicológica a través del sistema educativo.

Población y Muestra

El universo de estudio estuvo constituido por la totalidad de docentes de las escuelas públicas de la ciudad de Encarnación, constituido por un total de 150 docentes activos. Además se recabó información de un grupo de profesionales no docentes a fin de comparar el nivel de estrés con la de los docentes.

Se realizó un muestreo no probabilístico, equivalente al 50% del total de docentes de las Escuelas seleccionadas de la ciudad de Encarnación, distribuida en forma proporcional entre las 15 instituciones, que cumplían los siguientes criterios de inclusión:

Ser docente de grado de una escuela de la ciudad de Encarnación.

Haber desempeñado la labor docente ininterrumpidamente durante el período anterior a marzo de 2019, como mínimo. Estar presente en el momento de la recogida de información.

Aceptar participar en el estudio, después de informársele sobre el mismo, a través del consentimiento informado de participación en el estudio. Para la muestra de los profesionales no docentes se recurrió a una muestra intencionada de 75 profesionales entre enfermeros, médicos, nutricionistas, vendedores,

contadores, funcionarios públicos, para la inclusión en la muestra se consideró los siguientes criterios:

- Ser un profesional con actividad de dependencia laboral en alguna empresa.
- Haber desempeñado la actividad laboral en los últimos 12 meses.
- Estar presente en el momento de la recogida de información.
- Aceptar participar en el estudio, después de informársele sobre el mismo, a través del consentimiento informado de participación en el estudio.

La muestra está formada por 75 docentes, la distribución de acuerdo al sexo se encuentran docente compuesta de 61 mujeres (81%) y 14 varones (19%). En cambio la muestra de los profesionales estaba conformada en su mayoría por varones (57%) y mujeres (43%).

La edad de la muestra está comprendía entre los 18 y los 64 años. Un 12% de la muestra está en los rangos de 18 a 24 años; el 5% tienen una edad comprendida entre los 25 y 34 años; 62% tienen edades que oscilan entre 35 y 44 años; un 17% tienen edades comprendidas entre 45 y 54 años, mientras que tan sólo un 4% tienen entre 55 y 64 años.

Según su estado civil, 67% son casados, 21% de los docentes son solteros; 5% de los docentes son divorciados/separados, 4% de los docentes viven acompañados o uniones de hecho, mientras que 1% de los docentes es viuda.

Relacionado con la conformación familiar, 17 docentes no tienen hijos; 11 docentes tienen un hijo; 22 docentes tienen dos hijos; 16 profesores tienen tres hijos; 7 docentes tienen cuatro hijos; 1 docente tiene cinco hijos y un docente tiene seis hijos.

Técnicas e instrumentos

Para la recolección de los datos se utilizó un documento que contiene un cuestionario sociodemográfico de elaboración propia, un cuestionario sobre el estrés laboral y otro sobre la salud laboral del docente.

El cuestionario sociodemográfico laboral incluye los siguientes aspectos: lo social engloba las variables sexo, edad, estado civil, número de hijos.

Para conocer el síndrome de burnout o estrés laboral se aplicó un cuestionario sobre estrés laboral adaptado del Maslach Burnout Inventory (MBI) cuya versión corresponde al año 1986, la misma consta de 22 reactivos con una escala de respuesta de 1 (nunca) a 5 (diariamente) con lo que se pretende evaluar

Ayala, Lourdes

La salud mental de los educadores

las escalas de: agotamiento, despersonalización y realización personal de los docentes en el desempeño de su trabajo. La adaptación se realizó en cuanto al lenguaje utilizado, no variando la consistencia interna del cuestionario

3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Relación entre la edad cronológica con su nivel de estrés laboral

Los datos obtenidos durante el trabajo de campo a través de la encuesta aplicada a los docentes de las instituciones educativas oficiales de la ciudad de Encarnación muestran que los niveles de estrés laboral de los docentes están relacionados con la edad cronológica de los mismos, en el gráfico 1, se puede observar que los docentes con edades mayores presentan los niveles más altos de estrés.

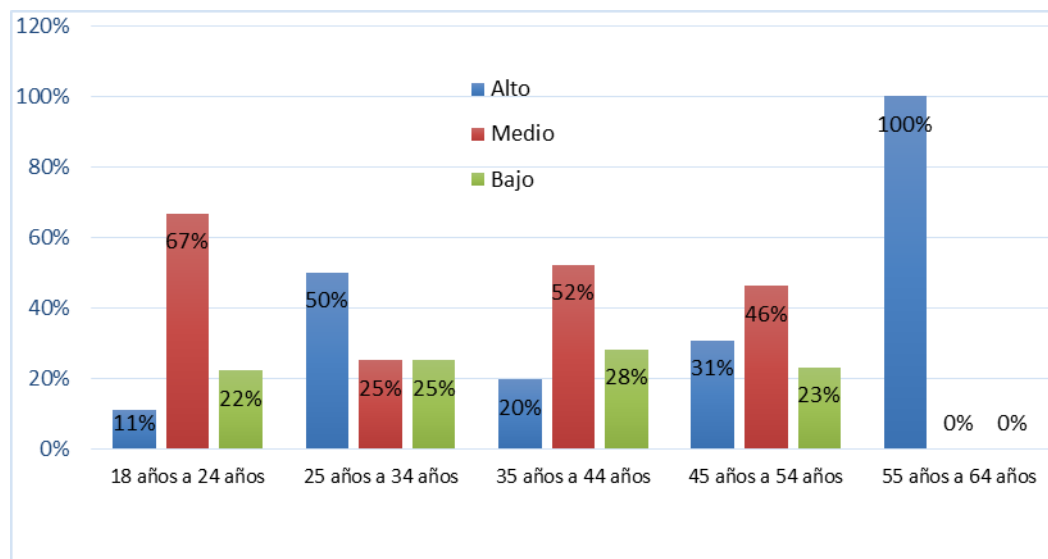


Gráfico 1 Nivel de estrés general según edad de los docentes

Tabla 1: Cálculo para la prueba Chi-cuadrada (edad y nivel de estrés)

O	E	O-E	(O-E)	(O-E)/E
1	2,3	-1,3	1,69	0,73
3	1,0	2,0	4,00	4,00
12	11,1	0,9	0,81	0,07
6	3,3	2,7	7,29	2,21
5	1,3	3,7	13,69	10,53
2	4,4	-2,4	5,76	1,31



Ayala, Lourdes

La salud mental de los educadores

2	2,0	0,0	0,00	0,00
18	21,7	-3,7	13,69	0,63
5	6,4	-1,4	1,96	0,31
1	2,5	-1,5	2,25	0,90
6	2,3	3,7	13,69	5,95
2	1,0	1,0	1,00	1,00
35	11,1	23,9	571,21	51,46
10	3,3	6,7	44,89	13,60
1	1,3	-0,3	0,09	0,07
<i>Valor calculado de la prueba chi-cuadrada</i>				92,779

Esta situación está relacionada con la literatura existente, en la que se plantea que uno de los factores que genera o posibilita el estrés es la edad de los docentes, con la información obtenida se ha podido verificar la hipótesis de investigación planteada que expresa la existencia de una asociación entre los niveles de estrés y la edad de los docentes, para ello se ha recurrido a la prueba no paramétrica chi-cuadrada, comparando los valores observados con los valores esperados presentes en la tabla 1, con dichos valores se ha podido verificar que existe asociación entre la edad de los docentes y el nivel de estrés de los mismos con un nivel de confianza del 90%.

Además se procedió a calcular la correlación entre dichas variables para ello se utilizó dos pruebas de correlaciones no paramétricas, considerando que los resultados fueron medidos en escala ordinal

Tabla 2: Correlación Tau_b de Kendall entre edad y nivel de estrés de los docentes

		Edad	Stress
Tau_b de Kendall	Edad	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	.
		N	75
Stress	Stress	Coefficiente de correlación	0,131
		Sig. (bilateral)	0,207
		N	75

Tabla 3: Tabla de correlación Rho de Spearman entre edad y nivel de estrés de los docentes

		Edad	Stress
Rho de Spearman	Edad	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	.
		N	75
Stress	Stress	Coefficiente de correlación	0,147
		Sig. (bilateral)	0,208
		N	75

En ambas pruebas (tabla 2 y tabla 3), se puede observar que el coeficiente de correlación es bajo, entre las

Ayala, Lourdes

La salud mental de los educadores

dos variables: edad de los docentes y nivel de estrés; aunque se puede expresar que existe un bajo nivel de correlación positiva entre ambas edades, con lo que se puede expresar que la edad tiene influencia, aunque leve, en el nivel de estrés de los docentes.

Realizando comparaciones entre el nivel de estrés y la edad de los trabajadores no docentes se ha podido comprobar que no existe diferencia significativa entre ambos grupos de trabajadores; para probarlo se aplicó una prueba z para media de dos muestras cuyos valores se presenta en la tabla 4, obteniéndose que el p-valor para una prueba unilateral y una prueba bilateral es mayor que el valor del nivel de significación $\alpha = 0,05$.

Tabla 4: Valores de la prueba z para diferencia entre dos medias muestrales

	Docentes	No Docentes
Media	66,88	68,5714286
Varianza (conocida)	10,156	123,69
Observaciones	75	70
Diferencia hipotética de las medias	0	
Z (calculado)	-1,22631269	
P(Z<=z) una cola	0,11004051	
Valor crítico de z (una cola)	1,64485363	
P(Z<=z) dos colas	0,22008103	
Valor crítico de z (dos colas)	1,95996398	

En ambos grupos el nivel de estrés es significativo, más de la mitad de los docentes como también los trabajadores no docentes están con algún grado de estrés; uno de cada cuatro docentes o trabajadores no docentes están con un alto nivel de estrés; lo que diferencia a los docentes es la cantidad de personas con quienes están interactuando día a día, y en quienes tienen un efecto directo que a causa del nivel de estrés podrían arrojar efectos negativos.

Un contador que por cuestiones de estrés elabore erróneamente un asiento contable o una declaración de impuestos lo puede solucionar a través de acciones concretas y esta situación trae como consecuencia el pago de una multa; en cambio un docente que por causa del estrés desempeñe mal su función docente, afecta a toda una vida, pues está formando niños que en el futuro pueden generar consecuencias negativas en su personalidad.

Relación entre la antigüedad laboral del educador con su nivel de estrés laboral

A igual que la edad de los docentes, los años de servicio influyen en el nivel de estrés de los mismos; la hipótesis planteada en la investigación indica la relación entre el nivel de estrés y la antigüedad en el cargo docente. Para verificar se recurrió a los cálculos realizados en la prueba no paramétrica chi-cuadrada cuyos resultados se ubican en la tabla 5. A partir de los valores de la tabla 5, es posible afirmar que sí existe asociación entre las dos variables con un nivel de confianza del 90%.

Tabla 5 Cálculo para la prueba Chi-cuadrada (antigüedad y nivel de estrés)

O	E	O-E	(O-E)	(O-E)/E
2	3,3	-1,3	1,69	0,51
5	4,3	0,7	0,49	0,11
4	4,3	-0,3	0,09	0,02
5	4,3	0,7	0,49	0,11
3	2,8	0,2	0,04	0,01
4	3,3	0,7	0,49	0,15
3	4,3	-1,3	1,69	0,39
3	4,3	-1,3	1,69	0,39
5	4,3	0,7	0,49	0,11
4	2,8	1,2	1,44	0,51
7	6,4	0,6	0,36	0,06
9	8,4	0,6	0,36	0,04
10	8,4	1,6	2,56	0,30
7	8,4	-1,4	1,96	0,23
4	5,4	-1,4	1,96	0,36
<i>Valor calculado de la prueba chi-cuadrada</i>				3,34

Al asignar puntajes a la frecuencia de ocurrencia de las situaciones de estrés también se ha podido calcular el coeficiente de correlación entre la antigüedad en la docencia y el nivel de estrés, en la tabla 6 se presentan los resultados de dicha correlación

Tabla 6 Correlaciones entre el estrés y la antigüedad en la docencia

	Nivel de estrés	Antigüedad en la docencia
Nivel de Estrés	Correlación de Pearson	1
	Sig. (bilateral)	0,075
	N	75
Antigüedad en la	Correlación de Pearson	0,075
		1

docencia	Sig. (bilateral)	0,524	
	N	75	75

El coeficiente de correlación entre el nivel de estrés y la antigüedad en la docencia arroja un valor muy cercano a cero ($r = 0,075$), con lo cual se podría afirmar que el nivel de estrés no depende de la antigüedad en la docencia.

En cambio los trabajadores no docentes si presentan una correlación negativa entre el nivel de estrés y la antigüedad en el cargo, tal como se puede observar en la tabla 7

Tabla 7 Correlaciones entre el estrés y la antigüedad en el cargo de los trabajadores no docentes

		Antigüedad en el cargo	Nivel de estrés
Antigüedad en el cargo	Correlación de Pearson	1	-0,230
	Sig. (bilateral)		0,056
	N	70	70
Nivel de estrés	Correlación de Pearson	-0,230	1
	Sig. (bilateral)	0,056	
	N	70	70

El coeficiente de correlación entre el nivel de estrés y la antigüedad en el cargo de los trabajadores no docentes arroja un valor negativo ($r = -0,230$), lo que implica que a mayor antigüedad en el cargo se tiene mayor nivel de estrés. El valor obtenido indica un nivel de correlación bajo, pero si existe una correlación entre las dos variables

Requerimientos que presentan los docentes para enfrentar las situaciones de estrés laboral

La situación laboral actual de los docentes presenta situaciones complejas que producen estrés en un gran porcentaje de los mismos, como se ha podido observar en los resultados el 75% de los docentes presentan algún grado de estrés laboral, esta situación requiere de una atención especializada.

Ante dicha situación los docentes expresan según el gráfico 2, que actividades realizan para combatir el estrés, entre ellas se menciona: viajar en vacaciones, no ser molestado los fines de semana, ejercicios de confraternidad, juegos, participar de actividades culturales entre otras. Realizando la discriminación entre docentes del sexo masculino y femenino, se puede observar que los hombres prefieren los encuentros de confraternidad, sin embargo las mujeres prefieren no ser molestados los fines de semana, es decir tener

Ayala, Lourdes

La salud mental de los educadores

unas horas sin la tensión de los problemas constantes que se les presenta en el desarrollo de sus actividades laborales.

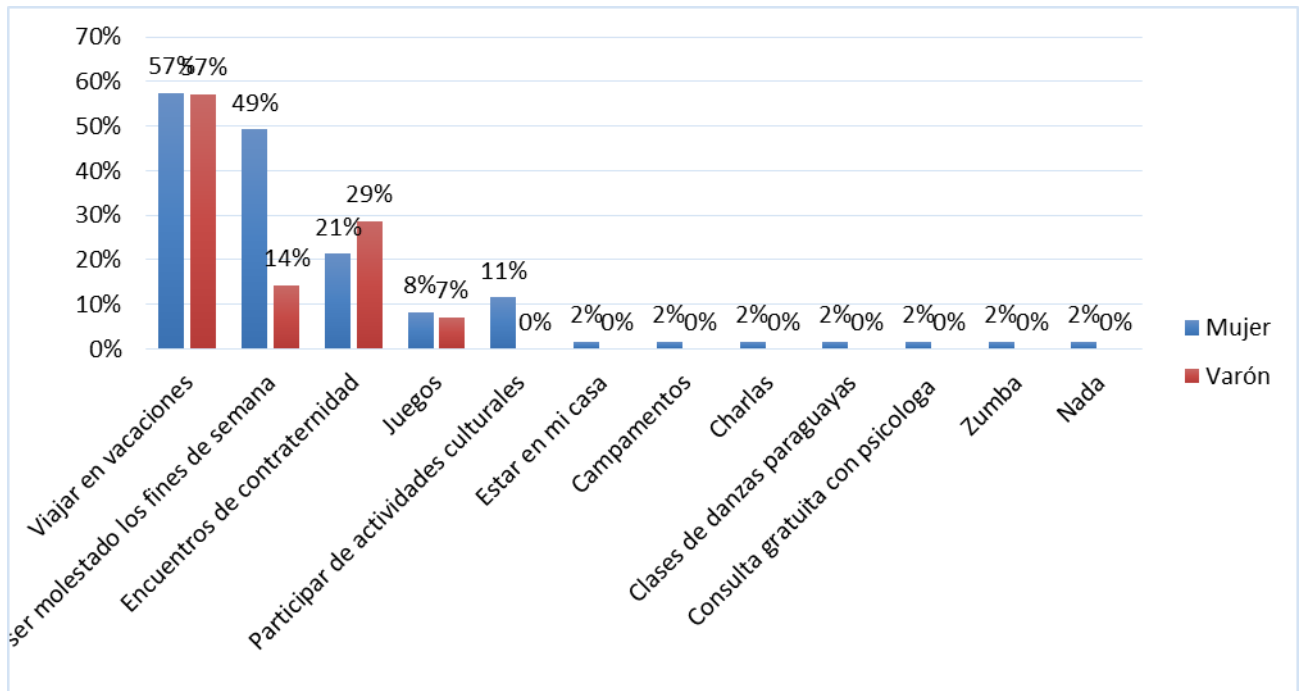


Gráfico 2 ¿Qué le gustaría realizar para combatir el estrés?

Programas de asistencia psicológica disponibles para educadores con estrés.

Haciendo mención a las respuestas del cuestionario dirigido a los docentes respecto a los programas de asistencia psicológica para educadores con estrés, se sintetiza que las respuestas coinciden que ninguno ha recibido asistencia, así como también se desconoce la existencia de programas que brinden asistencia psicológico dirigida a educadores.

Las entidades nacionales encargadas de regular el bienestar docentes Ministerio de Educación y Ministerio de Salud, no brindan programas de asistencia psicológica para educadores con estrés. Los educadores que formaron la población en estudio, alegaron que las instituciones responsables no ofrecen atención a la problemática del estrés que afecta a unos de los actores fundamentales del sistema educativo y que tiene influencia en los resultados obtenidos en la educación de los niños y niñas de las escuelas públicas. Así mismo, es importante tener en cuenta que son los docentes quienes permanentemente se encuentran frente a los escolares y son quienes en la mayoría de las veces representan un modelo a ser



Ayala, Lourdes

La salud mental de los educadores

imitando.

Tal como se menciona en la literatura existente, según Zorilla (2017) el estrés es una enfermedad que afecta a la efectividad de los resultados que se esperan de los docentes, cual es la formación de los niños y niñas del país.

4. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

Analizar las acciones o medidas que se realizan como respuesta al estrés laboral los educadores de las Escuelas Básicas Públicas de la ciudad de Encarnación es el objetivo que se planteó al inicio de la investigación, para lograr dicho objetivo se recurrió a recabar información de los propios docentes de las instituciones educativas públicas de Encarnación, quienes expresaron que las acciones realizadas para responder al estrés laboral son prácticamente nulas, un porcentaje muy elevado de docentes expresó que no existen medidas para paliar esa situación. Un grupo reducido mencionó que como de la convivencia social practican actividades recreativas, pero están no están organizadas en función a dar respuestas específicas al estrés laboral.

Los resultados obtenidos en la determinación de los niveles de estrés proporcionan información que uno de cada cuatro docentes presentan un nivel de estrés alto; considerando los niveles medio y alto de estrés entre los docentes se puede afirmar que tres de cuatro docentes se encuentra con un nivel de estrés. Comparado con las mediciones realizadas a otros trabajadores dependientes que no son docentes se ha podido obtener los mismos resultados, esto es que el nivel de estrés de docentes como de trabajadores no docentes están en un nivel elevado.

El efecto del estrés laboral en trabajadores docentes y no docentes en contraproducente en la salud mental de los mismos. En el caso del trabajo docente las consecuencias del estrés no sólo afecta a los que la padecen, sino también a quienes conviven y participan del entorno laboral, en el caso de la docencia son los niños que diariamente interactúan con los educadores.

El trabajo docente requiere además de la formación de niños y niñas, exige otras demandas como la atención a la diversidad de niños, las exigencias relativas a las documentaciones administrativas que se sobrecargan a los docentes en actividades que requieren completar planillas de proceso, de calificaciones,

Ayala, Lourdes

La salud mental de los educadores

elaborar indicadores de evaluación del desarrollo de las capacidades y competencias, sumado a los reclamos particulares de los padres de familia.

A efectos de enriquecer la conclusión, trabajos de investigación sobre este tema, Espinoza Cubillos (2015), en el abordaje sobre prevalencia de riesgos psicosociales en un grupo de docentes y directivos, para la Universidad de Rosario, Bogotá Colombia refiere, como dato preocupante que la mayoría de los docentes participantes del estudio se encuentran en un nivel alto y muy alto de síntomas de estrés, incluso se dice en el informe que estos porcentajes superan a los promedios establecidos en el informe del National Institute for Occupational Safety and Health de Estados Unidos. De acuerdo a estos datos, hay que decir que debe llamar la atención de la comunidad docente, puesto que el estrés al decir de la autora del estudio citando a Villalobos (2005), tiene efectos a nivel emocional, cognoscitivo, del comportamiento social y laboral y fisiológico.

Esta autora concluye, que es urgente la intervención en los docentes para prevenir posibles afectaciones en la salud mental y controlar de esa manera la exposición a diferentes factores de riesgo psicosocial.

Otros estudios sobre el mismo tema y en poblaciones de docentes, dan cuenta que los profesores de escuelas públicas se encuentran expuestos a condiciones que afectan su salud, dentro y fuera de sus lugares de trabajo las cuales inciden en el rendimiento o desempeño profesional de los mismos; se pueden citar entre otros, las relaciones con los familiares, el lugar de residencia, el desplazamiento hasta el lugar de trabajo y otras condiciones que generan disconformidad e inciden en el bienestar de los docentes (Dávila, Lombana, Matabanchoy y Zambrano, 2018)

Según la bibliografía existente, los docentes deben contar con apoyo psicológico, espacios de recreación y contención a fin de sobrellevar los niveles de estrés laboral que la mayoría presenta. Para posteriores investigaciones en la temática abordada se sugiere trabajar con investigaciones desde el enfoque cualitativo, a fin de realizar estudios de casos que coloquen y analicen el estrés laboral de los docentes desde otras perspectivas.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Ayala, L. (2011). *Condiciones de salud del trabajo docente. Condiciones de salud del trabajo docente de*



Ayala, Lourdes

La salud mental de los educadores

escuelas públicas de Encarnación. Tesis de Maestría en Educación y Desarrollo Humano. UNAE. Encarnación, Itapúa, Paraguay.

Ayala, L. (2015). *Motivación para el trabajo, satisfacción-insatisfacción laboral y autopercepción del desempeño laboral con el síndrome de burnout en docentes de escuelas básicas públicas de Encarnación.* Encarnación, Paraguay.

Dávila Burbano, H. D., Lombana Mora, L. D, Matabanchoy Tulcan, S. M, Zambrano Guerrero, C. A. (2018) *Factores psicosociales laborales inmersos en el contexto de los docentes en una institución educativa estatal de San Juan de Pasto* en: Tendencias Revista de la Facultad de Ciencias Económicas y Administrativas. Universidad de Nariño ISSN 0124-8693 ISSN-E 2539-0554 Vol. XIX No. 2 - 2º Semestre 2018, Julio - diciembre - Páginas 138-160

Dessors, D., Pierre, M., & Bally, G. (1998). *Organización del Trabajo y Salud. De la Psicopatología a la Psicodinámica del Trabajo.* Buenos Aires: Lumen Humanitas.

Espinoza Cubillos, L. M. (2015) *Prevalencia de riesgo psicosocial en un grupo de docentes y directivos del distrito capital. Facultad de Medicina.* Universidad de Rosario. Bogotá D.C.

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la Investigación 6ta ed* (Sexta ed.). México: Mc Graw Hill.

Ley N°1725. (2001). *Estatuto del educador.* Publicada en MEC digital el 13 de setiembre de 2001. Paraguay.

Tamayo, M. (2003). *El proceso de la investigación científica (Quinta).* México: Limusa.

Téllez Aréyzaga, B., Trejo Hernández, R., & Guzmán Cervantes, P. (29 de noviembre de 2014). *Consejo de transformación educativa.* Obtenido de de La práctica docente, entramada y repercusiones: <https://www.transformacion-educativa.com/index.php/articulos-sobre-educacion/74-la-practica-docente-entramados-y-repercusiones>

Zorrilla, M. (2017). *Estrés en la profesión docente: Estudio de su relación con posibles variables laborales y de contexto.* Programa de Doctorado Estudios avanzados en personalidad, evaluación y tratamiento psicológico. Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos Universidad de Sevilla. Sevilla España