

Estrés Laboral y Salud Mental en Docentes de Primaria y Secundaria

Astrid C Guevara-Manrique,¹
Claudia M Sánchez-Lozano,² Liliana Parra.³

RESUMEN. Introducción: En ocasiones el entorno laboral va en contra de las expectativas del trabajador apareciendo el riesgo psicosocial, representado en: estrés laboral y patologías de salud mental. La relación entre estrés y salud mental ha sido explorada en docentes de educación superior pero no en otros niveles. El objetivo fue determinar los niveles de estrés y su relación con salud mental en docentes de un colegio de primaria y secundaria en el Cauca Colombia. **Metodología:** Estudio es de tipo descriptivo, transversal, correlacional, realizado en 44 docentes, los niveles de estrés se caracterizaron con el Cuestionario de Estrés Laboral de la OIT (año 2000) y el estado de salud mental se determinó con el Cuestionario de Goldberg. La correlación entre estrés laboral y salud mental se exploró con el test de Pearson, considerando $\alpha=0,05$. **Resultados:** Se encontró una prevalencia de estrés del 36,3%. Las fuentes generadoras de estrés en los docentes fueron: clima organizacional (95,4%), dimensión tecnología (93,2%) y la influencia del líder (90,9%). La mayor prevalencia de estrés se encontró en los docentes de nivel de formación secundaria (59,1%; $P=0,006$). El 29,5% de los docentes evaluados constituyen casos de salud mental. Las alteraciones de salud mental identificadas con mayor frecuencia fueron: síntomas somáticos (9,1%), perturbación del sueño (4,5%), ansiedad y depresión severa (2,3%). La correlación de estrés con alteración en la salud mental fue de 54% ($P=0,018$). **Conclusión:** Se detectó una relación entre el estrés y las alteraciones en la salud mental, en los docentes. Se recomienda realizar intervención por salud ocupacional.

Palabras clave: Riesgo psicosocial, estrés, salud mental, docentes, primaria, secundaria. **Línea de investigación:** Psicología del trabajo.

JOB STRESS AND MENTAL HEALTH IN PRIMARY AND SECONDARY TEACHERS. ABSTRACT. Introduction: Sometimes the workplace goes against the expectations of workers rising psychosocial risk, represented by labor stress and mental health disorders. The relationship between stress and mental health has been explored in teachers in higher education but not at other levels. The objective was to determine stress levels and their relation to mental health in teachers of primary and secondary school in the Cauca Colombia. **Methodology:** descriptive, cross-sectional, correlational study, conducted on 44 teachers. Stress levels were characterized with the Stress Questionnaire Labor SQL (2000) and mental health status was determined with the Goldberg Questionnaire. The correlation between job stress and mental health was explored with Pearson's test, considering $\alpha = 0.05$. **Results:** The prevalence of stress was 36.3%. Generating sources of stress for teachers were: organizational climate (95.4%), technology dimension (93.2%) and the influence of the leader (90.9%). The highest prevalence of stress was found in educational level of secondary education (59.1%; $P = 0.006$). 29.5% of teachers are evaluated mental health cases. Mental health disorders most frequently identified were: somatic symptoms (9.1%), sleep disturbances (4.5%), anxiety and severe depression (2.3%). The correlation of stress with impaired mental health was 54% ($P = 0.018$). **Conclusion:** a relationship between stress and mental health disorders in teachers was detected. It is recommended intervention by occupational health.

Keywords: psychosocial risk, stress, mental health, educational, primary, secondary. **Research line:** Psychosociology at work.

Aceptado para publicación: Diciembre de 2014.

La organización mundial de la salud (OMS) define la salud ocupacional como una actividad multidisciplinaria que promueve y protege la salud de los trabajadores. Esta disciplina busca controlar los accidentes y las enfermedades mediante la reducción de las condiciones de riesgo; la salud ocupacional no se limita a cuidar las condiciones físicas del trabajador, sino que también se ocupa del estado psicológico, conocido como el riesgo psicosocial representado en estrés laboral y patologías de salud mental; cada una con sus manifestaciones clínicas psíquicas y físicas en patologías.¹

El Comité Mixto OIT-OMS (1984), definió que los factores de riesgo psicosocial en el trabajo abarcan las interacciones entre el medio ambiente laboral, las características de las condiciones de trabajo, las relaciones entre los trabajadores, la organización, las características del trabajador, su cultura, sus necesidades y su situación personal fuera del trabajo.²

Así mismo la (OIT), define el estrés laboral como una “enfermedad peligrosa para las economías industrializadas y en vías de desarrollo”, que perjudica la producción al afectar la salud física y mental de los trabajadores, por eso recalca la importancia de su detección precoz y evitar así sus secuelas.³

Además el informe de estudio Nacional de Enfermedades Mentales de Colombia del año 2003 reportó una alta prevalencia en cuanto a las incapacidades de origen psiquiátrico, sobresaliendo los trastornos de ansiedad (19,3%) y la encuesta Nacional de Condiciones de Salud y Trabajo del 2007 encontró que entre el 20 al 30% manifestaron altos niveles de estrés entre la población laboralmente activa, siendo esto de gran importancia para la investigación, teniendo como finalidad evaluar si se presentaba estrés laboral y las consecuencias en salud mental en docentes de un colegio de Colombia. (4)

Con tal fin, se realizó un estudio descriptivo, transversal correlacional, en 44 docentes adscritos a la institución educativa en Cauca, Colombia; compuesta por 14 hombres y 30 mujeres, tanto de la jornada de la mañana (primaria) como de la jornada de la tarde (bachillerato). Se incluyeron los docentes adscritos al colegio en el año 2012. Se excluyeron los docentes que no diligenciaron de manera completa los instrumentos y docentes que no firmaron el consentimiento informado. Los datos sociodemográficos se recolectaron con la ficha de datos generales de la batería de instrumentos para la evaluación de factores de riesgo psicosociales del Ministerio de Salud de Colombia.⁵ Para determinar el estrés laboral se utilizó el cuestionario de estrés laboral de la Organización Internacional del Trabajo (OIT) del año 2000.⁶ El instrumento para determinar casos en salud mental fue el Cuestionario de Goldberg (salud mental).⁷ El manejo de datos y análisis de datos fue realizado en el paquete estadístico SPSS. Se usó la prueba de Pearson, considerando $\alpha = 0,05$. El protocolo de estudio fue

¹ Ingeniera Industrial, Fundación Universitaria de Popayán. Especialista en Salud Ocupacional, Universidad Libre-Seccional Cali. Cali, Colombia. E-mail: carolinaguevara18@hotmail.com.

² Fisioterapeuta, Universidad del Cauca. Especialista en Salud Ocupacional, Universidad Libre-Seccional Cali. Cali, Colombia.

³ Enfermera, MSc Administración en Salud, MSc Salud Ocupacional, PhD Ciencias de la Salud en el Trabajo. Directora Postgrado Salud Ocupacional. Grupo de investigación Esculapio. Universidad Libre-Seccional Cali, Colombia.

avalado por el comité de ética, los participantes firmaron el consentimiento informado.

TABLA 1
Características sociodemográficas (n=44)

Variable	Valor/n(%)
Edad (años)	
Rango	36-45
promedio	44
Género	
Masculino	14 (32)
Femenino	30 (68)
Escolaridad	
Post-grado incompleto	3 (7)
Post-grado completo	30 (68)
Profesional completo	10 (23)
Profesional incompleta	1 (2)
Estado Civil	
Soltero	7 (16)
Casado	17 (39)
Unión Libre	9 (20)
Divorciado	11 (25)
Estrato Socioeconómico	
Uno	1 (2)
Dos	26 (59)
Tres	13 (30)
Cuatro	1 (2)
Cinco	3 (7)

TABLA 2
Distribución porcentual de las fuentes de estrés.

Fuentes de estrés	#	%
Clima organizacional	42	95,45
Estructura organizacional	41	93,18
Territorio organizacional	38	86,36
Tecnología	41	93,18
Influencia de líder	40	90,91
Falta de cohesión	37	84,09
Respaldo de grupo	39	88,63

TABLA 3
Distribución porcentual de los niveles de estrés, según jornada de trabajo.

Nivel de estrés	Jornada		Total
	Mañana (primaria)	Tarde (secundaria)	
< 90 - Bajo	19 (86,4%)	9 (40,9%)	28(63,6%)
91-117 - Intermedio	2 (9,1%)	11 (50,0%)	13 (29,5%)
118-153 - Estrés	1 (4,5%)	2 (9,1%)	3 (6,8)
> 15 - Alto	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)
Totales	22 (100%)	22 (100%)	44 (100%)

p=0,006

TABLA 4
Alteraciones en la salud mental general

Alteración	#	%
Caso (>=8)	13	29,5
No Caso (<=7)	31	70,5
Total	44	100

TABLA 5
Consecuencias en la salud mental

Consecuencias en la salud mental	#	%
Síntomas somáticos	4	9,1%
Perturbación del sueño	2	4,5%
Ansiedad y depresión severa	1	2,3

TABLA 6
Estrés vs Daños en la Salud Mental

Niveles De Estrés	Daños en la Salud Mental		Total
	No Caso	Caso	
Bajo	22 (71%)	6 (46%)	28 (64%)
Intermedio	9 (29%)	4 (31%)	13 (30%)
Estrés	0 (0%)	3 (23%)	3 (7%)
Total	31 (100%)	13 (100%)	44 (100%)

p=0,018

El presente estudio determinó que hay presencia de estrés laboral y consecuencias en la salud mental en la población docente de un colegio de Colombia en el año 2012 con una prevalencia de 36,3% y 29,3% respectivamente; en donde los factores más relevantes en cuanto al estrés fueron el clima organizacional y las tecnologías y en el caso de las consecuencias en la salud mental fueron somatización, perturbación del sueño, ansiedad y depresión severa (ver Tabla 1, 2, 3, 4, 5 y 6).

Por otro lado, al realizar comparaciones con otros estudios, encontramos que en un estudio titulado Estrés laboral y salud en el profesorado, realizado en España en el año 2002 por Matud Aznar MP,⁵ existen algunas semejanzas en cuanto a que la mayor prevalencia de estrés se encuentra en los docentes que tienen a cargo los niveles de secundaria. También existen algunas diferencias en cuanto a los resultados hallados en las consecuencias en la salud mental de dicho estudio, pues presenta una mayor prevalencia en los docentes de secundaria mientras que en el presente estudio la mayor prevalencia de consecuencias en la salud mental se encontró en los docentes de primaria.

Por otra parte, Parra L y Burbano C en su estudio: relación del estrés, *burnout* y salud mental con el *mobbing* en docentes universitarios médicos y enfermeros de una institución de educación superior de la ciudad de Cali en el año 2010;⁶ se encontró una similitud en los hallazgos con respecto a las fuentes generadoras de estrés, en cuanto al clima organizacional y tecnología.

Con respecto a la fundamentación científica sobre el estrés, los resultados hallados respecto a las fuentes generadoras de estrés, hay coherencia con respecto a la teoría de Karasek (1979) que propone un modelo de interacción demanda - control el cual sugiere que lo que hace que la condición o situación sea estresante es la falta de control de la persona para afrontar las altas demandas que provienen del ambiente; es decir que la fuente de estrés se encuentra en el desajuste de las demandas existentes, en este caso el clima organizacional y las tecnologías, que fueron los factores con mayor prevalencia en este estudio.⁷

De igual manera existe relación con la teoría de Warr (1987) donde se afirma que el sentimiento de bienestar en el trabajo se debe entender en términos de los determinantes ambientales generales de la salud mental, base del bienestar psicológico;⁸ en este estudio se

encontró mayor prevalencia a nivel de consecuencias en la salud mental en la somatización, los trastornos del sueño, la ansiedad y depresión.

Por último, el tamaño de la muestra fue relativamente significativo pues se trabajó con el 9,6% de la población total lo que facilitó analizar la información en un sistema estadístico; sin embargo como debilidad del estudio se hace referencia al instrumento de evaluación de estrés laboral de la OIT – OMS el cual dificultó su aplicación ya que algunos enunciados eran positivos y otros negativos lo que generó confusión a la hora de su aplicación. Durante el desarrollo de la presente investigación encontramos un instrumento que ha sido diseñado especialmente para evaluar estrés en docentes el cual sería de gran interés para ser aplicado en futuras investigaciones. No obstante, el enfoque de esta investigación estuvo centrado en la valoración del estrés y las consecuencias en la salud mental dando la posibilidad de continuar en otra investigación la evaluación de los factores de clima organizacional y nuevas tecnologías, además este estudio puede ser el inicio de un próximo estudio de afrontamiento de estrés laboral en docentes.

Agradecimientos: A la Dra. Liliana Parra por su orientación y apoyo en el desarrollo de esta investigación.

REFERENCIAS

1. Hernandez CDP. Estrés y hostigamiento laboral. Segunda edición. Lcala.
2. Ministerio de la Protección Social. Bateria de instrumentos para la evaluación de factores de riesgo psicosociales. Ficha de datos generales.[Internet]. [consultado 20 de junio de 2012]. Disponible en:
http://www.saludocupacional.com.co/semanas/16semana/docs_general/presentaciones_congreso/Bateria%20de%20instrumentos%20de%20eval%20de%20factores%20de%20riesgo%20psicosocial%20-%20Marcela%20Soler.pdf
3. Ergonomia y psicología aplicada [Internet]. [consultado 20 de junio de 2012]. Disponible en:
http://www.lexnova.es/Pub_In/Supuestos/supuesto143.htm
4. Espectroautista.info. Cuestionario de Salud General (GHQ28). [Internet]. [consultado 20 de junio de 2012]. Disponible en:
<http://espectroautista.info/tests/emotividad/bienestar-emocional/GHQ28>
5. Matud Aznar MP. Revista internacional de psicología clínica y de la salud/ISSN 1576 – 7329 – 2000, Volumen 2 No. 3. Pp 451-465. International journal of clinical and health psychology. Estrés laboral y salud en el profesorado: un análisis diferencial en función del género y del tipo de enseñanza.
6. Parra L. y Burbano C. Relación del estrés, burnout y salud mental con el mobbing en docentes universitarios médicos y enfermeras de una institución de educación superior de la ciudad de Cali en el año 2010.
7. Furnham A. Psicología Organizacional. Editorial alfaomega, Oxford. México DF. Septiembre de 2008.
8. Muchinsky PM. Psicología aplicada al trabajo. Editorial Thomson, Madrid, 2004.