ESTUDIO DE SALUD Y TRABAJO DOCENTE: EL TEMA DEL ESTRÉS EN EL PROFESORADO DE GUANAJUATO, MÉXICO

Lucía Rodríguez G.*, Francisco J. Díaz C*, Elizabeth Rodríguez G*, Arlene Oramas**
IISTUG*, INSAT**
luciarg@prodigy.net.mx

Introducción

México registra desde hace tiempo múltiples dificultades en materia de educación básica, donde precisamente se deben construir los pilares de la formación a lo largo de la vida. En este contexto, la figura del profesorado ha sido objeto de investigaciones relacionadas con las tendencias curriculares y las prácticas de enseñanza; sin embargo, pocos estudios han abordado la interacción entre las dimensiones personales y profesionales de la docencia, específicamente lo referente al problema del estrés.

Se ha documentado que la docencia es de las profesiones más estresantes, así lo confirman Greenglass (2000); Cox y Heames (2000); Donders et al, (2003); Lambert y McCarthy (2006), entre varios autores que han indagado el estrés del profesorado, principalmente desde un enfoque relacionado con las implicaciones psicosociales.

Abraham (2000), compiló hallazgos en un estudio longitudinal realizado en París, encontrando estados depresivos en 35% de los docentes y en 20% de no docentes. Lo que explicó como reacción a situaciones conflictivas que afectan la salud de los enseñantes, a quienes se les considera una población psíquicamente en peligro. De igual forma, el estudio epidemiológico realizado por Amiel (cit por Esteve, 1997), en la población francesa la frecuencia de los casos psiquiátricos es claramente más elevada en los maestros que en los sujetos de los grupos testigo.

El predominio de la ansiedad que se deriva de la continua comparación que hace el profesor de su práctica pedagógica real y los ideales que desearía alcanzar, conducen a una reacción hiperactiva, queriendo compensar con su esfuerzo individual males endémicos de la enseñanza. Según Abraham (2000), las manifestaciones depresivas aparecen cuando en la comparación el profesor llega al autodesprecio, culpabilizándose personalmente por su

incapacidad de llevar a la práctica los ideales pedagógicos asimilados en su formación. A esto contribuyen también los estereotipos contradictorios y negativos que promueven los medios sobre la imagen pública del profesorado.

Esteve (1997) hace referencia a los principales problemas de salud en la población docente de Málaga, de acuerdo al número total de días de baja, ubicando en tercer lugar los de origen neuropsiquiátrico. Comenta que la expresión "malestar docente" significa desazón e incomodidad indefinible, pues el dolor es algo determinado que se puede localizar y la enfermedad tiene síntomas manifiestos, pero cuando se usa el término malestar se sabe que algo anda mal sin poder definir qué es y por qué.

Al margen del contexto social, entre los factores de primer orden que inciden directamente sobre la acción docente, limitándola y generando tensiones, se ubican los recursos materiales y las condiciones de trabajo. Esteve (1997), cita la contradicción que supone, por una parte, que la sociedad y las instancias rectoras del sistema educativo exijan una transformación educativa, sin dotar al mismo tiempo a los profesores de los recursos necesarios para llevarla a cabo. Este sentimiento de desesperanza se amplía con las medidas institucionales prescriptivas y poco flexibles, mismas que limitan una actuación de calidad ante la falta de tiempo para atender un rol multifuncional y fragmentado. Por otra parte, el aumento de la violencia en las instituciones escolares se traduce en imposiciones arbitrarias, incluso en agresiones físicas y verbales hacia los profesores.

La suma de factores que producen ese malestar difuso en el profesorado se concretan en ausentismo, estrés y enfermedades relacionadas con el agotamiento físico o mental.

En cuanto a los conflictos y tensiones del trabajo docente, se observa que en la escuela se expresan muchas insatisfacciones: huelgas, ausentismo, exigencias de cambio, etcétera, que son los signos y síntomas de un malestar profundo. "De esta manera la escuela se presenta como un lugar en el que se concentra la angustia y se condensan las agresividades de los padres y de los alumnos, cuando en realidad una sociedad que está en plena mutación exigiría que la escuela fuera valorada, pues la educación es el capital más seguro de un país". (Misrahi, Labarte y Héraud-Bonnaure, 2000).

En países como Bélgica, Canadá, Escocia y Nueva Zelanda, la intensificación de la tensión nerviosa contribuye al abandono de la profesión docente. Para Suecia el informe de la OIT (1981), señala que el 25% de los enseñantes están sometidos a tensiones psicológicas de tal magnitud, que se les puede considerar como un grupo de trabajadores fuertemente expuestos. Sin embargo, las presiones del contexto y las dificultades objetivas de la enseñanza, no afectan por igual a todos los docentes. Incluso, los diagnósticos médicos no pueden establecer con claridad la línea divisoria que marca el paso de la salud a la enfermedad. Así, muchos individuos que sufren se mantienen ocultos en el funcionamiento habitual de las instituciones; otros adoptan esquemas de inhibición y rutina en detrimento de la calidad educativa.

Kyriacou (2003), afirma que la docencia es un trabajo fascinante que permite ayudar a otros a aprender y desarrollarse, pero es también una labor exigente y todos los profesores acaban sufriendo estrés tarde o temprano. En este caso, el estrés del profesor es definido como la experiencia de emociones negativas y desagradables, tales como enfado, frustración, ansiedad, depresión y nerviosismo, que resultan de algún aspecto del trabajo docente. Entre los aspectos más comunes que generan estrés figuran los siguientes: enseñar a alumnos con falta de motivación, mantener la disciplina, presiones de tiempo y exceso de trabajo, enfrentarse a cambios, ser evaluado por otros, el trato con los compañeros, la autoestima, problemas de administración y gestión, conflicto de funciones y condiciones laborales precarias.

Según Lazarus (1999), el estrés es un concepto dinámico y relacional, donde la variación en la activación y su influencia sobre el funcionamiento humano es el modo en que el individuo evalúa subjetivamente la importancia personal de lo que sucede.

Por otra parte, se produce una interrelación constante entre la persona y su entorno, mediada por un conjunto complejo de procesos cognitivos, donde al menos cinco aspectos juegan un papel primordial:

- *Valoración cognitiva*: la percepción subjetiva de la situación según la experiencia.
- *Experiencia*: la percepción de la situación o el suceso dependerá de la familiaridad con dicha situación, la interacción previa con la misma y

el aprendizaje preparatorio que conforma la capacidad real. Los éxitos o fracasos pasados son determinantes.

- *Exigencia*: incluye la exigencia real y la percibida, junto con la capacidad percibida y la real. Esta percepción de las exigencias queda reforzada por las necesidades de la persona, sus deseos y su nivel de estimulación inmediata.
- *Influencia interpersonal*: la forma de percibir una fuente potencial de estrés depende de la presencia o ausencia de otras personas, que influirán en la experiencia subjetiva del estrés y en las conductas de superación, en un sentido tanto positivo como perjudicial.
- *Estado de desequilibrio*: cuando tiene lugar un estado de desequilibrio entre la exigencia que se percibe y la capacidad percibida de solventar esa demanda, se generan las estrategias de superación, que tienen en cuenta las consecuencias pasadas de tales acciones (las positivas restauran el equilibrio, las negativas potencian aún más la situación negativa).

En este modelo aplicado al estudio del estrés de los profesores hay tres campos conceptuales:

- Las fuentes del estrés (p.ej.: alumnos difíciles).
- Los mediadores entre el maestro y la experiencia estresante (personalidad del maestro).
- Las manifestaciones del estrés del maestro (síntomas psicosomáticos).

A partir de una revisión minuciosa de la literatura, Jarvis (2002), admite que se carece de un consenso en cuanto a la etiología y enfoques metodológicos para abordar lo relativo al estrés docente; no obstante, concluye que la cantidad de variables implicadas se pueden agrupar en tres áreas: los *factores intrínsecos a la enseñanza*, como la sobrecarga de funciones y la disciplina de los estudiantes dentro del salón de clases; los *factores cognoscitivos que afectan la vulnerabilidad individual de los profesores*, entre los que destaca la eficiencia personal y las atribuciones relacionadas con el "deber" ser un buen profesor; y los *factores sistémicos* que operan en el nivel institucional y político, como el clima organizacional y la ayuda entre colegas.

El panorama de antecedentes estaría incompleto sin los aportes del estudio realizado por Travers y Cooper (1997), en tanto marco referencial para el presente proyecto.

Durante los últimos años, se ha prestado una considerable atención a la incidencia del estrés entre los docentes. La enseñanza se ha caracterizado por pertenecer a ese conjunto de ocupaciones consideradas tradicionalmente como estresantes. Varios estudios reiteran que los docentes padecen estrés debido al trabajo que se llevan a casa, al comportamiento de los alumnos, la falta de promoción, las condiciones laborales insatisfactorias, la mala relación con colegas, alumnos y administrativos, entre muchos otros problemas; pero a menudo los profesores niegan admitir hasta qué punto experimentan estrés, por miedo a que se les considere débiles.

En el sector educativo se han producido enormes transformaciones y la mayoría de los profesores no han podido superar el ritmo y amplitud de esos cambios. Incluso un individuo sano, cuando se enfrenta a un rápido cambio, puede descubrir que el estrés es algo inevitable.

En el estudio sobre estrés en los maestros británicos, Travers y Cooper discuten que sean cuales sean los méritos de tales cambios, y sus resultados finales, esto en sí mismo es fuente de estrés. La aparición de un cambio tras otro y las crecientes demandas de tiempo son motivo de presiones adicionales que recaen sobre los docentes, produciendo altos niveles de incertidumbre, inseguridad laboral y reestructuración de la propia labor educativa. Además, los desafíos sociales provenientes del entorno tienen un profundo efecto sobre el papel que desempeñan los maestros en el proceso educativo. Esteve (cit por Travers y Cooper, 1997), identificó que los "factores primarios" del aula que inciden directamente sobre el maestro (p ej. el comportamiento de los alumnos), se combinan con "factores secundarios" del entorno que ejercen presión en los profesores.

Los cinco principales factores secundarios tienen que ver con:

1) *La transformación del papel del maestro y de los agentes tradicionales de la integración social.*

   Las exigencias han cambiado radicalmente en los últimos 20 años, aumentando las responsabilidades acumuladas, incluso, las que

corresponden a la familia y la comunidad se delegan a la escuela. La Organización Internacional del Trabajo (OIT), declaró que es injusto esperar que los docentes se adapten a los cambios que les impone un mundo en rápida transformación si no disponen de los medios adecuados.

2) *Las crecientes contradicciones en el papel del maestro.*

   Los cambios provocan funciones contradictorias, ya que se exigen al docente cumplir el papel de amigo, colega y orientador, lo que pudiera resultar incompatible con el rol de evaluador y controlador de la disciplina.

3) *Los cambios en la actitud de la sociedad respecto a los docentes.*

   Se afirma que los docentes se sienten acosados, ya que sus expectativas, el respaldo que recibían y la forma de juzgarlos ha variado dentro del contexto social. En los últimos años han surgido formas de culpar a los docentes de las deficiencias del sistema educativo; se ha extendido la postura acusatoria de políticos, medios de comunicación e incluso padres y madres de los alumnos.

4) *La incertidumbre frente a los objetivos del sistema educativo y la aplicación de conocimientos.*

   Resulta difícil motivar a los alumnos porque las calificaciones ya no les garantizan un puesto de trabajo futuro. Por tanto, los profesores tienen que trabajar objetivos que ya no corresponden a las circunstancia sociales existentes. Por añadidura surgen continuos retos de actualización, como sería el caso de la introducción de las nuevas tecnologías a la enseñanza, lo que implica adaptaciones a nuevos hechos que no existían cuando los profesores empezaron a enseñar.

5) *El deterioro de la imagen del profesorado.*

   Ante el estereotipo tradicional del profesor amigo y consejero, los medios de comunicación han reemplazado tal visión por el estereotipo de violencia física en las aulas, conflictos ideológicos y falta de materiales.

Se ha documentado que el estrés afecta la calidad de vida de las personas. Las respuestas físicas al estrés pueden tener fatales consecuencias en la salud. Por otra parte, los factores psicosociales permiten caracterizar las

condiciones personales y socio-ambientales que conducen a continuas experiencias estresantes, mismas que al cabo de un tiempo afectan en forma adversa la salud por disfunción psicológica (sentimientos de ansiedad, irritación, cólera, decepción, e incluso incompetencia y desesperación). Se afirma que los humanos son particularmente vulnerables a los efectos del aumento de angustia (Siegrist, 2000), Por otra parte, la presencia del estrés desencadena factores de riesgo cardiovascular, particularmente la hipertensión y la enfermedad coronaria.

Hjemdahl (2000), señala que el estrés mental lleva a un patrón cardiovascular con aumento en la frecuencia y contracción cardiaca. La presión sanguínea se incrementa, de ahí que el estrés esté implicado en la enfermedad cardiovascular, tanto como factor de incremento en el lento desarrollo de la ateroesclerosis, como disparador de eventos agudos que provocan infarto y muerte. Investigaciones recientes confirman que, además de los padecimientos cardiovasculares (Lucini, et al., 2005), varios desórdenes: úlcera péptica, dermatitis, infecciones y alteraciones del sistema inmune, entre otros; así como síntomas de dolor severo, fatiga crónica, tensión muscular, trastornos del sueño, ansiedad y depresión, parecen estar relacionados con aspectos estresantes entre los que destacan excesivas horas de trabajo y poco tiempo de descanso (Creed, 2000).

Este marco de antecedentes y la realidad educativa que se vive en Guanajuato, México, aportan elementos de justificación del proyecto referente al tema del estrés docente.

Metodología

Estudio transversal realizado con la participación de 1150 profesores de los niveles de primaria (52%); secundaria (35%); y preescolar (13%), que laboran en escuelas públicas ubicadas en zonas urbanas y rurales de los 46 municipios de Guanajuato, México. Se consideró la totalidad de los docentes de los planteles seleccionados, tanto de organización completa, unitaria o multigrado. Se reportan los datos de 304 docentes.

Elaboramos una versión adaptada del inventario de fuentes de estrés de Travers y Cooper, que para el presente estudio quedó integrada por 75 enunciados relativos a las diferentes situaciones de presión más comunes en el trabajo docente. El instrumento, anónimo y auto-administrable,

solicita a los docentes que, según su opinión, valoren el grado de presión que cada uno de los aspectos enunciados pueden ejercer sobre su persona y su trabajo, esto según la escala de 1 a 5 (1= totalmente en desacuerdo y 5= totalmente de acuerdo en que sea una fuente de presión). El análisis de consistencia interna mostró un coeficiente de .97 (Conbrach´s Alpha). Fue posible identificar cuatro categorías en las que se ubican las fuentes de estrés en el trabajo docente: 1.Condiciones laborales y oportunidades de desarrollo; 2.Demandas relacionales y condiciones sociales del trabajo; 3.Factores organizacionales; y 4.Apoyo, autonomía y conflicto.

Si bien, también se incluyó un apartado de valoración médica y estudios de gabinete para identificar el perfil de la salud del profesorado, en este caso sólo se exponen los datos relativos a la escala.

Resultados

Entre los participantes predominaron las mujeres (62%), lo cual corresponde a la proporción esperada, pues las profesoras integran aproximadamente dos terceras partes de la población docente del nivel educativo básico. La edad registró un promedio general de 39.8 con desviación de 8.6 años. En cuanto a la ubicación geográfica de adscripción, la tercera parte se localiza en contextos rurales y dos tercios en escuelas ubicadas en zonas urbanas.

A continuación se enuncian los principales aspectos de la escala que registraron mayor carga factorial en cada categoría.

I. Condiciones laborales y oportunidades de desarrollo:

- *Cubrir una doble función: director y maestro de grupo*
- *Administrar una escuela con un presupuesto insuficiente*
- *Falta de oportunidades de formación continua*
- *Malas condiciones laborales*
- *Carecer de nombramiento de plaza base*
- *La mala comunicación entre el personal*
- *Ausentismo de los alumnos*
- *Pocas posibilidades de promoción*
- *Situación personal de salud*
- *Trabajar en aulas saturadas con espacio reducido*

Se percibe la multiplicidad de funciones como fuente importante de estrés, no sólo para los docentes que trabajan en escuelas rurales donde un maestro con grupo cubre con frecuencia el rol de director, sino en términos generales para todos los profesores de educación básica que realizan numerosas actividades administrativas más allá de la labor propiamente pedagógica.

Las condiciones materiales del trabajo que más destacan tienen relación con el presupuesto, infraestructura y acondicionamiento de los espacios escolares (aulas saturadas); esto aunado a las condiciones sociales que se generan al interior de los centros (comunicación entre el personal), y otras que pudieran surgir de problemas exógenos (ausentismo de los alumnos). Las malas condiciones laborales a la vez están vinculadas a presiones que afectan el desarrollo profesional de los docentes: falta de oportunidades de formación y pocas posibilidades de promoción.

II. Demandas relacionales y condiciones sociales del trabajo:

- *Las relaciones alumnos-maestro*
- *El contacto con la cultura y costumbres de la comunidad de trabajo*
- *La necesidad constante de tomar decisiones en el aula*
- *Tener que organizar reuniones con los padres de familia*
- *Tener que establecer constantemente nuevas relaciones*
- *Las relaciones con los padres y madres de los alumnos*
- *La participación en órganos colegiados*
- *Tener que hacer guardias durante los recesos*
- *Las actividades de supervisión en la propia escuela*
- *Cuando los demás esperan demasiado del docente*

La preponderancia que tienen las dimensiones sociales es evidente, pues el trabajo docente se basa en la interacción con otros: estudiantes de diferentes edades, colegas, directivos, padres de los alumnos y demás integrantes de la comunidad, donde la cultura y las costumbres parecen interactuar con retos de variada índole relacional. En primer término figuran los alumnos, con quienes el maestro establece constantemente nuevas relaciones y toma decisiones en las aulas; en segundo lugar, las relaciones entre los colegas y directivos resultan ineludibles en actividades de trabajo

colegiado y de supervisión respectivamente; y por otra parte, las relaciones con los padres y madres de los alumnos, en tanto agentes externos a la escuela, pero directamente corresponsables de la formación de los niños y jóvenes.

Las demandas relacionales que debe cumplir el profesorado de manera cotidiana no están libres de conflicto. Así, la mala comunicación entre el personal, antes aludida, pudiera dificultar la interacción en actividades de equipo que implican al colectivo docente. Respecto a los alumnos, parece necesario considerar que además de las relaciones de enseñanza y aprendizaje, muchas otras, y tal vez las más difíciles emocionalmente para los maestros, atañen a medidas de control disciplinario en las aulas y recesos, donde se espera que los docentes cumplan un papel de guardián del orden en tiempos en los que se habla de mayor violencia en las escuelas.

III. Factores organizacionales de la docencia:

- *Atender grupos numerosos*
- *Involucrarse excesivamente en los problemas de los alumnos*
- *Horas requeridas para corregir trabajos de los alumnos*
- *Falta general de recursos*
- *Falta de tiempo para descansar*

Los profesores están expuestos a una sobrecarga de trabajo que les exige atender grupos numerosos y en aulas saturadas como se citó anteriormente. En el primer grupo de factores se señaló lo relativo al presupuesto insuficiente, lo cual se reitera con la falta general de recursos que limita el trabajo en las escuelas.

Uno de los principales aspectos estresantes en la docencia se refiere a la falta de tiempo para descansar, no sólo por la jornada escolar sino porque a ésta se agregan numerosas actividades extraescolares entre las que destacan la planificación didáctica, preparación de materiales y revisión de los trabajos del alumnado. Aunado esto a la carga del trabajo doméstico que forma parte de la vida cotidiana de las y los profesores.

IV. Apoyo social, autonomía y conflicto:

- *Rivalidad entre grupos de docentes*

- *Conflictos entre docentes y directivos*
- *La falta de apoyo gubernamental*
- *Tener poca influencia en las decisiones del centro de trabajo*
- *La falta de apoyo de los maestros colegas*
- *La falta de apoyo por parte del personal directivo*
- *La falta de apoyo por parte del sindicato*

Las demandas relacionales enunciadas con anterioridad pudieran exacerbarse si se observan en combinación con el escaso apoyo social que reciben los maestros; la rivalidad entre grupos de docentes, los conflictos entre docentes y directivos y la falta de colaboración entre unos y otros.

Aunado al precario apoyo social que se vive al interior de las escuelas, las malas condiciones laborales parecen correlativas a la falta de apoyo gubernamental y por parte del sindicato. En conjunto, las presiones que en este estudio perciben con mayor impacto los docentes no son las únicas, pero sí las que sobresalen por la mayor puntuación registrada en el marco de las posibles fuentes de presión que conforman ambientes institucionales generadores de estrés.

Por otra parte, 88% de los docentes guanajuatenses perciben presiones asociadas al estrés laboral y el 54% de los docentes padecen niveles de estrés entre moderado y severo. Sin embargo, sólo a la mitad se les ha sido diagnosticado en la consulta médica. Los resultados muestran la coexistencia de varias fuentes de presión en el trabajo docente que, por su efecto acumulativo y permanente, pudieran tener graves implicaciones en la salud del profesorado.

Discusión

Como indica Kyriacou (2003), sólo una buena calidad de las condiciones laborales aumenta la sensación de dignidad profesional, de ahí que la falta de recursos y materiales adecuados, el estado deficiente de las instalaciones y la falta de oportunidades para realizar actividades de desarrollo profesional, son aspectos que contribuyen a que la jornada sea más dura para el profesor.

De acuerdo con Esteve, (2006), muchos de los profesores se quejan explícitamente de la contradicción que supone el que, por una parte, la sociedad y las instancias del sistema educativo promuevan una

transformación pedagógica, sin dotar al mismo tiempo de los recursos necesarios para llevarla a cabo. Entre los indicadores del malestar en los docentes de Guanajuato, precisamente se ubican como factores de primer orden los recursos y condiciones de trabajo, mismos que inciden directamente sobre la acción docente, limitando la efectividad pedagógica debido a tensiones de carácter negativo.

Las fuente de presión en el trabajo docente, se ven maximizadas cuando se acumulan con otras de índole contextual que dependen de aspectos socioeconómicos. El ausentismo de los alumnos, p. ej., en varios países latinoamericanos tiene relación con las dinámicas migratorias y las necesidades de los estudiantes de incorporación prematura al trabajo (Kohen, 2005), en detrimento de la permanencia escolar.

Una de las características clave del trabajo de los maestros consiste en su responsabilidad constante hacia los otros. Travers y Cooper (1997), identificaron como primer factor lo relativo a la interacción docente/discente. En el caso de los profesores mexicanos del presente estudio, también figura en primer orden lo concerniente a las relaciones maestro-alumno. Lo anterior como parte del entramado de relaciones sociales que a diario se establecen con los diferentes actores del escenario educativo.

En el rubro de las condiciones sociales, en gran medida el trabajo docente se sustenta en el encuentro de subjetividades y perspectivas culturales bastante diversas; las excesivas demandas relacionales cotidianas con frecuencia se ven alteradas por situaciones de conflicto, agresividad, autoridad e incomprensión. Al respecto, los hallazgos del presente estudio concuerdan con las aseveraciones de varios autores, entre quienes destaca Kyriacou (2003), al señalar que mantener la disciplina de los alumnos, tratar con los compañeros y ser evaluado por los demás, son motivos determinantes del estrés docente.

Asimismo, cabe reiterar la presencia de múltiples fuentes de estrés en los maestros. En dicho conglomerado se identificaron los factores asociados al estrés que tienen relación con las fuertes demandas emocionales ante los problemas de los estudiantes, su comportamiento disruptivo, heterogeneidad y necesidades especiales de aprendizaje. Otro de los mayores estresantes involucra el conflicto proveniente de las demandas de

supervisores, directivos, colegas, estudiantes y padres de los alumnos. Un tercer grupo de factores tiene que ver con la cantidad de trabajo y sobrecarga laboral que implica demasiadas tareas para realizar en poco tiempo, situación que a menudo va acompañada por la sensación de prisa e impaciencia.

En los últimos años, la actividad del profesor se ha fragmentado, con tal diversificación de funciones, que además de las clases, deben cumplir diversas labores administrativas; reservar tiempo para hacer planeaciones, evaluar, orientar a los alumnos y atender a los padres de familia; organizar actividades extraescolares, asistir a reuniones de trabajo colegiado, vigilar en los recreos y actualizarse ante los frecuentes cambios curriculares. Tal diversificación de tareas genera problemas de calidad en el sistema de enseñanza. Así, la sobrecarga de trabajo y la falta de tiempo para solventar las múltiples responsabilidades que se han ido acumulando sobre el profesorado, conlleva la razón fundamental del agotamiento y malestar docente.

Se ha documentado también que la falta de reconocimiento de los logros docentes por parte de los supervisores y administrativos, así como la baja autonomía que ejercen los maestros, son aspectos que contribuyen a incrementar los niveles de estrés en el colectivo docente.

Es necesario insistir que en gran medida las fuentes de estrés docente se hallan en el nivel administrativo (Greenglass, 2000). Una situación de estrés citada con frecuencia consiste en que los administrativos excluyen a los maestros de la toma de decisiones que, donde por añadidura, se condiciona directamente la sobrecarga laboral y la calidad de vida en el trabajo docente. Así, cuando los maestros no tienen oportunidad de participar en los procesos de toma de decisiones en sus escuelas, más probablemente declina su moral, motivación, autoestima y satisfacción en el trabajo.

Si la percepción de las presiones es indicio de la presencia de estrés, los resultados del presente estudio resultan similares a los hallazgos de Oramas, et al., (2003) y Kohen (2005), en lo referente al perfil de estrés identificado en aproximadamente el 85% de los maestros. En México, los resultados de un estudio precedente con profesores de Guanajuato (Rodríguez, et al., En: UNESCO-OEREALC, 2005), difieren de los datos actuales encontrados en el mismo contexto geográfico, posiblemente

porque en el anterior estudio se reportaron sólo casos de estrés confirmado por diagnóstico médico, lo cual no pone en evidencia la magnitud potencial del problema, donde más del 88% del profesorado perciben presiones en el ambiente de trabajo escolar. Otra posible explicación es que, pese al malestar y enfermedades derivadas de las múltiples presiones que afrontan cotidianamente los docentes, los mismos afectados se resisten a admitir tal situación, al parecer porque asocian el estrés con alguna debilidad o incompetencia profesional que los ubicaría socialmente como "malos maestros".

En suma, la percepción que emiten los maestros acerca de las presiones de su trabajo, ofrece un panorama de las principales fuentes de estrés docente y, al mismo tiempo, abre nuevas vías de investigación.

Conclusiones

En los profesores mexicanos que laboran en el estado de Guanajuato, se encontró mayor presencia de fuentes de estrés en lo referente a las cuestiones relacionales de índole social: relaciones con los padres de familia, colegas, autoridades y principalmente con los alumnos que presentan problemas de disciplina. Asimismo, se observa una falta de apoyo en todas las instancias: familiar, gubernamental, entre colegas, personal directivo y sindical.

Otras fuentes de estrés tienen que ver con elementos vinculados a la estructura organizacional de la escuela: atender grupos numerosos, horas requeridas para corregir trabajos de los alumnos, realizar tareas administrativas y otras donde subyace la falta de tiempo. En las condiciones generales de trabajo destaca la falta de oportunidades de formación continua, un sueldo bajo respecto al volumen de trabajo y la carencia de recursos indispensables para enseñar.

La mayoría de los docentes guanajuatenses que trabajan en escuelas públicas de educación básica, perciben presiones asociadas al estrés laboral y, llama la atención que un 54% del profesorado soporta niveles de presión entre moderada y severa.

Los resultados del presente estudio confirman la conjetura de que la docencia está asociada a un amplio rango de fuentes de presión generadoras de estrés en los profesores de educación básica, situación

semejante a los hallazgos reportados para poblaciones docentes de distintos países.

Se recomienda conducir estudios longitudinales con el propósito de profundizar en torno a los diferentes factores y fuentes del estrés de los maestros. Indagar acerca del sentido y significado del estrés en el imaginario y ethos de los docentes; así como buscar posibles asociaciones entre los niveles de estrés y enfermedades de distinta índole, entre las que destacan de tipo cardiovascular.

De igual forma, urge dotar a los maestros de recursos pedagógicos y psicosociales para afrontar las demandas de su trabajo, las cuales cambian vertiginosamente al ritmo del desarrollo social.

Con carácter prioritario se requiere mejorar las condiciones de trabajo en las escuelas. Las autoridades educativas, sindicatos y colectivos docentes, en forma conjunta deben aplicar programas de intervención para disminuir el malestar en este importante sector de la población y prevenir los problemas de salud asociados al estrés del profesorado.

En los países latinoamericanos es importante aunar esfuerzos a favor de generar y llevar a la práctica estrategias que mejoren las condiciones de trabajo y salud docente.

Referencias

ABRAHAM, A. (2000). *El enseñante es también una persona. Conflictos y tensiones en el trabajo docente.* Gedisa, Barcelona.

CREED, F. (2000). "Somatic disorders". ". En G. Fink*. Encyclopedia of Stress*, Vol. 3. (pp.571-575). Academic Press.

COX, S. y HEAMES, R. (2000). *Cómo enfrentar el malestar docente.* Octaedro, Barcelona.

DONDERS, N.C.G.M., VAN DER GULDEN, J. W., et al. (2003). "Work stress and health effects among university personnel". *Int. Arch. Occup. Environ. Health,* 76: 605-613.

ESTEVE, J. M. (1997). *El malestar docente*. 3ª ed., Paidós, Barcelona.

ESTEVE, J. M. (2005 a). "Bienestar y salud docente". *Revista PRELAC,* No. 1, julio 2005, pp.117-133, UNESCO-OREAC, Santiago de Chile.

ESTEVE, J. M. (2005 b). "El sistema educativo ante la encrucijada del cambio social: una mirada hacia el futuro". En www.unrc.edu.ar/publicar/

ESTEVE, J. M. (2006). "El profesorado de secundaria. Hacia un nuevo perfil profesional para enfrentar los problemas de la educación contemporánea" *Revista Fuentes.* Facultad de CC de la Educación, Universidad de Sevilla, España. www.revistafuentes.org

GREENGLASS, E. R. (2000). "Teaching and stress". En G. Fink*. Encyclopedia of Stress*, Vol. 3. (pp.571-575). Academic Press.

HJEMDAHL, P. (2000). "Cardiovascular system and stress". En G. Fink*. Encyclopedia of Stress*, Vol. 1. (pp.389-403). Academic Press.

JARVIS, M. (2002). "Teacher stress: a critical review of recent findings and suggestions for future research directions". *Stress News,* 14(1), 1-7

KYRIACOU, Ch. (2003). *Antiestrés para profesores*. Octaedro, Barcelona.

KOHEN, J. (2005). *La problemática del trabajo infantil y docente en el contexto de las nuevas vulnerabilidades. Del impacto negativo en la salud a la búsqueda de procesos saludables.* Tesis Doctoral. Universidad Nacional de Rosario, Argentina.

LAMBERT, R. & McCARTHY, CH. (2006). *Understanding teacher stress in an age of accountability*. A volume in research on stress and coping in education. Connecticut, IAP.

LAZARUS, R.S. (1999). *Stress and emotion. A new Syntesis*. Springer Publishing Company, Inc.

LEVI, L. (2005). "Working life and mental health: A challenge to psychiatry?" *World Psychiatry* 4(1), 53-57.

LUCINI, D., DI FEDE, G., PARATI, G., PAGANI, M.. (2005). "Impact of Chronic Psychosocial Stress on Autonomic Cardiovascular Regulation in Otherwise Healty Subjects". *American Heart Association.* Hypertension; 46:1201.

MANTHEI, R., GILMORE, A., TUCK, B. & ADDAIR, V. (1996). "Teacher stress in intermediate schools". *Educational Research*, 30 (1).

MISRAHI, F., LABARTE, L., y HÉRAUD-BONNAURE, L. (2000). "El enseñante y su malestar. La salud mental de los enseñantes" . En: ABRAHAM, A. (Comp.). *El enseñante es también una persona.* Gedisa, Barcelona.

OIT, Organización Internacional del Trabajo (1981). *Emploi et conditions de travail des enseignants.* Ginebra, Bureau Internationale du Travail.

OIT, Organización Internacional del Trabajo (2000). *Reunión paritaria sobre la educación permanente en el siglo XXI: nuevas funciones para el personal de educación.* Ginebra.

ORAMAS, A., et al. (2003). Algunas causas del estrés psicológico en maestros del Municipio Arroyo Naranjo, Cuba. *Rev Cubana Salud Trabajo*, 4(1-2), 8-12.

PARRA, M. (2005). "Condiciones de trabajo y salud en el trabajo docente" *Revista PRELAC,* No. 1, julio 2005, pp.136-145, UNESCO-OREAC, Santiago de Chile.

RODRÍGUEZ, L., et al. (2006). *Estrés y trabajo docente. El caso de los profesores de educación básica del estado de Guanajuato.* Reporte Técnico. Programa Institucional de Investigación, DINPO, Universidad de Guanajuato, México.

SIEGRIST, J. (2000). ”Psychosocial factors and stress”. En G. Fink. *Encyclopedia of Stress*, Vol. 3. (pp.299-304). Academic Press.

TENTI, E. (2005). *La condición docente.* Ed. Siglo XXI, UNESCO, IIEP, Buenos Aires, Argentina.

TRAVERS, CH. J., y COOPER, C. L. (1997). *El estrés de los profesores. La presión en la actividad docente*. Temas de Educación. Paidós, Barcelona.

UNESCO-OREALC (2005). *Condiciones de trabajo y salud docente. Otras dimensiones del desempeño profesional.* Correo de la UNESCO, México.