



INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA POLITÉCNICO GRANCOLOMBIANO
FACULTAD DE SOCIEDAD, CULTURA Y CREATIVIDAD
ESCUELA DE PSICOLOGÍA, TALENTO HUMANO Y SOCIEDAD
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA VIRTUAL
GRUPO DE INVESTIGACIÓN DE PSICOLOGÍA, EDUCACIÓN Y CULTURA
LINEA GESTIÓN EDUCATIVA, POLÍTICAS PÚBLICAS E INCLUSIÓN SOCIAL

Afectaciones Psicológicas De La Salud Escolar En Docentes
Trabajo De Investigación Opción De Grado Modalidad Virtual

PRESENTA:

BLANCA JULIETH MONTOYA OSORIO - ID 100241121

ERIKA TATIANA BAUTISTA CUBILLOS - ID 100066132

JORDY ANDRÉI MAYA SÁNCHEZ - ID 100217579

LUZ DARY ROJAS TORRADO - ID 100216540

SERGIO ALEJANDRO PÁEZ RODRÍGUEZ - ID 100064669

ASESOR:

MGS. CRISTIAN IVAN GIRALDO LEON

BOGOTÁ, AGOSTO – DICIEMBRE 2021

Resumen.....	1
Capítulo 1 Introducción	2
Descripción del contexto general del tema	3
Planteamiento del problema.....	3
Pregunta de investigación	4
Objetivo general.....	4
Objetivos específicos	4
Justificación	5
Capítulo 2 Marco de referencia.....	6
Marco conceptual.....	6
Salud	6
Psicología de la salud.....	6
Salud mental.....	7
Docentes.....	7
Estrés laboral.....	7
Síndrome de burnout.....	8
Marco teórico	8
Marco Empírico	10
Capítulo 3 Metodología	12
Tipo y diseño de investigación	12
Participantes	12
Instrumentos de recolección de datos	12
Estrategia del análisis de datos	13
Consideraciones éticas	13
Capítulo 4 Resultados	13
Discusión.....	14
Conclusiones	15
Limitaciones.....	16
Recomendaciones	16
Referencias bibliográficas.....	18
Anexos.	22
Consentimiento autorización de participación en grupo focal.....	22
Consentimiento de Autorización de grabación	22

Resumen.

Se analiza como se ve afectada la salud mental en la práctica pedagógica docente. Como objetivo se analizaron los cambios psicológicos que conlleva la labor pedagógica en la salud de los docentes de la institución educativa Nuevo Horizonte IED entre los 30 a 50 años, a través de una metodología cualitativa, con el fin de identificar los cambios psicológicos que afectan la salud escolar. Se realizará por medio de grupo focal a los docentes jornada mañana de la institución educativa Nuevo Horizontes IED. Se pudo evidenciar el desconocimiento de los problemas psicológicos en la cual manifestaron que el estrés es algo común a su profesión de docencia que no se considera como trastorno o problema psicológico ya que, lo ven como algo normal debido a su carga laboral, aun así, de manera unánime manifestaron que no se retiran de su profesión, aunque en momentos se cuestionan por qué lo hacen y llegan a la conclusión de que es por amor a la enseñanza. Con base a lo anterior evidenciamos que el docente de dicha institución no se siente en la capacidad de identificar los riesgos psicológicos que tiene esta labor, en la cual puede tener limitaciones para ejecutar su trabajo.

Palabras clave: Salud mental, Docente, Cambios psicológicos, Estrés.

Capítulo 1

Introducción

La organización Internacional del trabajo (OIT), indica que el trabajo debe realizarse en un ambiente seguro y saludable, con condiciones que deben favorecer la calidad de vida y en bienestar de los trabajadores. La OIT subraya que el estrés es una enfermedad peligrosa para las economías industriales y en vías de desarrollo (Alvites-Huamaní, C., 2019).

La docencia es La organización Internacional del trabajo (OIT), indica que el trabajo debe realizarse en un ambiente seguro y saludable, con condiciones que deben favorecer la calidad de vida y en bienestar de los trabajadores. La OIT subraya que el estrés es una enfermedad peligrosa para las economías industriales y en vías de desarrollo (Alvites-Huamaní, C., 2019).

La docencia es considerada una actividad de múltiples condiciones de exposición laboral y que se puede expresar en diversos momentos en el desgaste físico o mental; el que se presenta con más frecuencia es el estrés debido a la sobrecarga de trabajo, a los conflictos interpersonales, los comentarios de padres o de los mismos estudiantes (Silva, Vásquez, 2019). Como resultado de estas molestias se han ocasionado problemas como falta de motivación y crisis psicológicas.

En este documento se da a conocer un panorama sobre la salud mental de los docentes, el cual es un tema que por sí solo es complejo, como las múltiples amenazas que afrontan por la sociedad, Pero ¿Quiénes hay detrás de esta labor? por su puesto seres humanos, personas con diferentes conceptos, culturas, visiones y metas, quienes se encargan de tomar múltiples desafíos para entregar sus conocimientos y enseñanzas a otros. Por ello el presente documento se enfocará en los cambios psicológicos de la salud mental de los docentes de la institución educativa Nuevo Horizonte IED, con el fin de conocer los cambios que la labor pedagógica les ha generado.

Descripción del contexto general del tema

Cuando se habla de educación se habla de escuela o colegio en la que el docente está enmarcado como el primordial de la enseñanza y los valores del ser humano en el crecimiento del conocimiento y la toma de decisiones. En este caso como se puede evidenciar:

Varios países entre los cuales se encuentra Colombia han resaltado que la salud mental es un proceso inherente al ser humano y que el colegio como sitio de trabajo, sus componentes internos y externos causan una gran presión provocando en algunas ocasiones malestares. En Colombia, el cansancio profesional y la incomodidad de los docentes hacia y desde su trabajo ha sido un problema creciente a lo largo de los años, “De acuerdo con los reportes del Ministerio de Educación Nacional, en 2011, 5.748 docentes tuvieron incapacidades por causas como el estrés y la depresión (El Tiempo, 28 de agosto de 2012)” (Velandia, 2021) y desafortunadamente esa cifra ha ido en aumento a lo largo de los años, ya que la labor docente ha respondido a cambios dando lugar a que los profesores asuman roles que antes eran responsabilidad de otro.

Un artículo de investigación sobre la salud y trabajo en docentes de instituciones educativas distritales muestra los resultados de 230 docentes donde indican que el 84.3% de estos realizan en horarios laborales la atención a padres o alumnos; el 67.4% de los docentes efectuaban trabajos administrativos; el 79.6% desarrollan fuera del horario laboral cursos de perfeccionamiento o de actualización, y el 10.9% los realizan en ambos horarios (García, Muñoz & Chaparro, 2014); Evidenciando la sobre carga laboral que genera al ser docente.

Planteamiento del problema

La salud del docente se ha visto afectada y amenazados por los riesgo de enfermedades mentales debido a los factores psicológicos, esto ha generado alteraciones de estado de ánimo como estrés, ansiedad y depresión; los profesores en edades entre los 30 a 50 años son los más afectados; y en la última década como lo menciona (Marengo-

Escudero) se ha visto un incremento, donde se reflejan los problemas de la salud del docente debido a las jornadas escolares, la necesidad constante de actualización de información escolar, y, a que tienen poco reconocimiento laboral y salarial; el docente debe acumular rigurosamente sus aprendizajes para poderlos transmitir a otros sus experiencias y enseñanzas que hace que el individuo desarrolle su carácter y capacidades de aprendizaje.

Generando carga laboral y un conflicto emocional, psicológico y familiar en los docentes, lo cual tiene como única labor el brindar conocimiento y valores al individuo; pero es poco reconocida por su importancia para el desarrollo personal; debido a ello es preciso resaltar que la profesión de docencia no es una de las más fáciles, ya que cada día va cambiando por consecuencias de la misma sociedad, provocando situaciones en la cual debe esforzarse más, generando más carga laboral para sí mismo, ocasionando más estrés, problemas físicos y emocionales a los cuales no se les da la suficiente importancia o seguimiento tanto por el docente como por las instituciones que deberían vigilar y salvaguardar su bienestar; varias investigaciones encontraron que los maestros asumen los episodios de estrés como algo común y natural (Vives, 2005; Andrade y Gómez, 2008).

Pregunta de investigación

¿Qué cambios psicológicos conlleva la labor pedagógica en la salud de los docentes de la institución educativa Nuevo Horizonte IED entre los 30 a 50 años?

Objetivo general

Analizar los cambios psicológicos que conlleva la labor pedagógica en la salud de los docentes de la institución educativa Nuevo Horizonte IED entre los 30 a 50 años.

Objetivos específicos

- Identificar los riesgos psicológicos que trae la labor de los docentes entre 30 a 50 años.

- Considerar estrategias para comprender los posibles elementos que pueden afectar la salud mental del docente a través del diálogo, con los profesores de la institución educativa nuevo horizonte IED.
- Establecer relaciones entre los postulados teóricos respecto a la salud mental de la docencia y los hallazgos encontrados en el trabajo realizado en la institución educativa nuevo horizonte IED.

Justificación

Con este proyecto se busca analizar los cambios psicológicos que conlleva la salud de los docentes de la Institución Educativa Nuevo Horizonte IED; ya que, cuando hablamos de salud escolar no solo debemos hablar de los estudiantes, sino que debemos recordar que los docentes cumplen el papel más importante e indispensable en el ámbito académico, debido a que su labor en muchas ocasiones poco reconocida social y salarialmente es fundamental para el desarrollo no solo intelectual sino personal de los individuos (Andrade, 2008)

Por ello en esta ocasión queremos centrar nuestra investigación en analizar los problemas psicológicos que se puedan estar presentando en la Institución Nuevo Horizonte IED con el fin de conocer los factores de riesgo que puedan estar ocasionando estrés, desmotivación, carga laboral, ansiedad, angustia, o alguna enfermedad en los maestros de la jornada de la mañana.

Debido a que es importante y necesario conocer el estado psicológico de los maestros, ya que las situaciones negativas no solo afectan al docente, sino también impacta el funcionamiento de la comunidad escolar, porque al perderse este lazo de armonía entre el estudiante y el docente se puede generar un ambiente de tensión y en consecuencia surgir situaciones dañinas, como; carencia de autonomía en la toma de decisiones, la falta de autoridad en el aula, entre otras. De esta manera, no podemos olvidar que esta profesión es distinta a las demás, visto que las exigencias son distintas y la figura del docente para el estudiante es un ejemplo para seguir (Fernández, 2017).

Capítulo 2

Marco de referencia

La docencia, la educación está enmarcado en una mirada en una forma de entender de la sociedad donde la escuela debe transmitir unos conocimientos a las siguientes generaciones, fue necesario en esta sociedad crear algo llamado escuela y colegio, para eso también se formó algo específico llamados docentes y esos docentes o profesores en la cual desempeñan una labor. A través de esta pedagogía se han generado cambios psicológicos que han afectado la salud mental, y han generado problemas de desgaste físico al momento de desempeñar su labor en la docencia (Bernal y Ferreo, 2014).

Marco conceptual

Salud

La Organización Mundial de la Salud (OMS) la define como el “estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” (OMS, 2020, p. 1). Esta explicación de salud aparta del núcleo la enfermedad para ser entendida como una estabilidad entre los sistemas que hacen a la persona, junto con su completa combinación con su entorno.

Estudios han mostrado las consecuencias psicológicas y somáticas que causan daños graves en la calidad de vida de los docentes durante sus jornadas de enseñanzas algunos de los deterioros marcados en la salud física, mental y social y a pesar de presentar dificultad de desconexión también manifiestan insatisfacción laboral, desinterés por la enseñanza, desmotivación, falta de autorrealización e ineficacia trayendo como consecuencia recurrente el desgaste laboral y hasta deserción (Fernández, 2017).

Psicología de la salud

Centra su análisis en los aspectos beneficiosos del lugar laboral y este puede ser uno de los hábitos positivos que tienen los profesores en los centros donde trabajan. Es decir, se enfocan en los resultados laborales positivos y brindan fundamentos para garantizar el bienestar, la salud psicosocial, la seguridad y la satisfacción de los maestros (Salanova, Martínez y Llorens, 2008).

Salud mental

La salud mental en el sentido más amplio es un estado de conveniencia descrito por estándares socioculturales; La preferencia es ser positiva sobre la salud mental. La OMS determina la salud mental como «un estado de bienestar en el que el individuo desarrolla sus capacidades afronta las tensiones normales de la vida, puede trabajar productiva y fructíferamente y es capaz de contribuir a su comunidad (Parales-Quenza, 2008).

Docentes

La labor del maestro es de carácter profesional, lo que compromete la implementación inmediata de técnicas sistemáticas de enseñanza-aprendizaje que diagnostiquen, planifiquen, implementen y evalúen los mismos procedimientos y sus resultados, así como otras actividades formativas dentro del proyecto pedagógico institucional de las instituciones educativas (Mineducacion, 2021).

Estrés laboral

El término estrés se usa generalmente en relación con la tensión nerviosa, emocional o como su causa. Los diversos acercamientos a la definición de estrés lo han descrito como una respuesta general inespecífica (Selye, 1936), como un evento estimulante (Holmes y Rahe, 1967), o como una transacción cognitiva entre la persona y el entorno (Lazarus y Folkman, 1986).

Es evidente que muchos docentes sufren y / o han padecido estrés laboral en algún momento de sus vidas, fuertes responsabilidades en el quehacer como docente, la incapacidad de separar la vida personal del trabajo, la escasez de recursos para las

diferentes actividades, la recuperación de eventos traumáticos, junto con el escaso tiempo personal, generan estrés laboral, cuyas consecuencias pueden ser potencialmente peligrosas. En este contexto la salud de los docentes procede de las condiciones laborales que se han convertido en un objetivo de estudio nacional, ya que, se han identificado entre los docentes los trastornos mentales y sus comportamientos como principal causa de ausentismo en sus labores.

Síndrome de burnout

La definición más utilizada es la de C. Maslach (1986), quien la describe como un manejo inadecuado del estrés crónico, cuyas principales características son el agotamiento emocional, la despersonalización y la disminución del rendimiento personal. P. Gil-Monte (1999) lo define como: "una respuesta al estrés laboral crónico integrado por actitudes y sentimientos negativos hacia las personas con las que se trabaja y hacia el propio rol profesional, así como por la vivencia de encontrarse agotado". Tenga en cuenta que las dos definiciones son consistentes e indican que una respuesta inadecuada al estrés crónico es el desencadenante de este padecimiento.

Marco teórico

Para abordar la presente investigación es importante reconocer la importancia de aquellas teorías en las que favorece a la población docente, por ello se aborda la docencia como escenario en la que permite evidenciar los problemas psicológicos de la salud mental, como el estrés, la carga laboral y el desgaste físico entre otras.

Cuando se habla de la escuela en la cual tiene como prioridad el docente que es reconocido de alguna manera como el ser importante ante el conocimiento y la enseñanza en la sociedad, se cree que al tener la capacidad de enseñar o de transmitir un conocimiento ellos no sufre enfermedades psicológicas ni desgaste físico ya que, son personas que tiene el conocimiento para diferenciar una cosa de la otra, pero la realidad es diferente son los más afectados y no tiene las garantías suficientes para evitar o

afrontar esas enfermedades que pueden afectar su labor pedagógica como docentes Dengping (2020).

La labor pedagógica como anteriormente se había explicado no es tarea fácil y trae consigo afectaciones a la salud de los docentes en Colombia entre los 30 y 50 años como podemos evidenciar el síndrome de Burnout, también conocido como síndrome del desgaste profesional por el trabajo o del colaborador quemado; se ha convertido en un problema de gran relevancia y cada vez es más frecuente el abandono de tareas, por estados de estrés, agotamiento, etc. (Silva, Vásquez, 2019) indica que “El desgaste profesional, tiende a generar un estado de agotamiento, estrés crónico, desmotivación, falta de energía, menor rendimiento laboral entre otros síntomas muy significativos que afectan la productividad de las organizaciones”.

Suele presentarse en la docencia que requiere mayor exigencia ya que, este trabajo se caracteriza principalmente por la sobrecarga del entorno laboral, elevados a niveles de responsabilidad, extensas jornadas de trabajo y falta de comunicación entre las partes, causando afectaciones en la salud e integridad en los docentes originando un síndrome que conlleva a sufrir enfermedades laborales, el síndrome de Burnout afecta de manera determinante la calidad de vida de los seres humanos (Faúndez, Olivares, 2016).

Los problemas de salud mental también traen consecuencias sociales debido al agotamiento emocional, frustración profesional, y somatización, desarrollando una despersonalización la cual se ha demostrado que afecta más a mujer jóvenes y a los solteros. Marenco-Escuderos et al., (2016). Cuando un docente se despersonaliza de su labor profesional se desmotiva, se distancia de su entorno (compañeros de trabajo y alumnos) manifestando actitudes negativas, desinterés, irritabilidad, comunicación despectiva, y mala interacción con su entorno. (Dengping 2020), señala que, debido a las altas expectativas al terminar sus carreras y el entusiasmo juvenil, los maestros más jóvenes son los que tienen mayor probabilidad de sentir agotamiento y cansancio emocional, debido a que los maestros con mayor experiencia afrontan mejor la presión laboral gracias a su madurez.

En este sentido es importante tener en la docencia la orientación del psicólogo ya que, juega un papel importante, sino que también se implica con los agentes que hacen parte de la docencia escolar. Esto permite generar actividades o dinámicas de trabajo y así mitigar el daño psicológico que puede generar en la salud mental del docente. Es fundamental esta labor en la escuela porque puede asegurar un mejor desarrollo y crecimiento en cualquier sociedad.

Los profesores tenían un riesgo 1,6 más alto de deterioro de la capacidad laboral en comparación con los trabajadores de oficina. Los docentes estuvieron más expuestos a una gran carga de trabajo, lo que probablemente afectó la jubilación por enfermedad. Estudios brasileños han indicado una relación entre el trabajo de los docentes y los problemas de salud, enfatizando la salud mental y los problemas psicosociales. además de la fatiga de la voz-(Vedovato, Monteiro, 2014).

En este contexto la salud de los docentes procede de las condiciones labores que sean convertido en un objetivo de estudio, ya que, se ha identificado entre los docentes los trastornos mentales y sus comportamientos como principal causa de ausentismo en sus labores.

Marco Empírico

A continuación, hablaremos de algunas investigaciones acerca de la salud en la docencia. Se puede decir que la investigación se centra en la mayor parte de los problemas psicológicos de los docentes y sus enfermedades.

Marengo-Escuderos et al, (2016). en un estudio que realizó en 2016 encontró que entre las dificultades de la salud mental de los docentes las más sobresalientes son: sintomatología somática 19.1% (n=45), ansiedad e insomnio 18.7%(n=44), disfunción social 15.3%(n=36) y depresión 0.4%(n=1). También identificó un porcentaje del 22.1% de presencia de Burnout entre los docentes evaluados siendo el agotamiento emocional 23%(n=54), la despersonalización 22.5% (n=53) y la baja realización profesional 42.1% (n=99), sus manifestaciones más frecuentes. Destacando que la propia labor pedagógica

demanda un alto nivel de interacción y asistencia con otros, colaborando como estresores para desarrollar problemas psicoemocionales y Burnout o síndrome del quemado.

Silva y Vásquez (2019) indica que “El desarrollo en las organizaciones, genera mayor exigencia llegando a saturar al colaborador, viéndose muchas veces afectado por un ambiente de presión, desgastaste emocional, falta de motivación, injusticias en los contratos, falta de seguridad laboral, etc., que le impide poder desarrollarse con eficiencia, obteniendo como resultado una significativa improductividad.

En Colombia, en el departamento de Antioquia, se reveló que para el primer trimestre del año 2004, las enfermedades más prevalentes en profesores fueron: los trastornos cardiovasculares (hipertensión arterial, infartos), los osteomusculares (lumbago), gastrointestinales (gastritis, enteritis), infecciosas y, finalmente, las enfermedades mentales, grupo que incluyó diagnósticos de depresión leve y diversos trastornos de adaptación, mixtos de ansiedad con depresión, pánico, personalidad emocionalmente inestable, ansiedad y reacción al estrés agudo (10). En Medellín, particularmente, se encontraron manifestaciones de desgaste emocional y físico, o síndrome de Burnout, en estudio realizado con docentes en el año 2005 (García, Muñoz, 2013 Pag, 32).

Se puede concluir que el nivel de enfermedades en los docentes cada día avanza sin control

Aunque el estrés es un padecimiento que ha enfrentado el ser humano desde tiempos pasados (Alvites-Huamaní, 2019), actualmente ha traído un aumento en los problemas psicológicos y aunque el docente juegue un papel muy importante en el proceso de formación (Bernal y Ferreo, 2014), no cuentan con el apoyo y cuidado que requiere para minimizar los problemas que presentan y a pesar de que existen diferentes factores de la vida diaria en las personas que tienen una repercusión directa en su salud mental, la presión laboral tiene más efectos en ella que las presiones sociales y familiares (Dengping, 2020).

Capítulo 3

Metodología

Tipo y diseño de investigación

La investigación se realizará desde un enfoque cualitativo con alcance descriptivo (Ramos-Galarza, C,2020) la cual se realizará por medio de recolección de información necesaria en la Institución Educativa Nuevo Horizonte IED en torno a tres variables de estudio para aproximarnos a la forma correcta de abordar los objetivos planteados.

De acuerdo con la educación y pedagogía como a su importante relación con la fenomenología hermenéutica la cual desarrollaremos como método por su fundamento en la perspectiva y experiencia del sujeto investigado dándonos matices importantes de la mentalidad frente a la problemática (Silveira Donaduzzi,2015).

Participantes

Los participantes de la investigación serán elegidos bajo el criterio de cumplir el rol de docente dentro de la Institución Educativa Nuevo Horizonte IED con edades entre el rango de 30 y 50 años, excluyendo al área administrativa y docentes jornada tarde.

Instrumentos de recolección de datos

Como herramienta principal para la obtención de datos se realizará mediante grupos focales; ya que dicha herramienta nos permite realizar entrevistas de elaboración propia ajustadas a la problemática y observación de las personas en una sesión grupal, que tendrán un número entre 4 y 5 entrevistados, permitiendo mejorar tanto el contacto social como el desarrollo en un ambiente familiar y ameno que se buscaría aumentar la interacción con dos moderadores. Con esta herramienta obtendremos respuestas cualitativas y ampliadas debido a que se brindará espacios para comentarios adicionales o información que nuestros entrevistados desean brindar.

Estrategia del análisis de datos

Una vez finalizado el grupo focal se reunirían los investigadores y moderadores para compartir las primeras impresiones obtenidas e iniciar en la aplicación de la técnica de triangulación de la información la cual permite su análisis desde diferentes perspectivas y está diseñada para resultados cualitativos obtenidos en campo (Ávila Viviana, 2010).

Consideraciones éticas

La presente investigación se fundamenta en lo señalado en la Ley 1090 de 2006 y Resolución 8430 del 2003, sobre los derechos de los participantes en investigaciones, como se expresa en el artículo 50 (Ley 1090, 2006).

El profesional de la psicología al realizar una investigación científica, deberán basarse en principios éticos de respeto y dignidad, lo mismo que salvaguardar el bienestar y los derechos de los participantes.

Capítulo 4

Resultados

Para conocer el punto de vista de los docentes se realizó un grupo focal por medio de preguntas en la cual se realizó un encuentro por Google meet con 4 docentes de la institución educativa Nuevo Horizonte donde se evidenció el desconocimiento de los problemas psicológicos ya que manifestaron que el estrés es una situación muy común pero no es considerada ni trastorno ni problema psicológico solo lo ven como algo normal debido su carga laboral y social en el momento de su labor; aunque no desconocen el hecho de que su relación con estudiantes, padres y colegas genera más carga emocional llevándolos a perder el control si no cuentan con el dominio adecuado que necesita este tipo de situaciones.

Los participantes manifestaron que debido al desconocimiento que tiene de los problemas psicológicos no sabrían si en alguna ocasión han tenido algún episodio problemático, aunque sí manifestaron conocer docente en los cuales han percibido comportamientos inadecuados o problemáticos como falta de sueño, depresión, mal manejo de la ansiedad y actitudes fuera de contexto que en algunos casos los llevó a una incapacidad o desistimiento de la labor. Por otro lado, se evidencio que el trabajo en equipo es discriminatorio ya que no hay buena relación laboral, adicional a eso el docente manifiesta que al tener conocimiento de las situaciones que padecen los estudiantes se sienten limitados al no poder brindarles la ayuda necesaria lo cual se convierte en una carga de emociones que de alguna manera afecta su salud mental.

A Pesar de todas las situaciones manifiestan de manera unánime que no se retiran de su labor ya que es una vocación y no una profesión, y aunque tiene momento donde se cuestionan porqué lo hacen siempre llegan a la conclusión de que el amor a la enseñanza los impulsa a seguir adelante; aunque les gustaría que pudieran tener planes de bienestar donde se les permita tener espacios de esparcimiento que les permite desahogarse o disminuir el estrés, también más personal de apoyo en donde ellos puedan encontrar un ayuda idónea en la orientación de los alumnos que ellos se puedan dedicar a su labor de enseñanza que es para lo que están capacitados.

Discusión

Al realizar el análisis se corrobora lo que dice Silva, Vásquez, (2019) unas de las enfermedades que presentan los docentes son el estrés, sobrecarga laboral y responsabilidades adicionales que tiene con sus estudiantes y padres de familia, en la cual no tienen el conocimiento de las afectaciones que puede tener su labor ya que lo asimilan como una enfermedad básica en sus actividades diarias. Como lo mencionan Bernal y Ferreo,(2014) se puede evidenciar las dificultades que se presentan en la docencia que es una de las mayores actividades que requiere exigencia, en la cual se caracteriza por la sobrecarga laboral , mal ambiente laboral y extensas horas de trabajo; haciendo mención de lo que indica Silva, Vásquez, 2019 estas situaciones traen problemas psicológicos como consecuencia en las relaciones interpersonales y sociales en la cual la salud se

puede ver a afectada como en agotamiento emocional y físico y somatización de enfermedades y menor rendimiento laboral que afectan al docente.

Como lo menciona Alvites-Huamaní, (2019) los docentes juegan un papel importante en la educación pero desafortunadamente no cuenta con las herramientas que les permitan tener conocimiento de los riesgos que puede tener el estrés, las exigencias y la sobrecarga laboral y responsabilidades adicionales que acarrear con su profesión, y comprobando lo que dice Bernal y Ferreo, (2014) los docentes no cuentan con el apoyo y cuidado por parte de las directiva para minimizar los riesgos ya que ellos mismos manifiestan que les gustaría que implementara programas de bienestar como capacitaciones, charlas de motivación y cuidados de la salud mental de una forma continua para así obtener de una manera satisfactoria una calidad de vida en la que les permita ejercer su labor con más calidad.

Conclusiones

De acuerdo con nuestra investigación concluimos que si bien, los profesores no se sienten en la capacidad de identificar algún problema psicológico en su labor diaria ya que lo ven como algo natural a su profesión, al implementar el instrumentos de investigación, ellos han identificado comportamientos que pueden afectar o poner en riesgo su salud mental, en la cual, identifican que en esta labor influyen factores externos a su labor como profesores, que inevitablemente se ven vinculados a una variedad de emociones.

Dentro de los factores que podemos identificar se encuentra el ambiente y carga laboral, en el cual si bien presentan variaciones de acuerdo con el rol que desempeñen en la institución educativa, tienen en común que su carga laboral se incrementa en un porcentaje, en momentos específicos del año con múltiples actores que desarrollan presión sobre ellos. Con respecto al ambiente y específicamente con las relaciones personales entre colaboradores del colegio se pueden desatar inconvenientes en ocasiones afectados por los anteriores factores mencionados como también influidos por las percepciones personales que se tienen de los demás colaboradores.

Con base a lo anterior evidenciamos que, si bien se puede tener limitaciones para ejecutar su trabajo o afectaciones en la calidad de vida al desarrollar esta profesión, su entrega y pasión hacen manejables cualquier situación que les permita continuar con su labor.

Limitaciones

Mediante el desarrollo de esta investigación se pudo evidenciar que los docente de la institución mencionada anteriormente asimilan un problema psicológico como algo rutinario del día a día, debido a esto las limitaciones con las que nos encontramos están directamente relacionadas con el tipo de instrumentos aplicado ya que aunque nos permite conocer el panorama completo de la salud psicológica de los docentes no nos permite identificar de manera clara hasta que grados están siendo afectados por esta labor.

Recomendaciones

De acuerdo con los resultados obtenidos en la investigación de tipo cualitativo la cual se realizó por medio de recolección de información en la Institución Educativa Nuevo Horizonte IED la salud de los docentes se ha visto afectada por problemas psicológicos, generando alteraciones de ánimo, causando fatiga y en el mayor de los casos estrés, desconociéndolo ellos mismos como un trastorno psicológico por el cual es recomendable establecer recomendaciones como:

1. Fomentar el autocuidado de la salud en los docentes, el síndrome burnout afecta el sistema nervioso, sistema gastrointestinal, sistema circulatorio, ocasiona otras enfermedades que no permitirán un buen desempeño laboral, esto genera incapacidad, aumentando el ausentismo en el colegio y disminuyendo la productividad de este.
2. Mejorar las relaciones interpersonales y familiares donde encontrará apoyo para dialogar; realizar actividades de esparcimiento que favorezca su estado de ánimo emocional que les permita tomar decisiones acertadas y un manejo adecuado de los conflictos.

3. Solicitar apoyo para implementar el Programa de Riesgo Psicosocial con el fin de intervenir de manera adecuada y oportuna a esta población, minimizando el riesgo y sus consecuencias en la vida familiar, social y laboral.
4. Promover hábitos y estilo de vida saludable para minimizar el impacto generado por el estrés laboral contribuyendo a la recuperación física y emocional que se refleja en un trabajo productivo y un ambiente laboral más agradable.
5. Flexibilizar el horario laboral, para reducir exceso de cargas y así los docentes puedan tener más tiempo para compartir en familia y para ellos mismos.

Referencias bibliográficas

- Alvites-Huamaní, C. (2019). Estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, Norteamérica y Europa. *Propósitos y Representaciones*. 7(3), 141-178. DOI: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.393>
- Andrade, J.; Gómez, I. (2008). Salud laboral. Investigaciones realizadas en Colombia. Recuperado en <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80111670002>
- Ávila, Viviana. (2010). La triangulación, una técnica de Investigación. Blogger. <http://triangulacion-tecnicadeinvest.blogspot.com/2010/10/la-triangulacion-una-tecnica-de.html>
- Basic documents: forty-ninth edition (including amendments adopted up to 31 May 2019). Geneva: World Health Organization; 2020. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. Recuperado de: https://apps.who.int/gb/bd/pdf_files/BD_49th-en.pdf
- Bernal, R., Ferreo, M., (2014). The effects of teacher mental health and job burnout on child development. Universidad de los andes de Colombia.
- Careaga A., 2007, El desafío de ser docente. Universidad de la República, Montevideo, Uruguay. Recuperado de: http://www.medfamco.fmed.edu.uy/Archivos/pregrado/Ciclo_Introductorio/Materiales/Ser_docente.pdf.
- Chávez Orozco, C. A. (2016). Síndrome de Burnout en docentes universitarios, Chávez Orozco, C. A. (2016). Síndrome de Burnout en docentes universitarios. Vol. 1(9), pp. 77-95, Recuperado de: <https://repositorio.uide.edu.ec/bitstream/37000/3690/3/document%20%285%29.pdf>
- Dengping Wu. (2020). Relationship between job burnout and mental health of teachers under work stress. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, Vol. XXIX, N°1, 310-315.

- Fernández, Martha Patricia Relación entre desgaste ocupacional y manifestaciones psicósomáticas en una muestra de docentes colombianos de la ciudad de Santa Marta Archivos de Medicina (Col), vol. 17, núm. 1, enero-junio, 2017, pp. 78-90 Universidad de Manizales Caldas, Colombia
- Francisco Alonso Fernández. (2014). Una Panorámica De La Salud Mental De Los Profesores. REVISTA IBEROAMERICANA DE EDUCACIÓN. N.º 66. pp. 19-30. Recuperado de: <https://rieoei.org/historico/documentos/rie66a01.pdf>
- García, C, Muñoz, A, (2013, septiembre 11) Salud y trabajo de docentes de instituciones educativas distritales. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/aven/v31n2/v31n2a04.pdf>
- Gil, P. (1999). Perspectivas teóricas y modelos interpretativos para el estudio del síndrome de quemarse por el trabajo. Anales de Psicología, 15, 261-268
- Holmes, T, y Rahe, R. (1967). “The Social Readjustment Rating Scales”, en J. Psychosom Res., n.º. 11, pp. 213-218.
- Lazarus, R. S., y Folkman, S. (1986): Estrés y procesos cognitivos. Barcelona, Martínez Roca.
- Ley1090, Dario Oficial N° 46.383 Congreso de la República, 6 de septiembre 2006
Recuperado de: <http://www.psicologiapropectiva.com/introley1090.html>
- Luis Fernando Rivero Rodríguez, María Adriana Cecilia Cruz Flores. (2010). Trastornos psíquicos y psicósomáticos: problemas actuales de salud de los docentes mexicanos. Psicología y Salud, Vol. 20(2). Pp. 239-249. Recuperado de: <https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/viewFile/607/1054>
- Marenco-Escuderos, A., Ávila-Toscano, J. (2016). Burnout y problemas de salud mental en docentes: diferencias según características demográficas y sociolaborales. Psychologia: Avances de la Disciplina, 10(1), 91-100.

- Maslach, C., Jackson, S. & Leiter, M. (1986). Maslach Burnout Inventory Manual. California, USA: Palo Alto
- Ministerio de Educación Nacional. Función Docente. (noviembre 2021) Mineducacion. Recuperado de: https://www.mineducacion.gov.co/1759/w3-article-80258.html?_noredirect=1
- National Institute for Occupational Safety and Health. (1999). STRESS...At Work. 2021, abril 16, de CDC Recuperado de <https://www.cdc.gov/niosh/docs/99-101/default.html>.
- Organización Mundial de la Salud. (2009). Global Health Risks. Mortality and burden of disease attributable to selected major risks.
- Parales-Quenza, C. J. (2008). Anomia social y salud mental pública. Revista de Salud Pública, 10, 658-666.
- Pavez Cuadra, R., Chandía Muñoz, E., Arredondo Vásquez, F., & Torres Mardones, L. (2019). El Lenguaje matemático y la unidad de enseñanza potencialmente significativa: Una propuesta didáctica para la enseñanza de la función cuadrática. Universidad de Concepción. Facultad de Educación. <http://repositorio.udec.cl/jspui/handle/11594/285>
- Ramos, Carlos. (2020). Los Alcances de la Investigación. Ciencia Americana, Volumen (9), pp. 3
- Salanova, M., Cifre, E., Martínez, I. M. y Llorens, S. (2007). Caso a caso en la prevención de riesgos psicosociales. Metodología WONT para una organización saludable. Bilbao: Lettera Publicaciones.
- Sánchez Silva, P. E., & Vásquez Gutiérrez, A. S. (2019). Síndrome de Burnout y sus consecuencias en la productividad de las empresas latinoamericanas desde el 2008 al 2018

Selye, H. (1936): "A Syndrome Produced by Diverse Nocivous Agents", en *Nature*, n. ° 138, pp. 22-49.

Silveira Donaduzzi, Daiany Saldanha da, Colomé Beck, Carmem Lúcia, Heck Weiller, Teresinha, Nunes da Silva Fernandes, Marcelo, & Viero, Viviani. (2015). Grupo focal y análisis de contenido en investigación cualitativa. *Index de Enfermería*, 24(1-2), 71-75. <https://dx.doi.org/10.4321/S1132-12962015000100016>

Vedovato T, Monteiro I, Health Conditions and Factors Related to the Work Ability of Teachers. Marzo 2014, Recovered: 10.2486/indhealth.2013-0096

Velandia Pérez, P. (2021). La salud mental docente como enfermedad profesional. Noviembre 2021, de Asleyes Sitio web:
<https://www.asleyes.com/periodico/noticia.php?ed=2&id=4>

Vives. V. (2005). El movimiento pedagógico del colegio de profesores como una recuperación del rol docente y de la autoestima profesional (tesis de maestría. Santiago de Chile).

Anexos.

Consentimiento autorización de participación en grupo focal

FECHA		
DD	MM	AAAA

CIUDAD: _____

NOMBRES DEL PARTICIPANTE: _____

NOMBRES DEL MODERADOR (1): _____

NOMBRES DEL MODERADOR (2): _____

PROFESIÓN: _____

Yo _____ identificado con cedula de ciudadanía _____ de _____, en mi condición de trabajador de la Institución Educativa **Nuevo Horizonte IED**, manifiesto que el moderador me ha explicado y he comprendido satisfactoriamente la naturaleza y propósito del grupo focal, el cual no tiene fines terapéuticos, sino informativos. En la que se encuentra fundamentado y señalado antes el **artículo 25** conforme a la **Ley 1090 de 2006 y resolución 8430 del 2013**, sobre los derechos de los participantes. En consecuencia, doy mi consentimiento para realizar la encuesta al moderador (1) Blanca Julieth Montoya Osorio identificado con cedula de ciudadanía 1088251560 de Pereira. Moderador (2) Luz Dary Rojas Torrado identificado con cedula de ciudadanía 1020747818 de Bogotá. Para la realización del grupo focal, soy consciente que este proceso no atenta contra mi derecho fundamental de la intimidad personal y laboral, por el contrario, busca analizar cuáles son las causas de los problemas psicológicos que han afectado a los docentes de la institución educativa **Nuevo Horizonte IED**. Dicha información es protegida por la ley de datos como se indica.

"Por la cual se dictan disposiciones generales para la protección de datos personales en el cumplimiento de la **ley 1581 del 20012 y el decreto 1377 del 2013**, es una ley que complementa la regulación vigente para la protección del derecho fundamental que tienen todas las personas naturales autorizar la información personal que es almacenada en bases de datos o archivos, así como su posterior actualización y rectificación".

Se deja constancia que se ha explicado con suficiencia los procedimientos a realizar por parte del moderador y que esto queda plasmado en este documento, el cual ha sido leído y entendido en su totalidad, otorgando consentimiento de manera libre y voluntaria.

Firma y Cédula

Celular: _____

Consentimiento de Autorización de grabación

FECHA		
DD	MM	AAAA

CIUDAD: _____

NOMBRES DEL PARTICIPANTE: _____

NOMBRES DEL MODERADOR (1): _____

NOMBRES DEL MODERADOR (2): _____

PROFESIÓN: _____

Yo _____ identificado con cedula de ciudadanía _____ de _____, en mi condición de trabajador de la Institución Educativa **Nuevo Horizonte IED** y participante de este grupo focal autorizo a realizar la sesión que se lleva a cabo el día jueves 18 de Noviembre del 2021 a las 5:30 pm la cual se realizara con fines informativos, en la cual autorizo que sea gravada ya que cumplirá con las condiciones de confidencialidad de la información dada. En la que se encuentra fundamentado y señalado antes el **artículo 25** conforme a la **Ley 1090 de 2006 y resolución 8430 del 2013**, sobre los derechos de los participantes. En consecuencia, doy mi consentimiento para realizar la grabación al moderador (1) Blanca Julieth Montoya Osorio identificado con cedula de ciudadanía 1088251560 de Pereira. Moderador (2) Luz Dary Rojas Torrado identificado con cedula de ciudadanía 1020747818 de Bogotá. Para la realización del grupo focal, soy consciente que este proceso no atenta contra mi derecho fundamental de la intimidad personal y laboral, por el contrario, busca analizar cuáles son las causas de los problemas psicológicos que han afectado a los docentes de la institución educativa **Nuevo Horizonte IED**. Dicha información es protegida por la ley de datos como se indica.

“Por la cual se dictan disposiciones generales para la protección de datos personales en el cumplimiento de la **ley 1581 del 2012 y el decreto 1377 del 2013**, es una ley que complementa la regulación vigente para la protección del derecho fundamental que tienen todas las personas naturales autorizar la información personal que es almacenada en bases de datos o archivos, así como su posterior actualización y rectificación”.

Se deja constancia que se ha explicado con suficiencia los procedimientos a realizar por parte del moderador y que esto queda plasmado en este documento, el cual ha sido leído y entendido en su totalidad, otorgando consentimiento de manera libre y voluntaria.

Firma y Cédula

Celular: _____

FICHA REPORTE PRODUCTO MULTIMEDIA PRÁCTICAS SUSTENTACIÓN

Autores	Blanca Julieth Montoya Osorio Erika Tatiana Bautista Cubillos Jordy Andréi Maya Sánchez Luz Dary Rojas Torrado Sergio Alejandro Páez Rodríguez Asesor: MSc. Cristian Iván Giraldo León
Objetivo del proyecto	Analizar los cambios psicológicos que conlleva la labor pedagógica en la salud de los docentes de la institución educativa Nuevo Horizonte IED entre los 30 a 50 años
Título del material	Afectaciones psicológicas de la salud escolar en docentes
Objetivo del material	Sustentación del trabajo de grado por medio de un video para presentar el resumen de la investigación realizada.
Tipo de producto (podcast, video)	Video
Enlace producto multimedia	https://youtu.be/ljMpxPmwyKw