

Bibliografía

- Alonso, M. G. Gallego, J.D y Honey (2007) Los estilos de aprendizaje. Bilbao. Mensajero.
- Bronfenbrenner Urie (1987) La Ecología del desarrollo humano. Barcelona- México Paidós
- Chaiklin Seth y Lave Jean (Compiladores) (s/f) Estudiar las prácticas. Amorrortu editores. Argentina.
- Delors, Jaques (1997) “Los cuatro pilares de la educación”. En *La educación encierra un tesoro*. México: Correo de la UNESCO.
- Freire Paulo (1970) Pedagogía del oprimido. México. Siglo XXI.
- Imbernón Francisco (2006) La profesión docente desde el punto de vista internacional ¿Qué dicen los informes? En Comentarios a los informes EURYDICE y OCDE sobre cuestión docente. Consultado el 3 de mayo de 2012 en http://www.revistaeducacion.mec.es/re340/re340_03.pdf
- Meirieu, Ph. (1992) *Aprender, sí. Pero ¿cómo?*. Barcelona. Octaedro
- Sarrate Ma. Luisa Capdevilla y Hernando Sanz Ma. Ángeles (Coords.) (2009) Intervención en Pedagogía Social. España. Narcea.
- Perrenoud, Philippe (2004) *Desarrollar la práctica reflexiva en el oficio de enseñar. Profesionalización y razón pedagógica*. Barcelona. Graó

Salud Integral Docente en la Escuela Pública. Una Propuesta Integral desde el Modelo Bio-Psico-Social. Enrique Reyes Chávez.

Introducción

El presente estudio constituye un acercamiento a la problemática de la salud mental integral de los profesores de educación primaria en el municipio de Saltillo, Coahuila. Aunque existe una abundante literatura sobre el tema, en la que se han definido con precisión los aspectos relevantes de esta problemática, la situación particular de los docentes en la localidad de Saltillo se ha analizado solo parcialmente.

Planteamiento del problema

Dadas las características de la práctica docente del profesor de educación primaria, en el sector público de nuestro país, se presentan problemas de salud mental integral que pueden repercutir de forma dramática sobre diversos ámbitos de su vida familiar, social y profesional.

Práctica docente: constructo

La práctica docente (Monografías Educación Española al Día, 2007) es la labor que lleva a cabo el docente dentro del aula para producir aprendizajes incluyendo los procesos de enseñanza. Incluye aspectos como: relaciones con los alumnos, organización de la enseñanza, clima del aula, relaciones con los padres y atención a la diversidad en el grupo de alumnos.

Salud mental y salud mental integral: constructo

“La salud mental abarca una amplia gama de actividades directa o indirectamente relacionadas con el componente de bienestar mental incluido en la definición de salud que da la Organización Mundial de la Salud (OMS): «un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no *solamente la ausencia de afecciones o enfermedades*». *Está relacionada con la* promoción del bienestar, la prevención de trastornos mentales y el tratamiento y rehabilitación de las personas afectadas por dichos trastornos” WHO (2011).

Justificación

El hecho de ser profesor, en cualquiera de sus niveles educativos en México: preescolar, primaria, secundaria, bachillerato o de nivel superior, es uno de los privilegios más excelsos que el ser humano puede realizar. Tal privilegio se manifiesta en el hecho de la trascendencia que implica estar día a día frente a seres humanos interactivos y abiertos a la posibilidad de ir más allá de sí mismos. Sin embargo, ello conlleva una serie de implicaciones que normalmente no se tienen en cuenta. Los trabajos y responsabilidades que señala la normatividad y el devenir educativo, con todos sus materiales, planeaciones, propósitos, secuencias didácticas, organización del aula y evaluación, entre otras muchas exigencias y obligaciones, abarcan todo el tiempo laboral del profesor de educación primaria especialmente.

Los estudios sobre la salud mental del profesor evidencian que la situación del docente va más allá de la misión que implica ser maestro de cualquiera de los niveles de la educación, aún allende las exigencias laborales y cumplimiento de la normatividad educativa. Un gran porcentaje de docentes está en riesgo de perder su salud mental, circunstancia que se vincula con diferentes modalidades de síntomas somáticos, así como un creciente retraimiento social y vacuidad existencial (Rubio, 2008).

El centro del presente proyecto de investigación cuantitativa es el profesor de primaria del municipio de Saltillo, Coahuila, especialmente aquellos del sistema público. Por lo tanto, se excluyen los profesores del sistema privado, ya que estos últimos en la mayoría de los casos son cuidadosamente seleccionados por el centro de trabajo donde son reclutados; también porque creemos que las necesidades y los problemas psicológicos del profesor se manifiestan en la realización de su trabajo diario, trascienden a los alumnos, pero es probable que tengan su fundamento y origen en la familia y/o en la infancia temprana, y porque al conocerlos podremos realizar un reporte sobre la situación. Tales circunstancias afectan directamente al profesor y a sus respectivas familias, trasciende especialmente a los alumnos donde ellos se desempeñan, y, por consiguiente, limitan los procesos de enseñanza-aprendizaje del sistema educativo mexicano.

Respecto a la razón de abocarnos a los profesores de la educación primaria, es porque los alumnos que están directamente en contacto con los profesionales de la enseñanza de este nivel, son particularmente vulnerables a cualquier influencia. La edad de los alumnos del nivel de educación primaria, incluye niños y niñas en un rango de los 6 a los 12 años en promedio. Tal particularidad los coloca en situaciones de riesgo ante profesores afectados por cualquier clase de sintomatología, sea del ámbito de la salud física, mental o aislamiento social.

Fundamentamos, por tanto, el presente proyecto de investigación en el modelo biopsicosocial («teoría de rango medio»), porque consideramos que dicho respaldo teórico presenta una visión holística del ser humano que puede favorecer el conocimiento de algunas necesidades y de algunos problemas psicológicos del profesor de educación

primaria; necesidades y problemas a los que es urgente dar respuesta para lograr un mayor autoconocimiento por parte del profesor, lo que se convertiría en garantía de su salud mental y herramienta para una aproximación más sana hacia sus alumnos, así como un mejor rendimiento en la práctica educativa (Díaz-Granados, 1999).

Lo que dinamizará la investigación, será la interrelación del modelo biopsicosocial en su modalidad integral, mismo que contempla a la persona en su totalidad. Es decir, que el fundamento antropológico es aquel que tiene en cuenta, en el ser humano, tanto la dimensión corpóreo-biológica, como aquella psicológica, además de su inserción en el mundo como ser social.

La necesidad en todo ser humano, es poseer un nivel de salud integral aceptable. Es decir, que particularmente el profesor cuente con un abanico de herramientas del campo psicológico, de la salud física y de sus relaciones interpersonales, con la finalidad de que desempeñe su labor docente lo más sano posible. Sin embargo, la problemática de la dinámica del cambio social, y cómo ésta afecta a las instituciones escolares, es todavía más incisiva e influye de manera determinante en el sistema educativo y, por lo tanto, repercute en el trabajo de los profesores, originando *estrés* y licencias por este diagnóstico (Corvalán, 2005). Por consiguiente, la salud mental especialmente, se ve comprometida en los que se dedican a la docencia.

Originalidad de la propuesta

La originalidad estriba en los siguientes aspectos: primero, se considera una perspectiva integral de la salud mental bajo el modelo biopsicosocial; segundo, se evalúan aspectos diferentes y complementarios a los que se han estudiado en otras investigaciones; tercero, el análisis de la problemática de la salud mental integral de los maestros del sistema público del municipio de Saltillo ha sido estudiada sólo parcialmente y, específicamente, en esta investigación constituye el sujeto principal; cuarto, en el aspecto metodológico se diseña un instrumento y una escala particular para este ámbito, nivel e individuos. En este sentido, consideramos que los resultados de este estudio aportarán elementos nuevos y significativos para el conocimiento de la salud mental de los profesores.

Objetivo general:

Identificar de manera clara y precisa (en base al modelo biopsicosocial) los problemas de salud mental integral, derivados de la práctica docente en los profesores de educación primaria del municipio de Saltillo. A partir de ello, probar que dicha práctica tiene un efecto relevante sobre las condiciones de salud de los profesores.

Objetivos específicos:

- Establecer en qué medida se presentan los problemas de salud fisio-biológicos, psicológicos y sociales en los profesores de educación primaria del municipio de Saltillo, Coahuila.
- Identificar las causas recientes que inciden en las condiciones de salud mental de los docentes encuestados.
- Establecer de qué manera el conocimiento del riesgo influye sobre la probabilidad de presentar problemas de salud mental integral.
- Determinar si la exigencia y presión administrativa ejercida sobre el profesor, afecta la salud mental integral del mismo.

Tareas a realizar:

- Revisar la documentación bibliográfica o estado de la cuestión sobre la salud mental del profesor en México.
- Identificar y operacionalizar la variables principales relacionadas con la salud mental integral del profesor de educación primaria en el municipio de Saltillo.
- Elaborar un cuestionario para conocer la situación actual de la problemática sobre la salud mental del profesor de educación primaria de Saltillo.
- Analizar la información recabada y elaborar un informe diagnóstico básico sobre la salud mental integral del profesor de educación primaria en el municipio de Saltillo.

Marco teórico

El modelo biopsicosocial

Los fundamentos teórico psicológicos que nos servirán de soporte para el estudio de la salud mental del profesor, estarán basados en el modelo biopsicosocial. Dichos fundamentos nos permitirán, en la medida de lo posible, hacer una lectura completa del comportamiento humano con la finalidad de comprender y explicar la salud mental del profesor, con la certeza de que el mismo es un ser biopsicosocial integrado, que está constituido por dimensiones que interactúan entre sí y que puede ser comprendido científicamente en una lectura multidimensional que evite una visión reductiva, fragmentada, parcial o monocausal del ser humano.

El presente modelo tiene su fundamento en la definición de salud que proporciona la OMS, y tiene sus antecedentes en el desarrollo del modelo biopsicosocial presentado por George Engel en el año 1982, citado por Abdala (2002, p. 10), quien “propuso el modelo *biopsicosocial como el nuevo paradigma de la medicina*. Este propone una integración de los factores biológicos y psicosociales, tanto en la comprensión diagnóstica como en la planificación terapéutica” (sic). Modelo que será brevemente expuesto en los siguientes párrafos.

Por consiguiente, será necesario dar a conocer la dimensión psicológica de la persona, porque esta dimensión constituye el núcleo central del fundamento teórico para estudiar la salud mental del ser humano en el modelo biopsicosocial. Explica cómo se forma la estructura psíquica, su funcionamiento, sus procesos, sus mecanismos psíquicos, y los componentes y las manifestaciones del Yo como estructura psíquica biopsicosocial integrada.

Posteriormente la dimensión psicobiológica del ser humano, integrando en esta concepción aquellas disciplinas científicas de las que necesita o se auxilia la psicología como son la neurología, la endocrinología, la neurotransmisión química, la genética, la anatomía y la fisiología, porque nos pueden ayudar a comprender mejor el comportamiento de la persona y a diferenciar el campo propio de acción del psicólogo y

de cada uno de los especialistas involucrados en esta dimensión para trabajar en equipos interdisciplinarios.

Finalmente, la dimensión psicosocial del ser humano, con la finalidad de establecer la influencia que ejerce el ambiente en la construcción de la personalidad, principalmente la influencia que ejerce la interacción y el vínculo entre madre e hijo, la fuerza que tienen los mensajes recibidos de las figuras significativas, cómo se realiza la estructuración de la dimensión psicosocial en la adolescencia, en la juventud y en la edad adulta, y los mecanismos de defensa que se utilizan para hacer frente a situaciones conflictivas que generan angustia a nivel psicosocial.

Estado de la situación

Con la finalidad de conocer el estado actual de la situación o de la realidad, y cumplir con los objetivos, nos dimos a la tarea de revisar sistemáticamente algunos estudios e investigaciones sobre las aportaciones de la psicología a la salud mental del profesor en México y otros países interesados en el tema. Tales estudios e investigaciones están conformados básicamente por libros, artículos y tesis, cuya finalidad es ir corroborando algunos factores importantes que pueden estar presentes en los trastornos psíquicos del profesor; así como en la detección de posibles índices que indican el nivel de salud o trastorno mental del docente. La consulta bibliográfica, las afirmaciones hipotéticas, la experiencia clínica y la observación a través de la docencia, tienen el objetivo de corroborar la existencia de una problemática referente a la situación sobre los trastornos psicológicos y la salud mental del profesor de primaria.

Por lo anterior, en el devenir de la definición del campo, tema, problema y el análisis bibliográfico, nos ha llevado a considerar los diferentes puntos de vista e investigaciones de aquellos interesados en la Salud Mental docente. Woods (1993, p. 131), en este tenor, considera que “los maestros están sometidos a diversas presiones y obligaciones –el currículum dominado por el examen, la escases de los recursos, la relación numérica entre maestro y alumnos, la baja moral, la gran cantidad de clientela recalcitrante, el aumento de las demandas de responsabilidad y de evaluación del

maestro— a las que no pueden escapar debido a su compromiso personal. Lo típico es que resuelvan el problema mediante un «compromiso estratégico» y mediante «estrategias de sobrevivencia»”. Sobre estas estrategias, precisamente, es a las que los siguientes autores se abocan.

Campelo (2010) por ejemplo, evidencia que un total de 14.529 docentes víctimas de violencia en las aulas, han denunciado ya su caso al «defensor del profesor» en sus cinco años de funcionamiento. Con una media de diez llamadas al día, este servicio del sindicato de profesores ANPE, se confirma como un crudo observatorio de la realidad en las escuelas españolas. La mayoría de los conflictos se desarrollan en el ciclo de Educación Secundaria (el 45% de las llamadas recibidas el curso pasado), cabe destacar el importante puesto que empiezan a tomar las agresiones a profesores de Educación Primaria, que protagonizan el 38% de las llamadas recibidas. Desde este servicio de atención inmediata y gratuita puesto en marcha por ANPE hace cinco años, se ofrece un amplio abanico de servicios que incluye el asesoramiento, la protección, la gestión ante la administración y la denuncia ante los juzgados.

Linares (2010), parte de la premisa de que el nivel de bienestar general, entendido como un mejor nivel de satisfacción laboral, impacta de forma positiva en la salud mental. De esta forma, una actividad placentera desarrollada en condiciones armónicas tenderá a propiciar un estado de plenitud en la persona que la realiza. La satisfacción laboral es definida como las reacciones afectivas positivas del empleado respecto al trabajo en relación con los resultados actuales, en contraste con los resultados esperados. La baja satisfacción se puede ver reflejada en el nivel de salud mental como agotamiento, debilidad, estrés, ansiedad e insomnio, sentimientos de poco balance en la vida personal y del trabajo e intención de renuncia. Las consecuencias de esta situación de la enseñanza se han catalogado como «el malestar docente» (Esteve, 1987), y han llevado a actitudes de hastío, incomodidad y depresión entre los profesores.

Otro de los estudios (Corvalán, 2005), revela que la realidad escolar cotidiana y la salud mental de los profesores, muestran cómo la función docente está relacionada con una serie de situaciones que constituyen una enorme presión y ocupan gran parte de la

carga horaria del profesor. En dicho estudio, se identifican cuáles de estas situaciones tienen mayor incidencia en la generación de estrés o desgaste emocional. La salud mental del docente, en este sentido, es mediada por el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Iriarte (1999), parte de investigaciones sobre la salud mental de los profesores, realizadas en países europeos como Suecia, Austria y España. Al mismo tiempo, presenta un panorama del caso colombiano en ese aspecto, donde se plantean particularidades de la problemática, entre las que se mencionan factores éticos y de violencia. Se establecen posibles causas de las crisis de identidad y personalidad de los profesores y las probables consecuencias de las mismas.

Otros estudios (Fajardo, 2006; Gil-Monte, et al, 2009; Guerrero y Rubio, 2005) han considerado que los problemas salud mental integral propios del contexto laboral, no han recibido suficiente atención en algunos campos en particular (especialmente en la educación), aunque distintos trabajos de investigación han desarrollado una estructura analítica y de interpretación, así como instrumentos para su evaluación. Gil-Monte *et al* (2009) realizaron un estudio sobre la validación del Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo (CESQT) en maestros mexicanos de educación básica. En dicho estudio, se contrastó la hipótesis de un modelo de cuatro factores así como el del modelo original. El «Síndrome de quemarse por el trabajo» (*burnout*) (en adelante SQT), se define como una respuesta al *estrés laboral* crónico al que están sometidos los profesionales de servicio que trabajan en contacto directo con humanos.

Según Martínez y Pérez (s/f) existen otros riesgos que pueden minar la salud mental del maestro. Entre ellos se pueden mencionar las condiciones laborales, atención a la comunidad, ámbito escolar, estrés, ansiedad, depresión, prisa, competitividad, colectivo escolar heterogéneo, saturación de responsabilidades, empatía con sus compañeros, frustraciones, sobrecarga académica, agotamiento profesional, administrativo y horario. En ocasiones entre los docentes se dan indicios del *malestar docente* (como lo tipifica Lara Peinado, 2007). El origen es propiciado por las reformas legislativas tanto del marco educativo, seguridad social, la merma del prestigio social,

conductas antisociales de algunos de los alumnos, sistema de promoción y de remuneración no es agradable por todos, formación psicopedagógica insuficiente.

Un estudio de Rubio (2008) tiene como núcleo principal, investigar lo relacionado con el estrés docente. El estudio arrojó como resultado que el 36% de los docentes se encuentra en riesgo de perder su salud mental, y que el 26% declaraba que se encontraba muy estresado. La aplicación del estudio se realiza no sólo en el ámbito urbano sino también en el medio rural, encontrándose algunas diferencias muy marcadas, por ejemplo, el rural se muestra más estresado en relación a la familia que el urbano. ¿Cuáles son las consecuencias?, sobre todo mentales, el autor equipara salud mental con estrés subjetivo. Esto es algo serio porque ya se deriva una enfermedad mental.

Domich (2006) presenta un estudio que tuvo como objetivo realizar un diagnóstico de los trastornos de la salud mental de los profesores de 8 escuelas básicas de la comuna de Santiago de Chile. En este diagnóstico se evaluaron las condiciones laborales que pudieran estar influyendo en la salud mental de estos docentes, y en qué medida éstos presentaban sintomatología psíquica. La muestra estuvo compuesta por 106 profesores. Se constató que en los docentes encuestados existía un enorme porcentaje (86%) que presentaban trastornos psicológicos, especialmente síntomas de tipo ansioso, depresivo y psicosomático, los cuales se asociaban a condiciones laborales deficientes. El concepto de salud mental en el trabajo, alude a un estado de bienestar psicológico y social de una persona dentro de un medio laboral dado y no corresponde sólo a la falta de enfermedad. Dentro de los trastornos en salud mental laboral más extendidos se encuentran el estrés, el cual es una respuesta de adaptación del organismo frente a las exigencias del medio y desencadena síntomas como ansiedad, depresión, apatía, tensión muscular, irritabilidad y comportamientos tales como el abuso de fármacos y auto medicación. De lo anterior se desprende que la salud mental en el trabajo está íntimamente ligada a las condiciones laborales en las que se encuentran las personas. La salud mental de los profesores es un tema trascendental, debido a la importante labor que ellos realizan.

Además, según el mismo estudio (Domich, 2006), en los docentes de educación primaria se encontró un alto consumo de drogas y una presencia importante de

enfermedades psicosomáticas asociadas a sintomatología angustiosa. En Alemania, diversas investigaciones muestran que hay un alto riesgo de enfermedades cardíacas entre los profesores, relacionadas con problemas de estrés. Por otra parte, en Inglaterra se encontró que existe una gran correlación entre el estrés que presentan los profesores y los altos niveles de ausentismo laboral, alta rotación y abandono de la carrera docente. En Chile existen escasas investigaciones en torno al tema de la salud laboral y, específicamente, de la salud mental del magisterio, lo que indicaría la importancia insuficiente que se le da a esta área, a pesar de que hay datos que dan cuenta de las precarias condiciones laborales en que se encuentran los profesores y cómo éstas pueden influir en los trastornos en la salud mental. Además, las malas condiciones de trabajo afectan a los profesores en su bienestar psicosocial no sólo durante las horas de trabajo.

Al analizar los problemas más importantes que los profesores estiman que existen en sus condiciones laborales, se aprecia que los tres problemas que se presentan con mayor frecuencia corresponden a que el trabajo es considerado como excesivo y agotador, que existen demasiadas dificultades administrativas que impiden realizar proyectos en el ámbito de la escuela, y que la autoridad del establecimiento no reconoce el esfuerzo hecho por los profesores en su trabajo.

Hipotesis:

Hi: Las características de la práctica docente afectan negativamente la salud mental integral del profesor.

Hi: Mientras menor es el conocimiento del riesgo del trabajo profesional del profesor de educación primaria, mayor es la probabilidad de presentar problemas de salud mental integral.

Ha: Mientras mayor sea el conocimiento del riesgo del trabajo profesional del profesor, menor es la probabilidad de presentar problemas de salud mental en el profesor.

Ho: No existe relación entre el conocimiento del riesgo sobre la profesión del profesor de educación primaria y su salud mental integral.

Hi: Mientras menor es la organización personal de la práctica docente mayor es el efecto negativo sobre la salud mental integral.

Hi: Mientras mayor es la exigencia y presión administrativa ejercida sobre el profesor, mayor es la afectación a la salud mental integral del mismo.

Hi: A mayor número de horas en trabajo docente menor atención a la salud mental integral por parte del profesor.

Método

El presente estudio parte de un marco teórico definido y de la elaboración de un instrumento validado que se aplica de manera preliminar a un número determinado de profesores, según se define en la muestra. Para el estudio se realiza un análisis descriptivo de las variables definidas en el instrumento y se efectúa un análisis correlacional de las variables principales, de acuerdo a las hipótesis planteadas en el trabajo.

Muestra

Existen en el municipio de Saltillo 384 escuelas primarias (públicas y privadas), con un total de 3,024 docentes en este nivel. De la totalidad, las del sector público son 328, representando el 84% del total. Lo que significa que se tiene una sub-muestra de profesores que corresponden a las escuelas públicas de educación primaria de 2583. Se analizará una muestra representativa con base en un 95% de nivel de confianza, y con un error de estimación de 3%. Hipotéticamente consideramos que la característica de interés se presenta en 90% de la población. Por lo cual se aplicarán 334 cuestionarios a un número igual de profesores, que asisten a formarse a la UPN unidad Saltillo, del municipio de Saltillo, Coahuila.

Instrumento

Para la realización del estudio se elaborará un cuestionario basado en distintas experiencias previas, y en una elaboración propia, que incorpora la medición de las siguientes variables: Independientes, dependientes y de control.

Dentro de las **variables independientes** de la práctica docente, tenemos: la carga de alumnos, el ambiente de trabajo, la capacitación profesional para la práctica docente, los espacios físicos, la diversificación de tareas y la carga laboral.

- La carga de alumnos: corresponde al número de alumnos que el profesor debe atender en clase. Esta variable se medirá con una escala por rangos, que van agrupados de la siguiente manera: 1 a 10 muy bajo, 11 a 20 bajo, 21 a 30 medio, 31 a 40 alto, más de 41 muy alto. Se pregunta: *“Número de alumnos que atiende en el ciclo escolar”*
- Ambiente de trabajo: se define como la situación laboral en la que las relaciones jerárquicas e interpersonales (maestro-alumno-directivos-padres) generan conflictos y rechazo. Esta variable se medirá a través de una escala de Likert que va de 0 = nada hostil a 4 = bastante hostil. A esta variable podrían corresponder diversas preguntas en el cuestionario. Por ejemplo, *“¿Cómo considera que son las relaciones interpersonales entre los maestros en su escuela?”*. Otra pregunta, *“¿Cómo considera que son las relaciones con las autoridades escolares y del sistema educativo?”* Una tercera pregunta: *“¿Cómo percibe las relaciones con los padres de familia?”*
- Capacitación profesional para la práctica docente: es la percepción que el docente tiene de su cualificación necesaria para desarrollar adecuadamente las exigencias laborales. Variable que será medida a través de una escala de Likert, que va de 1 = inadecuada hasta 5 = muy adecuada. Una pregunta es: *“¿Siente que su nivel actual de preparación es el adecuado a las presentes exigencias de la labor educativa?”*
- Espacios físicos: se refiere al ambiente físico e infraestructura necesarios para el desarrollo de la práctica docente. Variable que será medida a través de una escala de Likert, que va de 1 = inadecuada hasta 5 = muy adecuada. Por ejemplo, se plantean una serie de ítems: *“¿Cómo son las condiciones de ventilación del espacio donde labora?”*, *“¿Cómo son las condiciones de limpieza del espacio donde labora?”*, *“¿Cómo son las condiciones respecto al ruido del espacio donde trabaja?”*, *“¿En general, cómo son las condiciones sanitarias del espacio donde labora?”*.
- Diversificación de tareas: se refiere a las diferentes tareas realizadas por los docentes en su práctica profesional cotidiana, como tareas de planeación, de organización, deportivas, artísticas, etc. Esta variable se medirá con una escala que va de 0 = nada

diversificada a 4 = excesivamente diversificada. Por ejemplo, “¿Cómo son las diversas tareas que desarrolla en su actividad profesional cotidiana?”

- Carga laboral: se refiere al número de horas que el docente labora efectivamente en uno o varios centros educativos. Esta variable será medida con una escala de rango horas semana de: no excesiva de 25 a 30, medianamente excesiva de 31 a 35, excesiva de 36 a 40 y muy excesiva de 41 o más. Por ejemplo: “¿Cuántas horas trabaja por semana?”

Las **variables de control** son: género, edad, estado civil, años de servicio y nivel en carrera magisterial. También se tendrá en cuenta el nivel de marginación social del medio de la escuela, que se definirá de acuerdo a la localización urbana de la misma. Esta variable se medirá de acuerdo a la clasificación de marginación elaborada por el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI).

Variables dependientes:

Son tres dimensiones del ser humano: física, psíquica y social, que corresponden al modelo biopsicosocial integrado, lo que incluye las siguientes variables.

a) Dentro de la *dimensión física*, encontramos:

- Agotamiento físico: cansancio permanente y disminución de las prestaciones físicas. Esta variable se medirá con una escala de 0 = nunca, 1 = raramente: algunas veces al año, 2 = a veces: algunas veces al mes, 3 = frecuentemente: algunas veces por semana, 4 = muy frecuentemente: casi todos los días.

Enfermedades físicas: este grupo de variables se medirá de acuerdo a un “check list”, basado en una tipificación sobre enfermedades de la profesión docente, según: Lara Peinado (2007), Esteve José M. (1987), Alemañi Martínez (2009), y una correspondiente escala de Likert, que va 0 = nunca, 1 = raramente: algunas veces al año, 2 = a veces: algunas veces al mes, 3 = frecuentemente: algunas veces por semana, 4 = muy frecuentemente: casi todos los días. Por ejemplo, la pregunta general e introductoria a una tabla agrupada de enfermedades, sería la siguiente:

“Por otra parte, también nos gustaría saber, como consecuencia de su trabajo docente, ha padecido”:

- **Gastritis:** También conocida como dispepsia, la gastritis es una inflamación de la capa interior del estómago. Puede ocurrir repentinamente (aguda) o gradualmente (crónica).
- **Colitis:** Es la inflamación de la mucosa del intestino grueso, que origina síntomas de diarrea, dolor y distensión abdominal, flatulencia y deshidratación
- **Dolores de cabeza:** Con el nombre de cefalea se identifican a varios tipos de dolor de cabeza. Son dolores de cabeza muy agudos localizados, en la mayoría de los casos, en una parte de la cabeza desde la altura de la sien hasta la parte posterior.
- **Fatiga vocal o fonastenia:** cansancio bucal. Este cansancio lo suele producir un uso excesivo de la voz, también puede producirlo las amigdalitis. Dolor de garganta. Disfonía. Laringitis
- **Dolor de espalda:** El dolor de espalda puede ser desde un dolor leve y constante hasta punzadas agudas repentinas que dificulten el movimiento.
- **Cansancio permanente:** La aparición de agotamiento o cansancio injustificado y prolongado.
- **Dificultad para concentrarse:** problemas para prestar atención o permanecer concentrada en una tarea o actividad.
- **Disminución de la vista:** es un término que se refiere a la pérdida parcial de la *vista*.
- **Disminución de la capacidad auditiva o Hipoacusia:** es la disminución del nivel de audición de una persona por debajo de lo normal. Puede ser reversible o permanente.
- **Tendinitis:** (informalmente llamada tendinitis) es la inflamación de un tendón (punto de anclaje de un músculo en el hueso).
- **Várices:** son dilataciones [venosas](#) que se caracterizan por la incapacidad de establecer un retorno eficaz de la [sangre](#) al [corazón](#) ([Insuficiencia venosa](#)).

c) En la *dimensión psicológica* aparecen un grupo de problemas psíquicos, consideradas en este estudio como variables, mismas que serán medidas de acuerdo a una escala de Likert de 5 puntos, que va de 0=nunca a 4=muy frecuentemente, con las características planteadas por Gil-Monte, et al (2009). Tenemos las siguientes:

- Desgaste psíquico: se define como la aparición de agotamiento emocional, debido al desgaste que conlleva la práctica docente. Por ejemplo:
 - “Trato con indiferencia a algunos alumnos”.*
 - “Me siento desgastado emocionalmente”*
 - “Estoy saturado por el trabajo”*
- Sentimientos de culpa: puede designar un estado afectivo consecutivo a un acto que el sujeto considera reprehensible, o también un sentimiento difuso de indignidad personal sin relación con un acto preciso del que el sujeto pudiera acusarse. Por ejemplo:
 - “Me siento culpable por algunas actitudes en mi trabajo”*
 - “Pienso que debería pedir disculpas a alguien por mi comportamiento”*
- Miedo: o temor es una emoción caracterizada por un intenso sentimiento habitualmente desagradable, provocado por la percepción de un peligro, real o supuesto, presente, futuro o incluso pasado.
 - “Siento temor ante algunas circunstancias en mi trabajo”*
- Estrés: es una reacción fisiológica del organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante o de demanda incrementada. Algunos ejemplos serían:
 - “Me siento cansado sin un motivo preciso”*
 - “Me molesto con facilidad ante el ruido”*
- Depresión: trastorno del estado de ánimo y su síntoma habitual es un estado de abatimiento e infelicidad que puede ser transitorio o permanente. Por ejemplo:
 - “Me siento triste o melancólico”.*
- Hipocondriasis: es una creencia en que síntomas físicos reales o imaginarios son signos de una enfermedad grave, a pesar de la certeza médica y otras evidencias de que no lo son.

d) De la *dimensión social*:

Este grupo de variables se medirá de acuerdo a una escala de Likert de 5 puntos, que va de 0=nunca a 4=muy frecuentemente, con las características planteadas por Gil-Monte, et al (2009).

- Indolencia: presencia de actitudes de indiferencia y cinismo. Por ejemplo:
-“Creo que muchos alumnos son insoportables”
- Aislamiento: se entiende la falta de participación de segmentos de la población en la vida social, económica, política y cultural de sus respectivas sociedades. Por ejemplo:
-“Prefiero estar solo”
-“La mayor parte de las personas me parecen aburridas”
- Comportamiento antisocial: en general se puede caracterizar como una falta general de adhesión a las costumbres sociales y las normas que permiten a los miembros de una sociedad convivir pacíficamente. Por ejemplo:
-“Me impaciento con facilidad con los demás”.
-“Falto al respeto a los demás”
- Agresividad: hace referencia a un conjunto de patrones de actividad que pueden manifestarse con intensidad variable, incluyendo desde la pelea ficticia hasta los gestos o expansiones verbales. Por ejemplo:
-“Discuto fácilmente con los demás”
-“Grito a los alumnos”
- Desvalorización del trabajo: es la cosificación e instrumentalización de la actividad laboral como forma creativa de la actividad humana. Por ejemplo:
-“¿Mi trabajo resulta gratificante?”
-“¿Ha sentido que está jugando un papel útil en su trabajo?”
- Desidia: incumplimiento de tareas asignadas previamente.
-“Dejo inconcluso el trabajo”
-“Soy capaz de hacer frente a mis tareas”
-“Cumpló tareas asignadas”
- Apatía: aplanamiento e indiferencia hacia los demás.
- Ausentismo laboral: es toda aquella ausencia o abandono del puesto de trabajo y de los deberes anejos al mismo, incumpliendo las condiciones establecidas en el contrato de trabajo.

-“Me ausento de mi trabajo”

Las variables dependientes están agrupadas por dimensiones (física, psicológica y social), de tal manera que se analizará el efecto de las variables independientes sobre estas dimensiones, considerando diversas variables (dependientes). Por ejemplo, se puede ver el efecto de la excesiva carga de alumnos sobre la dimensión psicológica considerando en primer lugar una variable como “el desgaste psíquico” y, posteriormente, el efecto de esa misma variable sobre la variable “estrés”. Este procedimiento se llevará a cabo sobre el conjunto de variables.

Procedimiento

Una vez elaborado el cuestionario, se aplicó en primera instancia un piloteo en la escuela primaria Dr. Miguel Ángel Talamás Dieck, a un número de 9 profesores del nivel, ubicada en la ciudad de Saltillo, Coahuila, para revisar el cuestionario, testar las escalas a utilizar y asegurar que las preguntas fueran legibles, claras y que proporcionaran la información que se deseaba obtener. El tiempo estimado de respuesta por parte de la muestra, fue de 30 minutos. Con una cantidad máxima de preguntas de 51 reactivos o ítems. Los resultados se capturaron y procesados en el programa estadístico SPSS versión 19.

Posteriormente, el cuestionario se aplicó a 50 profesores por parte de los miembros que conforman el equipo de investigación, de una muestra total estimada de 334 profesores de educación primaria para una aproximación preliminar al estudio del problema. Se aplicó principalmente a profesores-alumnos de la Universidad Pedagógica Nacional, Campus Saltillo, y en algunas escuelas primarias de la localidad.

Análisis y discusión de los resultados

Análisis descriptivo

Datos generales

La media de edad de los encuestados es de 34 años. En cuanto a género el 86% son mujeres y sólo el 14% son hombres. En lo que respecta al estado civil, predominan los

docentes casados y solteros, acumulando el 96% del total. En cuanto al número de años de servicio, la media es de 9.3 años: el 74% tiene entre dos y diez años de labor docente.

El 72% de los maestros encuestados participan en el Programa de Carrera Magisterial. Sin embargo, llama la atención que el 38% están en el nivel A y sólo el 2% en el B, sin ninguna participación en los niveles C, D y E. Esta situación probablemente esté relacionada con el promedio de edad y los años de servicio, que como señalamos anteriormente es de 34 años la media y sólo tienen 9.3 años de servicio.

Estadísticos

	Edad	Género	Estado civil	Años de servicio	¿Participa en carrera magisterial?	¿En qué nivel?
N Válidos	50	50	49	50	49	37
Perdidos	0	0	1	0	1	13
Media	33,94	1,86	1,47	9,26	,73	,57
Mediana	30,00	2,00	1,00	8,00	1,00	1,00
Moda	26 ^a	2	1	10	1	1
Desv. típ.	14,652	,351	,581	5,528	,446	,555
Varianza	214,670	,123	,338	30,564	,199	,308
Mínimo	23	1	1	2	0	0
Máximo	99	2	3	25	1	2

a. Existen varias modas. Se mostrará el menor de los valores.



Indicadores de práctica docente

En cuanto al número de alumnos que atienden los profesores encuestados, se encontró que en promedio se trabaja con 34 niños, sin embargo, la varianza es muy elevada (65,417) lo que revela una amplia dispersión de los datos con respecto al promedio. Este es un indicador importante del constructo de Práctica Docente que analizaremos con mayor detalle más adelante.

El 34% de los encuestados se encuentran *poco o regularmente satisfechos* con su trabajo, mientras que el 66% está *bastante o muy satisfecho* con el mismo. En lo que se refiere a las relaciones interpersonales en la escuela la distribución de los encuestados se encuentra entre *nada hostil o poco hostil*, que representan en conjunto 53.1% del total, el resto están dentro de las categorías de *medio, bastante y muy hostil*.

El 62% considera que las relaciones con las autoridades escolares y del sistema educativo son *nada o poco* hostiles. El resto, 38% consideran dichas relaciones *medio, bastante o muy hostiles*. Asimismo, el 82% contestó que las relaciones con los padres de familia son *nada o poco* hostiles. El resto, 28% afirma que dichas relaciones son *medio, bastante o muy hostiles*. Ambos indicadores revelan que, en relación con la práctica docente, las relaciones externas a la escuela no son consideradas en general como muy conflictivas. En cuanto al nivel de preparación que considera el docente respecto a las exigencias de la práctica docente, se observa un resultado del 44% de *inadecuado o medio adecuado*; y el resto, 66% considera dicho nivel como *bastante y muy adecuado*.

Las condiciones ambientales de la práctica docente, incluyen: ventilación, limpieza, ruido y condiciones sanitarias del espacio donde se labora. Una parte importante considera que la ventilación es *medio adecuada o bastante adecuada*: 54%; las condiciones de limpieza se consideran de *medio a muy adecuadas*: 88%; en cuanto al ruido se presenta algo similar: el 90% considera a dichas condiciones de *medio a muy adecuadas*. Con respecto a estos indicadores ambientales podemos decir que los encuestados no los consideran un problema relevante para el desarrollo de su práctica docente y por tanto podemos considerar que no afectan de manera relevante la salud mental de los profesores.

La mayor parte de los profesores (66%) considera que las actividades de su práctica docente son medianamente diversificadas, y trabajan entre 20 y 30 horas (69.4%). El 54% de los encuestados considera que su práctica docente es pesada y muy pesada. Estos tres factores contribuyen a considerar como relevante nuestra hipótesis central de investigación: que a mayor cantidad de horas en trabajo docente menor es la atención a la salud mental integral por parte de los profesores.

Indicadores de salud mental integral biopsicosocial

Indicadores de salud física

Aún y cuando los maestros señalan sentirse raramente o a veces cansados, un porcentaje considerable de los encuestados (36%) dicen sentirse frecuente o muy frecuentemente cansados. Un 12% consideró sentirse entre mucho y bastante agotado, 72% entre poco y algo agotado, y el 16% nada agotado. Al considerar, que la población es relativamente joven (34 años de edad en promedio), estos factores podrían ser más relevantes aún de lo que parecen.

De los padecimientos físicos más frecuentes entre los profesores, podemos destacar en orden de importancia los siguientes, en las categorías de “a veces” (algunas veces al mes) y “muy frecuentemente” (casi todos los días):

- Dolor de cabeza, lo padecen el 58% de los encuestados.
- Dolor de espalda, se presenta en el 44% de los encuestados.
- Dificultad para concentrarse es un padecimiento que se encuentra en el 44% de los profesores encuestados.
- Várices se encuentra en un 34% entre las mismas categorías señaladas.
- Disminución de la vista y cansancio permanente se manifiestan en un 32%
- Fatiga vocal es reportada en el 30% de los casos considerados
- Colitis y dificultad para hablar en un 28%
- Gastritis en el 24% de los casos, y
- Dificultad en la capacidad auditiva y tendinitis en un 18% de los profesores.

Un dato interesante que resulta de la encuesta es que, de entre los encuestados, un porcentaje del 78% manifiesta no visitar al médico o hacerlo con poca frecuencia. Por

otra parte la sensación de enfermedad permanente se registra en un 46% de los casos entre poco y mucho, el resto 54% en nada. Los profesores que se sienten cansados sin motivo alguno van desde un 36% poco, y un 22% entre algo y bastante, es decir, 58% están entre poco y bastante. Pocos profesores de los encuestados reportan padecer alguna enfermedad crónica, ya que el 74% no reportan este nivel de enfermedad.

Indicadores de salud emocional

Un factor importante en el desempeño de la labor docente, es la salud mental del profesor. En este sentido, resulta necesario también evaluar los indicadores de afección de la salud, que definimos en términos de las siguientes manifestaciones, en las categorías de *algo*, *mucho* y *bastante*:

- “Estresado”. En este caso la encuesta arroja un 80% de aquellos que se encuentran en las categorías de *algo* a *bastante*.
- “Saturado por el trabajo”. Se detectó que el 68% de los encuestados se ubicó en las mismas categorías señaladas. Asimismo, “Angustiado” con 56%.
- Por otra parte en las mismas categorías de *algo* a *bastante* el “Desgaste emocional” con un 32%, y “Molestia ante el ruido” con un 30%.
- “Triste o melancólico” y “Culpabilidad” ambas con un 28%.
- “Lo que hago no tiene interés”, “Trabajo inconcluso” y “Temeroso” reportan un 22% en las mismas categorías.
- Finalmente, “Temor ante algunas circunstancias del trabajo” y “Utilidad en el trabajo (sentimiento de inutilidad)” con 16%, y “Miedo sin causa” 12%.

El maestro siente un compromiso fuerte en el cumplimiento de sus tareas, lo cual incrementa el nivel de angustia y de estrés en el trabajo. Esto puede observarse en los datos arrojados por la encuesta: 86% considera entre mucho y bastante hacer frente a sus tareas; y el 94% considera que cumple con las tareas que se le asignan, también entre mucho y bastante.

Indicadores de salud social

Por otra parte la Salud Mental Integral implica factores de interacción social en el profesor, que se manifiestan en diversos factores que consideramos en el estudio. En este sentido, se describen las variables más significativas de salud en su dimensión social.

- Un 42% de los profesores manifiesta “Gritar a los alumnos” entre algo, mucho y bastante.
- El gusto por cumplir con comisiones de carácter sindical u oficial, representó el 24% entre nada y poco.
- El 22% prefiere estar solo, manifiesta impaciencia hacia los demás y cree que muchos alumnos son insoportables, entre algo, mucho y bastante.
- El trato indiferente hacia los alumnos, entre algo y mucho, se expresa en un 20%
- El 18% considera que algunos de sus alumnos no deberían estar en clase, y que los demás le resultan indiferentes, entre algo y mucho.
- Un 10% dice discutir fácilmente con los demás y tener interés por los problemas de los demás, entre algo y mucho.
- El 8% expresó, entre algo y mucho, que la mayor parte de las personas le parecen aburridas.
- Finalmente, el 6% dice que algunas veces falta de respeto a los demás.

Correlaciones principales y prueba de hipótesis

Para analizar las principales correlaciones entre las variables de la práctica docente y aquéllas de las dimensiones biopsicosocial de la salud mental de los profesores, se realizaron diversas pruebas de correlación entre las cuales destacamos las que se describen a continuación.

En la dimensión física, al analizar la correlación entre la variable de la práctica docente “¿Qué tan pesada considera la carga de trabajo docente?”, y la de la dimensión física “Cómo consecuencia de su trabajo, ¿ha padecido dolor de cabeza?”, no se encontró una correlación significativa, dado que la significatividad (bilateral) fue de 0.050 por lo cual se puede rechazar la Hipótesis Nula, aunque el azar tan sólo explica en el 5% de los casos la asociación entre las variables.

Correlaciones

		¿Qué tan pesada considera la carga de trabajo docente?	Como consecuencia de su trabajo, ¿ha padecido dolor de cabeza?
¿Qué tan pesada considera la carga de trabajo docente?	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	1 50	,279 ,050 50
Como consecuencia de su trabajo, ¿ha padecido dolor de cabeza?	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	,279 ,050 50	1 50

Otra correlación que se analizó en esta misma perspectiva (dimensión física) fue entre las variables: “¿Qué tan pesada considera la carga de trabajo docente?” y, “Como consecuencia de su trabajo, ¿ha padecido dificultad para concentrarse?” No se encontró una correlación significativa, dado que la significatividad (bilateral) fue de 0.078, por lo cual no se puede rechazar la Hipótesis Nula.

Correlaciones

		¿Qué tan pesada considera la carga de trabajo docente?	Como consecuencia de su trabajo, ¿ha padecido dificultad para concentrarse?
¿Qué tan pesada considera la carga de trabajo docente?	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	1 50	,254 ,078 49
Como consecuencia de su trabajo, ¿ha padecido dificultad para concentrarse?	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	,254 ,078 49	1 49

En el caso de la correlación entre la misma variable de carga laboral contra “¿Qué tanto Ud. se ha sentido cansado?”, encontramos que ésta es altamente significativa, al nivel de 0.01 con un valor de 0.402. Por tanto, se rechaza la hipótesis nula.

Correlaciones

	¿Qué tan pesada considera la carga de trabajo docente?	¿Qué tanto Ud. se ha sentido cansado?
¿Qué tan pesada considera la carga de trabajo docente?	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	1 ,402** ,004 50
¿Qué tanto Ud. se ha sentido cansado?	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	,402** ,004 50

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

En el caso de la correlación de factores de la práctica docente y la salud emocional, particularmente entre la variable “¿Qué tan pesada considera la carga de trabajo docente?” y “Estoy saturado por el trabajo”, se encontró una correlación significativa al nivel 0,01 (bilateral), con un valor de, 441, lo que permite también rechazar la hipótesis nula de no relación entre las variables.

Correlaciones

	¿Qué tan pesada considera la carga de trabajo docente?	Estoy saturado por el trabajo
¿Qué tan pesada considera la carga de trabajo docente?	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	1 ,441** ,001 50
Estoy saturado por el trabajo	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	,441** ,001 50

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Entre la variable “¿Qué tan pesada considera la carga de trabajo docente?” y “¿Qué tanto Ud. se ha sentido estresado?”, se encontró una correlación significativa al nivel 0,01 (bilateral), con un valor de, 440, lo que permite también rechazar la hipótesis nula de no relación entre las variables.

Correlaciones

		¿Qué tan pesada considera la carga de trabajo docente?	¿Qué tanto Ud. se ha sentido estresado?
¿Qué tan pesada considera la carga de trabajo docente?	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	1 50	,440** ,001 50
¿Qué tanto Ud. se ha sentido estresado?	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	,440** ,001 50	1 50

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Entre la variable “¿Qué tan pesada considera la carga de trabajo docente?” y “¿Qué tanto Ud. se ha sentido angustiado?”, se encontró una correlación significativa al nivel 0,01 (bilateral), con un valor de, 440, lo que permite también rechazar la hipótesis nula de no relación entre las variables.

Correlaciones

		¿Qué tan pesada considera la carga de trabajo docente?	¿Qué tanto Ud. se ha sentido angustiado?
¿Qué tan pesada considera la carga de trabajo docente?	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	1 50	,440** ,001 50
¿Qué tanto Ud. se ha sentido angustiado?	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	,440** ,001 50	1 50

Correlaciones

	¿Qué tan pesada considera la carga de trabajo docente?	¿Qué tanto Ud. se ha sentido angustiado?
¿Qué tan pesada considera la carga de trabajo docente?	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	1 ,440** ,001 50
¿Qué tanto Ud. se ha sentido angustiado?	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	,440** ,001 50

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Entre la variable “¿Qué tan pesada considera la carga de trabajo docente?” y “Me siento desgastado emocionalmente”, se encontró una correlación significativa al nivel 0,05 (bilateral), con un valor de, 297, lo que permite también rechazar la hipótesis nula de no relación entre las variables.

Correlaciones

	¿Qué tan pesada considera la carga de trabajo docente?	Me siento desgastado emocionalmente
¿Qué tan pesada considera la carga de trabajo docente?	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	1 ,297* ,036 50
Me siento desgastado emocionalmente	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	,297* ,036 50

En el caso de la correlación de factores de la práctica docente y la dimensión social de la salud, no se encontraron correlaciones significativas.

Conclusiones

En general la muestra de profesores encuestados, es relativamente joven, y con un predominio de las mujeres casadas y solteras, con 9 años de servicio en promedio. Respecto a los indicadores de la práctica docente, encontramos que atienden grupos grandes de alumnos en educación primaria. Un porcentaje importante se considera satisfecho con su trabajo y no considera hostil su ambiente laboral. Las relaciones con las autoridades educativas y padres de familia son consideradas como poco o nada hostiles. Los profesores consideran que su nivel de preparación es, en general, adecuada.

Por otra parte, las condiciones generales de la práctica docente, no se consideran un problema relevante por parte de los profesores. Sin embargo, un hallazgo importante del presente trabajo, es que la mayor parte de los profesores consideran que las actividades de su práctica docente son medianamente diversificadas y tienen una carga de trabajo considerable como pesada y muy pesada, y trabajan entre 20 y 30 horas en promedio.

En cuanto a la salud mental integral (biopsicosocial), en primer lugar, respecto a la salud física, encontramos principalmente que los profesores se sienten cansados, con dolor de cabeza, de espalda y dificultad para concentrarse muy frecuentemente.

En segundo lugar, la salud emocional se evidencia como estrés, saturación por el trabajo, desgaste emocional y molestia ante el ruido en una proporción importante. El profesor siente un fuerte compromiso en el cumplimiento de sus tareas, lo cual incrementa el nivel de angustia y de estrés en el trabajo.

En tercer lugar, la salud en su dimensión social, muestra que los indicadores de interacción social se encuentran en menor medida que los anteriores, pero resaltan los problemas como: gritar a los alumnos, la preferencia por estar solos y el trato indiferente hacia los alumnos.

Finalmente, en cuanto al análisis correlacional, podemos concluir que son más relevantes los problemas de salud emocional derivados de las condiciones de la práctica docente, sobre todo en lo que se refiere a la carga de trabajo docente y el cansancio, la saturación, el estrés, la angustia y el desgaste emocional. Aunque el presente estudio es

un trabajo preliminar basado en 50 profesores de educación primaria que estudian en la Universidad Pedagógica Nacional, Unidad Saltillo, nos arrojan resultados significativos en torno a los problemas de salud mental integral de este grupo de docentes.

Bibliografía

Abdala, J. Roberto (2002), *Neurociencias y psicoanálisis*, en: *Subjetividad y procesos cognitivos 2, Neurociencias*, Universidad de Ciencias Empresariales y sociales (UCES), Buenos Aires, Argentina.

Alemañi Martínez, Cristina (2009), *La docencia: enfermedades frecuentes de esta profesión*, en: Cuadernos de Educación y Desarrollo, Vol 1, Nº 1 (abril 2009).

<http://www.eumed.net/rev/ced/02/cam6.htm>

Campelo, Sara (2010), *Maestro, profesión de alto riesgo. El Defensor del Profesor registra diez denuncias al día de docentes víctimas de acoso y violencia en las aulas*, MADRID Día 19/11/2010. En: <http://www.abc.es/20101118/sociedad/maestro-profesion-alto-riesgo-20101118.html>.

Cienfuentes Delgado, Manuel (s/f), *La salud mental del profesorado*, Facultad de Medicina de la Universidad de Concepción, Chile (versión electrónica)

Corvalán Bustos, María Isabel (2005), *La realidad escolar cotidiana y la salud mental de los profesores*, Revista Enfoques Educativos 7 (1): 69 - 79, 2005.

En:http://rehue.csociales.uchile.cl/publicaciones/enfoques/09/Corvalan_N7_2005.pdf

Domich, Cecilia (s/f), *Vigencia estudio diagnóstico de la salud mental en profesores*, en: <http://www.atinachile.cl/content/view/9052/Vigencia-Estudio-Diagnostico-de-la-Salud-Mental-en-Profesores.html>

Díaz-Granados, Fernando Iriarte (1999), *La salud mental del docente como mediación del proceso de enseñanza-aprendizaje*, Psicología desde el Caribe. Universidad del Norte. Nos. 2-3: 24-38,1999

Esteve, José M. (1987), *El malestar docente* (versión electrónica), en: Esteve José M., *El malestar docente*, Barcelona, Lara 1987-89, 3ª Edit. Paidós 94.

Gil-Monte, Pedro R., Sara Unda Rojas y Jorge I. Sandoval Ocaña (2009), *Validez factorial del «Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo» (CESQT) en una muestra de maestros mexicanos*, en *Salud Mental*, núm. 31, pp. 205-214.

Goldberg D. (1978), *Manual del General Health Questionnaire*, Windsor, NFER Publishing. Citado en: García Viniegras Carmen R. Victoria (1998), *El Cuestionario de Salud General de Goldberg*, Instituto Superior de Ciencias Médicas de la Habana, Cuba

Guerrero Barona, Eloisa y Jesús Carlos Rubio Jiménez (2005), *Estrategias de prevención e intervención del “burnout” en el ámbito educativo*, en *Salud Mental*, Vol. 28, No. 5, octubre.

Gutiérrez, Marco Vinicio-Giovanni M. Iiafrancesco V. (s/f), *Pedagogía por la dignidad. Educación, Escuela y Pedagogía Transformadora (EPT)*, en: <http://www.scribd.com/doc/6369944/7-n-Escuela-y-Pedagogia-Transform-Ad-or-A-Marco-Vinic>

Igartua Perosanz, Juan José (2006), *Métodos cuantitativos de investigación en comunicación*, Editorial Bosch, S.A., Barcelona.

Iriarte Díaz-Granados, Fernando (1999), *La salud mental del docente como mediación del proceso de enseñanza-aprendizaje*, en: *Psicología desde el Caribe. Universidad del Norte*. N° 2·3: 24-38, 1999

Lara Peinado, José Antonio (2007), *El mal-estar del docente. Una escucha psicoanalítica a la salud mental de los maestros de México*, Acento Editores, México.

Linares Olivas, Oliverio Leonel (2010), *Satisfacción laboral y percepción de salud mental en profesores*, en: *Salud Mental*, vol. 2, 2010.

Lolas, S. Fernando (1988), *Perspectivas biopsicosociales sobre la enfermedad crónica*, en: *Salud Mental*, vol. 11, no. 3, 19-24, septiembre 1988.

Martínez-Otero Pérez, Valentín, *Salud mental del profesorado*, [Universidad Complutense y del Centro de Enseñanza Superior “Don Bosco”](http://www.psicopedagogia.com/articulos/?articulo=406), en: [Http://www.psicopedagogia.com/articulos/?articulo=406](http://www.psicopedagogia.com/articulos/?articulo=406)

Monografías Educación Española al Día. (2007), *Modelo para evaluar la práctica docente*, Las Rozas, España.

Mota Enciso, Flavio, *La salud mental del maestro*, División de Apoyo para la Enseñanza y el Aprendizaje (D.A.P.A), Universidad Autónoma de Guadalajara, México, en: <http://www.uag.mx/63/a14-05.htm>

Ramos Carrillo, Javier (2009), Y la salud mental del maestro, ¿cuándo?, Semanario 7 días, 31 de mayo de 2009, Las Noticias de los Altos, en: <http://7diastepa.blogspot.com/2009/05/y-la-salud-mental-del-maestro-cuando.html>

Rubio, Ramón Pedro (2008), *Un tercio de docentes está en riesgo de perder su salud mental*, Diario Hoy de Extremadura, 23 de junio de 2008. Badajoz, España. en: <http://www.hoy.es/20080623/plasencia/tercio-docentes-esta-riesgo-20080623.html>

Sánchez Hidalgo, Eefraín (2010), *La salud mental del maestro*, en: <http://es.shvoong.com/social-sciences/education/1953911-la-salud-mental-del-maestro/> 5 de [octubre](#) 2010.

Sánchez, R.-J. Echeverry (2004), *Validación de escalas de medición en salud*, Revista de Salud Pública, Volumen 6 (3): 302-318, Noviembre 2004.

WHO: http://www.who.int/topics/mental_health/es/

Woods, Peter (1993), *La escuela por dentro. La etnografía en la investigación educativa*, Temas de Educación Paidós/MEC.

Pensar nuestra barbarie desde la intervención educativa. Juan Crisóstomo Durán Arrieta.

Pensando la barbarie

En los últimos cinco o seis años este país terminó de acumular tal grado de violencia y agresividad que trasladó el problema a sus calles y a buena parte de sus actividades cotidianas. La postura oficial ha seguido creyendo que con más equipamiento de policías, con más cárceles y más patrullas, el fenómeno de la violencia desde el crimen organizado puede tener una adecuada respuesta, esto es, a la violencia se le combate con más violencia, venga ésta del derecho o de la actuación policíaca.

Hace alrededor de dos o tres años comenzó para mí la preocupación acerca del estado de cosas que vivimos y que la estadística y la narrativa oficial denomina como