



AUTOPERCEPCIÓN DE LA SALUD LABORAL EN DOCENTES DEL INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO SUCRE

SELF-PERCEPTION OF OCCUPATIONAL HEALTH IN TEACHERS OF THE SUCRE HIGHER TECHNOLOGICAL INSTITUTE

Darwin Raúl Noroña Salcedo

Instituto Superior Tecnológico Sucre, Ecuador.

mail: darwin_norona@yahoo.com

Recibido: 2021-08-31

Aceptado: 2021-12-01

Clasificación JEL: H75, I, I1

RESUMEN

El objetivo del estudio fue cuantificar e interpretar los indicadores y significados de la autopercepción de salud de los docentes de un Instituto Superior Tecnológico. Estudio mixto. La fase cuantitativa conllevó la aplicación del cuestionario de salud general de Goldberg GHQ-30 a 106 docentes. A través del Chi cuadrado, V de crammer y la razón de momios, se determinó relación entre salud mental y variables sociodemográficas. La fase cualitativa se desarrolló a través de entrevista focal con muestreo propositivo, los ejes temáticos fueron las mismas dimensiones del cuestionario de Goldberg. Como principales resultados: 39 docentes presentaron perturbaciones en salud mental. Las dolencias obedecen a las condiciones de trabajo, cambio de modalidad, aprendizaje de entornos virtuales, precariedad y temor de ser despedidos. Se concluye que la ocurrencia de la pandemia Covid19, incrementó la exposición de factores de riesgo vinculados con las características de la tarea docente afectando la salud mental.

Palabras clave: Salud, teleeducación, estrés, tensión, pandemia.

ABSTRACT

The objective of the study was to quantify and interpret the indicators and meanings of the self-perception of health of the teachers of a Higher Technological Institute. Mixed study. The quantitative phase involved the application of the Goldberg GHQ-30 General Health questionnaire to 106 teachers. Through Chi square, crammer's V and the odds ratio, the relationship between mental health and sociodemographic variables was determined. The qualitative phase was developed through a focal interview with purposeful sampling, the thematic axes were the same dimensions of the Goldberg questionnaire. As main results: 39 teachers presented mental health disorders. The ailments are due to working conditions, change of modality, learning of virtual environments, precariousness and fear of being fired. It is concluded that the occurrence of the Covid19 pandemic increased the exposure of risk factors related to the characteristics of the teaching task, affecting mental health.

Keywords: Health, tele-education, stress, tension, pandemic.



INTRODUCCIÓN

A finales del siglo xx, la docencia gozaba de un papel destacado en la vida social dado que, sobre los hombros de estos profesionales, recaía el deber de formar a los jóvenes en valores, principios y conocimientos que la sociedad requería para auto transformarse hacia niveles infinitos de perfeccionamiento. Tal era el grado de confianza, que los padres de familia entregaban ciegamente la enseñanza de sus hijos para que ellos los educaran inclusive con el uso de castigos físicos consolidándose así una autoridad del profesor absoluta que difícilmente llegaba a ser cuestionada.

Para esta época el mundo ya había sido testigo del inicio de importantes cambios sociales y tecnológicos que modificarían de manera acelerada la visión tradicional de la docencia. La influencia de la globalización con su slogan de producir más en menor tiempo y con ahorro máximo de recursos, exigió la modernización de la industria y el perfeccionamiento del talento humano. Poco a poco la docencia, requirió de aval universitario y capacitación específica de formador, para satisfacer los nuevos estándares de calidad educativa.

El desarrollo de la era digital, por otro lado, ha propiciado que cada estudiante pueda documentar y compartir en audio y video el día a día de las aulas de clase. Muchos de estos videos publicados en la web, han despertado la conmoción social ante acciones violentas por parte de ciertos docentes para quienes el linchamiento mediático y la condena social no ha demorado en aparecer con firmeza. Por otro lado, los movimientos sociales y legislativos para reivindicar los derechos de los grupos vulnerables y para visibilizar y condenar la violencia escolar, logró cambiar el papel que poseía el docente de una posición absolutista a una pérdida progresiva de la autoridad. Indudablemente, estos cambios permitirán comprender el contexto actual de la educación tecnológica para luego explicar las condiciones y características de trabajo de estos trabajadores y analizar su repercusión en la salud.

El docente de educación superior, es un profesional con título universitario de licenciatura y maestría, competente en la enseñanza andragógica en un área especializada de una carrera. Dentro de sus funciones está ser el medio en la adquisición de los conocimientos, habilidades y destrezas de los estudiantes, además de cumplir con actividades administrativas, investigativas, y de vinculación con la sociedad. Comúnmente, ha sido descrita como una de las profesiones que más exposición a estrés laboral presentan entre profesionales de la salud y operadores de tráfico aéreo. Entre los múltiples requerimientos que se pueden mencionar se encuentran: preparar contenidos de la clase, cumplir con la cátedra procurando ajustar los temas a los ritmos individuales de cada estudiante, llevar su portafolio docente organizado, contribuir con las actividades de gestión administrativa, solventar problemas de estudiantes y familias, el involucramiento socio afectivo; entre otras. En este mismo aspecto, el síndrome de agotamiento emocional, también ha sido más estudiado y descrito en docentes que en otras profesiones debido a las demandas por la atención directa con los clientes (estudiantes). En este síndrome convergen tres estadios: agotamiento emocional por la carga de trabajo, sentimientos de ser ineficaz y de no servir para nada, y sentimientos de cinismo, insensibilidad, apatía y desapego por el trabajo en el contexto interpersonal.

Tanto el estrés laboral, cómo el síndrome de agotamiento, son el resultado de una larga lista de riesgos psicosociales que aumentan la demanda mental del docente. Por ejemplo, la carga de trabajo, la alta responsabilidad de formar seres humanos con principios y valores, el papel de desprestigio de los últimos años, la falta de cohesión social – grupalidad, están relacionados con el aumento de enfermedades cardíacas, digestivas, neurológicas, con la adicción a sustancias y con una menor calidad de vida en general. A esto hay que agregarle las condiciones laborales de los docentes tecnológicos, que, aunque en la Leyes los incluyan en el sistema de educación superior, no reciben los mismos beneficios que los profesores universitarios. En este mismo sentido, el artículo 115.11 de la Ley Orgánica de Educación Superior dispone que los Institutos Superiores Tecnológicos poseerán

un escalafón docente distinto al universitario marcando una clara diferencia entre los requisitos de ingreso del personal docente de carrera y de su remuneración mensual que, para el caso de los profesores de los institutos es menos de la mitad de lo que reciben los docentes de universidades. Entre las enfermedades físicas más frecuentes de los profesores, se encuentran las relacionadas a las vías respiratorias y a las lesiones osteomusculares por posiciones forzadas

Con el objetivo de prevenir estas enfermedades, la Organización para las Naciones Unidas para la Educación, Ciencia y Cultura (UNESCO, 2015), en un estudio ampliatorio sobre la salud de los docentes de América Latina, recomienda gestionar medidas de prevención de riesgos psicosociales, incorporar en los institutos superiores programas de educación para la salud, promocionar factores eugenésicos como las redes sociales de apoyo, la autoestima y el acompañamiento. El mismo informe establece como principales amenazas la falta de información acerca del cuidado de la salud de los docentes, la falta de grupalidad, de foros de intercambio de ideas de discusión.

Sin embargo, es poco lo que se hace en materia de prevención y promoción de la salud en los docentes de los institutos tecnológicos del país, que responden a dos causas en específico: la falta de autonomía administrativa y financiera y el incumplimiento de la normativa legal. Para explicar el primer caso, es necesario recordar que la educación técnica y tecnológica del Ecuador tuvo sus orígenes en los colegios fiscales secundarios que, satisfaciendo una necesidad de formar competencias para la vida laboral, a principios del siglo XXI, se constituyeron en institutos Tecnológicos Superiores (IES) acreditados por las autoridades de educación superior. Desde entonces, la Secretaría Nacional de Educación Superior Ciencia y Tecnología (Senescyt), ejerce la rectoría administrativa y financiera del personal docente y autoridades de cada una de los IES, lo que significa que las actividades administrativas son asumidas por los mismos docentes y que toda la gestión académica, investigativa y de vinculación se la realiza con recursos autofinanciados.

En tal sentido, no existen fondos suficientes para implementar un sistema de seguridad y salud ocupacional en los profesores. Para el segundo caso, si bien el Decreto Ejecutivo 2393 en el artículo 11.2 dispone que los empleadores adoptarán las medidas necesarias para asegurar la salud de sus trabajadores, los docentes de los IES no cuentan con dichas medidas como son exámenes ocupacionales, medicina preventiva de trabajo, y control de factores de riesgo en general.

La exposición de estas condiciones laborales se ha visto incrementada a consecuencia de la pandemia Covid 19 debido a la crisis económica, al cambio de modalidad de educación y la incertidumbre del futuro. Durante los meses de marzo a julio del año 2020, la productividad del país se vio afectada por las medidas adoptadas para disminuir la tasa de contagio (cuarentena, distanciamiento social y confinamiento). El déficit resultante obligó al gobierno a desvincular el 4% de los profesores IES y de disminuir su remuneración en un 12% sin contar con el alza de precios de ciertos artículos de primera necesidad. Por otro lado, la teleeducación supuso un reto para la comunidad educativa en especial para quienes no tenían contacto previo con plataformas de educación virtual o que carecían de adecuados servicios de internet en casa. La pandemia también influyó en la convivencia familiar del docente. La confluencia en tiempo y espacio de las tareas laborales, el quehacer doméstico y el cuidado - educación de los hijos modificaron las relaciones entre los miembros del hogar. La OMS (2020), ha advertido el incremento de casos de violencia doméstica en un 15% solamente en los primeros 6 meses del año 2020. Este conjunto de factores ha intensificado la tensión emocional, la angustia y el estrés laboral con el aumento en la probabilidad de presentarse las enfermedades físicas mentales anteriormente descritas en los docentes IES.

Con lo anteriormente descrito, es poco lo que se conoce acerca del estado de salud y sus indicadores en el personal docente del ISTS, así como de sus percepciones y experiencias vividas durante la pandemia covid 19. Por otro lado, una búsqueda rápida en las fuentes de consulta primaria

evidencia que son limitados los estudios con enfoques mixtos que tienen un fin adicional y más profundo en la generación de conocimiento. Una variable tan compleja como la salud docente, debe ser abordada desde la descripción de los síntomas de ansiedad, insomnio, ineficacia en el rol social y depresión, para luego complementarse con la interpretación de las opiniones, representaciones, puntos de vista y significados de los propios participantes que viven el día a día de la docencia, de sus condiciones y limitantes. De los hallazgos que se encontraron en el presente estudio, se podrán elaborar planes de mitigación para la prevención, tratamiento y rehabilitación del personal, y también planes de educación para la socialización y sensibilización de la autoprotección docente. Con el convencimiento de que un personal sano, motivado, con energía y vitalidad será más tendente a la práctica de enseñanza con alto grado de excelencia; la presente investigación tuvo el objetivo de analizar los indicadores y significados de la autopercepción de salud del personal docente del ISTS durante la pandemia Covid 19. Para tal propósito se midió la percepción de salud, se indagó e interpretó las opiniones de los participantes y se construyó un marco metodológico con el cual fue posible comprender sus significados.

METODOLOGÍA

Estudio con enfoque mixto secuencial derivativo CUANTI – cuali. La fase cuantitativa presentó un diseño no experimental, transversal, descriptivo y correlacional. A una población total de 158 docentes se les administró el General Health Questionnaire (GHQ-30). Los criterios de selección permitieron confirmar una población final de estudio de 106 participantes. Se incluyeron a todos los docentes con más de seis meses en funciones, bajo relación de dependencia y que firmaron el consentimiento informado. Fueron excluidos los participantes que al momento del levantamiento de información se encontraban en período de vacaciones, permiso de maternidad, baja médica o proceso de desvinculación. Se eliminaron a los informantes que entregaron los cuestionarios incompletos.

En relación al instrumento aplicado, el GHQ-30 de Goldberg es una encuesta auto administrada compuesta por 30 preguntas dispuestas en 4 dimensiones. Evalúa los estados afectivos anímicos de los síntomas psicosomáticos, de la ansiedad e insomnio, de la disfunción social en la actividad diaria y la depresión. El GHQ-30 ha sido ampliamente utilizado en estudios epidemiológicos con perspectiva de atención primaria – preventiva, y en fenómenos de la afectación de la salud mental o bienestar psicológico, en contextos estresantes como desastres naturales o graves crisis económicas (García, 2005). La confiabilidad del cuestionario presenta un alfa de Cronbach de 0,89 (validez alta), las opciones de respuestas corresponden a una escala de Likert de cuatro opciones (del 1 al 4) que refieren a la frecuencia con la que el participante percibió molestias durante las dos últimas semanas. El número de respuestas 3 y 4 son sumadas y este total, si es igual o mayor a 8, representan los casos o personas con perturbaciones en la salud mental. Por otro lado, si la suma se sitúa por debajo del punto de corte 8 (cutt off score), se considera no caso, o personas que no padecen disturbios en el bienestar subjetivo.

Se llevó a cabo con tres análisis estadísticos. El primero fue descriptivo representado en las frecuencias y porcentajes de las dimensiones del GHQ-30, medidas de tendencia central y detalle de las variables sociodemográficas de los docentes. En segundo orden, se calculó la Chi cuadrada y la V de Crammer para comprobar la inferencia y fuerza entre variables nominales con dimensiones y resultados de la autopercepción de salud. Finalmente, se confirmó el nivel de asociación a través de la razón de momios (OR).

La fase cualitativa conllevó la interpretación de las experiencias y vivencias de la salud mental de los docentes del ISTS durante la pandemia Covid 19 bajo el fundamento teórico del construccionismo social. A través de un estudio de caso, se realizaron 2 entrevistas grupales con observación directa y listados libres, y con un muestreo de tipo propositivo. En la metodología de

grupo focal, se invitó a los participantes a que escribieran en un papel las dolencias, sufrimientos, o padecimientos que han experimentado en los últimos 6 meses de confinamiento. Posterior a ello cada participante tuvo 2 minutos para exponer sus vivencias que iban siendo registradas, resumidas y ordenadas en categorías a través del consenso social de todo el grupo. Se jerarquizaron las enfermedades o trastornos más frecuentes, se dedujeron sus causas y factores relacionados y se interpretaron los significados de la salud mental para los dos grupos. De tal forma, la guía de entrevista tuvo 4 preguntas para el grupo focal: ¿Cuáles han sido las dolencias más frecuentes y significativas para su salud mental / física durante toda la pandemia covid19? ¿De este conjunto de padecimientos, cuáles son las más importantes o las más difíciles de afrontar? ¿Cuáles son las causas o factores que incrementaron el apareamiento de estas dolencias?

En cada grupo focal se incluyeron 25 personas que habían desarrollado el cuestionario GHQ-30. Fueron dos reuniones de trabajo de 45 minutos de duración a través de video llamada ZOOM.

Finalmente, se realizó el análisis de los resultados de las dos fases (triangulación teórica) en la cual los resultados descriptivos e inferenciales son explicados con base a las interpretaciones de las afectaciones de los últimos 6 meses del personal docente.

RESULTADOS

Análisis descriptivo

Como parte de las variables sociodemográficas, los participantes informaron acerca de su género, de su edad, del estado civil, de su escolaridad, del tiempo de servicio y de la carrera a la cual pertenecen. Se analizaron las relaciones de estos datos nominales con la percepción de la salud mental de los docentes.

Tabla 1. Resultados variables sociodemográficas

Género	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	45	42,5%
Masculino	61	57,5%
Edad	Frecuencia	Porcentaje
<= 26	2	1,9%
27 - 33	31	29,2%
34 - 40	35	33,0%
41 - 47	26	24,5%
48 - 54	8	7,5%
55 - 61	3	2,8%
62+	1	0,9%
Estado civil	Frecuencia	Porcentaje
Casado/a	43	40,6%
Divorciado/a	7	6,6%
Separado/a	1	0,9%
Soltero/a	46	43,4%
Unión libre	9	8,5%
Escolaridad	Frecuencia	Porcentaje
Ph.D.	2	1,9%
Cuarto nivel	68	64,2%
Tercer nivel	36	34,0%

Tiempo de servicio	Frecuencia	Porcentaje
De 0 - 6 meses	4	3,8%
De 1 - 3 años	46	43,4%
De 6 meses - 1 año	12	11,3%
Más de 3 años	44	41,5%
Carrera que pertenece	Frecuencia	Porcentaje
Contabilidad	20	18,9%
Desarrollo de software	10	9,4%
Desarrollo infantil integral	7	6,6%
Electricidad	9	8,5%
Electromecánica	8	7,5%
Electrónica	7	6,6%
Gestión ambiental	18	17,0%
Inglés	13	12,3%
Marketing	6	5,7%
Producción audiovisual	5	4,7%
Producción textil	3	2,8%

Fuente: Elaboración propia.

Hubo mayor participación de los hombres para este estudio, para ser exactos son 16 más que las mujeres. Con respecto a la edad, la media aritmética se posicionó en los 38,6 años. El 62,2% tienen edades comprendidas entre los 27 a los 40 años. Las personas solteras alcanzaron el porcentaje más alto con 43,4%, seguidas de las casadas con 40,6%. La unión libre se ubicó a continuación con el 8,50% y finalmente, se presentaron divorciados (6,6%) y separados (0,9%). En referencia a la escolaridad, el 64,2% ostentan postgrados concluidos y casi la mitad de esta cifra (34%) representa los docentes con títulos de tercer nivel. Únicamente hay 2 profesores con doctorados. Los docentes del ISTS tienen en su mayoría (43,4%) una permanencia en la institución mayor al año en funciones, otro grupo que representa el 41,5%, mantiene una relación contractual de más de 3 años. Finalmente, es variado y dispar el número de participantes por carrera, solo en cuatro de ellas la frecuencia se sitúa entre los 10 a 20 personas.

Resultados del cuestionario GHQ-30

Para el cálculo de los resultados, se utilizó el procedimiento de calificación del cuestionario GHQ-30 con base a los baremos del instrumento. Los resultados fueron los siguientes:

Tabla 2. Resultados del Cuestionario GHQ-30

Dimensiones del test	CASOS	NO CASOS
Síntomas psicósomáticos	25 (23,6%)	81 (76,4%)
Ansiedad e insomnio	13 (12,3%)	93 (87,7%)
Disfunción social en la actividad diaria	5 (4,7%)	101 (95,3%)
Depresión	1 (0,9%)	105 (99,1%)
TOTAL	44 (41,5%)	62 (58,5%)

Fuente: Elaboración propia.

Una vez analizados los resultados, existen 25 docentes (23,6%) con síntomas psicósomáticos en donde se evidencia la falta de energía, la percepción de enfermedad, los dolores de cabeza y el cansancio generalizado. De este número, hay 5 personas que a más de percibir síntomas psicósomáticos

presentaron también disfunción social en la actividad diaria con pérdida de afecto de sus allegados, problemas en las relaciones con los demás, percepción de ineficacia, dificultades en la toma de decisiones, y miedo inespecífico a sus actividades diarias. Estas cinco personas tienen disturbios en ambas dimensiones.

Para la ansiedad y el insomnio, el número de afectados ascendió a los 13 profesores (12,3%) con dificultad para conciliar el sueño, intranquilidad, pérdida de interés por la presentación personal y con sentimientos de ineficacia e insatisfacción. Así también, hay una persona con depresión (0,9%) que ha perdido el sentido gratificante de las cosas, la confianza en sí mismo, y las ganas de vivir caracterizados con ideas autolíticas. De la población investigada, se han presentado 44 casos de disturbios a la salud mental que corresponden al 41,5%, la tensión y el dolor generalizado por sus actividades laborales es el malestar más percibido, seguido de los problemas de conciliar el sueño, pasando al detrimento en las relaciones sociales y terminando con un caso de depresión.

Tabla 3. Número de docentes afectados

NÚMERO DE DOCENTES CON DISTURBIOS	DIMENSIONES AFECTADAS
20	Síntomas psicossomáticos
5	Síntomas psicossomáticos y disfunción social de la actividad diaria (doble afectación)
13	Ansiedad e insomnio
1	Depresión
TOTAL: 39 (37%)	

Fuente: Elaboración propia.

Si bien existen 44 casos de trastornos con base a las cuatro dimensiones del test GHQ-30, esta cifra obedece a 39 docentes (37%) dado que, cinco de ellos presentan doble alteración en las dimensiones síntomas psicossomáticos y disfunción en la actividad diaria. El resto de profesores del ISTS, que suman 67 personas (63%) no presentan desórdenes psicológicos.

Análisis inferencial entre variables sociodemográficas y resultados del test GHQ-30

Se analizó el género, la edad, el estado civil, la escolaridad, el tiempo de servicio y la carrera de los 106 docentes del ISTS con las perturbaciones psicológicas del test de autopercepción de salud, a través de la Chi cuadrada y la V de Crammer.

Tabla 4. Análisis inferencial entre el género y las perturbaciones psicológicas GHQ-30

Inferencias de género	p	V CRAMMER	OR	L INF	L SUP
Género femenino * síntomas psicossomáticos	0,006*	0,668	3,231	1,384	7,541
Género femenino* disfunción social en la actividad diaria	0,013*	0,186	0,246	0,072	0,843

(*) nivel de significancia de 0,05

Fuente: Elaboración propia.

En dos de las seis variables socio demográficas, se comprobó relación estadísticamente significativa con las perturbaciones de la salud mental, estas fueron el género y la carrera del docente.

El género femenino incrementa hasta en 3,2 veces la probabilidad de padecer perturbaciones

psicosomáticas como percepciones de agotamiento, sensación de enfermedad, dolores de cabeza, y pérdida de energía. Se confirma un valor significativo en el valor p con un registro de Crammer de 0,6 que significa alta fuerza inferencial. Por otro lado, el género femenino también resultó ser significativo con la disfunción social en la actividad diaria (valor $p=0,013$), pero su fuerza es baja (V Crammer=0,1) y no obtuvo un OR mayor a la unidad.

Tabla 5. Análisis inferencial entre la carrera y las perturbaciones psicológicas GHQ-30

Inferencia de carrera	p	V CRAMMER	OR	L INF	L SUP
Electromecánica * síntomas psicosomáticos	0,041	0,151	1,131	1,325	1,769
Gestión ambiental. * Síntomas psicosomáticos	0,011	0,841	3,333	1,177	9,443
Desarrollo software * Síntomas psicosomáticos	0,033	0,295	1,111	1,513	2,169

Fuente: Elaboración propia.

Tres carreras confirmaron relaciones significativas con los síntomas psicosomáticos, de las cuales la Tecnología de Gestión Ambiental fue la única en presentar un OR significativo. Los docentes que prestan sus servicios en esta carrera tienen 3,3 veces más probabilidades de sufrir dolencias por agotamiento, sensación de enfermedad, cefaleas, pérdida de energía y cansancio. En este mismo aspecto, el valor de p es significativo ($p=0,01$) y la fuerza de la relación es muy alta (V Crammer=0,8). Las carreras de Electromecánica y de desarrollo de software, si bien el estilo de su gestión está relacionado con los síntomas psicosomáticos, no registran fuerza considerable en la V de Crammer y tampoco su OR es relevante.

Fase Cualitativa

Para la interpretación de las experiencias de la salud mental de los informantes, en los dos focus group se indagó acerca del listado de dolencias, las características de afrontamiento de los padecimientos, los factores y causas de las enfermedades vividas y el significado de la salud mental de los docentes del ISTS. La técnica del listado libre facultó para que cada participante explicara las características de su salud mental durante el Covid 19, y posteriormente en plenaria, el consenso social permitió jerarquizar las enfermedades más frecuentes, sus causas y significados. A continuación, se muestran las interpretaciones obtenidas en cada una de estas preguntas. Las respuestas se los organizó en virtud de las cuatro dimensiones del GHQ-30 para facilitar posteriormente, la interpretación de ambas fases.

Tabla 6. Interpretaciones de los discursos de las dos entrevistas grupales

DIMENSIÓN GHQ-30	Pregunta 1 ¿Cuáles han sido las dolencias/enfermedades más frecuentes durante los últimos 6 meses?	Pregunta 2 ¿Cuáles fueron las enfermedades más difíciles de afrontar?	Pregunta N°3 ¿Cuáles fueron las causas de las dolencias?
Afectaciones psicosomáticas	El listado de enfermedades de acuerdo a los dos grupos y su consenso determinan en primer lugar los dolores de cabeza - cuello - espalda - muñeca y codo, el cansancio - debilidad - fatiga, falta de energía, los temblores - estremecimientos y agitación, enfermedades respiratorias (no COVID) infecciones de la garganta e infección por Covid 19	Las enfermedades por Covid 19, en ambos Focus Group se registraron testimonios de familiares fallecidos a causa de complicaciones respiratorias. En segundo lugar, aparecen las cefaleas, dolores de cuello, espalda, dolor articular de codo y muñeca. Al respecto los docentes manifiestan que el "dolor y malestar" les impide realizar funciones laborales y familiares con el mismo nivel de desempeño generado antes de la pandemia. Al final, los grupos resolvieron dejar las enfermedades respiratorias debido a su baja frecuencia	El consenso social indica que se trata de las condiciones actuales de trabajo, el cambio de modalidad, la presión en generar destrezas en el uso de las plataformas virtuales, los nuevos hábitos, las jornadas interminables y las actividades extenuantes
Ansiedad e insomnio	Los problemas para conciliar el sueño, los sentimientos de tristeza por la crisis económica y social, y la preocupación por su familia, fueron las dolencias que se presentaron en el discurso del profesorado.	Los informantes manifiestan que la inquietud y la angustia se manifestaban con mayor intensidad a final de mes, y a medida que se informaban del avance de la epidemia a través de medios de comunicación. En los dos grupos, se manifestó la decisión de dejar de revisar comunicaciones del covid19 para mitigar la tensión.	La precariedad laboral, la crisis económica y la intranquilidad de ser desvinculado en cualquier momento y perder su única fuente de ingreso económico.
Disfunción social de la actividad diaria	En los dos grupos, los docentes manifiestan mejoramiento en la convivencia del hogar. No obstante, si admiten que la comunicación en el Instituto Superior ha disminuido	Si bien, la percepción del docente sobre el apoyo familiar es positivo, en un grupo se pudo evidenciar un testimonio que describía conflictos al principio de la cuarentena, dificultades que se fueron solucionando con el pasar de los meses.	La comunicación, el acceso a la información y la participación en la casa de estudios, a decir de los participantes, desmejoró debido a la virtualidad. El contacto físico al parecer, originaba mayores sentimientos de grupo y de fraternidad
Depresión	No se evidenció discurso alguno relacionado con la disminución en la gratificación de las actividades, pérdida de confianza, sensación de vacío o pérdida del sentido de vivir.	No hubo comentario alguno	No se registraron opciones.

Fuente: Elaboración propia.

Interpretación de las dos fases

En los resultados de ambas fases, se demuestra mayor deterioro de la salud mental en la sintomatología psicosomática. Las 25 personas que los resultados del test señalaron en alta exposición, explican que su padecimiento se debe a las condiciones de teletrabajo, a los problemas para conciliar los roles familiares y profesionales, a la mayor concentración cognitiva en el aprendizaje de los entornos virtuales, y al incremento del agotamiento emocional producto de jornadas largas de trabajo. Como

se dijo anteriormente, 5 personas de este grupo, también presentan perturbación en la disfunción social de la actividad diaria, producto del deficiente acceso a la información y comunicación, a la poca participación en la toma de decisiones y a la pérdida del contacto físico con sus compañeros. En el discurso cualitativo acerca de los problemas en ansiedad e insomnio, la gente indicó que la razón de este mal radica en la amenaza de perder su empleo y la imposibilidad de mantener a su familia en la crisis del Covid 19. En las opiniones de las personas entrevistadas, no se registraron las causas o características de depresión. Considerando que, en la fase cuantitativa solo una persona evidenció disturbios para esta dimensión, es posible que esta persona no estuviera presente en los dos focus group, o que, por vergüenza no se decidiera a expresar su criterio.

Durante los seis primeros meses de emergencia sanitaria, los profesores del ISTS padecieron de cefaleas, dolencias osteomusculares e infecciones agudas en garganta. Se confirma nuevamente las afectaciones psicosomáticas y la relación con las condiciones virtuales de trabajo. En segundo orden, las personas que participaron en las entrevistas grupales, en la jerarquía de gravedad, contaron de los problemas para conciliar el sueño, de la tristeza por la emergencia y la preocupación por bienestar y salud de la familia. Los docentes manifestaron, también, una convivencia buena con su familia durante la pandemia, indicando en algunos casos, que el mejoramiento de las relaciones familiares, representaron una fuente de motivación y esperanza. Lo más difícil de afrontar fue la pérdida de sus seres queridos a consecuencia de la infección Covid. Los dolores de cabeza, espalda, cuello, muñeca y codo, han provocado que las personas disminuyan su desempeño docente. Cada fin de mes, los entrevistados experimentaron mayor tensión y miedo a lo desconocido.

DISCUSIÓN

Los síntomas psicosomáticos se presentan con mayor frecuencia en la práctica docente y se han constituido como factores comunes de riesgo para esta profesión. Peralta (2018), determinó la afectación de la salud general del docente, comprobando que los factores psicosomáticos altos representaban al 45% de docentes de una escuela básica de Xalapa, Veracruz. En este mismo sentido, Avilés (2020), en una muestra de 53 docentes ecuatorianos, ubica en 79,08% a los docentes con dolores en cuello y espalda a través del test de Hamilton para cuantificar dolencias físicas y psicológicas. Finalmente, para Quintero (2021), en una investigación sobre la depresión docente, el 28% de una muestra de 194 profesores presentaban dolencias osteomusculares, dolores de cabeza, y agotamiento no específico.

Todas estas cifras revelan afectaciones con porcentajes superiores al presente estudio y corroboran la teoría de estrés de Lazarus y Folkman (1986), quienes manifiestan que cuando la carga de trabajo supera los recursos (mayor complejidad de la tarea, ausencia de tiempo y falta de control) el individuo se fija en un período de latencia de agotamiento emocional. La tensión y agitación liberan ACTH y adrenalina que dispone el cuerpo para el ataque y la huida con mayor gasto cardíaco y rigidez muscular.

Esta condición afecta al sistema inmunológico y propicia las afectaciones osteomusculares frecuentes en toda la sintomatología psicosomática. En el presente estudio, gracias al aporte de la fase cualitativa, se conoce que esa mayor exposición a la tensión emocional se originó por el cambio de rutina a una realidad de confinamiento, por la obligación de dominar las plataformas virtuales de enseñanza, y por la intensificación de la jornada de trabajo. Esta misma angustia originada por la pandemia Covid 19, intensificó los padecimientos psicosomáticos como dolor de cabeza, cuello, espalda, muñeca, enfermedades respiratorias y agitación en general.

En relación a la ansiedad e insomnio, en un estudio realizado por Rodríguez (2018), en el

cual se indagaba el grado de afectación del estrés en la salud de 160 docentes de una Universidad de Manabí, el 63% de su población admitió debilidad e intranquilidad por falta de sueño reparador. La autora concluye que la carga de trabajo docente ocasiona alteraciones emocionales que se manifiestan en pensamientos persistentes que dificultan el descanso de los profesores. Al respecto, en una investigación realizada en Colombia con muestra de 76 docentes universitarios, y cuyo objetivo comprendía el análisis del desgaste emocional y las manifestaciones psicósomáticas de los profesores, se determinó que el agotamiento es estadísticamente significativo con los trastornos de sueño del personal de tiempo completo de una universidad (Fernández, 2018). La realidad que vivieron los docentes del ISTS durante los 6 meses de pandemia indican que 13 (12,3%) de ellos presentaron ansiedad y perturbaciones de sueño, que, de acuerdo con las entrevistas de los informantes, se debió a la inseguridad e inestabilidad económica presentes con mayor intensidad al final de cada mes.

Una de las características de la docencia universitaria, es el poco sentido de grupalidad y la preferencia del trabajo individual. Al respecto, Sucari (2019), en su trabajo titulado Trabajo docente en equipo y su relación con los compromisos de gestión, argumenta que son las restricciones administrativas, las condiciones laborales con pocos espacios y tiempo disponible para la interacción en grupo, lo que desarrolla una forma de planificación y organización de trabajo individual. Esto a la postre, otorga control sobre el trabajo y desarrollo de la innovación profesional, pero también sentimientos de aislamiento, abandono y tristeza. En estudios de diseño no experimental y correlacional tales como los de García (2017), Guerrero (2018) y Ortiz (2019), se determinó el nivel de afectación que los factores del trabajo docente ejercían en la esfera social como uno de los indicadores de la salud mental. En los resultados de las tres investigaciones se registran pobres relaciones con los compañeros, problemas en la comunicación y falta de eficacia personal en más del 10% de sus poblaciones. En la presente investigación, la población afectada alcanzó el 4,7%, no obstante, estas 5 personas también presentaron síntomas psicósomáticos siendo los únicos en registrar doble perturbación. En las entrevistas grupales, los informantes explican que la causa de estas dolencias se originó por la ausencia de contacto físico con sus compañeros, lo que indicaría que los docentes del ISTS tenían alto sentido de pertenencia y grupalidad antes de la pandemia Covid 19.

La depresión es una afectación frecuente en profesiones de atención directa con clientes como en el área de la salud y de la educación. Según un estudio realizado por Andrea (2018), en una muestra de 5.300 personas de edades comprendidas entre los 24 y 33 años, los profesores presentan mayor probabilidad de padecer este trastorno. La investigadora explica que además de las exigencias propias de ser profesor, muchos de ellos laboran sin vocación, se han profesionalizado en otras áreas y al no conseguir trabajo en sus respectivos puestos, han optado por la docencia. Si comparamos estas conclusiones con los escores del estudio de los docentes del ISTS, se podrá notar que existe tan solo un caso (0,9%) con depresión para el cual no se obtuvo mayor información de sus causas y características en las entrevistas grupales. Por lo tanto, es admisible pensar que su padecimiento se deba a factores extra laborales o preexistentes. Por otro lado, los docentes del ISTS deben perfeccionar su currículo a través de cursos de formación de formadores y postgrados relacionados con la enseñanza.

En un estudio denominado Ser docente en el contexto de la pandemia de COVID-19: reflexiones de la salud mental, llevada a cabo por Dos Santos (2020), se realiza un análisis predictivo de las principales dolencias en la salud de los profesores debido al cambio de las prácticas pedagógicas, a la adaptación a la tecnología virtual y al aislamiento social. Los factores de riesgo psicosociales se han intensificado, así como la probabilidad de perturbaciones psicósomáticas, trastornos del sueño, disfunción social y depresión. La autora concluye en la urgencia de describir el daño, identificar a los afectados e implementar acciones de mitigación, tratamiento y rehabilitación. Es por tal motivo, que la investigación en docentes del ISTS ha sido trascendental, puesto que se ha revelado que 39 (37%) profesores, requieren de vigilancia médica que permita un diagnóstico que confirme o deleve el padecimiento registrado en el GHQ-30. Entre esta población, los más vulnerables son las 5 personas

que registran perturbación en 2 dimensiones y el docente con depresión.

Dentro de las acciones de prevención, también se deberá incluir la sensibilización sobre la equidad de género, dado que se determinó que las mujeres tienen 3,2 veces más riesgo de padecer síntomas psicósomáticos. Al respecto Noroña (2020) en una investigación titulada *Psychosocial Risk Factors, Labor Violence and Gender in Teachers in Higher Institutes of Ecuador*, indica que la mayor exposición a dolencias psicofísicas pueda deberse al aumento de exposición de estrés originado por el trabajo no remunerado del hogar y la inequitativa participación de sus cónyuges o hermanos. Además, el autor concluyó que, en un Instituto Superior Tecnológico del Ecuador, el género femenino presentaba 5 veces más probabilidad de sufrir acoso laboral en relación a los hombres.

CONCLUSIONES

Existen 39 (37%) docentes del ISTS con padecimientos en su salud mental. Los síntomas psicósomáticos como los dolores de cabeza, cuello, espalda, muñeca, codo, cansancio y falta de energía se deben a las condiciones inadecuadas de trabajo, al cambio de modalidad y al aprendizaje de las plataformas de enseñanza virtuales. La inestabilidad laboral, el temor de perder sus empleos y la incertidumbre del futuro, han ocasionado perturbaciones del sueño y ansiedad. La participación en la toma de decisiones, el acceso a la información y la comunicación entre docentes y autoridades, se vio fuertemente comprometida durante la pandemia generando estrés e insatisfacción. Existen 6 personas que requieren de atención profesional de manera apremiante, cinco de ellas registraron perturbación en síntomas psicósomáticos y disfunción social, mientras que un individuo registra depresión. Se requiere gestionar planes de mitigación psicosocial preventivos, de tratamiento y de rehabilitación con base a los resultados expuestos; así también sensibilizar sobre temas de equidad de género para prevenir la ocurrencia negativa de los síntomas psicósomáticos en las mujeres. Por otro lado, es necesario fortalecer los estilos de liderazgo en la carrera de Gestión ambiental. El enfoque mixto utilizado en la investigación permitió describir las perturbaciones mentales y comprender sus características y causas; con lo cual, se obtuvo conocimiento profundo de la afectación de la salud mental ocasionada por la pandemia Covid 19 en docentes de un instituto tecnológico superior.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Andrea, S. B., Messer, L. C., Marino, M., & Boone-Heinonen, J. (2018). Associations of tipped and untipped service work with poor mental health in a nationally representative cohort of adolescents followed into adulthood. *American journal of epidemiology*, 187(10), 2177-2185.

Avilés, A. E. B., Alava, L. A. R., Urra, R. G., & Rivadeneira, M. L. (2020). Reacciones psicósomáticas producidas por el estrés y la salud mental de los docentes universitarios. *ReHuSo: Revista de Ciencias Humanísticas y Sociales*, 5(3), 16-25.

Dos Santos, B., Scorsolini-Comin, F., & Dalri, R. (2020). Ser docente en el contexto de la pandemia de COVID-19: reflexiones sobre la salud mental. *Index de Enfermería*, 29(3), 137-141.

Fernández, M. P. (2018). Relación entre desgaste ocupacional y manifestaciones psicósomáticas en una muestra de docentes colombianos de la ciudad de Santa Marta. *Archivos de Medicina (Col)*, 17(1), 78-90.

García Padilla, A. A., Escorcía Bonivento, C. V., & Pérez Suárez, B. S. (2017). Síndrome de Burnout y sentimiento de autoeficacia en profesores universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 5(2), 65-126.

Guerrero-Barona, E., del Amo, R. G., Moreno-Manso, J. M., & Guerrero-Molina, M. (2018). Factores de riesgo psicosocial, estrés percibido y salud mental en el profesorado. *Psychosocial risk factors, perceived stress and mental health in teachers. Revista Clínica Contemporánea*, 9(e2), 1-12.

Lazarus R. y Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Nueva York: Springer.

Noroña, D., Baltazar, R., & Contreras, R. (2020). Psychosocial Risk Factors, Labor Violence and Gender in Teachers in Higher Institutes of Ecuador. *TEST Engineering & Management*, 83(1), 25795-25802.

Ortiz, G., Toro, P., & Hermosa, A. (2019). Riesgos para la salud de profesores universitarios derivados de factores psicosociales laborales. *Universitas Psychologica*, 18(3), 1-15.

Peralta, J. (2018). Estrés y factores psicosomáticos en docentes de una escuela normal particular: una comparación de grupos de sexos. *Kinesis Revista Veracruzana de Investigación Docente*, 3(3), 45-53.

Quintero, S., & Calle, J. A. H. (2021). Síntomas de Depresión asociados al Síndrome de Burnout y a condiciones socio-laborales de Docentes de Colegios Públicos de Envigado-Colombia. *Psicología desde el Caribe*, 38(1).

Rodríguez, A., Bermello, I., Pinargote, E., & Durán, U. (2018). El estrés y su impacto en la salud mental de los docentes universitarios. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*, 3.

Sucari, W., & Quispe, J. (2019). Trabajo docente en equipo y su relación con los compromisos de gestión escolar en educación secundaria. *Revista Innova Educación*, 1(2), 156-171. *Innova Educación*, 1(2), 156-171.