

Aproximación al estudio del estrés en profesores universitarios

Lucía Rodríguez Guzmán*

Resumen

Estudio descriptivo realizado con el propósito de identificar las fuentes de presión que generan estrés en los trabajadores universitarios. El protocolo de investigación incluyó una metodología previamente adaptada y validada con profesores de nivel superior. Se aplicó la escala de Travers y Cooper a 120 académicos universitarios que laboran en Guanajuato, México. Los resultados muestran una carga excesiva de trabajo que incluye actividades administrativas, saturación laboral, falta de tiempo para descansar, conflictos interpersonales, requerimientos de apoyo de diversa índole y mejora salarial, entre otros aspectos que generan estrés en el profesorado. El decreciente respeto de la sociedad hacia la profesión es uno de los factores importantes a considerar. Se sugiere realizar diagnósticos médicos, a fin de valorar el impacto del estrés en el bienestar de los docentes, así como aplicar estrategias de intervención para mejorar la salud y disminuir el estrés en los trabajadores académicos.

Palabras clave: estrés, docentes, trabajo académico, educación superior

* Doctora en Educación, Profesora e investigadora del Departamento de Ciencias Aplicadas al Trabajo de la Universidad de Guanajuato, México. e-mail: luciarg@prodigy.net.mx / l.rodriguez@ugto.mx

Approach to the study of stress in university teachers

Abstract

A descriptive study carried out with the purpose of identifying the pressure sources that generate stress in university workers. The research protocol included a methodology previously adapted and validated with higher level professors. The Travers and Cooper scale was applied to 120 university academics working in Guanajuato, Mexico. The results show an excessive workload that includes administrative activities, labor saturation, lack of time to rest, interpersonal conflicts, support requirements of various kinds and salary improvement, among other aspects that generate stress in the teaching staff. The declining respect of society towards the profession is one of the important factors to consider. It is suggested to make medical diagnoses, in order to assess the impact of stress on the well-being of teachers, as well as to apply intervention strategies to improve health and reduce stress in academic workers.

Keywords: stress, teachers, academic work, higher education

Introducción

*“La vida está seriamente amenazada por una tecnociencia triunfante, que sólo obedece a la lógica horrorosa de la eficiencia por la eficiencia”
(Carta de la Transdisciplinaridad, 1994).*

Los acelerados avances tecnológicos y las exigencias de incremento en la productividad, incluso a costa del bienestar humano y la conservación de la naturaleza, han tergiversado el sentido del trabajo y la labor como espacios de realización al servicio de las personas.

En el sector educativo se ha documentado una tendencia creciente de malestar al interior de las instituciones, en parte como producto de los entornos violentos que permean hacia las aulas y, al mismo tiempo, como expresión del deterioro generalizado de la educación en tiempos de crisis e incertidumbre. Tal parece que la escuela convencional es considerada un mal necesario y ha dejado de ser para muchos el tesoro que conlleva la promesa de un mundo mejor. A casi dos décadas del inicio del siglo XXI, asistimos al desplome de la esperanza y esa tendencia tendría que revertirse con el surgimiento de renovadas utopías, al menos en el ámbito educativo que pugna por heredar a las nuevas generaciones alternativas de sustentabilidad, armonía y paz.

La globalización y los correlatos de la modernización sin precedentes han propiciado alteraciones en las formas de coexistencia de los habitantes del planeta. Los escenarios para los años venideros anuncian retos inéditos que transformarán la vida cotidiana de las generaciones presentes y futuras, de ahí la importancia de atender desde ahora las pandemias que amenazan a escala planetaria. Uno de los problemas de rápida expansión tiene que ver con el aumento de presiones que se han exacerbado en la sociedad consumista y violenta de hoy en día, donde los ámbitos laborales registran fragmentación, inestabilidad, competencia y precariedad en el empleo. Esto mismo se observa en las escuelas y universidades, cuya sostenibilidad financiera hace tambalear al sector educativo.

En el caso de México, por ejemplo, el XIII Congreso Nacional de Sindicatos Universitarios, durante la reciente reunión celebrada en septiembre del año 2018, puso al descubierto no sólo el deterioro salarial de los académicos y la inminente reforma a los sistemas de pensiones y jubilaciones, sino incluso la falta de pago en detrimento de miles de trabajadores activos que prestan servicio en varias universidades del país. La Confederación Nacional de Trabajadores Universitarios (CONTU) demandó solidaridad y acciones gubernamentales inmediatas en aquellas instituciones mexicanas que afrontan una crisis de tal magnitud que se ven obstaculizadas para proseguir su funcionamiento al servicio de la educación superior (CONTU, 2018).

En tal contexto, los profesores presentan desmotivación por múltiples factores que dificultan la labor académica en tiempos en los que la calidad educativa se confunde con la simple eficiencia por la eficiencia.

El profesorado representa entonces uno de los colectivos más vulnerables, y aunque poco se han estudiado las condiciones del trabajo académico en las instituciones mexicanas de educación superior, a nivel mundial se documentan investigaciones que abordan los problemas inherentes a los riesgos psicosociales del trabajo docente y su impacto en la salud.

En este trabajo se pretende dilucidar algunas pistas para la identificación de las fuentes y síntomas de lo que se ha denominado estrés docente. En el contenido que ocupa el presente documento se hará referencia solamente a la primera fase de indagación con el profesorado que realiza funciones de docencia y trabajo académico en una institución universitaria localizada en Guanajuato, México.

Antecedentes alusivos al campo temático del estrés docente

La revisión de la literatura permitió localizar algunas investigaciones provenientes de las ciencias de la salud, la psicología, la sociología y la perspectiva pedagógica en este campo del conocimiento. Varios autores han indagado lo referente al estrés docente, en especial desde un enfoque relacionado con las implicaciones psicosociales.

Cada vez más estudios reportan que la labor docente desde hace años afronta condiciones de trabajo difíciles que se han agudizado en los tiempos recientes, como producto de los cambios a nivel macro que alteran los sistemas educativos en diferentes regiones del mundo.

La Oficina Regional de Educación para América Latina de la UNESCO, coordinó un estudio exploratorio internacional cuyos resultados confirmaron la inextricable relación entre trabajo docente y salud, siendo el estrés uno de los problemas más graves en los profesores de seis países latinoamericanos: Argentina, Chile, Ecuador, México, Perú y Uruguay. En el caso de los docentes argentinos el estrés fue diagnosticado al 34% (Kohen, 2005) y en México al 27% de los mentores (Rodríguez, 2005), aunque los datos más alarmantes correspondieron a los profesores chilenos y ecuatorianos con prevalencias del 42% y 48% respectivamente. Según la conclusión de Parra (2005a, 2005b) en el análisis comparado, llamó la atención en todos los países el alto porcentaje de docentes que habían recibido un diagnóstico médico de estrés.

De acuerdo con Donders, Van der Gulden, Furer, Tax y Abbing (2003), el estrés que afecta al personal universitario tiene origen en las presiones derivadas del trabajo, lo que provoca que disminuya la satisfacción como efecto temprano, seguido por el aumento de las tensiones y el agotamiento emocional, así como una mayor susceptibilidad a las enfermedades. Por otra parte, Kyriacou (2003) reitera que la docencia es un trabajo exigente y los profesores están expuestos a sufrir estrés en cualquier momento de su vida laboral. Entre los síntomas comunes, según dicho autor, figuran la intranquilidad, el malestar general, la irritabilidad, un aspecto poco saludable, la obsesión compulsiva por el trabajo, la facilidad para llorar, el insomnio, la depresión, la pérdida del deseo sexual, el cansancio e indigestión, entre otros aspectos nocivos. En otras palabras, los actores de la educación difícilmente pudieran gozar de una vida personal saludable.

Aquí conviene hacer una precisión conceptual del estrés en tanto término polisémico que adopta significados diversos. Hans Selye (1993) fue uno de los pioneros en investigar este fenómeno

como respuesta de adaptación a los cambios y desafíos ambientales, pasando el proceso por tres etapas consecutivas: (1) señal de alarma cuando el cuerpo se prepara para la defensa o intenta escapar, pero no es posible mantener esa condición por mucho tiempo; (2) al sobrevivir a la primera etapa acontece la resistencia, y, si no desaparecen los estresores, el organismo prácticamente se deteriora y envejece por mantener constante dicho desgaste durante la resistencia; (3) si el estrés en tal caso se prolonga, el cuerpo entra en agotamiento porque la energía de adaptación es finita, es decir, sólo se puede tolerar cierta cantidad de estrés. Selye (1993) aclaró que no se puede asumir el concepto sólo en sentido negativo, pues también cumple una función estimulante y vital para la sobrevivencia. De ahí que la connotación positiva se denomina eustrés y el sentido negativo del mismo vocablo sería equivalente a distrés; no obstante, conviene advertir que la perspectiva psicosocial del trabajo apunta hacia las consecuencias dañinas, por lo mismo en este documento, al hacer alusión al significado del estrés como palabra de uso común se le considera más bien sinónimo de distrés. Hoy en día incluso se ha generalizado a tal grado el vocablo que se habla de tecnoestrés para ilustrar los efectos derivados del uso y abuso de las nuevas tecnologías.

Ahora bien, el estrés del profesor es definido como el conjunto de aquellas experiencias resultantes del trabajo que desencadenan emociones negativas y desagradables, tales como ansiedad, frustración, enojo, depresión y nerviosismo, es decir, malestar y desequilibrio. Esteve (1997) hace referencia a los principales problemas de salud vinculados al "malestar docente", lo que significa desazón e incomodidad indefinible, pues el dolor es algo determinado que se puede localizar y la enfermedad tiene síntomas manifiestos, pero cuando se usa el término malestar se sabe que algo anda mal sin poder definir qué es y por qué. El predominio de la ansiedad que se desprende de la continua comparación que hace cada profesor de su actuación pedagógica real y los ideales que desearía lograr le conducen a una reacción hiperactiva, tratando de compensar con su esfuerzo individual problemas que le competen al sistema educativo. Según Abraham (2000), las manifesta-

ciones depresivas aparecen en ese acto de comparación, cuando el profesor asume un auto-desprecio, culpabilizándose personalmente por su incapacidad para llevar a la práctica los ideales pedagógicos interiorizados durante su formación y que corresponden a las demandas de la sociedad.

Hargreaves (1999) aborda magistralmente lo relacionado con la enseñanza y la culpabilidad, ya que ésta constituye una preocupación emocional fundamental para los académicos. Los sentimientos de culpabilidad y frustración, comunes entre los profesores, pudieran ocasionarles graves y profundas perturbaciones. Las trampas culpabilizadoras que aprisionan a los docentes, de acuerdo con este autor, pueden ser de dos tipos: la culpabilidad persecutoria que inhibe la innovación y, por otra parte, la culpabilidad depresiva por no tener tiempo para escuchar los problemas de los estudiantes, es decir, de reparar y reponer algo considerado bueno desde las apariencias del perfeccionismo.

En el contexto mundial globalizado algunas formas de trabajo parecen más proclives a desencadenar presiones que generan malestar y sufrimiento en las personas y, en bastantes casos tienen impacto desfavorable a nivel individual y colectivo.

Las publicaciones actuales coinciden en denunciar que la docencia es cada vez más una profesión de riesgo porque implica llevar a cabo una de las labores humanas más complejas en condiciones inadecuadas de trabajo. La escasa valoración social de la enseñanza es uno de los factores cruciales que originan insatisfacción y malestar en los docentes, aunque la mayoría de los reportes disponibles aportan información obtenida en grupos de profesores que se desempeñan en los niveles educativos básicos de preescolar, primaria y secundaria.

En realidad, pocos informes abordan el estrés laboral en instituciones universitarias, sin embargo, fue posible detectar algunos antecedentes alusivos a los factores que influyen en la calidad de vida de los profesores universitarios (Verdugo, Guzmán, Moy, Meda & González, 2008). Por otra parte, Domínguez (2004) realizó un estudio piloto en dos centros de la Universidad de Huelva para describir las pautas del estrés en el profesorado universitario,

observando que las desconsideraciones y agresiones verbales por parte de los alumnos, así como la exigencia de mantener la disciplina en clase y la poca valía que se concede a la educación, constituyen algunos estresores que preocupan a los docentes. De igual forma, las dificultades de promoción y ascenso, la rivalidad entre colegas y las presiones excesivas para publicar, de manera conjunta con otros factores y condiciones laborales, provocan que uno de cada dos profesores tuviera síntomas de disfunción psíquica con grave riesgo para la salud.

En torno a los peligros inherentes, se ha documentado que la exposición a factores estresantes deteriora la salud física y la salud mental (Levi, 2005); incrementa el riesgo de enfermedad y puede desencadenar padecimientos cardiovasculares y del síndrome metabólico (Serrano, 2005); además de un amplio espectro de malestares psicosomáticos estrechamente relacionados con la labor académica: fatiga, cefaleas, dolores de la columna y afecciones musculoesqueléticas, irritaciones oculares y de vías respiratorias, disfonías, gastritis, úlceras digestivas e innumerables trastornos psicológicos que ya se han mencionado con anterioridad, subrayando la depresión y ansiedad por sus consecuencias lamentables en las expectativas de vida de las personas (Sevilla & Villanueva, 2000).

Un estudio reciente sobre condiciones de trabajo y estrés en académicos universitarios reveló asociaciones importantes con base en el modelo de demanda/control; donde se detectó una prevalencia general de alta tensión o estrés en el 19.4% de los académicos, con un incremento del 24% en los docentes de carrera que trabajan turno mixto y no acceden a los programas de estímulos económicos. La prevalencia más notoria del 58% la registraron los investigadores que tienen alta demanda y alto control en el trabajo, e incluso esto aumenta un 20% adicional en los profesores que pertenecen al Sistema Nacional de Investigadores (Palacios & Montes de Oca, 2017).

Referente a la categoría laboral de los profesores dedicados predominantemente a la investigación, los datos obtenidos parecen más drásticos en las instituciones mexicanas de educación

superior. Cisneros y Ramírez (2009), de igual forma mencionan la prevalencia de colitis, gastritis e hipertensión arterial en los trabajadores académicos de una universidad pública de la Ciudad de México.

Los hallazgos científicos en torno al estrés laboral abren un campo de conocimiento desde diferentes perspectivas teóricas, una de las cuales ha tomado auge a partir de los aportes de Dejours (2001) y la Asociación Francesa de Psicología del Trabajo. En este ámbito se habla de una contaminación del tiempo fuera del trabajo y del sufrimiento invisible que los procesos de subjetivación esconden y legitiman en aras de la productividad, pese a su impacto directo en el aparato psíquico de las personas.

En Japón, por ejemplo, se han conducido investigaciones relativas al estrés ocupacional que confirman la importancia de mantener altos niveles de satisfacción laboral y apoyo social, así como estilos de afrontamiento eficaces para preservar la salud en los profesores universitarios (Kataoka, Ozawa, Tomotake, Tanioka & King, 2014).

Si bien se carece de un consenso en cuanto a la etiología y enfoques metodológicos para el abordaje del estrés docente, Lazarus (2000) recomienda emprender dos niveles de análisis: el sociocultural y el fisiológico, a fin de valorar las emociones interdependientes y el adecuado manejo de las mismas para preservar la salud. En el mismo sentido se pudieran recuperar las bondades de formar personas resilientes como señala Johnstone (2018), pues la capacidad humana de resiliencia permite superar situaciones críticas. Por tanto, los programas dirigidos a los trabajadores adultos deben a futuro visualizar estrategias de afrontamiento del estrés con base en intervenciones acordes a las características personales, en consonancia con la naturaleza interactiva y multifuncional de los síntomas que cada persona manifiesta, así como las alternativas de solución disponibles en el medio circundante.

Metodología

Con el propósito de detectar las fuentes de presión que generan estrés en los trabajadores académicos, en el año 2018 la

Asociación Sindical de Personal Académico y Administrativo de la Universidad de Guanajuato (ASPAAUG) convocó la participación en el proyecto.

Se aplicó una escala de opción múltiple que contiene 74 declaraciones relacionadas con una amplia gama de situaciones inherentes al ejercicio de la docencia. La escala proporciona 5 opciones de respuesta cerrada que van del 1 para indicar total desacuerdo hasta el 5 para manifestar total acuerdo en que sea una fuente de presión. El instrumento fue adaptado de la escala de Travers y Cooper (1997), previamente validada con docentes mexicanos y el análisis de consistencia interna mostró un coeficiente de .943 (Cronbach's Alpha).

Los procedimientos de aplicación iniciaron con la invitación a participar de manera voluntaria en una encuesta de carácter anónimo y autoadministrable. La versión digitalizada de la escala fue distribuida por la vía del correo electrónico a la población de trabajadores universitarios que forman parte de la base de datos ASPAAUG.

Finalmente se registró la participación de 122 profesores y técnicos académicos que laboran en los diferentes municipios y campus universitarios. Cabe mencionar que dos escalas incompletas fueron anuladas, por tanto, la información procesada corresponde a las respuestas de una muestra conveniente de 120 informantes, con inclusión de mujeres (47% de los casos) y hombres (53%). Según el nivel de la escolaridad máxima de los informantes, el 22% de los trabajadores académicos cuentan con estudios de licenciatura y el 78% con preparación de posgrado. El 18% de los profesores participantes manifestaron pertenecer al Sistema Nacional de Investigadores (SNI)

Resultados y discusión

A continuación, se presenta un panorama general de las principales fuentes de estrés por orden de mayor a menor frecuencia sin afán de cuantificar los datos obtenidos, sino más bien con la intención de dar a conocer de manera cualitativa un mapa de los aspectos que ameritan estrategias de intervención acordes a

las condiciones materiales y sociales del trabajo académico. El siguiente listado expone, por orden descendente, las diez principales fuentes de presión de un total de 74 afirmaciones.

1. Un sueldo bajo respecto al volumen de trabajo.
2. Las tareas administrativas.
3. Falta general de recursos.
4. Las exigencias de autoridades que piden buenos resultados.
5. Horas requeridas para corregir en casa los trabajos de los estudiantes.
6. Atender grupos numerosos.
7. Tener que “abarcar mucho y apretar poco”.
8. Falta de tiempo para descansar.
9. Falta de apoyo por parte del personal directivo.
10. Falta de valor que actualmente se le concede a la enseñanza.

Cada cuestión es parte del conjunto amplio que los trabajadores universitarios perciben como situaciones generadoras del estrés. Las presiones aludidas con puntajes elevados apuntan a la sobrecarga de trabajo y la saturación del tiempo del profesorado más allá de las aulas. Ésta es una constante identificada en los estudios internacionales sobre condiciones de trabajo y salud docente.

Jarvis (2002) propone tres áreas de agrupamiento: los *factores intrínsecos a la enseñanza*, por ejemplo la sobrecarga de funciones y la disciplina de los estudiantes dentro del salón de clases; los *factores cognoscitivos que afectan la vulnerabilidad individual de los profesores*, entre los que destaca la eficiencia personal y las atribuciones relacionadas con el “deber” ser un buen profesor; y los *factores sistémicos* que operan a nivel institucional y político, en lo concerniente al clima organizacional y las relaciones entre colegas.

En el primer conglomerado se observan coincidencias con los hallazgos de otros estudios conducidos con docentes, donde la carga excesiva de actividades sobrepasa el tiempo laboral e interfiere con el descanso y la vida familiar del profesorado. Esta

inmersión en el trabajo escolar y extraescolar por periodos largos de tiempo predispone al agotamiento y al estrés crónico que se ha denominado como síndrome de burnout, lo cual habla también de una sintomatología relacionada con el malestar docente y los padecimientos psicosomáticos.

Las declaraciones de los académicos hicieron mención del escaso nivel de autonomía e influencia en las decisiones del centro de trabajo, lo que con frecuencia conduce a conflictos entre maestros y directivos. Asimismo, los participantes manifestaron presiones ante la exigencia de hacer mucho con pocos recursos, en ambientes caracterizados por la falta de apoyo de diversa índole, que va desde la instancia directiva y de colegas dentro de la institución, hasta la esfera gubernamental y social más amplia, donde se observa la influencia de ciertos medios de comunicación masiva que actualmente desprestigian la labor de los docentes.

La presión académica es una categoría conformada por múltiples estresores. Esteve (1997) clasificó los “factores primarios” que inciden directamente sobre los maestros y tienen relación con el comportamiento de los alumnos, el clima del aula, los resultados del aprendizaje y otros mencionados en párrafos anteriores, que se combinan con “factores secundarios” provenientes del entorno y tienen que ver principalmente con las transformaciones y contradicciones del papel del maestro; los cambios en la actitud de la sociedad respecto a los docentes; la incertidumbre frente a los objetivos del sistema educativo; y, el deterioro de la imagen del profesorado.

En el siguiente grupo de presiones, además de la desmotivación por el valor que se le concede actualmente a la enseñanza, las voces de los trabajadores académicos universitarios no sólo reclaman la falta de recursos y apoyo, ya que su preocupación constante denuncia el hecho de que llevar trabajo a casa interfiere con la familia y reduce significativamente las oportunidades de recreación, convivencia y descanso; por otra parte, los procesos necesarios de planeación, capacitación y actualización ante los cambios curriculares, generalmente se cumplen fuera del tiempo laboral.

De los factores primarios del estrés docente, uno que amerita especial atención se refiere a trabajar con gran cantidad de alumnos, muchos de los cuales exhiben conductas indisciplinadas, por tanto, resulta lamentable que un profesor atienda grupos de 40 alumnos o más. En tales condiciones, enseñar y evaluar a todos los estudiantes en los espacios reducidos de las aulas, implica una tarea en extremo desgastante. Por otro lado, los maestros perciben los crecientes retos que implica educar a jóvenes que no valoran la enseñanza, y al mismo tiempo tener que afrontar cambios imprevistos de carácter urgente sin la preparación para el desempeño exitoso de su trabajo. En la siguiente lista de fuentes de presión que continúan a las expuestas anteriormente, la falta de tiempo se hace patente nuevamente.

1. Falta de apoyo de los colegas.
2. Falta de tiempo para apoyar a alumnos con problemas.
3. Enseñar a quienes no valoran la enseñanza.
4. Tener que evaluar a cada alumno.
5. Trabajar en aulas saturadas con espacio reducido.
6. Los cambios constantes que implica la profesión.
7. Tener que solventar problemas de conducta de los alumnos.
8. El personal no entienden las presiones a las que me somete mi puesto.
9. Situación personal de salud.
10. El decreciente respeto de la sociedad hacia la profesión.

Un dato relevante que requiere atención urgente a nivel universitario es que los maestros ven alterada su situación personal de salud, esto concuerda con la falta de tiempo para descansar y el hecho de llevar trabajo a casa, lo cual muestra indicios del deterioro físico y mental citado por los teóricos. En este rubro se tendría que profundizar la indagación por medio de diagnósticos amplios, a fin de determinar cómo influyen los niveles del estrés en cada docente y, hasta qué punto inciden estos datos en las licencias médicas por incapacidad.

Con anterioridad se puntualizaron algunos hallazgos que confirman enfáticamente la vinculación del estrés con la salud. La literatura documenta múltiples investigaciones referentes al “malestar

docente” (Cox & Heames, 2000; Esteve, 2005; Fueguel & Montoliu, 2005; Lambert & McCarthy, 2006; Nieto, 2006). En el tema del estrés, los datos derivados de la presente investigación coinciden con estudios previos realizados en el mismo contexto geográfico (Rodríguez, 2005; Rodríguez, Oramas & Rodríguez, 2007), donde se advierte lo relativo a la sobrecarga de trabajo, las exigencias laborales, los conflictos interpersonales y la falta de recursos, en tanto factores que propician malestar en los docentes.

La investigación realizada por Cisneros y Ramírez (2009), reporta que la población objeto de dicho estudio manifestó no disponer de tiempo libre para la recreación familiar o personal. Un dato crucial como factor observado de predisposición a la enfermedad fue la exigencia laboral del propio individuo, al invertir el tiempo de sus días de descanso y vacaciones para mejorar su desempeño académico, lo que se traduce luego en desgaste físico y emocional.

Llama la atención el factor de auto-exigencia de los profesores y, según parece, afecta más a los investigadores, pues es fácil imaginar un escenario caótico que inhibe la elaboración de un artículo en medio de ambientes ruidosos cercanos a las aulas. Entonces, las presiones de la competitividad para publicar en revistas internacionales, a la vez que revisar tesis, dar tutoría y hacer divulgación, son elementos que se agregan a una vasta lista de pendientes que hacen imposible avanzar en el universo de la producción intelectual creativa e innovadora, pues ello supone alto grado de concentración.

Lo anterior conlleva otro síntoma generalizado del malestar docente que tiene que ver con la fragmentación, precarización y desvalorización del trabajo académico, por lo mismo la docencia es considerada como una de las profesiones más susceptibles a sufrir estrés.

De los factores del entorno que afectan sobremanera, según los académicos participantes, el vandalismo en las instalaciones cercanas a las escuelas es uno preponderante. En este rubro se agregan un sinnúmero de situaciones de violencia, rivalidades y agresiones dentro y fuera de los espacios educativos. Es así como se

perciben los universitarios desde una visión tecnócrata del trabajo docente (Torres, 2006), cuando antes eran respetados en su papel de catedráticos, y en la actualidad son vistos como empleados que padecen las consecuencias de la inseguridad social y la inestabilidad en los puestos de trabajo.

Por otra parte, algunas investigaciones realizadas en México han reportado la relación entre los daños a la salud y la pertenencia a los programas de estímulos institucionales, específicamente se alude a los investigadores integrantes del Sistema Nacional de Investigadores (SNI), cuya pertenencia significa un alto honor para quienes realizan actividades investigativas en conjunto con la docencia y la extensión. Sin embargo, desde hace varios años ya se cuestionaba el hecho de privilegiar la productividad científica poniendo en riesgo la salud. Aboites (2001) en una nota periodística relata la noticia de que un académico (estresado) había sufrido un infarto en su oficina; luego cita determinados datos en torno a los padecimientos más prevalentes en los académicos que ingresan y permanecen en el SNI, para finalmente interrogar si, desde un punto de vista ético y de justicia laboral ¿cabe exigir un costo tan elevado en salud, relaciones familiares, calidad de vida y decesos prematuros...? Las reflexiones resultan muy elocuentes.

Un dato sobresaliente obtenido en los académicos de Guanajuato indica que la mitad de los profesores que pertenecen al Sistema Nacional de Investigadores presentan estrés elevado con una prevalencia mayor a la de sus colegas, lo cual coincide con los hallazgos de Palacios y Montes de Oca (2017), al igual que con lo expuesto por Cisneros y Ramírez (2009) en cuanto a las condiciones de vida, salud y exigencias laborales de los trabajadores de universidades públicas.

En torno al mismo asunto, Cladellas, Castelló y Parrado (2018), citan que de igual manera en España y en otros países como Australia y Reino Unido, las condiciones del trabajo académico han sufrido un considerable empeoramiento por la enorme carga de trabajo y el incremento de las presiones para publicar y obtener una subvención de investigación, en tanto factores contribuyentes en la génesis del distrés académico.

Tal vez sería impreciso corroborar la hipótesis de que actualmente las condiciones de trabajo de los investigadores mexicanos han mejorado gracias al avance tecnocientífico, o bien al contrario, las redes y cuerpos académicos han perdido libertad para proponer sus propios intereses de investigación, así como elegir los medios y canales para la divulgación de sus ideas. Los parámetros impuestos invalidan el rescate del saber emanado a través de los dialectos, en cambio privilegian los conocimientos de frontera generados en países del hemisferio norte y pasan por alto el valioso potencial del conocimiento que se pudiera divulgar desde las regiones latinoamericanas.

Por cierto, en Argentina se han develado muchos aspectos ocultos del trabajo docente, por ejemplo, el aislamiento que impide el desarrollo colectivo, la excesiva burocratización del trabajo, la fatiga residual y los factores de riesgo psíquico implicados en el trabajo docente (Martínez, 1992; Saavedra & Martínez, 1999). Algunas lecciones aprendidas motivan a investigar más a fondo la producción de subjetividad y la reapropiación del proceso de trabajo como alternativas de aproximación al polo de la salud (Kohen, 2004).

Otras cuestiones aludidas con puntajes elevados en el estudio que nos ocupa, fueron las carencias socioeconómicas de los alumnos, la mala comunicación entre el personal, administrar una escuela con presupuesto insuficiente, tener que organizar las reuniones académicas, la participación en órganos colegiados, las crecientes presiones por parte de los jefes y la falta de comprensión acerca de las presiones a las que somete cada puesto de trabajo. Tal parece que gran parte de las declaraciones anteriores conciernen principalmente al personal directivo, pues varios docentes ascienden a directores y combinan las actividades académicas con las responsabilidades implicadas en las gestiones administrativas.

Por otra parte, las fuentes de presión que menos preocupan a los académicos guanajuatenses tienen que ver con hacer guardias durante los recesos; atender al grupo de un maestro que se ausenta; cubrir una doble función de director y maestro de grupo; y sentir que la propia formación docente no es adecuada. En este

contexto resulta loable constatar los esfuerzos universitarios desplegados con el propósito de mejorar paulatinamente las condiciones laborales del profesorado y hacer extensivo el reconocimiento de las fortalezas del quehacer docente a nivel superior, pues en ello radica la humanización del trabajo como fuente de realización y de servicio.

Desde la esfera de actuación sindical se podrían consolidar transformaciones positivas en las condiciones materiales y sociales del trabajo docente, al mismo tiempo que se abonaría al cambio de paradigma que impide al profesorado gozar de prestigio y reconocimiento, tal como se le confiere en sistemas educativos caracterizados por el aprecio hacia los docentes.

El bienestar de los trabajadores académicos es un tema de bastante complejidad que va más allá del estrés y los padecimientos asociados al mismo, aunque las fuentes de presión vinculadas al trabajo académico representan también un asunto complejo, donde los profesores están cada vez más expuestos a niveles elevados de malestar biopsicosocial que afectan su salud y, por consiguiente, impactan las funciones sustantivas que cotidianamente realizan.

Sin duda los resultados del estudio con el profesorado universitario hacen patente la necesaria implementación de programas efectivos de atención inmediata, que sean sustentados en diagnósticos tempranos y en acciones preventivas para detener oportunamente los riesgos del estrés y garantizar la calidad de vida de los trabajadores universitarios. En suma, que contribuyan a revalorar la función docente desde una perspectiva holística e integral.

Reflexiones finales

Los resultados de la fase primera del proyecto impiden anticipar conclusiones, si bien los hallazgos aportan evidencias relevantes en torno a la problemática del estrés docente. Asimismo, las investigaciones conducidas desde diferentes disciplinas científicas y en distintos países, muestran convergencias conceptuales que podrían servir de plataforma para realizar proyectos futuros en esta misma línea de indagación. Por supuesto, las bases teóricas

de la complejidad ampliarían los caminos para el estudio del bienestar humano desde diferentes miradas inter y transdisciplinarias, de ahí la importancia de continuar el proyecto desde perspectivas más amplias e incluyentes.

En la Universidad de Guanajuato, la Asociación Sindical (ASPAAUG) y las autoridades universitarias han mostrado sensibilidad hacia esta problemática, por tanto, la continuidad de la presente investigación se justifica por el compromiso con los trabajadores nacionales que integran la Confederación Nacional de Trabajadores Universitarios y con colegas de otros países, pero especialmente con la comunidad académica guanajuatense que ha tenido a bien participar.

En el caso de los trabajadores académicos guanajuatenses, los resultados principales indican sobrecarga de trabajo, saturación del tiempo del profesorado dentro y fuera del espacio laboral, escasos apoyos y conflictos que afectan las relaciones interpersonales. Además de la violencia del entorno que va en aumento exponencial, y permea hacia el interior de las universidades a manera de conflictos, rivalidades y falta de respeto a los derechos humanos de los docentes.

El decreciente respeto de la sociedad hacia la profesión es uno de los factores importantes a considerar en el marco de las demandas laborales, así como en los programas de proyección universitaria hacia el entorno circundante, pues una sociedad que no valora la educación difícilmente trascenderá hacia niveles de conciencia superiores.

En cuanto a las condiciones salariales y de contratación, se afirma que la crisis financiera global y la reorganización de las instituciones educativas como producto de los cambios vertiginosos que actualmente suceden en la región latinoamericana y en todo el mundo, han derivado en una fragmentación e inestabilidad sin precedentes. El empleo en el sector educativo está inmerso también en las dinámicas de incertidumbre y antagonismo.

Ante dicho panorama resulta urgente pugnar por la inclusión de acciones que generen alternativas a favor del profesorado, así

como estrategias de intervención y resiliencia en los casos graves de estrés que alteran la existencia de los académicos.

Una de las limitaciones del estudio tuvo que ver con el instrumento aplicado, mismo que se concentró en explorar únicamente lo relativo al estrés en los docentes, por lo que sería pertinente valorar las presiones y tensiones propias de la labor que cubren los investigadores, así como las exigencias concomitantes. Además, conviene contemplar la triangulación de alternativas metodológicas, con el propósito de ampliar la riqueza de los datos mediante la etnografía, los relatos de vida y el análisis de las trayectorias laborales de los trabajadores académicos.

En el contexto mundial globalizado, algunas formas de trabajo parecen más proclives a desencadenar presiones que generan malestar y sufrimiento en las personas y, en bastantes casos, tienen impacto desfavorable tanto en el bienestar individual como colectivo.

México está incursionando en grandes cambios y, las condiciones de salud y trabajo docente deben ser parte medular de las nuevas políticas educativas, pues lo anterior constituye un área de oportunidad a favor del bienestar de las personas a quienes corresponde salvaguardar lo más preciado para el futuro de la humanidad, es decir, la educación, la formación y la generación de nuevos conocimientos.

Referencias

- Aboites, H. (2001). *¿Vale la pena arriesgar la salud por la productividad científica?* Recuperado de <https://www.jornada.com.mx/2001/05/14/cien-estres.html>
- Abraham, A. (2000). *El enseñante es también una persona. Conflictos y tensiones en el trabajo docente*. Barcelona: Gedisa.
- Cisneros, Y., & Ramírez, M. L. P. (2009). Prevalencia de enfermedades en trabajadores académicos de una universidad pública según seguro de gastos médicos. *Revista Salud de los trabajadores*, 17(2), 121-131.
- Cladellas, R., Castelló, A., & Parrado, E. (2018). Satisfacción, salud y estrés laboral del profesorado universitario según su situación contractual. *Revista Salud Pública*, 20(1), 53-59.

Aproximación al estudio del estrés en profesores universitarios

- CONTU (2018). *Memorias del XIII Congreso Nacional de Sindicatos Universitarios. Retos y Perspectivas de la Universidad Pública*. México: Universidad de Guanajuato.
- Cox, S., & Heames, R. (2000). *Cómo enfrentar el malestar docente. Estrategias e ideas prácticas para los tutores y sus alumnos*. Barcelona: Octaedro.
- Dejours, C. (2001). *Trabajo y desgaste mental*. Buenos Aires: Lumen.
- Domínguez, J. A. (2004). Estrés en el profesorado universitario. Estudio piloto en dos centros de la Universidad de Huelva (España). *Revista Salud de los Trabajadores*, 12(2), 5-25.
- Donders, N. C., Van der Gulden, J. W. J., Furer, J. W., Tax, B., & Abbing, E. R. (2003). Work stress and health effects among university personnel. *International archives of occupational and environmental health*, 76(8), 605-613.
- Esteve, J. M. (1997). *El malestar docente*. Barcelona: Paidós.
- Esteve, J. M. (2005). Bienestar y salud docente. *Revista PRELAC*, 1, 117-133.
- Fueguel, C., & Montoliu, M. R. (2005). *El malestar docente. Propuestas creativas para reducir el estrés del profesorado*. Barcelona: Octaedro.
- Hargreaves, A. (1999). *Profesorado, cultura y postmodernidad*. Madrid: Ediciones Morata.
- Jarvis, M. (2002). Teacher stress: A critical review of recent findings and suggestions for future research directions. *Stress News*, 4(1), 1-7.
- Johnstone, C. (2018). Cómo formar personas resilientes en sociedades más sólidas. *Educación de Adultos y Desarrollo*, 85, 29-33. Recuperado de <https://www.dvv-international.de/es/educacion-de-adultos-y-desarrollo/ediciones/>
- Kataoka, M., Ozawa, K., Tomotake, M., Tanioka, T., & King, B. (2014). Occupational stress and its related factors among university teachers in Japan. *Health*, 6(5), 299-305. doi: 10.4236/health.2014.65043
- Kohen, J. (2004). *La problemática del trabajo infantil y docente en el contexto de las nuevas vulnerabilidades. Del impacto negativo en la salud a la búsqueda de procesos saludables* (Tesis Doctoral). Facultad de Psicología, Universidad Nacional de Rosario, Argentina.
- Kohen, J. (2005). Estudio de caso en Argentina. En M. Robalino & A. Körner (Coords), *Condiciones de Trabajo y Salud Docente* (pp. 43-73). Santiago de Chile: OREALC-UNESCO. Recuperado de <http://unesdoc.unesco.org/images/0014/001425/142551s.pdf>
- Kyriacou, Ch. (2003). *Antiestrés para profesores*. Barcelona: Octaedro.
- Lambert, R., & McCarthy, C. (Eds.) (2006). *Understanding teacher stress in an age of accountability*. Connecticut: IAP.

- Lazarus, R. S. (2000). *Estrés y emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud*. Bilbao: Desclée De Brouwer.
- Levi, L. (2005). Working life and mental health. A challenge to psychiatry? *World Psychiatry*, 3(1), 53-57.
- Martínez, D. (1992). *El riesgo de enseñar*. México: Fundación SNTE para el Maestro Mexicano.
- Nieto, J. M. (2006). *Cómo evitar o superar el estrés docente*. Madrid: Editorial CCS.
- Palacios, M. E., & Montes de Oca, V. (2017). Condiciones de trabajo y estrés en académicos universitarios. *Ciencia y Trabajo*, 19(58), 49-53.
- Parra, M. (2005a). Análisis comparativo. En M. Robalino & A. Körner (Coords.), *Condiciones de Trabajo y Salud Docente* (pp. 21-42). Santiago de Chile: OREALC-UNESCO. Recuperado de <http://unesdoc.unesco.org/images/0014/001425/142551s.pdf>
- Parra, M. (2005b). Estudio de caso en Chile. En M. Robalino & A. Körner (Coords.), *Condiciones de Trabajo y Salud Docente* (pp. 75-102). Santiago de Chile: OREALC-UNESCO. Recuperado de <http://unesdoc.unesco.org/images/0014/001425/142551s.pdf>
- Rodríguez, L. (2005). Estudio de caso en México. En M. Robalino & A. Körner (Coords.), *Condiciones de Trabajo y Salud Docente* (pp. 139-172). Santiago de Chile: OREALC-UNESCO. Recuperado de <http://unesdoc.unesco.org/images/0014/001425/142551s.pdf>
- Rodríguez, L., Oramas, A., & Rodríguez, E. (2007). Estrés en profesores de educación básica: Estudio de caso en Guanajuato, México. *Revista Salud de los trabajadores*, 15(1), 5-16.
- Saavedra, C., & Martínez, D. (1999). *Malestar docente. Análisis y propuestas de acción*. Buenos Aires: Novedades Educativas.
- Selye, H. (1993). *The stress of my life*. New York: McGraw-Hill.
- Serrano, M. (2005). El síndrome metabólico: ¿una versión moderna de la enfermedad ligada al estrés? *Revista Española de Cardiología*, 58, 768-771.
- Sevilla, U., & Villanueva, R. (2000). *La salud laboral docente en la enseñanza pública*. Madrid: Federación de Enseñanza de CC.OO.
- Torres, J. (2006). *La desmotivación del profesorado*. Madrid: Morata.
- Travers, Ch. J., & Cooper, L. (1997). *El estrés de los profesores. La presión en la actividad docente*. Paidós: Barcelona.
- Verdugo, J. Guzmán, J., Moy, N. A., Meda, R. M., & González, O. P. (2008). Factores que influyen en la calidad de vida de profesores universitarios. *Revista Psicología y Salud*, 18(1), 27-36.