

EL ESTRÉS Y LA DISCAPACIDAD LABORAL DE LOS PROFESORES DE EDUCACIÓN FÍSICA DEL SISTEMA MUNICIPAL

Work stress and work disability of the Physical Education Teachers of the Municipal System.

Autor:
Jaime Humberto Pacheco Carrillo
Universidad del Bio-Bio

RESUMEN

El objetivo fundamental de esta investigación es conocer la situación de los profesionales de la Educación Física, en relación con el estrés, por ser una condición generadora de discapacidad laboral. El trabajo constituye una de las dimensiones que favorece la generación de estados estresantes y existen evidencias de que son los maestros uno de los segmentos laborales que presenta los más altos niveles de estrés.

Se aplicó el auto reporte de síntomas ansiosos, depresivos y somatomorfos Self Report Questionare (SRQ-20) para la medición de estrés y, aunque este estudio es descriptivo, se logró también recoger información de otros factores que son también potentes agentes estresores. Los resultados, nos indican que el 85% de los profesores de educación física tienen altos niveles de estrés. Evidenciándose con ello, la alta probabilidad de presentar una discapacidad laboral, que puede interferir en su desempeño docente y su calidad de vida.

Palabras claves: Educación Física, Profesores, Estrés laboral, discapacidad laboral.

ABSTRACT

This research main objective is to know the situation of Physical Education professionals in relation to stress, being a condition that generates work disability. The work is a dimension that foster the generation of stressful states, and there is evidence that teachers are one of the work segments that present the highest levels of stress.

Symptoms of anxiety, depression and somatoform's Self Report Questionare. (SRQ-20) was used for the measurement of stress, and although this study is descriptive, we were able to gather other factors' information which are also potent stressors.

The results show that 85% of the Physical Education teachers present high levels of stress. Showing with this, the high probability of presenting work disability, which can interfere with their teaching performance and life quality.

Key words: Physical Education, Teachers, Work stress, Work disability.

I. INTRODUCCIÓN

Desde la década de los 60 ha aumentado el estrés en las sociedades industriales y urbanas. Muchas de las tensiones de nuestra época están directas o indirectamente vinculadas con los cambios tecnológicos y científicos producidos por el hombre, quien en busca de un rápido progreso ha agregado muchas más demandas, incrementando la dificultad de entregar una oportuna y óptima respuesta, debido a que la capacidad biológica y psicológica del ser humano se ve fuertemente exigida para asimilar y adaptarse al proceso de todos los cambios (Pacheco, 2004).

Muchos acontecimientos generan en el individuo reacciones de estrés de tipo emocional, conductual y fisiológico. También resultan estresantes estímulos derivados de grupos y comunidades que se encuentran en el ambiente social, donde se incluyen las situaciones laborales. Los profesores de Educación Física se ven sometidos a demandas laborales, principalmente de tipo emocional, por el estrecho acercamiento con sus estudiantes y las exigencias de la naturaleza de su disciplina

El estrés derivado de la necesidad de responder a cualquier estímulo acompaña al hombre durante toda su vida, constituyéndose en un fenómeno inevitable, que en cierta cantidad es necesario para el funcionamiento y desarrollo de las personas, y en la vida cotidiana puede ser una fuerza impulsora y constructiva que lleve a la consecución del éxito en cualquiera de las actividades humanas; en ese caso se podría hablar de un estrés positivo o activación; sin embargo,



cuando la carga de situaciones estresantes se mantiene por un tiempo prolongado puede hacer colapsar la capacidad de respuesta y se puede sufrir consecuencias negativas con los consiguientes daños a la salud, entendiéndose por ésta no solo la ausencia de enfermedades, sino como un estado completo de bienestar físico, mental y social, según el consenso alcanzado por la OMS en 1986 (Cifuentes, 1996).

II. OBJETIVOS DEL ESTUDIO:

- Determinar la situación de los Profesores de Educación Física con relación al estrés.
- Establecer los factores de riesgo que influyen en la generación de estrés en los docentes.
- Analizar los niveles de estrés y sus consecuencias como posible condición para generar Discapacidad Laboral

III. DISEÑO METODOLÓGICO

El diseño de investigación es de carácter descriptivo - comparativo, enmarcado dentro de un paradigma cuantitativo. Su propósito central es conocer el fenómeno del estrés y las características de las fuentes generadoras.

El universo de la investigación, corresponde a 34 profesores de Educación Física de colegios municipalizados de la comuna de Concepción, Región del Bío - Bío Chile, quienes constituyen la totalidad de los docentes de esta disciplina, según la información entregada por la Dirección de Administración de Educación Municipal (DAEM) de la citada comuna.

La muestra está constituida por 26 docentes que participaron de la investigación respondiendo efectivamente los instrumentos aplicados (ocho docentes se restaron de participar). De ellos 13 son mujeres (50%) y 13 son hombres (50%). Las edades fluctúan entre 24 y 63 años con un promedio de 44 años. El 77% declara ser casado. La totalidad de la muestra tiene un promedio de 19 años de servicio.

Para determinar niveles de estrés laboral se aplicó el cuestionario de síntomas ansiosos, depresivos y somatomorfos (Self Report Questionnaire), es un instrumento que permite discriminar a los profesores que tienen alta o baja probabilidad de tener un trastorno mental y que fue validado para población chilena por el Dr. Manuel Cifuentes (1995). El nivel de confiabilidad es del 95 %, el error el 2,8% y el puntaje de corte es 5, determinado por una curva de rendimiento diagnóstico de lo que desprende que hasta 4 respuestas positivas el

encuestado resulta negativo (o probablemente con buena salud psíquica) y con 5 puntos o más, el resultado es positivo (probablemente presenta alguna enfermedad psíquica). Es por ello, que el resultado de su análisis permite relacionarlo con lo que se ha denominado "discapacidad laboral", entendido para los fines del presente estudio, como la incapacidad para desarrollar las funciones pedagógicas y administrativas, de forma temporal o permanente, por un trastorno mental o del comportamiento (TMC), que afecta su capacidad adaptativa en el entorno laboral.

Además, se construyó un cuestionario para recoger información sobre potenciales factores desencadenantes del estrés, tales como edad, sexo, estado civil o autonomía laboral, el cual fue sometido a un juicio de expertos.

IV. RESULTADOS, DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES:

Este estudio fue realizado con el propósito de conocer los niveles de estrés de los profesores de Educación Física del Sistema Municipal de Educación de la comuna de Concepción, Chile.

Los estudios de Cifuentes (1995) dieron cuenta de la delicada situación de los profesores y el riesgo de padecer trastornos mentales, derivados del cumplimiento de su labor y de las obligaciones que esta presupone. Los resultados obtenidos en la presente investigación no son muy diferentes a los de Cifuentes, aunque la labor desarrollada por los profesores de Educación Física posee algunas particularidades en comparación a profesores que imparten otras asignaturas.

Ante un proceso de estrés, resulta siempre conveniente identificar el origen o naturaleza del estresor o estresores Selye (1964), y que en el caso de este estudio es, fundamentalmente, el estrés laboral, cómo fenómeno psicosocial, por generarse básicamente en una estructura social. "Ciertamente, la Educación Física tiene unas características especiales (que comienzan con el lugar de trabajo,) diferente al del resto de los docentes. Aunque es evidente que la Educación Física suele utilizar el gimnasio o la pista polideportiva en lugar de un aula, lo cierto es que, como ha reconocido Pinkham (citado por Sáenz- López Buñuel y cols 2004), existen pocas investigaciones sobre las condiciones de trabajo de los profesores de esta asignatura. El dominio físico del profesor de Educación Física comienza por el gimnasio, como "celda aislada", porque suele estar apartado del resto de las aulas. Los factores contextuales, como el equipamiento o el apoyo administrativo, pueden afectar a los profesores y, por tanto, podrían influir en la calidad de los programas de esta disciplina. Pinkham cita los



trabajos de Dreeben (1970), Lortie (1975) y Weinstein (1979) quienes opinan que “los profesores de Educación Física están forzados a ser autosuficientes y trabajar aislados del resto de materias curriculares”.

El estrés es un fenómeno altamente preocupante y creciente en nuestra sociedad y afecta especialmente a los grupos laborales que sufren emociones intensas y cuyo desempeño requiere de un alto compromiso social, como ocurre con los profesores de Educación Física. Si bien es cierto, que se cuestionan elementos como: su formación inicial docente, la orientación de la asignatura, los recursos pedagógicos utilizados y la incapacidad para realizar la transferencia de los contenidos teóricos a la enseñanza de la motricidad, este profesional es uno de los más cercanos y comprometidos con las situaciones personales de los alumnos.

Aunque existen muchas investigaciones del rol y estatus del profesor, en general, son muy pocos los estudios que abordan específicamente la situación del profesor de Educación Física con relación a estos dos aspectos. Contreras (1996), García Ruso (1994) y Bores (1994), (citados por Sáenz-López Buñuel y cols 2004), describen el rol marginal que esta asignatura tiene en la escuela. En cuanto al estatus Hargreaves (1977) (citado por Kirk 1990 y Sáenz-López Buñuel y Cols 2004), sostiene que las asignaturas que desarrollan el intelecto, son consideradas superiores, y por tanto es posible asumir que quien imparte esta área tiene también el mismo estatus. Al no considerarse a la educación física en esta condición, es posible señalar, de acuerdo a este planteamiento, que *para muchos profesores, alumnos y padres ocupa un estatus educativo bajo*.

Rol y estatus son dos componentes de un mismo fenómeno. Probablemente la percepción del rol de educar a través del movimiento y el estatus de la asignatura como del docente responsable de ella, generan en el profesor de Educación Física altos niveles de estrés, debido a la baja valoración no solo del estatus sino también del rol por parte de los demás e incluso por él. Resulta entonces necesario abordar y dar respuesta a esta temática a través de futuras investigaciones, que entreguen nuevas perspectivas de análisis.

Los resultados de este estudio nos indican que el 84.61% de los profesores de Educación Física del Sistema de Educación Municipal de la Comuna de Concepción, presenta altos niveles de estrés, índice preocupante por las consecuencias discapacitantes que se pueden generar. En tanto el 15.39% de la muestra no exhibe altos niveles de estrés.

Las mujeres evidencian mayor disposición a estresarse, concordando con la investigación de Calebrese y Anderson (citados por Cifuentes, 1995) ; sin embargo, es necesario tener presente que aunque las mujeres reconocen tener síntomas más frecuentes de dolor de cabeza, llantos y extenuación, los resultados pueden deberse a su condición hormonal o al estigma social de ser más débiles que los hombres, por lo cual, al parecer, sienten el derecho a expresar su debilidad, y por eso, también es posible apreciar de manera más visible las conductas señaladas con anterioridad.

Con relación al estado civil, las personas casadas tienen niveles de estrés más altos que los no casados; sin embargo, los hombres no ven en este estado civil un factor desencadenante de estrés, porque sienten que su cónyuge y su grupo familiar se constituyen a menudo en un soporte emocional. Para la mujer la situación es distinta, por no percibir a la vida familiar como una fuente de energización, por el contrario, los quehaceres domésticos constituyen una carga que se agrega al esfuerzo laboral y por tanto los resultados obtenidos en este estudio son concordantes con la investigación de Cristina Salvo (1995).

La edad es un factor desencadenante de estrés, la mayor frecuencia se concentró entre los 39 y 53 años, sin embargo se observó un descenso entre los 44 y 48 años, lo que podría estar indicando cierto nivel de control o adaptación a las situaciones estresantes.

En cuanto a los años de trabajo, se concluye que existen dos periodos donde los profesores de Educación Física se ven afectados por el estrés, entre 1 y 10 años y entre 21 y 30 años. En cuanto a la primera situación se sostiene que los profesores jóvenes se estresan por el encuentro con el mundo laboral y todos los cambios que ello implica, además de encontrarse en un momento de la vida donde se toman grandes decisiones como casarse y tener hijos y la definición de proyectos de inversión como la adquisición de una casa o un automóvil. Los profesores entre 21 y 30 años de ejercicio profesional atribuyen su alto estrés a situaciones cíclicas y a su imposibilidad de cambiar el sistema.

La mayor cantidad de horas diarias de trabajo, no se registró como un importante generador de estrés. La mayor frecuencia de profesores estresados se registró con 6 horas diarias.

De acuerdo con los resultados obtenidos en esta muestra, trabajar en más de un establecimiento educacional, al parecer no es una variable importante como generadora de estrés, se puede inferir que la percepción de esta situación es positiva, atribuible a la ruptura



de la rutina, la producción de nuevas y distintas motivaciones y a la generación de mayores ingresos, lo cual eleva el estatus del profesor de Educación Física.

Respecto a la autonomía laboral, se puede afirmar que sorpresivamente y en contrapartida a los resultados obtenidos por Cifuentes (1995), este aspecto no resultó ser un factor desencadenante de estrés. Los resultados dan cuenta de que la gran mayoría de la muestra de profesores con estrés, tienen un aceptable nivel de autonomía (11 casos), en tanto 5 de ellos posee alta autonomía y 3 un nivel muy alto de autonomía. Solo un profesor manifestó tener baja autonomía y, 2 de ellos, no respondieron a este ítem.

Lo curioso de este resultado puede ser atribuible a que los profesores de Educación Física de esta muestra, sienten que cuentan con un alto nivel de libertad para tomar decisiones, posiblemente por la especificidad de los contenidos que imparten. No obstante, al igual que otro grupo de profesionales, son afectados por el estrés.

El alto porcentaje (84.61%) se puede atribuir a las características del sistema educacional, situación que también ocurre en Europa, especialmente en España de acuerdo con lo señalado por Sáenz López y cols., quien cita a Contreras (1996), García Ruso (1994) y Bores (1994). La gran cantidad de alumnos, los bajos salarios, la falta de soporte administrativo y la poca valoración de la sociedad (bajo estatus) pueden ser entre otros los principales factores desencadenantes de estrés. Estos resultados no son muy distintos a los de Santiago (Región Metropolitana, Chile), donde el 92.5% de los profesores encuestados (de distintas asignaturas) reconoció haber recurrido a recibir atención médica, así mismo porcentajes cercanos al 75% se quejaron de molestias características de mala salud. Los profesores encuestados en este estudio expresaron su preocupación por el estrés cuando se presenta en altos niveles y las consecuencias de este trastorno.

Este es un problema de salud inquietante, porque puede desencadenar una *Discapacidad Laboral*, incrementada por las condiciones ergonómicas, administrativas y curriculares de la organización escolar, generando una respuesta afectiva negativa en forma de ansiedad o depresión, generalmente acompañada por cambios bioquímicos y fisiológicos que potencialmente pueden desarrollar sintomatología crónica como hipertensión arterial, úlcera y enfermedades mentales. Existen evidencias que indican las consecuencias que tiene esto para el desempeño de la profesión, la salud y el bienestar de estos trabajadores de la educación (Kyriacou, et al 1980). Las consecuencias podrían ir más allá

de la incapacidad para desarrollar las funciones pedagógicas y administrativas, y afectar su calidad de vida en general, en ámbitos sociales, psicológicos y físicos, que superan los muros escolares.

Resultará muy difícil que en un escenario futuro disminuyan los factores desencadenantes del estrés y sus consecuencias discapacitantes, por el contrario, todo lleva a pensar que probablemente aumenten. Tales razones permiten afirmar que las estrategias de solución, para prevenir y manejar este fenómeno, se orientan a la instalación de programas de educación preventiva en los que se haga parte el Ministerio de Educación. Pueden incorporarse también pausas en el trabajo, escuchar música, promover talleres de motivación, practicar técnicas de relajación y respiración, desarrollar actividad física y deportes de manera sistemática, entre otras iniciativas.

Conforme a lo anterior, las Facultades de Educación de las Universidades Chilenas, deberían incluir dentro del programa de Formación Inicial Docente, asignaturas o talleres, donde el futuro profesor aprenda técnicas y procedimientos para el manejo del estrés como también sus efectos discapacitantes, ya que este problema es una necesidad de primer orden.

El estatuto docente debiera cautelar de forma legal el problema de la salud física y mental de los profesores, especialmente la discapacidad laboral generada por contextos estresantes.

Finalmente, se puede señalar que el estudio realizado puede servir de base para nuevas investigaciones sobre los altos índices de estrés y la discapacidad laboral en profesores de educación física que se desempeñen en otros sistemas educacionales, e incluir la indagación de otras variables, que permitan profundizar la comprensión del citado fenómeno, teniendo como proyección ontológica la calidad de vida de las personas. Todo lo anterior deja abierto el debate en un área clave de la salud integral y de la educación del futuro, teniendo en cuenta que los cambios sociales se generan cada vez más rápido y por lo tanto el tipo de estudiante y las condiciones que deben enfrentar los docentes, serán cada vez más diversas e impredecibles.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

- Cifuentes, M. (1995) *Trabajo y salud del profesor municipalizado*. (Paper). Facultad de Medicina de la Universidad de Concepción,
- Cifuentes, M. Molina. Suárez, R. (2000) *Trastorno mental y trabajo en profesores municipalizados de la comuna de Talcahuano*.



VIII región Chile. Departamento de Psiquiatría, Facultad de Medicina. Universidad de Concepción.

• Cifuentes, M. (2000). *Sintomatología psiquiátrica, según SRQ-20, y factores asociados en profesores municipalizados de la comuna de Talcahuano. Tesis para optar al título de Especialista en psiquiatría adultos. Departamento de psiquiatría y salud mental. Facultad de Medicina Universidad de Concepción.*

• Hernández, R.; Fernández, C. y Baptista, P. (1998) *Metodología de la Investigación*. 2º edición México: Mc-Graw-Hill. Interamericana.

• Kyriacou C & Sutcliffe J. (1980) Teacher stress: prevalence, sources and symptoms. *British J Educ Psychol* 48:159-67.

• Pacheco, J (2004) *Estrés laboral en profesores de Educación Física del sistema Municipal de Educación en la comuna de Concepción, octava Región Chile*. Tesis para optar la grado de magíster en Educación Física Facultad de Educación Física, Universidad Estadual de Campinas, Sao Paulo, Brasil

• Salvo, C. (1995) *Estrés Laboral, extralaboral y síntomas sicosomáticos en la mujer enfermera*. Chile: Servicio de Salud. VI región.

• Selye, H. (1964) *Síndrome general de adaptación*. España: Científico Médica.

• Sáenz-López Buñuel, P. Manzano Moreno, I. Sicilia Camacho, A. Varela Domínguez J, R. Cañadas Larrubia, F. Delgado Noguera, M. Gutiérrez Delgado, M. (2004) *La educación física en la escuela*. www.efdeportes.com/efd72/estatus.htm, Revista Digital - Buenos Aires - Año 10 - N° 72.



