

¿Cuál es la prevalencia de estrés en docentes de pre-escolar y su relación con las condiciones de trabajo?

Estudio aplicado en 4 instituciones educativas del municipio de Chía, Cundinamarca

René Mauricio Santos, Natalí Alexandra Peña C.

Universidad del Rosario

Bogotá, Colombia

ABSTRACT: A cross-sectional study was done in four preschool educational institutions in the municipality of Chía Cundinamarca during the second period of 2012, to compare the presence of different degrees of stress and symptomatology in teachers, by applying The Ministry of Social Protection's assessment of stress questionnaire, and The National survey of working conditions from The National Institute of Occupational Safety and Health of Spain (INSHT).

The study found 66% high levels of stress compared to 34% low levels of stress, and the frequent symptoms were pain in the back, neck and muscle tension.

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

Prevalencia de estrés en docentes de preescolar que presentan problemas de estrés y su relación con el entorno laboral.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Teniendo en cuenta que el estrés es una respuesta automática del organismo humano ante ciertas situaciones que le resultan amenazantes y/o desafiantes se plantea la necesidad de investigar el número de casos y grado de estrés en un grupo de docentes de pre-escolar y su relación con las condiciones de trabajo.

Los docentes son una población con alto riesgo de estrés por tratarse de trabajadores que tienen a su cargo y responsabilidad la formación de individuos, proceso en el que en la mayoría de los casos el exceso de estudiantes, la presión de sus jefes, padres de familia afecta significativamente.

Por lo anotado en nuestro caso de estudio tomaremos docentes de preescolar de cuatro instituciones educativas del municipio de Chía Cundinamarca, quienes atienden a niños menores de 5 años de edad cuya dependencia de sus maestras es total y ello implica un elevado grado de actividad y exigencia.

En virtud a lo anterior se hace necesario verificar el número de casos de estrés presentado en las docentes de preescolar y su relación con las condiciones de trabajo.

Formulación del problema

¿Cuál es la prevalencia de estrés en los docentes de pre-escolar y su relación con las condiciones de trabajo?

Objetivo general

Medir la frecuencia de presentación de estrés de origen laboral en docentes de pre-escolar del municipio de Chía – Cundinamarca en el segundo periodo del año 2012.

Objetivos específicos

- Comparar la prevalencia de riesgo alto y muy alto con riesgo bajo y muy bajo de estrés relacionado con el trabajo en mujeres docentes de pre-escolar en el municipio de Chía en el segundo semestre del año 2012.
- Correlacionar los datos obtenidos en el punto anterior con los resultados de la aplicación de un auto-reporte de síntomas.

Marco Conceptual

Principios teóricos dentro de los cuales se va a manejar el problema.

Especificación de las hipótesis que se van a manejar como posibles pistas de solución.

FUNDAMENTO TEORICO

El estrés laboral es una de las enfermedades más frecuentes y que se asocia en muchos casos a

inasistencia e incapacidades; escasamente se diagnostica.

Son trabajadores susceptibles aquellos que deben atender personal, que tienen a su cargo individuos de alto riesgo o vulnerables, o que deben solucionar problemas ajenos. Con mucha frecuencia se presenta en maestros y en profesionales de la salud (4).

El gremio docente es una población que se encuentra sometida a exceso de trabajo, presión por parte de directivos, coordinadores y alumnos. Particularmente en pre-escolar existe alta responsabilidad, por tener a cargo menores de 5 años de edad, dependientes totalmente de su maestro, y con elevado grado de actividad dentro y fuera del aula de clase.

Dentro de los factores de riesgo podemos mencionar un medio ambiente inadecuado con poca iluminación y ventilación, realización de esfuerzos físicos, manipulación de cargas, posturas prolongadas, y movimientos repetitivos, además fuerte carga mental con desorganización en el entorno laboral, tareas inespecíficas por realizar, toma de decisiones, relación permanente con otros profesores y padres de familia, alta competitividad entre colegas, exposición a enfermedades de los alumnos por permanecer mucho tiempo en espacios cerrados y diferencias individuales en la capacidad de adaptación (4).

Al verse afectado el gremio docente por cualquier tipo de patología, se ve implicada toda la sociedad teniendo en cuenta que nuestros maestros forman a los niños, desde edades tempranas e influyen directamente en lo que será la sociedad futura.

Las patologías más frecuentemente encontradas en docentes son enfermedades psicológicas, aquellas relacionadas con la voz, desordenes musculoesqueléticos, y enfermedades cardíacas; es decir, los daños a partir del trabajo pueden ser psíquicos o físicos, y entre los psíquicos podemos incluir estrés, depresión y ansiedad.

Entre la variada sintomatología asociada a estrés laboral podemos encontrar inicialmente sensación de agotamiento, cansancio emocional, insomnio, nerviosismo, y ansiedad; el trabajador no responde a la demanda laboral y se encuentra irritable, deprimido, y no desea asistir a su trabajo, presenta dolor osteo-muscular con frecuencia dolor de espalda, cuello, cefalea, desordenes gastrointestinales y pérdida de peso. Posteriormente aparecen actitudes negativas en el trabajo, siente que todos están en su contra, tiene baja autoestima, y evalúa en forma negativa su labor. Progresivamente presenta disminución de su rendimiento laboral, desarrolla enfermedades psicosomáticas, y se encuentra automedicación. En una etapa final puede aparecer

alcoholismo, drogadicción e intentos de suicidio, pero por lo general en este momento por una u otra causa el individuo ya ha sido despedido (4).

La gran mayoría de casos de estrés laboral se encuentran ocultos bajo diagnósticos como ulcera gástrica, síndrome de colon irritable, y espasmos musculares, clasificados como enfermedad de origen común.

METODOLOGIA

- Tipo y diseño del estudio: Para cumplir los objetivos de la investigación se llevó a cabo un Estudio transversal.
- Población del estudio: Docentes de pre-escolar en el municipio de Chía-Cundinamarca. Los criterios de inclusión fueron: maestros de pre-escolar con nivel educativo técnico y profesional, que trabajaban en colegios o jardines infantiles del municipio de Chía-Cundinamarca, entre 6 y 10 horas al día, con experiencia laboral de al menos 3 años, y que tenían a cargo más de 5 niños por jornada.
- Instrumentos para la recolección de información: Se aplicó el Cuestionario para la evaluación de estrés del Ministerio de Protección Social, con el cual se buscó niveles de estrés alto y muy alto, medio, y bajo y muy bajo; además se aplicó la Encuesta Nacional de Condiciones de Trabajo del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo de España (INSHT), para recolectar datos personales, e información sobre condiciones de trabajo y de empleo, conductas violentas en el trabajo y estado de salud. Se entregó a cada participante un consentimiento informado, generalidades del estudio, la ficha de datos personales del Ministerio de Protección Social y algunas preguntas anexas que fueron útiles para evaluar la homogeneidad del grupo de participantes.
- Métodos para el control de calidad de datos y manejo de datos: Aplicación de los cuestionarios, análisis de datos y

publicación de resultados por parte del investigador.

- Procedimiento para garantizar los aspectos éticos: Se mantuvo la privacidad del nombre de cada trabajador, lugar de trabajo, respuestas dadas y resultados individuales obtenidos. Se pidió firmar un consentimiento informado a cada participante con la opción de conocer el resultado en caso que sea de riesgo. La participación fue voluntaria. Se definió el grupo de docentes mediante una visita previa a cada plantel, para informar a las directivas sobre el tipo de estudio, objetivos y metodología, y para obtener la autorización de aplicar los cuestionarios a los maestros que deseaban colaborar.
- Plan de análisis y uso de resultados: Correlación de las diferentes respuestas y obtención de resultados. Entrega de copia del artículo a cada plantel que colaboro con el estudio.
- Ventajas y desventajas: Método de fácil aplicación, bajo costo, población de fácil acceso, en su mayoría dentro del mismo rango de edad, e igual nivel de educación y socioeconómico, con carga laboral muy similar. Dentro del estudio no fue diferenciado el estrés extra-laboral del intra-laboral, ni los factores de riesgo social intra y extra laboral. No existen estudios similares previos en Colombia, por lo tanto será de gran utilidad para evaluar las condiciones de salud de los maestros de pre-escolar, estrés y percepción de los docentes de sus condiciones de trabajo.

Los cuestionarios administrados a cada individuo fueron:

- Cuestionario para valoración de estrés (Tercera versión)
- Ficha de datos individuales de Ministerio de Protección Social
- Encuesta Nacional de Condiciones de Trabajo
- Consentimiento informado
- Generalidades del estudio y Datos anexos:

Está usted en estado de embarazo?

No de alumnos bajo su responsabilidad:

Contamos además con el formato para la presentación del informe individual de resultados del Ministerio de Protección Social.

RESULTADOS Y ANALISIS

Para el desarrollo de esta investigación se acudió a 12 instituciones educativas del municipio de Chía, pero solo cuatro accedieron a colaborar.

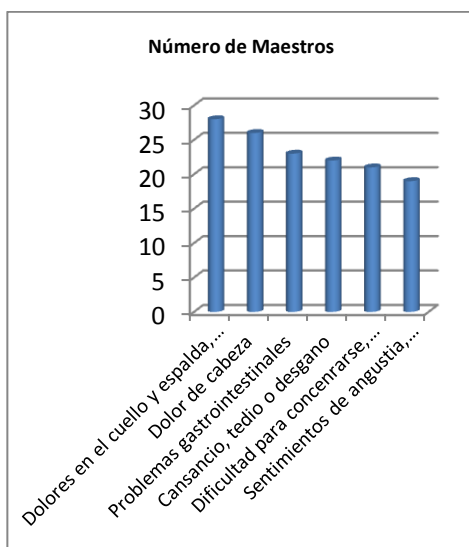
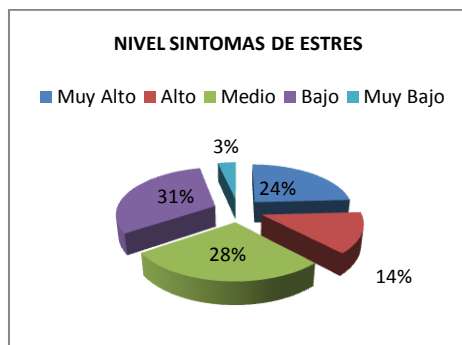
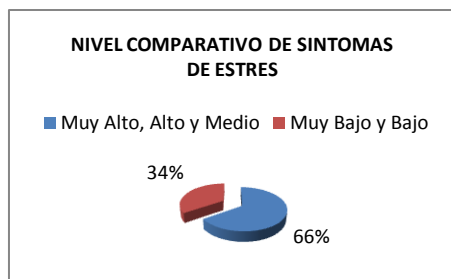
Las encuestas fueron respondidas por 29 maestras de preescolar. El total de participantes fueron mujeres, en edades entre los 24 y 44 años, con un promedio de 32.5 años de edad. Solo fueron tenidas en cuenta las participantes con nivel educativo mínimo técnico en preescolar, con antigüedad mínima de 1 año. Ninguna de las participantes se encontraba en estado de embarazo, y todas tenían a su cargo grupos de 10 a 15 niños menores de 5 años.

En cuanto al cuestionario para la Evaluación de Estrés del Ministerio de Protección Social podemos concluir:

- A. De las 29 maestras solo una participante había ascendido en rango durante su trabajo actual.
- B. El 62.5% de las encuestadas tenían personas a cargo en su hogar.
- C. El 72.4% no tenía vivienda propia.
- D. Todas trabajan en Chía, con único trabajo.
- E. Todos los tipos de contrato eran temporales. Es llamativo que un porcentaje tiene parte de su salario variable (10%), pero no se sabe si es a favor o en contra.
- F. Todas las participantes presentaban algún grado de estrés, y el 66% tenía nivel muy alto, alto o medio de estrés, dentro de éstas un 30% con nivel muy alto.

Dentro de los síntomas de estrés (en la encuesta para valoración de estrés), en orden de frecuencia encontramos:

- 1. Dolores en el cuello y espalda o tensión muscular (28 participantes)
- 2. Dolor de cabeza (26 participantes)
- 3. Problemas gastrointestinales (23 participantes)
- 4. Cansancio, tedio y desgano (22 participantes)
- 5. Dificultad para concentrarse, olvidos frecuentes (21 participantes)
- 6. Sentimiento de angustia, preocupación o tristeza (19 participantes)



De la Encuesta Nacional de Condiciones de trabajo del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo de España podemos concluir:

- En general, el ambiente físico de trabajo es bueno.
- El espacio es adecuado, y la iluminación es buena.
- Hay buenas condiciones para el desarrollo del trabajo.
- La postura más frecuentemente adoptada es de pie (69%).
- La exposición a ruido es frecuente (28%).
- La actividad realizada requiere de niveles altos de atención (80%), y se debe atender varias tareas al mismo tiempo (86%).
- El ritmo de trabajo está bajo el control directo del jefe, y se debe cumplir con

plazos de tiempo (76%) para realizar las diferentes tareas.

- No hubo casos de acoso laboral, pero sí tres casos reportados de accidentes de trabajo no especificados, dentro de los cuales se encuentra un caso de violencia física.

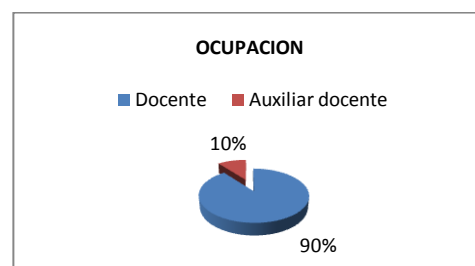
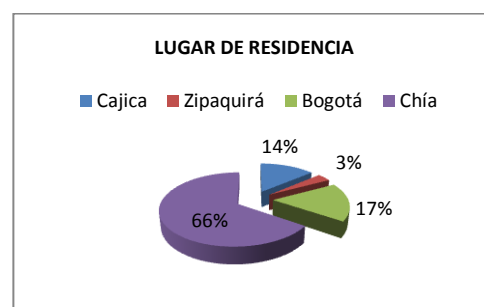
Al igual que en el Cuestionario para la Evaluación de Estrés, se encontró una alta frecuencia de trastornos musculoesqueléticos, discriminados así:

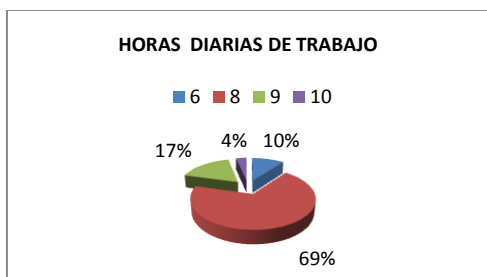
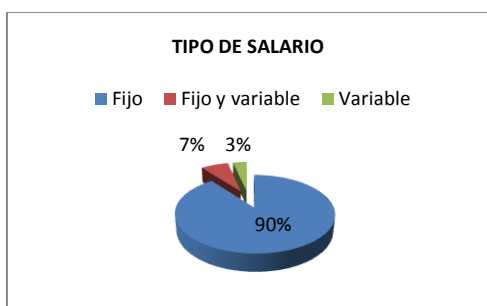
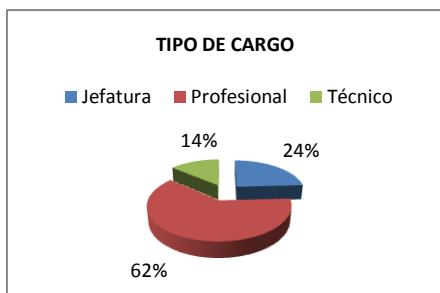
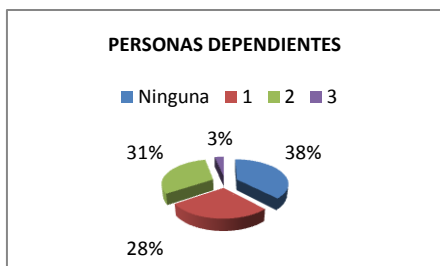
- Problemas de cuello y de columna dorsal (42%, 14% incapacitantes)
- Dolor en Columna Lumbar (38%, 25% incapacitantes)
- Dolor en una o ambas rodillas (31%, 14% incapacitantes)

La afectación psicológica es mucho menor que la física, y sus resultados no son relevantes.

Adicionalmente encontramos los siguientes datos que confirman la homogeneidad del grupo:

El 74% de las participantes viven casadas o en unión libre, el 90% pertenecen a estrato socioeconómico 2 y 3, el 83% vive en Chía o en municipios muy cercanos a ésta (Cajicá o Zipaquirá), y un solo un 17% vive en Bogotá. El 90% son docentes titulares y solo el 10% son auxiliares docentes. Todas tienen como mínimo un año de antigüedad en la empresa en la que laboran actualmente. Un 24% vive en arriendo, y un 72% vive en vivienda propia o familiar. Todas trabajan entre 6 y 10 horas diarias con un 68% trabajando 8 horas diarias.





estrés de Ministerio de Protección Social, 2010, Colombia.

3. Encuesta Nacional de Condiciones de Trabajo del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo de España (INSHT), versión validada en Español
4. Catálogo de enfermedades profesionales de los docentes de la Federación de trabajadores de la enseñanza (FETE.UGT), "Catálogo de enfermedades profesionales de los docentes de centros educativos públicos de primer ciclo de educación infantil, primaria y secundaria obligatoria", 2003, España.

7. ASPECTOS POSITIVOS EN EL ESTUDIO

Debemos destacar la colaboración por parte de los jardines infantiles pequeños en el municipio de Chía. Desafortunadamente fue notorio el desinterés en establecimientos grandes y conocidos, y el acceso a las profesoras fue casi imposible. En general las docentes tuvieron buena disposición en el momento de responder las encuestas. El grupo participante fue bastante homogéneo y los resultados son significativos.

8. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Cuestionario para la valoración del estrés, Tercera versión, Ministerio de la Protección Social, 2010, Colombia.
2. Manual técnico del cuestionario para la valoración de estrés, Tercera versión,