

Trastornos psíquicos y psicosomáticos; problemática de salud actual de los docentes mexicanos.

Psychological and psychosomatic disorders: a survey of teachers in Mexico

Luis Fernando Rivero Rodríguez¹ Cecilia Cruz Flores¹

Resumen

Objetivo: Identificar las exigencias asociadas a problemas psíquicos y psicosomáticos en profesores que laboran en instituciones educativas públicas y privadas del nivel medio superior. **Planteamiento del problema:** Las condiciones de trabajo que enfrentan actualmente los profesores, han dado lugar a un incremento de trastornos psíquicos y psicosomáticos, dado que el trabajo que realizan es más de tipo intelectual y/o de servicio, con una baja exposición a riesgos laborales y un alto nivel de exigencias que se desprenden de la redistribución de las tareas y competencias laborales, entre otras características inherentes al modo en que el trabajo está organizado. **Material y Método:** Se realizó un estudio de prevalencia. Participaron 203 profesores de una escuela pública y 105 docentes de seis escuelas particulares. Se aplicó una encuesta individual, con el fin de detectar la relación de exigencias laborales con la presencia de problemas psíquicos y psicosomáticos. Los datos fueron procesados y analizados por medio de un programa computarizado diseñado para este fin. **Resultados y conclusiones:** Se detectó mayor número de exigencias derivadas de la organización de trabajo en las instituciones privadas, en tanto en la escuela pública, predominaron las exigencias que se desprenden de la infraestructura en la institución. La ansiedad, la depresión, los trastornos del sueño y la cefalea tensional, estuvieron asociados a horarios extensos, supervisión estricta, tareas repetitivas, entre otros. Por lo que es necesario implementar medidas preventivas, para mejorar las condiciones laborales y de salud de los docentes.

Palabras claves: Docentes, Trastornos de Ansiedad, Trastorno Psicofisiológicos, Condiciones de Trabajo

Abstract

Objective: To Identify job demands associated with psychological and psychosomatic disorders among teachers working in public and private high schools in Mexico. **Background:** The working conditions faced by teachers today place them at an increased risk of psychological and psychosomatic disorders. Their work is more of an intellectual and/or service type, with little exposure to traditional workplace hazards, but there are high demands due to redistribution of job skills and tasks, among other characteristics inherent to the way their jobs are organized. **Methods and Materials:** A prevalence study was conducted. Study participants consisted of 203 public school teachers and 105 teachers from six private schools. An individual questionnaire was administered in order to explore the relationship between job demands and the presence of psychological and psychosomatic problems. The data were processed and analyzed using a computer program designed for this purpose. **Results and conclusions.** A greater number of demands arising from the organization of the work was observed among private school teachers. In public schools, demands related to school infrastructure predominated. Anxiety, depression, sleep disorders and tension headaches were associated with long hours, strict supervision, and repetitive tasks, among other factors. This points to the need for greater preventive efforts to improve working conditions and the health of teachers.

Keywords: Teacher Health, Demands, Psychological Disorders, Psychosomatic Disorders, Working Conditions.

¹ Maestría en Ciencias en Salud de los Trabajadores, Universidad Autónoma Metropolitana, Unidad Xochimilco / fer16111@yahoo.com.mx
maccruz@correo.xoc.uam.mx

Introducción

Este artículo es el resultado de una investigación realizada en instituciones educativas públicas y privadas en México, para conocer cuáles son las exigencias laborales a los que se encuentran expuestos los profesores de educación media superior y ver su relación con la presencia de trastornos psíquicos y psicosomáticos en estos trabajadores.

Los efectos que la implantación de políticas neoliberales ha traído para los diversos sectores de la sociedad han sido notables. Si bien, es cierto que esta nueva modalidad del mercado mundial, ha permitido un mayor intercambio, comercial, intelectual, tecnológico y de comunicación, también ha contribuido a generar profundas transformaciones en el ámbito laboral, al traer consigo un creciente y progresivo deterioro de la calidad de vida de distintos colectivos de trabajadores, tal es el caso de los docentes mexicanos.

En América Latina, la actividad docente, durante las últimas tres décadas, se ha desarrollado con base a las políticas educativas neoliberales, a través de la privatización de la educación pública y la reducción de la responsabilidad del estado como garante del derecho a la educación; asignándole al docente, el rol de organizador y regulador del “mercado educativo”. A esto se le agregan transformaciones culturales derivadas de la mercantilización de los objetos de la cultura y en particular del conocimiento científico técnico; que dan nuevo impulso a la demanda educativa, donde se toman en cuenta sólo los intereses de los sectores empresariales; y de los valores emergentes del utilitarismo, la competencia y el individualismo.

Ante dicha situación, el trabajo que enfrentan actualmente los docentes, ya no se centra solo en la impartición de enseñanza, como sucedía en décadas pasadas, su desempeño laboral se extiende a otras tareas de índole administrativo, comunitario y asistencial al asumir trabajo administrativo y burocrático, trabajar fuera del horario lectivo, renovar conocimientos, sumarse al ritmo de actualizaciones que marcan las nuevas tecnologías y lidiar con los padres, la administración y, en ocasiones, con sus propios compañeros.

Las funciones han crecido sin previsión por parte de las organizaciones escolares, las cuales avanzan con ritmo y modalidades desiguales en el conjunto del

sistema educativo, ya sea público o privado y tienen un impacto en la definición del rol docente (Tedesco & Tenti, 2002) y por ende en su salud. Cada vez es más significativo el número de docentes que muestran inquietud por las situaciones que viven, por sus condiciones laborales y por la presión a la que se ven sometidos por el alumnado, padres o administrativos; aspectos que con el tiempo llevan a la aparición de enfermedades psíquica y psicosomáticas, las cuales, por sus características y el largo período de latencia que requieren para manifestarse en el individuo, son difíciles de identificar y caracterizar.

Antecedentes

Hoy en día, los términos “docente”, “enseñante”, “maestro” o “profesor” evocan de inmediato la imagen de un trabajador asalariado, sometido a la autoridad de organizaciones burocráticas, sean públicas o privadas, con salarios que pueden caracterizarse como bajos, mínimas prestaciones, jornadas extenuantes que han perdido prácticamente toda capacidad de determinar los fines de su trabajo, a pesar, que siguen desempeñando tareas de alta cualificación y conservan gran parte del control sobre su proceso de trabajo (Enguita, 1991); aunque dicho control, sea ceñido a un salón o aula escolar.

El decremento de los salarios, “ha producido modificaciones de distinto orden en las condiciones de trabajo y de producción intelectual de los maestros, que varían según su nivel y condición contractual” (Fuentes, 1992, p.79). Pese a la carencia de prestaciones e incremento de responsabilidades (atención sanitaria, orientación familiar, provisión de recursos escolares, servicios psicopedagógicos); en la actualidad, las filas de personas dedicadas a la docencia han ido en aumento (doscientos diecisiete mil trescientos veintiuno), cerca de un 50% más que en la década anterior, según el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI, 2006).

Los profesores al tratar de acrecentar sus percepciones salariales, generalmente buscan otras plazas donde desempeñarse, aumentar la carga horaria o realizar otras actividades que los llevan a tener a una mayor carga de trabajo y por ende, menor tiempo para su recuperación física y mental.

Durante los últimos años, se han incrementado los problemas de estrés, ansiedad, depresión, así como los trastornos del tipo psicosomático, en los trabajadores del sector servicios: médicos, enfermeras, trabajadoras sociales, policías (De Heus & Diekstra, 1999; Dalmau, 2002; Juárez, Hernández & Ramírez, 2005), y sin lugar a dudas a los profesores, que se enfrentan ante circunstancias que vive la sociedad de manera frecuente, tales como la prisa, la competitividad y los cambios sociales.

Exigencias en el trabajo docente

El proceso de trabajo docente difiere de los procesos productivos industriales, ya que la labor que se realiza es más de tipo intelectual y/o de servicio, con una baja exposición a riesgos y un alto nivel de exigencia, que se desprenden de la manera como se llevan a cabo las actividades, a la redistribución de las tareas y competencias, las relaciones de jerarquía que reflejan relaciones de poder, entre otras características inherentes al modo en que el trabajo está organizado.

Las exigencias se entienden “como los elementos potencialmente nocivos derivados del trabajo y la organización” (Noriega, 1993), las cuales se materializan solo en presencia del trabajador. El autor, las ha caracterizado en 5 grandes grupos, clasificándolas en exigencias relacionadas con el tiempo de trabajo (rotación, trabajo nocturno, prolongación de la jornada); exigencias relacionadas con la calidad e intensidad de trabajo (grado de atención, minuciosidad, repetitividad); exigencias relacionadas con la vigilancia en el trabajo (supervisión estricta y estricto control de calidad); exigencias relacionadas con la calidad o el contenido del trabajo (movilidad, comunicación, claridad de las tareas) y exigencias relacionadas con el tipo de actividad en el puesto de trabajo (adopción de posturas forzadas y esfuerzo físico sostenido).

Las funciones que realizan los profesores desde el inicio hasta el final del curso, y ocasionalmente, en su tiempo libre, al permanecer de pie, escribir mucho, elevar la voz, realizar tareas fuera de su horario de trabajo, laborar jornadas superiores a 48 horas, entre otras; aunadas a las relaciones que ineludiblemente han de establecer con personas (alumnado, padres de

familia, administrativos y directivos), conllevan a que éstos tiendan a manifestar algún malestar o daño de tipo psíquico y psicosomático, como son: ansiedad, trastornos músculo esqueléticos, lumbalgias, hipertensión, estrés laboral, depresión u otras manifestaciones en el organismo.

No obstante, las exigencias no son los únicos elementos que afectan la salud del profesor o docente, también pueden hacerlo la ausencia o disminución de los componentes humanizantes, como la creatividad, la conjunción entre pensar y el ejecutar, el control sobre el trabajo, el desarrollo de potencialidades físicas y mentales, entre otros (Martínez-Otero, 2003).

Ante la imposibilidad del profesor de responder satisfactoriamente a todas las tareas que les son presentadas en su lugar de trabajo, ya sea por la falta de medios (déficit de medios tecnológicos para impartición de clase, falta de material didáctico para prevenir clases repetitivas y/o aburridas, apoyo por parte de la institución, entre otros) y en algunos casos, debido a la inexperiencia y capacidad requerida para desempeñar la docencia, hace que en ocasiones, vea su actividad como causa de sufrimiento, de insatisfacción o de frustración; intensificándose de esta manera el trabajo, al aumentar su tiempo y energía para poder cubrir dichos requerimientos.

Particularmente, aquellos profesores que laboran a nivel medio llevan a cabo su labor con sujetos que se encuentran en una etapa difícil, los cuales cursan por un proceso de búsqueda de personalidad condicionada por la familia y la sociedad. Aún cuando la relación maestro-alumno es uno de los aspectos potencialmente más gratificantes, lo cierto es que en un número significativo de casos, esta comunicación está presidida por la tensión, ya sea por indisciplina de los escolares o bien, porque el docente carece de habilidades sociales y disciplinarias para establecer una relación armónica docente-alumno. Esto resulta evidente, al observarse el número cada vez es mayor de docentes que muestran su malestar por la situación que viven, por sus condiciones laborales, la presión a la que se ven sometidos por el alumnado, padres o administrativos, causándoles efectos negativos a su salud.

* Actividad realizada por el profesor durante sus horas libres o tiempo de descanso, para el cuidado y supervisión de los alumnos.

Trastornos psíquicos y psicosomáticos en los docentes

Los problemas de salud que presentan con mayor frecuencia el personal docente, se inscriben en padecimientos principalmente derivados de las cuerdas vocales (disfonía, disfagia), várices, alteraciones reumáticas, ardor de ojos, cefalea, así como, gastritis, edema, astigmatismo, astenia y psicodermatosis. (Peiró, Luque, Meliá & Los Certales, 1991; Ibarra, 1996; Travers & Cooper, 1997). Años más tarde, este perfil patológico incorpora nuevos padecimientos, tal y como lo reporta un estudio realizado en el servicio de Salud Ocupacional en España a 1577 docentes, entre abril de 2000 y agosto de 2001, el cual detectó que las enfermedades que más afectaban a los profesores eran dolores y traumatismos en un 10.7%, mientras que un 4,8% presentaba problemas ligados a la salud mental (Ruiz & Cano, 1999). A partir de entonces, los docentes contaban con un perfil patológico compuesto por fatiga, trastornos del sueño, hemorroides, migrañas, síndrome ácido péptico, disfonías, várices, irritabilidad, lumbalgias, dorsalgia, depresión, ansiedad e insuficiencia cardíaca; padecimientos que por su naturaleza en su mayoría no son considerados como consecuencia de las tareas o funciones derivadas de la actividad laboral.

En los últimos años, diversos estudios han referido al estrés y al burnout, como trastornos característicos de la población docente (Berg, Berg, Reiten, Kostveit, 1998; De Heus & Diekstra, 1999; Delcort, Araújo, Reis, Porto, Carvalho, Oliveira, Barbalho & De Andrade, 2004). Tanto es así, que un estudio realizado en España refiere que los problemas psicológicos son citados por ocho de cada diez profesores como principal dolencia de esta profesión. (Sevilla & Villanueva, 2000).

Por su parte, un Estudio de la Confederación Sindical de Comisiones Obreras (CCOO) del año 2000, evidencia que 1 de cada 10 profesores corren el riesgo de padecer "Burnout" y, que 8 de cada 10 profesores trastornos psicosomáticos tales como disfonías, problemas de garganta, depresión y fatiga psíquica, ocasionando un nivel elevado de ausentismo de más de 3 días a lo largo de un curso escolar. (La Vanguardia, 2000, Diciembre 13).

La investigación de Domich y Faivovich, a 106 docentes en el primer semestre del 2005, en Chile, para

conocer el diagnóstico de la salud mental en profesores, señala que las cuatro enfermedades psicosomáticas más frecuentes presentes en los profesores, con porcentajes superiores al 10% son: colon irritable, lumbago o ciática, trastornos digestivos y alergias, mientras dentro de los síntomas psicológicos con mayor mención se encuentran; dificultades para relajarse y estar tranquilo, dolores de espalda, falta de energía y agotamiento fácil, miedo, temblores, palpitaciones, ahogos, dolores de cabeza, los cuales se presentaron en más del 30% de la población estudiada.

Trastornos que con el tiempo tienen un impacto importante, no sólo en la salud de los docentes, sino que repercuten en su vida laboral; como lo señala la Federación de Trabajadores de la Enseñanza de UGT España (2004), la cual destaca que el 83,2 por ciento de bajas laborales se registra en los dos primeros trimestres del ciclo escolar, mientras que las patologías psiquiátricas se concentran principalmente en los trimestres segundo y tercero y tienen relación directa con el desgaste psíquico que sufre el docente a medida que avanza el curso escolar.

Por su parte, Avilés, 2004 señala que en cuanto al estrés, éste llega a representar hasta el 10 % sobre el total de las bajas laborales en profesores, mientras que los problemas de la voz representan el 4,4 % de las bajas entre docentes españoles.

La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) realizó una investigación en el 2004, con más de 800 profesores de unas 40 escuelas públicas representativas de los diversos estratos de América Latina, donde pone atención más allá del tema salarial, para concentrarse en la calidad de vida del profesorado y en su capacidad de desarrollar respuestas afectivas, emocionales y humanas que contribuyen a un buen desempeño profesional. Dicha investigación, revela que Chile encabeza la lista de las enfermedades más comunes que afectan a los profesores. El estudio clasificó las enfermedades en tres grandes grupos. Uno de ellos se refiere a los problemas de salud asociados a las exigencias ergonómicas. Aquí se encuentran la disfonía (46%), várices (35%), columna (32%) y lumbago (13%). Luego vienen las patologías mentales como el estrés (42%) y la depresión (26%),

aparte de sentirse, en general, como poco valorados dentro de la sociedad. Finalmente están los problemas de salud general, donde adquieren relevancia las enfermedades crónicas y estacionales tales como el colon irritable (44%), resfriados (39%) e hipertensión arterial (13%). (Robalino & Corner, 2004).

Tales padecimientos, requieren ser estudiados con mayor detalle para ver como el proceso de trabajo que se realiza cotidianamente en la docencia, tiene un peso importante en la presencia y manifestación de dichos trastornos, aún cuando el período de latencia sea grande para su manifestación en los individuos.

Materiales y métodos

Se llevó a cabo un estudio observacional y descriptivo, que permitió conocer la prevalencia de los trastornos psíquicos y psicosomáticos más comunes a los que están expuestos los profesores de instituciones educativas, públicas y privadas, del nivel medio superior, en un tiempo determinado.

La población objeto de estudio estuvo conformada por 203 profesores de una escuela pública y 105 de 6 escuelas privadas de nivel medio superior*, cuya plantilla laboral oscilaba entre 10 a 30 profesores. Los criterios de selección tuvieron como base que la organización de trabajo en ellas fuera similar y se ubicaran físicamente dentro de los límites del área metropolitana. Para poder realizar el estudio fue necesario que los docentes encuestados contaran con características similares, a saber:

- Mayores a 20 años de edad, y menores de 60 años.
- Se encontraran activos como profesor en alguna de las instituciones elegidas.
- Que tuvieran al menos 1 mes laborando en la institución educativa

Se usaron dos instrumentos para la obtención de la información:

1. Una guía de observación y condiciones de trabajo: Instrumento aplicado de manera sensorial a través de un recorrido en las instalaciones de los planteles educativos del estudio, para conocer el proceso de trabajo y la organización del mismo, y

2. Una encuesta individual de autollenado. Estructurada para conocer cuáles son las exigencias a las que el profesor está sometido dentro de la institución donde labora; así como los daños a la salud que presentan. Dicho instrumento forma parte de los instrumentos de recolección de información del Programa de Evaluación y Seguimiento de la Salud de los Trabajadores, PROESSAT, (Noriega, Martínez, Franco, Villegas, Alvear & López, 2001) y fue aplicada a cada trabajador que reuniera las características de inclusión, por medio de citas autorizadas por los directivos de las instituciones, además de previo consentimiento de los trabajadores.

El cuestionario individual estuvo conformado por los siguientes apartados:

1. Datos generales: Permitió recolectar los datos demográficos de cada trabajador.

2. Calidad de vida y trabajo doméstico: Se incluyeron 38 preguntas, acerca de las condiciones socioeconómicas en las que vivía en ese momento el docente, así como las actividades cotidianas y de trabajo doméstico.

3. Condiciones y valoración del trabajo: 22 preguntas dirigidas a explorar las condiciones laborales que prevalecían en los centros laborales, así como reactivos para conocer si resulta satisfactoria la labor desempeñada por el docente.

4. Exigencias laborales: 36 preguntas que permitieron identificar las exigencias laborales que se derivan de la organización del trabajo y de la actividad en sí misma.

5. Daños a la salud: Sección estructurada en 119 preguntas para conocer el estado de salud del profesor, así como los posibles síntomas que ayudaron a detectar un diagnóstico presuntivo.

Una vez obtenidos los datos se llevó a cabo la codificación de las encuestas aplicadas y el análisis de las variables a través del PROESSAT, a fin de detectar la relación que guarda las exigencias laborales con la presencia de trastornos psíquicos y psicosomáticos en la población objeto de estudio.

* Actividad realizada por el profesor durante sus horas libres o tiempo de descanso, para el cuidado y supervisión de los alumnos.

Dentro de los trastornos considerados del tipo psíquico se encuentran: la ansiedad, depresión, trastornos del sueño y neurosis. En tanto, como trastornos psicosomáticos fueron estudiados la cefalea tensional, migraña, hipertensión arterial, trastornos psicosomáticos cardiovasculares, trastornos psicosomáticos digestivos, gastritis, úlcera gástrica, colitis y enfermedad isquémica del corazón.

Resultados y discusión

Del total de 308 profesores encuestados, el 59.7% fueron mujeres y el 40.3% hombres, lo que destaca que la profesión docente se ha caracterizado como propia del género femenino, al requerir cualidades como: paciencia, mayor facilidad de expresión, cuidado y atención a tercero, entre otras.

A pesar que la edad no es un factor importante para su contratación; los hallazgos mostraron en las escuelas privadas el doble de personal menor de 35 años con respecto a la pública (64% vs 31%). Situación que se entiende debido a que en los últimos años, la docencia se ha visto como una alternativa laboral a la que acceden generalmente los profesionistas jóvenes por falta de una oportunidad en su campo de formación, en el mercado de trabajo.

En cuanto a su nivel de preparación, el 82% de los profesores de la escuela pública tienen licenciatura, con respecto al 74% en privadas; en tanto, el 12% del personal en ambos tipos de institución cuentan con postgrado. Aún cuando la docencia requiere de personal capacitado y con un nivel de estudios mínimo de licenciatura para la impartición de clase, se detectó que en las instituciones privadas existe un 13.5% de profesores que cuentan sólo con el nivel medio superior.

A simple vista, pareciera que ser una profesión donde la jornada es inferior a las horas laboradas en una industria, lo cierto es que la jornada real de los profesores no sólo se sujeta a las horas que se tienen estipuladas en un contrato, si no que se extiende a causa de las “horas muertas” entre clases que no reciben remuneración, así como después de terminada la jornada laboral e incluso a altas horas de la noche, donde las únicas horas que les son retribuidas a los profesores son las que imparten clase frente a grupo. En promedio la población encuestada labora 28 horas a la semana.

Los bajos salarios que ofrecen algunas instituciones del sector privado, obliga a elevar el número de horas a los profesores para poder equilibrar de esta manera el sueldo percibido, razón por la cual el 15.2% de profesores de este sector, imparte clase más de 41 horas a la semana, mientras en las escuelas públicas solo el 8.8% labora este promedio de horas semanalmente. Si a estas horas se les suma las horas de trabajo extraescolar utilizadas para la preparación de clases, materiales de apoyo a la docencia y el perfeccionamiento de los conocimientos, se causa una sobrecarga de trabajo que se verá reflejada en su salud.

Con lo que respecta a la antigüedad laboral, los resultados señalan que en las instituciones particulares más de la mitad de la población reportó menos de 2 años de antigüedad, en tanto que en las escuelas públicas al menos 30% tiene 12 años o más laborando. Esta situación da cuenta de la gran inestabilidad y movilidad laboral que se presenta en las instituciones privadas, donde el tipo de contratación que predomina en ellas, es la contratación por horas, es decir el 100% de los profesores son contratados por horas y carecen de contratos fijos y prestaciones, a diferencia de las escuelas públicas, donde el 60% son sindicalizados y tienen contratos de base y, cuentan con prestaciones.

Organización del trabajo de las instituciones educativas en estudio

Caracterizar el proceso de trabajo de manera general para ambos tipos de instituciones educativas en estudio sería erróneo, a pesar de las similitudes de sus funciones; ya que la serie de actividades que se realizan en ellas, varían entorno a sus condiciones de trabajo y organización. Entre las principales diferencias que se pudieron detectar entre ambos tipo de instituciones, se encuentran:

- La Institución pública se mantiene con base a fondos económicos otorgados por parte del gobierno, en tanto, que las instituciones de tipo privado, sus recursos económicos provienen de las colegiaturas que cobran a los estudiantes.
- En la institución pública la conducción del plantel es coordinada por una persona asignada como Director, un subdirector y los encargados de áreas administrativas; mientras que las escuelas privadas los

directores o dirigentes del plantel son, por lo general, los propietarios o dueños de las mismas.

- En las escuelas privadas la cantidad de alumnos es menor en relación a la pública, esto es debido a que las colegiaturas que cobran las escuelas privadas son en ocasiones elevadas, incluso más altas que el sueldo que percibe un trabajador de clase baja y/o media mexicano, lo que limita que una gran parte de la población no pueda acceder a este tipo de instituciones.

- Una de las principales actividades en que difieren este tipo de instituciones es en la realización de “guardias”. En las escuelas privadas la realización de esta tarea, es una actividad que se considera implícita en la forma de contratación, mientras en la escuela pública esta es una función asignada al personal administrativo y/o policías contratados para esta actividad.

- Otra diferencia que destaca en estos dos grupos de profesores, es el tipo de contratación. En las escuelas privadas predominan los contratos por honorarios y/o por hora, lo que impide al profesor poder adquirir estabilidad y por ende seguridad en su puesto de trabajo, mientras en la pública es posible encontrar personal contratado por honorarios durante los dos primeros años que el docente labore para la institución, al término de este lapso, es contratado de base, con la posibilidad de ser sindicalizado, opción que tiene que valorar el docente según sus necesidades.

- Lo que respecta al sueldo de los profesores de escuelas privada, éste se ve afectado por dos factores; el primero de ellos, es la zona en donde se encuentre la institución y el segundo el tiempo de antigüedad. La remuneración suele ir de los 40 hasta los 80 pesos por hora. En la escuela pública, la remuneración económica depende de un tabulador establecido por la institución educativa, que especifica los niveles a los que puede pertenecer el docente, que va de los 50 a los 120 pesos por hora, ingresos que se asignan de acuerdo al nivel académico, el tiempo de antigüedad y las actividades realizadas a lo largo de su estancia en la institución.

- Las escuelas privadas en su mayoría carecen de prestaciones, a diferencia de la pública la cual cuenta con prestaciones como son seguridad social, adquisición de vivienda, bonos, días económicos, vacaciones, vales de despensas, entre otras.

Exigencias laborales

Al explorar las exigencias laborales a las que se enfrentan los profesores tanto de la escuela pública, como las privadas. Se detectaron algunas exigencias en común, las cuales han sido referidas en otros estudios como propias de la labor docente. (Ibarra, 1996; Robalino & Corner, 2004).

Permanecer de pie durante la jornada de trabajo, fue una exigencia reportada por más del 80% de los profesores de ambas instituciones (Ver Cuadro N° 1). Otra exigencia característica de este grupo de trabajadores es el tener que elevar o forzar la voz durante la clase, con el objetivo de ser escuchado y captar la atención del grupo, presente en cerca del 70% de los profesores.

Una exigencia que predomina en la realización de actividades de estos trabajadores, es la extensión de la jornada ya que los profesores dedican una gran cantidad de horas fuera de su horario laboral. Esta problemática la sufren los trabajadores de ambas instituciones, al detectar que más de una tercera parte de ellos labora una jornada mayor de 48 horas ya sea frente a grupo o bien, debido a la suma de horas de una segunda jornada, sea de tipo académico o bajo otra modalidad (véase Cuadro N° 1).

Por último, una cuarta parte de la población encuestada tanto del sector educativo privado como público, coinciden en señalar que recibir órdenes confusas por parte de los directivos y/o administrativos, es una exigencia laboral que se presenta de manera frecuente, lo que los lleva a enfrentarse a problemas emocionales a causa de la incertidumbre provocada por saber si las actividades que realizan estarán bien, o por saber si recibirán un llamado de atención por no realizar las actividades de acuerdo a lo establecido por los mandos superiores (véase Cuadro N° 1)

Cuadro N° 1. Porcentaje de exigencias laborales presentes tanto en la escuela pública, como en privadas.

Exigencias	Porcentaje en pública	Porcentaje en privada
Permanece de pie para trabajar	86.2	80.0
Elevar o forzar la voz durante la actividad	70.9	68.6
Jornada semanal mayor de 48 horas	31.5	35.2
Recibir ordenes confusas o poco claras de su jefe(a)	22.7	25.7

Fuente: Datos de la Investigación, 2008.

Como se puede evidenciar las exigencias análogas a las que se enfrentan los profesores de ambos sectores se pueden caracterizar como derivadas del tipo de actividad. Sin embargo, se detectaron exigencias que a pesar de ser mencionadas por los profesores de ambas instituciones, algunas de ellas predominan más de acuerdo a la organización de trabajo implementada en cada sector educativo que se reseñan a continuación:

Exigencias predominantes en las escuelas privadas en relación con la pública.

La realización de “guardias”, fue una exigencia referida 6 veces más en los profesores de las escuelas privadas con respecto a la pública, siendo la diferencia estadísticamente significativa, con un límite de confianza de 3.3 a 10.7 (véase Cuadro N° 2). Dicha actividad se considera como una función más que debe llevar a cabo el trabajador de la educación en este tipo de instituciones, mientras que los docentes de la escuela pública, cuentan con el apoyo de personal asignado para la realización de esta tarea.

Permanecer dentro de la institución durante sus horas muertas, es decir las horas que no son remuneradas durante la jornada diaria, tener una supervisión estricta y el no poder desatender su tarea por más de 5 minutos, son exigencias que se presentan 2 veces más en los profesores

que laboran en las escuelas privadas con respecto a la pública. Dichas exigencias se pueden explicar por el aumento de las demandas impuestas al personal de la institución y con ello identificarse en el mercado educativo como una institución preocupada por la calidad e impartición de la enseñanza, tanto en su organización interna, como externa. (Véase Cuadro N° 2).

Labores como mucha concentración, revisión de tareas diarias y estar fijo en su lugar de trabajo, son señaladas en más del 50% de los profesores de las instituciones privadas y la diferencia es estadísticamente significativa. La revisión de tareas es una actividad primordial en las instituciones educativas privadas y con la asignación semanal para los alumnos de las mismas, así como la obligatoriedad del profesor de entregarlas calificadas y revisadas en cada sesión impartida, con lo cual se pretende proyectar la calidad de atención y el nivel de educación que recibe el alumno por parte del profesorado, lo que a su vez implica al docente estar concentrado en su actividad y permanecer fijo en su lugar de trabajo tanto para impartir su clase, como para poder llevar a cabo actividades administrativas y de gestión escolar (el llenado de listas de asistencia, actas y en casos extremos de atención hacia los padres). (Véase Cuadro N° 2).

Cuadro N° 2. Comparación de exigencias con mayor presencia en las escuelas privadas.

Exigencias	% en privada	% en pública	Razón	Límite de confianza	P(+)
Guardias	29.5	4.9	5.99	3.34 < rr < 10.74	***
Permanecer dentro de la institución durante las horas muertas	63.8	31.5	2.02	1.57 < rr < 2.61	***
Supervisión estricto con un estricto control de calidad	47.6	22.7	2.10	1.52 < rr < 2.91	***
No poder desatender su tarea por más de 5 minutos	35.2	15.8	2.44	1.49 < rr < 3.36	***
Mucha concentración	66.7	40.4	1.65	1.32 < rr < 2.07	***
Revisión de tareas diarias	63.8	42.4	1.54	1.20 < rr < 1.89	***
Estar fijo en su lugar de trabajo	45.7	29.6	1.55	1.14 < rr < 2.10	**

Fuente: Encuesta individual docente, 2005 (+) modelo logístico $p < 0.001$ (***), $p < 0.01$ (**), $p < 0.05$ (*)

Así, las exigencias que caracterizan a las escuelas privadas se explican por un proceso de cambios globales a nivel tecnológico, cultural e intelectual, donde el mercado se vuelve más competitivo para este sector, de tal manera que el docente tiene que duplicar su esfuerzo con el objetivo de mantener su trabajo en semestres posteriores, ya que cada inicio de semestre, se suman a la docencia, una gran cantidad de personas con conocimientos, actitudes y aptitudes adecuadas que desean incorporarse a esta actividad, como una opción ante la falta de fuentes de trabajo.

Exigencias predominantes en la escuela pública en relación con las privadas

De acuerdo a los resultados de la encuesta aplicada, las exigencias laborales a las que se enfrenta con mayor frecuencia el profesorado de las instituciones educativas públicas, se concentran en las que se derivan de las malas condiciones en que se encuentran las instalaciones y la falta de mobiliario adecuado. Destacan: realizar un trabajo aburrido, la cual se presenta hasta 4 veces más en los profesores de esta institución que en la de las privadas. Lo anterior se puede explicar a la gran cantidad de alumnos, que tienden a ser más tediosas las actividades a realizar (sacar promedios, calificar exámenes, pasar lista). (Ver Cuadro N° 3).

La mayoría del mobiliario de las escuelas públicas se encuentra en mal estado, roto y/o faltante de respaldo, lo que da como resultado que los académicos de esta institución perciban un riesgo mucho mayor de sentarse en superficies incómodas durante sus actividades, obligándolos a adoptar posturas inadecuadas y trabajar encorvados durante su jornada de trabajo.

Una de las herramientas que en los últimos tiempos se ha incorporado como necesaria para el trabajo académico es la computadora, la cual se emplea para la realización de exámenes, preparación de temas, búsqueda de información, entre otras actividades; misma que al ser utilizada por largos períodos de tiempo al día, lleva al profesor a mantener posiciones incómodas, como es el estar sentado y/o encorvado, dichas actividades fueron referidas por más del doble de los profesores de las escuelas públicas.

Una particularidad que priva en la escuela pública, es la gran cantidad de alumnos que se asigna por grupo, causa por lo que los profesores de este tipo de institución se ven obligados a realizar trabajos pendientes en horas o días de descanso o vacaciones, y a escribir mucho en cuadernos y pizarrones, haciendo su trabajo tedioso y con falta de contenido, al tener que calificar o revisar de manera repetitiva las notas de clase y tareas de los alumnos (véase Cuadro N° 3).

Cuadro N° 3. Exigencias con mayor presencia en la escuela pública con respecto a las escuelas privadas.

Exigencias	% en pública	% en privada	Razón	Límite de confianza	P(+)
Realizar un trabajo aburrido	7.9	1.9	4.14	1.11 < rr < 15.42	*
La superficie donde se sienta es incómoda	73.4	21	3.50	2.65 < rr < 4.46	***
Trabajar encorvado	28.6	9.5	3.00	1.71 < rr < 5.28	***
Exposición a computadoras	55.2	23.8	2.32	1.69 < rr < 3.17	***
Posiciones incómodas	17.2	7.6	2.26	1.13 < rr < 4.53	*
Realizar trabajos pendientes en horas o días de descanso o vacaciones	90.6	70.5	1.29	1.15 < rr < 1.43	***
Escribir mucho en cuadernos o pizarrones	81.8	69.5	1.18	1.03 < rr < 1.34	*
Un trabajo repetitivo	43.8	32.4	1.35	1.00 < rr < 1.84	*

Fuente: Encuesta individual docente, 2005 (+) modelo logístico $p < 0.001$ (***), $p < 0.01$ (**), $p < 0.05$ (*)

De tal manera, se puede concluir que los docentes de la escuela pública se enfrentan de manera cotidiana a exigencias derivadas principalmente de las malas condiciones en que se encuentran las instalaciones y la falta de mobiliario adecuado.

Asociación de exigencias con daños psíquicos y psicosomáticos en los docentes por tipo de institución

Al analizar la relación que pudiera existir entre las exigencias laborales con la presencia de trastornos psíquicos y psicosomáticos en los profesores, conforme al tipo de institución a la que están insertos, se detectó que en las instituciones educativas privadas hay una mayor cantidad de docentes con daños psíquicos y/o psicosomáticos. Los trastornos psicosomáticos digestivos se presentan 4 veces más en profesores de escuelas privadas con relación a los profesores de las públicas con un límite de confianza de $1.09 < RR < 13.75$, cuya causa puede derivarse a lo susceptible que son algunos profesores en su sistema digestivo, lo que propicia que cuando existe una sobrecarga de problemas o eventos, manifiesten dicho daño o padecimiento. (Ver Cuadro N° 4).

Otro trastorno predominante en los profesores de escuelas particulares con una razón de 3.22, una $p < 0.05$ y un límite de confianza de $1.27 < RR < 8.19$, es la depresión, una de las posibles causas de este problema de salud, es que la docencia se ha convertido en una opción más de empleo a diferencia de mediados del siglo pasado, donde, como se ha mencionado, era una profesión que proporcionaba un estatus social y era respetada. Si a esto se le suma las deficiencias económicas que trae el bajo salario y la falta de prestaciones, los académicos se verán más propensos a enfrentarse a dicho problema de salud.

La cefalea tensional tiene un riesgo 3 veces mayor de presentarse en los docentes de las escuelas privadas. Una posible causa de la presencia de dicho padecimiento es la organización de trabajo que implementa este tipo de escuelas, donde predominan exigencias laborales enfocadas a pedir un mayor rendimiento del docente, aunadas a las problemáticas que enfrentan éstos como, es el caso de alumnado agresivo, padres demandantes, bajos salarios, instalaciones deficientes, entre otras. (Ver Cuadro N° 4).

Los problemas de salud del tipo irritativo como es la dermatitis, no quedan exentos, ya que los profesores que laboran para el sector privado, con materiales como gases o sustancias químicas en los laboratorios, presentan una doble probabilidad de desarrollar este daño en relación a los docentes de las instituciones públicas.

La demasía de exigencias a la que se enfrentan los profesores del sector privado dentro y fuera de su tiempo laboral, origina una serie de sobresaltos emocionales que conllevan a trastornos psíquicos como es la fatiga, la cual se presenta 2 veces más en profesores de este sector, siendo estadísticamente significativa con un valor de $p < 0.05$ (Véase Cuadro N° 4).

Cuadro N° 4. Comparativo de daños a la salud de las escuelas en estudio.

Exigencias	% en privada	% en pública	Razón	Límite de confianza	P(+)
Trastornos psicosomáticos digestivos	6	2	3.87	$1.09 < rr < 13.75$	*
Depresión	10	3	3.22	$1.27 < rr < 8.19$	*
Cefalea tensional	24	8	3.02	$1.73 < rr < 5.27$	***
Dermatitis	13	6	2.26	$1.10 < rr < 4.63$	*
Fatiga patológica	21	10	2.03	$1.18 < rr < 3.49$	*

Fuente: Encuesta individual docente, 2005 (+) modelo logístico $p < 0.001$ (***), $p < 0.01$ (**), $p < 0.05$ (*)

Si bien en ambos tipos de instituciones se presentan daños a la salud con porcentajes elevados, lo cierto es que en las escuelas públicas no se encontraron diferencias estadísticamente significativas que indiquen aquellos trastornos ya sean psíquicos o psicosomáticos, a los que se encuentran propensos los profesores de este tipo de institución, ya que los porcentajes de expuestos son inferiores en comparación con los profesores que laboran en las escuelas privadas.

Sin embargo, al explorar los trastornos psíquicos de manera agrupada, se encontró que los docentes que laboran para instituciones del sector privado presentan hasta 3 veces más este tipo de trastornos en relación a los profesores de las escuelas públicas, en tanto los trastornos psicosomáticos, se presentan casi el doble con respecto a las escuelas públicas. (Véase Cuadro N° 5).

Cuadro N° 5. Tasas de trastornos psíquicos y psicosomáticos agrupados por tipo de institución.

Trastornos	Pública		Privadas	
	N	TASAS	N	TASAS
Trastornos Psíquicos	29	14.3	44	42
Trastornos Psicosomáticos	68	33.5	64	61

Fuente: Encuesta individual docente, 2005

Por tanto, se puede concluir que los profesores de las escuelas privadas tienden a presentar una mayor tasa en los trastornos psíquicos y psicosomáticos, debido al aumento de demandas que el mundo globalizado ha impuesto a los países en desarrollo, en busca de nuevas alternativas que

favorezcan el desarrollo cultural, intelectual, económico y tecnológico, lo que lleva a las instituciones educativas a competir en un mercado donde el docente como actor principal se ve expuesto a una mayor cantidad de exigencias que se ven reflejadas en su salud.

Conclusiones

Las políticas implantadas por una reforma educativa, para conseguir una mejora en la calidad en la educación, han ocasionado que en la actualidad, los docentes pierdan el estatus que los caracterizaba y una parte sustancial del control sobre su proceso de trabajo, al tener que sujetarse a planes educativos y lineamientos institucionales estructurados por parte de las autoridades educativas competentes, lo que los ha llevado a laborar en condiciones de trabajo poco favorables, someterse a un mayor número de exigencias laborales como: una supervisión estricta, tanto por parte de las autoridades del plantel, como institucionales; asistencia obligatoria a reuniones, talleres, jornadas extralaborales, tener que dar cuenta de su desempeño y productividad, no solo a sus jefes inmediatos, sino también a padres de familia, significando para él, un incremento de horas de trabajo que no son remuneradas.

La sobrecarga de tareas a las que se enfrentan actualmente, aunadas a las frustraciones, insatisfacciones y a la falta de entendimiento con otros miembros de la comunidad educativa, (profesores, padres de familia, alumnos, administrativos y directivos) desencadenan en los profesores alteraciones principalmente del tipo psíquico y psicosomático.

La profesión docente requiere invertir tiempo fuera de las aulas escolares, para poder cumplir con las funciones y tareas que se desprenden de la misma actividad, independientemente del sector educativo (público o privado) en el cual ejercen sus funciones. Aunque a simple vista, las exigencias laborales a las que se someten de manera cotidiana ambos sectores, son similares, sobresale que los profesores incorporados a las instituciones educativas públicas, la mayoría de ellas que refieren se derivan de la infraestructura de las instalaciones, como es el sentarse en superficies incómodas, trabajar encorvado, exposición a computadoras, adoptar posiciones incómodas en el desarrollo de su actividad e incluso escribir mucho en cuadernos y pizarrones. A tales condiciones laborales se agrega el escaso mantenimiento de la instalaciones escolares; la carencia de medidas de protección contra catástrofes y riesgos; la falta de salones de clase amplios y dotados de material didáctico pertinente, que satisfaga las demandas de la cantidad excesiva de alumnado.

En lo que respecta a las escuelas privadas, las exigencias que más hicieron mención los maestros de este sector, se encuentran las derivadas del tipo de actividad, dado que la administración (dueños o directivos de estos planteles educativos) busca una mayor satisfacción de las necesidades de la población estudiantil a costa de los docentes, ejemplo de estas exigencias son, realizar guardias para mantener el control del alumnado al momento de la entrada, descanso y/o salida, permanecer dentro de la institución educativa durante las “horas muertas, supervisión estricta, control de calidad, no poder desatender la tarea por más de 5 minutos, mucha concentración y revisión de tareas diarias, exigencias que presentan una mayor probabilidad de desarrollar trastornos del tipo psíquico, debido a la sobredemanda intelectual y emocional a la que se enfrentan en estas tipo de escuelas.

Aspectos que permitieron a los profesores de este sector, referir un perfil patológico caracterizado por los trastornos psíquicos (ansiedad, depresión y fatiga), los cuales provienen del ejercicio de la profesión y de exigencias derivadas de la actividad y del tiempo, dado que los padres de familia que acuden a estas instituciones pagan por un servicio que esperan supere en calidad la enseñanza impartida en las escuelas públicas y que les otorgue un “valor agregado” a la formación de sus hijos. Tales expectativas recaen en los profesores, lo que deriva en una mayor carga laboral que se materializa en la atención personalizada al alumno, supervisiones estrictas por directivos, entre otras actividades, que se suman a las funciones propias de la impartición de enseñanza.

Entre las principales exigencias encontradas como causas de los daños psíquicos en el profesorado de las instituciones privadas destacan: el estar fijo en su salón de clases durante su jornada laboral, laborar jornadas superiores a 48 horas, no poder desatender su actividad por más de 5 minutos, realizar trabajos pendientes en horas o días de descanso, realizar tareas minuciosas y supervisión estricta; exigencias que se encontraron asociadas a la presencia de depresión, trastornos del sueño y fatiga.

En lo que respecta a los trastornos psicosomáticos, se encontraron del tipo digestivo y la cefalea, los

cuales alertan acerca del potencial de incapacidades que truncará la esperanza de vida saludable para los maestros.

Tanto los trastornos psíquicos, como los psicossomáticos, deberían ser considerados como enfermedades profesionales, dado que los profesores en la actualidad los están refiriendo como unos de los principales daños que impactan en su salud y por ende, en su desempeño laboral; encontrando en la ley, la neurosis como único padecimiento reconocido en trabajadores del sector servicios. No obstante, resulta insuficiente con que se clasifiquen en la ley dichos trastornos como enfermedades profesionales y exigir su indemnización si no, que se deban considerar desde la cultura preventiva y proponer la correcta evaluación de los mismos. Por tal

motivo, adquieren relevancia las medidas preventivas, la vigilancia específica y sistemática de la salud para disminuir sus efectos sobre el profesorado y sobre el punto primordial de ambos tipos de instituciones, la calidad de la institución.

Muchos investigadores se han centrado en las políticas educativas, en busca de una enseñanza de calidad, con lo cual se ha minimizado la importancia que tiene el profesor y en particular su salud, para lograr dicho objetivo. Sin embargo los hallazgos nos invitan a una reflexión más amplia entorno a la salud de este gremio de trabajadores y a explorar el espacio tanto social como familiar, que permitan a evidenciar la influencia y el papel que pueden tener estos ámbitos sobre el desempeño laboral de este grupo de trabajadores y especialmente sobre su salud.

Referencias Bibliográficas

1. Avilés, J. (2004, Mayo 18). Trastornos psíquicos y musculares, principales dolencias docentes. *En: Sindicato de Trabajadores de la Enseñanza (STE), Recortes de Prensa*. Extraído el 18 de Marzo, 2008 de la siguiente dirección electrónica: http://www.stecyl.es/Prensa/040519_efe_principales_dolencias_docentes.htm
2. Berg, J., Berg, O., Reiten, T. & Kostveit, S. (1998). Functional diagnosis as a tool in rehabilitation: a comparison of teachers and other employees. *International Journal of Rehabilitation Research*, 21(3), 273-84.
3. Dalmau i Montalá, M. (2001). Son muchos los profesionales sumergidos en situaciones provocadoras de estrés. *EducaWeb*, 13, Sup. Extraído el 26 de Marzo, 2008 de la siguiente dirección electrónica: <http://www.educaweb.com/esp/servicios/monografico/estres/opinion4.asp>
4. Delcort, N., Araújo, T., Reis, E., Porto, L., Carvalho, F., Oliveira, M., Barbalho, L. & De Andrade, J. (2004). Labor and Health of private school teachers in Vitória da Conquista, Bahia, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, 20(1), 187-96.
5. De Heus P., Diekstra, R. (1999). Do teachers Burn Out more easily? A comparison with other social professions on work stress and burnout symptoms. In: R. Vandenberghe, MA Huberman (Eds). *Understanding and preventing teacher burnout*. (Capítulo 8, pp. 269-284). Cambridge: Cambridge University Press.
6. Domich, C. & Faivovich, M. (2005). *Vigencia Estudio Diagnóstico de la Salud Mental en Profesores de ocho Escuelas Básicas Municipalizadas de la Comuna de Santiago*. Extraído el 15 de Marzo, 2008 de la siguiente dirección electrónica: <http://www.atinachile.cl/node/9052>
7. Enguita, M. (1991). La ambigüedad de la docencia: entre el profesionalismo y la proletarización. *Teoria Educaáo*, 4, 1-17. Extraído el 15 de Marzo, 2008 de la siguiente dirección electrónica: <http://campus.usal.es/~mfe/enguita/Textos/Ambigüedad%20de%20la%20docencia.pdf>
8. Federación de Trabajadores de la enseñanza de la Unión General de Trabajadores (2004). *Catalogo de enfermedades profesionales de los docentes. y secundaria obligatoria*. Madrid: FETE de la UGT y la Fundación para la Prevención de Riesgos Laborales. Extraído el 27 de Febrero, 2008 de la siguiente dirección electrónica: <http://fete.ugt.org/paisvalencia/salud%20laboral/Catalogo%20de%20enfermedades.htm>

9. Fuentes, O. (1992). El Estado y la educación pública en los años ochenta. En: J. Tamayo, J. Alonso & A. Azis. (Eds). *El Nuevo Estado Mexicano*. (Capítulo 4: Estado y Sociedad, pp. 67-97). México: Universidad de Guadalajara, Nueva Imagen, CIESAS.
10. Ibarra, A. (1996). Género y la salud del docente: Una visión alternativa. *La Tarea, Revista de Educación y Cultura*, 8, Ene-Mar. Extraído el 02 de Abril, 2008 de la siguiente dirección electrónica: <http://www.latarea.com.mx/articulo/articu8/ibarra8.htm/>
11. Juárez, A., Hernández, E. & Ramírez, J. (2005). Mobbing un riesgo psicosocial latente en el trabajo de enfermería. *Revista de Enfermería, IMSS*. 13(3), 153-60.
12. Martínez-Otero, V. (2003, 15 de Enero). Salud Mental del Profesorado. *Comunidad Escolar, Periódico Digital de Información Educativa*, 21(713). Extraído el 30 de Marzo, 2008 de la siguiente dirección electrónica: <http://comunidad-escolar.pntic.mec.es/713/tribuna.html>
13. México. Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática. (2006). *Anuario Estadístico de los Estados Unidos Mexicanos*, México: INEGI.
14. Noriega, M. (1993). Organización laboral, exigencias y enfermedad. En: A. C. Laurell (Coord). *Para la investigación sobre la salud de los trabajadores*. (Serie Paltex, Salud y Sociedad 2000, N° 3, pp. 167-87). Washington: OPS
15. Noriega, M., Martínez, S., Franco, G., Villegas, J., Alvear, G. & López, J. (2001). *La Evaluación y seguimiento de la salud de los trabajadores*. (Serie Académicos, N° 34, Ciencias Biológicas y de la Salud). México: Universidad Autónoma.
16. Peiró, J., Luque, O., Meliá, S. & Los Certales, F. (1991). *El estrés de enseñar*. Sevilla: Alfar.
17. Robalino, M. & Corner, A. (2004). *Condiciones de Trabajo y salud docente. Otras dimensiones del desempeño docente. Estudios de casos en Argentina, Chile, Ecuador, México, Perú y Uruguay*. Santiago, Chile: UNESCO. Oficina Regional de Educación para América Latina y El Caribe. Extraído el 15 de Marzo, 2008 de la siguiente dirección electrónica: <http://unesdoc.unesco.org/images/0014/001425/142551s.pdf>
18. Ruiz, J. & Cano, J. (1999). *Manual de Psicoterapia Cognitiva*. En: Psicología on line. Formación, Autoayuda y Consejo Online. Extraído el 10 de Febrero, 2008 de la siguiente dirección electrónica: <http://www.psicologia-online.com/ESMUbeda/Libros/Manual/manual.htm>
19. Sevilla, V. & Villanueva, R. (2000). *La salud laboral docente en la enseñanza pública*. Madrid: Federación de Enseñanza de CC.OO. Extraído el 12 de Marzo, 2008 de la siguiente dirección electrónica: <http://www.ccooirakaskuntza.org/servlets/VerFichero?id=361>.
20. Travers, C. & Cooper, C. (1997). *El estrés de los profesores. La presión en la actividad docente*. Barcelona: Paidós Ibérica.
21. Tedesco, J. & Tenti, E. (2002). *Nuevos tiempos y nuevos docentes*. Buenos Aires: IIPE.
22. La Vanguardia. (2000, 13 de Diciembre). El estrés laboral castiga al profesorado. *EducaWeb*, 13, Sup. Extraído el 26 de Marzo, 2008 de la siguiente dirección electrónica: <http://www.educaweb.com/esp/servicios/monografico/estres/noticias.asp>

Fecha de recepción: 30 de Julio del 2008
 Fecha aceptación: 29 de Octubre del 2008