

Salud y Seguridad en el Trabajo

Copyright © 2022

Todos los derechos reservados.

ISBN- e 978-958-8817-62-0

Autores

Julietha Alexandra Oviedo Correa
Gonzalo Eduardo Yepes Calderón
Luisa Fernanda Gaitán Ávila
July Patricia Castiblanco Aldana

Viviana Paola Velásquez Triviño
Daniela Alejandra Rojas Camacho
Paula Viviana Puerto Cortés
Julietha Alexandra Oviedo Correa
Abel José Navarro Feria

Nerly Edith Navarro Feria

Olga María Botia Sánchez
Mónica Patricia Piñeros Fernández

Jeraldyné Sanabria Benavidez
Yeimy Lorena López García
Maritza Cristina Morales Figueroa
Julio Alberto Perea Sandoval

ISBN e :978-958-8817-62-0

Edición 1

Corrector de estilo: Eduard Andrés Cárdenas López

Diagramación: Leidy Katherin Moreno Guio

Editor Luz Adriana Suárez Suárez

Prohibida la reproducción total o parcial por cualquier medio
sin la autorización escrita del titular de los derechos patrimoniales.

Bogotá, Colombia

2022

PRÓLOGO

Desde el Observatorio Colombiano de Factores Psicosociales OBCOFAPSI del Colegio Colombiano de Psicólogos COLPSIC, celebramos todas las iniciativas que fomenten el conocimiento y la gestión integral de los factores psicosociales en los entornos laborales.

Al mismo tiempo, destacamos la labor del grupo de investigación y directivo de la Dirección de Posgrados de la Universidad ECCI, pues le han dado valor a la problemática de la salud psicosocial en el entorno del trabajo.

En OBCOFAPSI, estamos convencidos que, aunque en Colombia tenemos nutridos avances en normatividad y desarrollos tecnológicos, comparados con otros países de Latinoamérica, es preciso continuar generando conocimiento para el fomento de la calidad de vida laboral; este argumento se fundamenta en lo siguiente:

1. El conocimiento de la problemática está aún por profundizar, toda vez que en Colombia no contamos con data actualizada de los estudios de factores de riesgo psicosocial centralizados que permitan conocer la realidad de los diferentes sectores económicos, por tanto, la vigilancia epidemiológica de los factores de riesgo psicosocial y sus efectos es incipiente, lo que implica pocas posibilidades de favorecer la transformación social.

2. La bien denominada por los economistas “cuarta revolución industrial” trae consigo grandes desafíos para la humanidad en general, y por supuesto, para las organizaciones. Esto de alguna manera lo pudimos esbozar con la reciente pandemia por COVID – 19, en la que estuvimos expuestos no solo al virus sino, al uso prolongado de la tecnología, lo que implicó también que otras modalidades de trabajo como el teletrabajo móvil, suplementario y autónomo se extendieran y arraigaran en las organizaciones que operan en el territorio colombiano.

- En Colombia, según cifras del Ministerio de las Tecnologías de la Información y la Comunicación Tics, con el sexto Estudio de Percepción y Penetración en entidades colombianas, a través del Fondo Único de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones - Fondo Único de TIC, a finales del 2021, 4 de cada 10 de entidades implementaban el teletrabajo, esto representa una penetración del 41% y alrededor de doscientos nueve mil (209.000) teletrabajadores.

Lo que significa, por supuesto, formas diferentes de organizar el trabajo, mayor uso de tecnología, disminución de los límites familia trabajo y con seguridad, riesgos emergentes.

De otro lado, en lo relacionado con la normativa y aspectos técnicos aún tenemos caminos por recorrer, por ejemplo, solo en lo relacionado con acoso laboral, nuestra normativa identifica bien qué es y qué no es acoso laboral, pero, en lo relacionado con el resarcimiento la reglamentación es incipiente y poco beneficiosa para la víctima y el mismo sistema.

Es así que, no es vano estudiar los desencadenantes del estrés en docentes o, conocer sobre los efectos del burnout, porque con relación a los factores de riesgo psicosocial, en Colombia, es preciso ahondar en nuestra realidad y esto querido lector, usted, lo podrá encontrar en este libro, que no solo nos hablará de estas realidades en población docente sino que, aporta valor, en la medida que responde a preguntas relacionadas con el quehacer de los salubristas, empresarios y/o psicólogos especialistas en seguridad y salud

en el trabajo.

Aquí usted podrá comprender mejor el tecnoestrés y sus formas de gestionarlo, es decir, encontrará estrategias basadas en la evidencia que propiciarán un entorno laboral saludable.

Adicionalmente, podrá encontrar respuestas frente a otro factor de riesgo psicosocial cada vez más recurrente dada la transformación digital y del trabajo: “El conflicto trabajo familia”.

Es por esto que, invito a los lectores a adentrarse en esta lectura con mucha pasión y apertura, pues es el resultado de un trabajo arduo y fuente de inspiración para que muchos de ustedes se puedan unir a esta red de conocimiento para la gestión psicosocial.

Aprovecho este espacio para invitarlos a vincularse al Observatorio Colombiano de Factores psicosociales <https://observapsicosocialcol.com/afiliate/>

Una iniciativa pensada para el bienestar de la población trabajadora colombiana, que construimos entre todos.

Angélica Santos Andrade

Directora

Observatorio Colombiano de factores psicosociales

CONTENIDO

Capítulo 1	3
Fuentes desencadenantes de estrés laboral en docentes de la Institución Educativa Distrital el Salitre De Suba.	3
Resumen	3
Abstract	3
Introducción	4
1.1 Descripción del Problema	4
1.2 Materiales y métodos	6
1.2.1 Población	7
1.2.2 Materiales	7
1.2.3 Técnicas	8
1.2.4 Procedimientos	8
1.3 Análisis de los docentes encuestados	9
Análisis e interpretación de resultados Individuales para Escala de Fuentes de estrés en profesores (E.F.E.P).	9
Propuesta de Intervención	14
Estrategia de Prácticas de trabajo saludable para educadores, gestión de la carga laboral y Gestión institucional para reducir la ocurrencia de exigencias contradictorias al educador.	15
Responsabilidades dentro del programa de intervención Área Directiva y Administrativa	15
Compromisos de Gestión de la carga laboral - Directivos Docentes	16
Responsabilidades y compromisos de los padres de familia	16
Responsabilidades y compromisos de los estudiantes	16
Propuesta de solución para el factor de Supervisión	17
Propuesta de solución para el factor de Carencias	17
Propuesta de solución para el factor de Cooperación	17
Propuesta de solución para el factor de Alumnado	17

Propuesta de solución para el factor de Adaptación	18
Propuesta de solución para el factor de Valoración	18
Propuesta de solución para el factor de Mejoras	18
1.4 Conclusiones	18
Referencias Bibliográficas	19
Capítulo 2	21
Revisión Teórica Sobre los Factores que Inciden en el Desencadenamiento de Estrés Laboral en Docentes de Primera Infancia.	21
Resumen	21
Abstract	22
Introducción.	23
2.1 Descripción del Problema	23
2.2.1 Fuentes secundarias y terciarias	25
2.2.2 Procedimientos	25
2.3. Resultados	25
Conclusiones	29
Capítulo 3	32
Efectos Psicolaborales del síndrome Burnout en Docentes de una institución Pública en Itagüí.	32
Resumen	32
Abstract.	32
Introducción.	33
3.1 Descripción del problema	34
3.2 Materiales y métodos	35
2.2.1 Población y Muestra	37
3.2.2 Procedimientos	37
3.3 Resultados	38
3.3.1 Resultados de la Batería para la Evaluación de Factores de Riesgo Psicolaboral.	40
3.3.2 Resultados del Cuestionario de Burnout del Profesorado (CBP-R).	44
3.4 Conclusiones	45

Capítulo 4	49
Factores asociados al Tecnoestrés en docentes trabajadores remotos de un colegio de Bogotá durante la pandemia del covid-19	49
Resumen	49
Abstract	49
Introducción	50
4.1 Descripción del Problema	51
4.2 Materiales y Métodos	53
4.2.1 Población y muestra	53
4.2.2 Instrumento	54
4.2.3 Formato de los Instrumentos	55
4.3 Resultados	56
4.3.1 Algunas estrategias para el manejo del Tecnoestrés en docentes de un Colegio	59
4.4 Conclusiones	59
Referencias Bibliográficas	60
Capítulo 5	65
Evaluación de condiciones y hábitos de autocuidado en los docentes de la especialización en gerencia de seguridad y salud en el trabajo - Universidad ECCI sede Bogotá que se encuentra en modalidad de trabajo en casa.	65
Resumen	65
Abstact	66
Introducción	66
5.1 Descripción del Problema	67
5.2.1 Población y Muestra	68
5.2.2 Instrumento	69
5.3 Resultados	69
5.4 Conclusiones	72
Referencias Bibliográficas	73
Capítulo 6	75
Aportes a la construcción de una propuesta para el afrontamiento del conflicto trabajo-	

familia en el sector educativo.	75
Resumen	75
Abstract	76
Introducción	76
6.1 Descripción del Problema	79
Nota. Tomado de Conflicto trabajo-familia y su impacto sobre el síndrome de burnout (p.12), Scaglia, 2021	80
6.2 Materiales y Métodos	80
6.3 Resultados	81
6.3.1 Documental	81
6.3.2 Encuesta	82
6.3.3 Aporte:	85
6.3.4 Aporte:	86
Actividad Física	86
6.3.5 Aporte:	87
6.3.6 Aporte:	88
Actividades de Ocio	88
6.3.7 Aporte	89
La Organización como Estrategia para Intervenir el Conflicto	89
6.3.8 Aporte	89
6.3.9 Aporte	90
Conclusiones	90
Referencias.	91

TABLA DE FIGURAS

Figura 1 Resultados individuales de la Encuesta de factores de Estrés para profesores.	9
Figura 2 Falta de apoyo del equipo directivo	10
Figura 3 Resultados de la fuente No 3-Mantener la disciplina en clase	11
Figura 4 Resultados de la fuente No 8 Cuando se valora mi actuación	11
Figura 5 Resultados de la fuente No 30- Estructura Jerárquica	12

Figura 6 Resultados de la fuente de estrés No 12- Impartir clase.	13
Figura 7 Resultados de la fuente No 33-Conflicto entre las necesidades de mi departamento	14
Figura 8 Estrategias	85
Figura 9 Tipos de tensión	85
Figura 10 Primera Fase	86
Figura 11 Gráfico ¿Cómo puedo ser más Activo?	87

TABLA DE TABLAS

Tabla 1 Factores de evaluación del estrés en profesores	8
Tabla 2 Matriz GCT-45 Docentes de la IEIE	39
Tabla 3 Factores de riesgo intralaborales en docentes por dominios	41
Tabla 4 Factores de riesgo ex	42
Tabla 5 Categorización del puntaje del test del Síndrome de Burnout	45
Tabla 6 Dimensiones del conflicto trabajo-familia	79
Tabla 7 Sustento	84
Tabla 8 Recomendaciones	88
Tabla 9 Plan de Capacitaciones	89
Tabla 10 Actividad día en Familia	90

Capítulo 1

Fuentes desencadenantes de estrés laboral en docentes de la Institución Educativa Distrital el Salitre De Suba.

Resumen

El estrés laboral es un factor de riesgo psicosocial de alto impacto y los docentes no están exentos de esta realidad. Actualmente en Colombia existen normas que regulan el riesgo psicosocial, sin embargo, estas normas no pueden aplicarse a la realidad docente de la mayoría de los colegios y más en colegios públicos dado que no hay recursos económicos, ni humanos que permitan abordar esta problemática. El Colegio el Salitre de Suba es un colegio público ubicado en la localidad de Suba en la Ciudad de Bogotá actualmente cuenta con 3 sedes educativas con 138 docentes activos, los cuales proveen enseñanza a un promedio de 3000 estudiantes de sus tres sedes y en sus dos jornadas, la problemática de estrés laboral en esta institución no ha sido indiferente ya que se han presentado casos fuertes de estrés donde actualmente hay docentes incapacitados por esta condición y otros han sido pensionados por invalidez debido a esta causa. Dada esta problemática y el impacto negativo en la salud física y mental de los docentes del Colegio el Salitre de Suba, surge la necesidad de aplicar este proyecto investigativo con el fin de determinar a través de la encuesta de escala de las fuentes generadoras de estrés en profesores (E.F.E.P), las fuentes más relevantes y las condiciones que están generando esta problemática y brindar alternativas de solución a esta. El estudio está enmarcado desde el paradigma mixto, a partir del empleo de escalas tipo Likert y observaciones abiertas que permiten a los docentes presentar sus percepciones frente al estrés laboral.

Palabras clave: Estrés laboral, Docentes, Fuentes estresoras, Factores de riesgo psicosocial, Riesgo Psicosocial.

Abstract

Work-related stress is a high-impact psychosocial risk factor and teachers are not exempt from this reality, currently in Colombia there are rules that regulate psychosocial risk, however, these rules cannot be applied to the teaching reality of the majority of students. schools and more in public schools since there are no financial or human resources to address this problem. El Salitre de Suba School is a public school located in

the town of Suba in the City of Bogotá, currently it has 3 educational centers with 138 active teachers, who provide education to an average of 3000 students from its three branches and in its two days, the problem of work stress in this institution has not been indifferent since there have been strong cases of stress where there are currently teachers disabled by this condition and others have received disability pensions due to this cause. Given this problem and the negative impact on the physical and mental health of the teachers of Colegio El Salitre de Suba, the need arises to apply this research project in order to determine through the scale survey the sources of stress in professors (EFEP) the most relevant sources and the conditions that are generating this problem and provide alternative solutions to it.

Keywords: Stress, Teachers, Sources of stressors, Factors, Psychosocial Risk.

Introducción

El ser docente acarrea una responsabilidad social, intelectual y emocional muy alta, debido que esta profesión normalmente se desarrolla en un entorno laboral que presenta complicaciones, por su entorno, en las formas de relacionarse y comunicarse socialmente; un contexto que además de ser demandante, es también muy específico, con grandes retos asociados a individualidades desde y hacia el docente, provenientes de diferentes seres a su alrededor, iniciando por el estudiante del cual el docente es responsable desde el momento que ese mismo ingresa a su salón de clases, pero también enfrentado a un clima laboral y un equipo de trabajo que no siempre es el más óptimo para desempeñarse libremente como profesional. Sin embargo y a pesar de todo, es importante reconocer que un docente también es un ser humano con aciertos, pero también errores y además de educar también debe cargar con el peso de la fatiga emocional y mental que implica su profesión y su rol en la sociedad como educador. El campo laboral educativo público es uno de los sectores de mayor relevancia para el crecimiento socioeconómico e intelectual de una nación, no obstante, es uno de los sectores más abandonados a nivel laboral y estatal dando como consecuencia un alto índice de estrés laboral en docentes de colegios públicos no solo en Colombia, sino también a nivel global. En Colombia, a pesar de la vigencia del Decreto 1655 de 2015, no se tiene claridad del nivel de desarrollo y aplicación de estudios de riesgo psicosocial; por ello, orientado a subsanar esta falencia, se propuso la realización de un estudio mixto, instrumentalizado a través de una encuesta española. Como resultado del análisis de los resultados, se propuso un plan de prevención.

1.1 Descripción del Problema

La población docente es una de las actividades laborales más relevantes de nuestra sociedad, sin embargo, una de las más abandonadas en todo aspecto, pues existe una crisis prácticamente global que está obligando a los profesores a abandonar las aulas de clase debido al estrés laboral, salarios deficientes, falta de respeto y carga laboral excesiva. (Padilla A., Gómez-Restrepo C., Rodríguez V., Dávila M., Avella C., Caballero A., Vives A., et al., 2009); Rodríguez, R. & Rivas, S. (2011).

En noviembre de 2019 el Grupo Educar Colombia, en un análisis realizado acerca del estrés laboral en docentes y basado en un análisis investigativo manifestó que los docentes:

Frustrados por los bajos salarios, falta de respeto, fondos insuficientes, estrés, carga laboral excesiva y no sentirse valorados, han considerado abandonar la profesión.

Según un estudio de Phi Delta Kappa (PDK), los principales motivos de la deserción docente son: descontento con el manejo de la disciplina de su escuela (60 %); salario y pocos beneficios (22 %); estrés, agotamiento o presión (19 %); y la percepción de no sentirse respetados y valorados (10 %)". El estrés laboral se produce debido a la excesiva presión que tiene lugar en el entorno de trabajo. Generalmente es consecuencia del desequilibrio entre la exigencia laboral y la capacidad o recursos disponibles para cumplirla eficientemente. Los síntomas pueden ir desde un ligero mal humor, hasta graves depresiones y casi siempre suelen ir acompañadas de un cierto agotamiento y debilidad física. (Prevecon Seguridad y salud. 2018, Pág 15) Introduzca aquí el texto del capítulo uno. Introduzca aquí el texto del capítulo uno. Introduzca aquí el texto del capítulo uno.

La situación actual de pandemia ha puesto a los docentes en una nueva y ardua realidad y es acomodarse a un sistema educativo virtual, para el cual ninguna institución educativa estaba preparada pues la mayoría de docentes no están capacitados y familiarizados en uso de las TIC y muchos de ellos no poseen las destrezas en el uso básico de herramientas informáticas, lo cual ha conllevado a un incremento paulatino del estrés laboral, una condición que con el tiempo se irá convirtiendo en una causa de deserción laboral, incapacidad temporal o permanente y en casos extremos la aparición de enfermedades graves a causa de esta problemática como lo puede ser el síndrome de burnout, fibromialgia, parálisis facial, cáncer, entre otras.

En una encuesta realizada en julio de 2020 a 45 docentes de la Institución Educativa distrital el Salitre acerca de enfermedades laborales asociadas al sector educativo, se pudo evidenciar que el 52% manifestó que el estrés laboral es la afección más recurrente en el desarrollo de su labor, entre los factores desencadenantes de esta condición laboral se pudo observar que los motivos más recurrentes son: El desconocimiento en herramientas tecnológicas, el manejo de padres y estudiantes con situaciones de irrespeto y agresividad, sobrepoblación en las aulas de clase, falta de motivación laboral y poco apoyo de los directivos en los procesos. En la encuesta realizada a la institución educativa, se pudo observar cómo los docentes desconocen sus derechos a nivel laboral, no tienen capacitación en seguridad y salud en el trabajo, no hay recursos para la aplicación de una Batería de Riesgo Psicosocial y también se evidencia la ausencia de programas de promoción y prevención que garanticen una óptima salud física y mental y además un entorno agradable de trabajo. De esta manera el estudio busco responder a la pregunta: ¿Qué fuentes generan mayor estrés laboral en los docentes de la Institución Educativa Distrital el Salitre de Suba?