

Crisis sanitaria y teletrabajo en Chile

La salud mental de las profesoras y profesores

por Dante Castillo* y Mario Torres**

Coincidentemente con la caída del muro de Berlín y el declive de la Unión Soviética, Chile inicia la transición democrática, luego de un plebiscito que puso término al régimen militar. Pese al arribo de los gobiernos democráticos, desde el año 1990 comienza un periodo de legitimación, consolidación y hegemonía de las políticas neoliberales. Desde el punto de vista laboral, a escala mundial y nacional, estos últimos 30 años se han caracterizado por un estilo de relaciones laborales cambiantes y de transformaciones aceleradas. Lo anterior, provisto de un discurso transversal por el incremento de las exigencias laborales. Bajo el discurso del crecimiento económico, todas las elites políticas, económicas, sociales y culturales, trasladaron todos los requerimientos de la economía a todas las esferas de la sociedad. De esta manera, las trabajadoras y trabajadores chilenos que se insertan en este nuevo paradigma productivo se ven obligadas a satisfacer dichas demandas y a adaptarse a las nuevas condiciones, sacrificando pasivamente las condiciones laborales del modelo fordista y los acuerdos del Estado de bienestar. En este escenario, no es de extrañar que, a un corto, mediano y largo plazo, se observen consecuencias que afectan la salud y calidad de vida de las personas que trabajan y que se desenvuelven en este nuevo ambiente.

Por otra parte, desde las ciencias sociales en general y desde la psicología en particular, se ha confirmado que las condiciones laborales deficientes son una amenaza para el trabajador. Si, además, no están dadas las condiciones de seguridad y protección necesarias, se provocan las enfermedades laborales. Así mismo, si consideramos que el sistema de producción neoliberal no reduce los niveles de control colectivo sobre la actividad productiva, ello influye aún más en el aumento del nivel de tensión psicológica del trabajador. En particular una de las manifestaciones de riesgo laboral menos consideradas, son aquellas asociadas al estrés. Sin embargo, de acuerdo con la European Foundation, desde el año 1994, las llamadas enfermedades de la productividad asociadas al estrés, constituyen el cincuenta por ciento de las licencias médicas europeas.

Se estima que las enfermedades, relacionadas con el estrés le cuestan a los Estados Unidos de Donald Trump, unos quinientos millones de dólares anuales. Entre las enfermedades profesionales asociadas al estrés, desde hace al menos dos décadas, se estudia el llamado “Burnout” o síndrome de quemarse por el trabajo. Esta condición tiende a manifestarse en aquellos profesionales que prestan servicio a personas, tales como docentes, profesionales de la salud, psicólogos, entre otros estamentos que son más vulnerables por su interacción con los beneficiarios de sus actividades laborales. Desde la perspectiva psicosocial, este síndrome aparece en aquellos profesionales que se caracterizan por su buen desempeño, compromiso con su trabajo y altas expectativas sobre su desempeño. No obstante, cuando el resultado de su gestión no cumple sus expectativas ni con las de sus clientes muestran los primeros síntomas del síndrome de “burnout”. Una situación que se agrava cuando la institución donde laboran no entrega oportunamente el apoyo requerido.

Uno de los grupos de trabajadores que se encuentran en mayor riesgo en Chile de pare-

cer de burnout, corresponde a los profesionales de la docencia. Lo anterior se explica debido a que el profesorado chileno requiere lidiar cotidianamente con relaciones interpersonales, ya sea con sus estudiantes o con apoderados, colegas y directivos. Al respecto varios estudios realizados en los últimos años señalan que la prevalencia del síndrome es alta en el profesorado, viéndose incrementada cuando se asocia a una sobrecarga laboral y al hecho de ser blanco recurrente de agresividad por parte de padres y alumnos.

El síndrome de burnout, tal como se conoce en la actualidad, fue definido a finales de los años ochenta, por la doctora Cristina Maslach, quien lo entendía como una respuesta a un estrés emocional crónico, caracterizado por síntomas de agotamiento psicológico, actitud fría y despersonalizada en la relación con los demás y un sentimiento de inadecuación a las tareas que se han de desarrollar en el trabajo. Al mismo tiempo, este síndrome se expresa en tres dimensiones. En primer lugar, se expresa por un agotamiento emocional, entendido como una fatiga crónica o falta de energía y la sensación que las reservas emocionales se han agotado. Generalmente se expresa a través de un conjunto con sentimientos de frustración y tensión, en la medida que ya se perdió la motivación para seguir lidiando con la actividad laboral. En este estado, aparecen manifestaciones emocionales y físicas de irritabilidad, an-

siedad y cansancio, pero que no se recuperan con el descanso del fin de semana o de las vacaciones de fin de año.

Junto al agotamiento emocional, el síndrome de burnout también se caracteriza por una actitud de despersonalización que se advierte a partir de la manifestación de actitudes negativas e insensibilidad hacia las personas con las que se vincula y que atiende en el trabajo. Esta condición se ve empeorada por la aparición de conflictos interpersonales y por un paulatino aislamiento. Esta actitud o trato despersonalizado, también se expresa por generalizaciones negativas, estigmas y descalificaciones. Según los especialistas, es un esfuerzo por evitar cualquier acercamiento interpersonal que aumente la fatiga y el desgaste. Por lo mismo, se busca poner distancia entre sí mismo y las personas a las cuales debe brindarles un servicio. De esta forma, los beneficiarios tienden a ser ignorados. Las otras personas comienzan a perder su humanidad, se transforman en objetos sin cualidades de seres humanos.

La tercera y última dimensión es la “falta de Realización Personal” en la actividad profesional y laboral. Es una sensación que alude a que ya no se están obteniendo logros esperados en el trabajo, autocalificándose negativamente. Esta dimensión alude a las dificultades en el desempeño laboral, mostrando una tendencia a autoevaluarse negativamente. Dicho de otra manera, el profesional no se siente competen-

te en el trabajo o siente que no se desempeñan tan bien como lo antes.

En este escenario, la Universidad Tecnológica Metropolitana y el Programa Interdisciplinario de Investigaciones en Educación, diseñaron y ejecutaron una iniciativa para determinar el estado en el que se encuentra la salud mental del profesorado chileno, en un contexto de crisis sanitaria y teletrabajo. Concretamente, se buscó dimensionar la presencia del síndrome de burnout, en una muestra nacional de profesores y profesores, luego de siete meses de pandemia por Covid-19.

A partir de un primer levantamiento de datos realizado en septiembre de este año, ha revelado que uno de cada tres profesores consultados muestra que tiene un nivel alto de agotamiento emocional.

El hecho que uno de cada tres docentes de educación básica y secundaria muestren un alto nivel de agotamiento emocional, permite inferir el impacto que ha tenido la pandemia y el teletrabajo en la salud mental de las y los profesores. Esta manifestación de riesgo psicosocial indudablemente se expresa en la relación que establece el docente con el estudiante y las y los apoderados. Por lo mismo, es muy recomendable que una vez finalizado el año escolar de este año 2020, se implementen acciones concretas que busquen disminuir la prevalencia de esta patología laboral de la educación. Considerando que es probable que el primer semestre del próximo año, según lo que muestra la tendencia europea, nos encontremos con un rebrote del Covid-19, es imprescindible contar con estrategias y programas de atención oportuna, que prevengan y atiendan las patologías psicosociales que se están manifestando en el trabajo educativo. ■

*Investigador PIIE.

**Vicerrector de la Vicerrectoría de Transferencia Tecnológica y Vinculación con el Medio. UTEM.



Alejandro Urrutia, Inercia (acero electropintado y mármol), 2020 (Gentileza Galería NAC)

Nivel de Agotamiento Emocional

Nivel	Muestra	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Bajo	458	45,5	45,5
Medio	225	22,0	67,5
Alto	284	32,5	100,0
Total	977	100,0	