



Especialización en Psicología Laboral

TÍTULO: Determinación de dimensiones de factores de riesgo psicosocial y evaluación de los niveles de síntomas de estrés en docentes de un Colegio en Tumbaco-Ecuador

CANDIDATO A ESPECIALISTA

Nombre: Jaime Daniel Ruiz Sánchez

Correo: jaimе.ruiz@uisek.edu.ec

DIRECTOR/A

Nombre: Gloria Villalobos
Correo:
gloria.villalobos@uisek.edu.ec

Fecha: 08 de marzo 2022

RESUMEN

El colegio de Tumbaco lleva casi dos años en teletrabajo, el próximo año lectivo trabajarán de forma híbrida, se propone éste estudio con miras a encontrar datos que sirvan para conocer la actualidad psicosocial del personal docente, para ello se utilizó métodos de tipo cuantitativo, la aplicación del cuestionario de síntomas de estrés en su baremo determinó que el 76,48% de los docentes presentan **muy bajo** que indica que no existen manifestaciones, lo que implica que no se requiere de medidas de intervención específicas, lo que si es necesario fomentar es buenas prácticas y que sean saludables en la empresa por el 23,52% de docentes que presentan niveles de síntomas de estrés **bajo**. Con el uso del cuestionario del Ministerio del Trabajo de Ecuador se encontró la dimensión condiciones de trabajo que es la exposición alta en este estudio a más del acoso laboral, con un 29% de riesgo alto que se refiere a factores de riesgo tanto en espacios de trabajo, ergonomía, psicosocial, etc. El 53% riesgo medio, personas que ya están con inconformidades que necesitan intervención y 18% riesgo bajo, personas que aún no experimentan una sobre exposición a riesgos que en el teletrabajo principalmente se evidencian. Es la dimensión que en primer lugar se debe de intervenir. No se encontró un coeficiente de correlación entre el estrés y las dimensiones identificadas como de alto riesgo.

Objetivos: El presente trabajo se enfoca principalmente analizar dimensiones de factores de riesgo psicosocial y evaluación de los niveles de síntomas de estrés en de un colegio de Tumbaco Quito Ecuador, son 34 trabajadores del área académica de un Colegio de Quito.

Método: Cuestionario de evaluación de riesgo psicosocial del Ministerio del Trabajo Ecuador/Cuestionario de síntomas de estrés Universidad Javeriana

Resultados: Síntomas de estrés muy bajos y bajos según baremo, condiciones de trabajo y acoso laboral, dimensiones psicosociales altas en riesgo y según el coeficiente de correlación no existe concordancia entre dimensiones y síntomas de estrés.

Conclusión: Las condiciones de trabajo indican exposición alta por lo tanto reforzar lo realizado en 2021 en ergonomía especialmente y enfocar el trabajo híbrido para el nuevo año de clases. Los síntomas de estrés identificados según baremo están en muy bajo y bajo, se requiere intervenir en las entrevistas personales observaciones y grupos focales.

Palabras clave: factores de riesgo psicosociales, estrés laboral, docente, teletrabajo

ABSTRACT

The Tumbaco school has been telecommuting for almost two years, next school year they will work in a hybrid way, this study is proposed with a view to finding data that serves to know the psychosocial current situation of the teaching staff, for this quantitative methods were used, with the use of the stress questionnaire was determined 76.48% of the teachers present very low indicating that there are no manifestations which implies that specific intervention measures are not required, what if it is necessary to promote is good practices and that they are healthy in the company; 23% have low levels of stress symptoms. With the use of the questionnaire of the Ministry of Labor of Ecuador, the dimension was found: conditions, which is the high exposure in this study to more than workplace harassment, with 29% of high risk that refers to risk factors both in work spaces , ergonomics, psychosocial, etc. 53% medium risk, people who already have disagreements that need intervention and 18% low risk, people who have not yet experienced an overexposure to risks that are mainly evident in teleworking. It is the dimension that should be intervened in the first place. No correlation coefficient was found between stress and the dimensions identified as high risk.

Objectives: The present work focuses mainly on analyzing dimensions of psychosocial risk factors and evaluation of the levels of stress symptoms in a school in Tumbaco Quito Ecuador, there are 34 workers from the academic area of a Quito School.

Method:

Psychosocial risk assessment questionnaire of the Ministry of Labor Ecuador / Questionnaire of stress symptoms Universidad Javeriana

Results: Very low and low stress symptoms according to scale, working conditions and workplace harassment, high psychosocial dimensions at risk and according to the correlation coefficient there is no concordance between dimensions and stress symptoms.

Conclusion: Working conditions indicate high exposure, therefore reinforce what was done in 2021 in ergonomics especially and focus on hybrid work for the new school year.

The stress symptoms identified according to the scale are very low and low, it is required to intervene in the personal interviews, observations and focus groups.

Keywords:

psychosocial risk factors, work stress, teacher, telecommuting

Introducción

La salud en los espacios de trabajo es un tema cada vez más abordado por investigaciones en el siglo XXI, que se caracteriza por una mayor consciencia normativa y metodológica entorno a la seguridad y salud en el trabajo (IESS SGRT 2015). Tanto así que, en el 2013, con la Resolución 390 el SGRT del IESS estableció la obligatoriedad para las empresas de establecer mecanismos de prevención de riesgos, norma que por primera vez en el Ecuador involucra estudios sobre el parámetro psicosocial.

Esta iniciativa gubernamental ya se encuentra alineada con recomendaciones dadas a nivel internacional por organismos como el ISSBT de España, normas como la ISO 45001, convenios internacionales de la OIT. Las publicaciones internacionales ya hablan de las consecuencias de sobre exponerse a factores de riesgo psicosocial tales como: el síndrome de burnout, acoso laboral, alteraciones psicológicas, problemas cardiovasculares, derivados de la sobre exposición al estrés entre otros (ISSBT 2018).

Los factores psicosociales constituyen un un riesgo cuando bajo determinadas condiciones de intensidad y tiempo de exposición afectan negativamente a la salud de los trabajadores a nivel emocional, cognitivo, comportamental y fisiológico (INSHT, 2004).

A los problemas ya existentes, se sumó el teletrabajo en casa como alternativa productiva, pero con sus correspondientes riesgos, todo asociado a la pandemia provocada por el SARSCOV 2. En el Ecuador se ha normado el teletrabajo desde el 2021 El estrés es el principal efecto del riesgo psicosocial porque actúa como respuesta general ante los factores psicosociales, este tiene consecuencias sociales, organizacionales e individuales, provocando problemas en la salud y en la capacidad para solucionar problemas y amenazas dentro de las tareas laborales diarias. (Mansilla, 2012).

Es de suma importancia conocer a través de métodos de evaluación la situación actual del docente en la institución con relación a factores de riesgo psicosocial y estrés. En la población en estudio, se identificó desde 2020 su existencia gracias a entrevistas realizadas y a la información brindada por el medico ocupacional de la institución.

La evidencia ha mostrado que condiciones laborales como la ambigüedad del rol, el trabajar largas horas o el trabajo excesivo, la variabilidad y la extensión de los turnos laborales, la falta de control del proceso y las condiciones de trabajo, de excesiva o poca variabilidad en el trabajo o de líderes que apoyen, tienen el potencial de afectar la calidad de vida de las personas y de aumentar los niveles de estrés (Dobson & Schnall, 2011; Gordon & Schnall, 2011; Kinman & Jones, 2001; Landsbergis, Schnall, & Dobson, 2011). Las desbordadas exigencias, los cambios en los horarios y el acoso laboral son también factores de riesgo para sufrir trastornos mentales (Marchand, Demers, & Durand, 2005).

Estudios con profesores españoles han señalado que esta población es vulnerable a presentar altas exigencias psicológicas, baja autoestima, exigencias del ambiente familiar y laboral, bajo apoyo social e inseguridad elevada en el empleo (García, Iglesias, Saleta & Romay, 2016). Así mismo, un estudio llevado a cabo con docentes colombianos encontró que el conflicto trabajo

familia modera la relación entre la tensión laboral y el agotamiento emocional (Gomez, Perilla-Toro & Hermosa-Rodriguez, 2015). Por otra parte, también se ha encontrado que el rol de docente universitario se considera por muchos un trabajo con alto control y demandas, lo que se concibe como un trabajo activo, así como con posibilidades de desarrollo y aprendizaje (García et al., 2016; Laca-Arocena, Mejía-Ceballos, Yáñez-Velasco & Mayoral-Sánchez, 2011). En una encuesta de 10 preguntas aplicada en 2021 a los trabajadores del centro educativo, se evidenció que el trabajo en casa incrementó también los problemas en el hogar. En la institución educativa se ha observado un aumento de docentes en un 35% de docentes que han recurrido a atención médica por dolencias asociadas al estrés según reporta el médico ocupacional de la institución en el año lectivo 2020-2021.

De acuerdo a los datos médicos es importante relacionar con los resultados de este estudio los argumentos dados por los docentes del porqué se sienten estresados, considerando las dimensiones que el instrumento de evaluación nos permite y la escala del estrés a aplicar.

Método

Del análisis estadístico realizado por la Universidad Central del Ecuador sobre el cuestionario ecuatoriano de evaluación de riesgo psicosocial se puede mencionar que obtuvo la fiabilidad correspondiente para ser recomendado como método en las empresas en Ecuador.

Datos válidos: 3150, programa aplicado: SPSS V.2.2, alfa de Cronbach del instrumento: 0,967 (nivel de confiabilidad ALTO), alfa de Cronbach por dimensión: valores desde 0,806 a 0,904 (Nivel de confiabilidad ALTO para las 8 dimensiones)

Sobre la validez, todos los ítems se encuentran sobre 0,30 (Todos los ítems son VÁLIDOS) del análisis estadístico realizado por la Universidad Internacional SEK se obtuvieron los siguientes resultados: Datos válidos: 3150, alfa de Cronbach del instrumento: 0,967 (nivel de fiabilidad MUY ALTA), alfa de Cronbach por dimensión: valores desde 0,675 a 0,928 Con estos datos estadísticos, se concluye que la herramienta propuesta cuenta con validez y fiabilidad.

Para la evaluación de síntomas de estrés se utilizó el cuestionario para la evaluación del estrés (Villalobos G., 2005) incluyó dos ejercicios de validación de contenido.

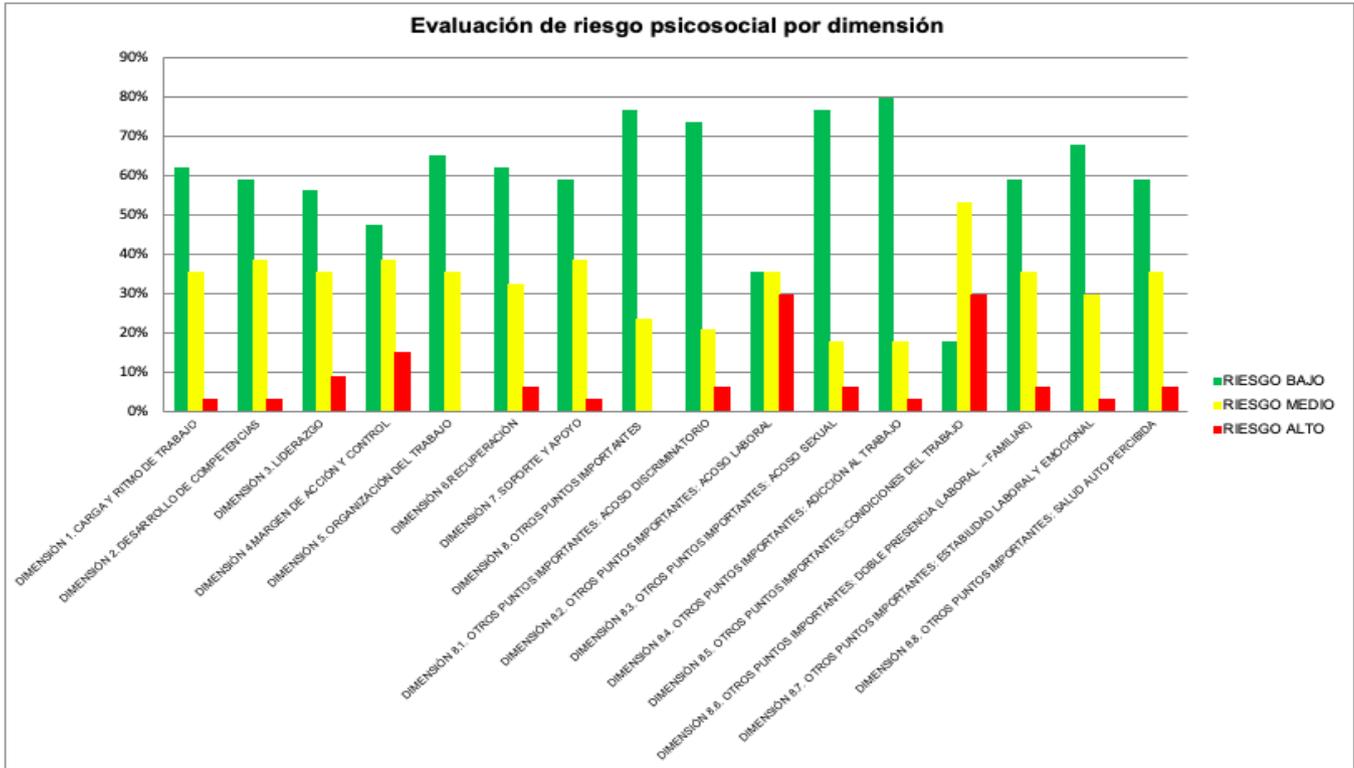
En la tercera versión del cuestionario de estrés se estimó la validez concurrente del cuestionario, tomando la segunda versión del mismo (Villalobos G., 2005), y calculando su correlación con las escalas de salud general, vitalidad y salud mental del cuestionario SF-36v2 (Ware, J. E., y cols., 2007).

Resultados

Con el uso del cuestionario del Ministerio del Trabajo de Ecuador se encontró la dimensión: condiciones que es la exposición alta en este estudio a más del acoso laboral, con un 29% de riesgo alto que se refiere a factores de riesgo tanto en espacios de trabajo, ergonomía, psicosocial, etc. El 53% riesgo medio, personas que ya están con inconformidades que necesitan intervención y 18% riesgo bajo,

personas que aún no experimentan una sobre exposición a riesgos que en el teletrabajo principalmente se evidencian. Es la dimensión que en primer lugar se debe de intervenir.

Tabla N° 1. Evaluación de riesgo psicosocial por dimensión



De acuerdo a los resultados del cuestionario para la evaluación de síntomas de estrés, comparado el puntaje transformado con los baremos que le corresponden, se identifica el nivel de estrés que representa el 76,48% de los docentes presentan **muy bajo** que indica ausencia de síntomas de estrés u ocurrencia muy rara que no amerita desarrollar actividades de intervención específicas, salvo acciones o programas de promoción de la salud propios de la planificación anual, el 23,52% de los encuestados presenta un nivel de riesgo de estrés **bajo** que es indicativo de baja frecuencia de síntomas de estrés y por tanto escasa afectación del estado general de salud. Es pertinente desarrollar acciones o programas de intervención, a fin de mantener la baja frecuencia de síntomas.

Tabla 2. Resultados cuestionario para la evaluación del estrés tercera edición

TRABAJADORES	PUNTAJE TRANSFORMADO	NIVELES SÍNTOMAS DE ESTRÉS
SUJETO 31	1,02	MUY BAJO
SUJETO 28	1,07	MUY BAJO
SUJETO 9	1,49	MUY BAJO
SUJETO 23	2,82	MUY BAJO
SUJETO 8	3,02	MUY BAJO
SUJETO 33	3,03	MUY BAJO
SUJETO 1	3,31	MUY BAJO
SUJETO 24	3,48	MUY BAJO
SUJETO 11	3,69	MUY BAJO
SUJETO 19	3,76	MUY BAJO
SUJETO 20	3,82	MUY BAJO
SUJETO 25	3,84	MUY BAJO
SUJETO 18	4,02	MUY BAJO
SUJETO 17	4,21	MUY BAJO
SUJETO 10	4,36	MUY BAJO
SUJETO 6	4,4	MUY BAJO
SUJETO 2	4,83	MUY BAJO
SUJETO 34	5,42	MUY BAJO
SUJETO 5	5,53	MUY BAJO
SUJETO 12	5,94	MUY BAJO
SUJETO 15	5,97	MUY BAJO
SUJETO 29	6,15	MUY BAJO
SUJETO 30	6,19	MUY BAJO
SUJETO 3	6,74	MUY BAJO
SUJETO 16	7,12	MUY BAJO
SUJETO 14	7,73	MUY BAJO
SUJETO 22	7,85	BAJO
SUJETO 21	8,5	BAJO
SUJETO 4	9,56	BAJO
SUJETO 13	10,04	BAJO
SUJETO 27	10,43	BAJO
SUJETO 7	10,57	BAJO
SUJETO 32	11,97	BAJO
SUJETO 26	11,98	BAJO

Discusión

Se determinó un riesgo alto en trabajadores en sus encuestas se afirma la existencia de un acoso laboral con la intención de desestabilizar al docente o a grupos de trabajadores del área académica.

El factor de riesgo psicosocial que también mostró un riesgo alto diferente al resto de dimensiones se refiere a condiciones físicas, ergonómicas, psicosociales.

En entrevistas del año 2021 expresaron condiciones inseguras de trabajo físicas, ergonómicas, porque en sus casas en el teletrabajo los docentes realizaban sus jornadas de trabajo en el comedor, en la cama de la habitación, en mesas pequeñas, sillas no regulables, sin reposa pies, cansancio mental y molestias físicas como fatiga visual, ojo seco, dolores musculares en especial de extremidades superiores, información brindada por el medico ocupacional de la institución.

La adicción al trabajo que está calificado como bajo en un mayor porcentaje de las demás dimensiones, lo que indica que no tienen los docentes dificultad en ese aspecto.

De acuerdo con lo anterior, podría pensarse que la percepción de los profesores evaluados en este estudio coincide con la dimensión de trabajo activo en la que hay demandas, pero también un alto control (Karasek, Baker, Marxer, Ahlbom & Theorell, 1981). Resultados similares fueron reportados en profesores españoles y mexicanos (García et al., 2016; Laca-Arocena et al., 2011) así como obtener los puntajes transformados niveles de estrés.

Existen niveles de síntomas de estrés muy bajo en la mayoría de encuestados y en el menor porcentaje nivel de estrés bajo.

La necesidad de trabajar en casa y las tareas excesivas han sido señaladas en estudios previos siendo reconocida como un indicador de sobrecarga laboral y de esta manera un potencializador del estrés laboral en profesores (Kuimova, Uzunboylu, Chen, & Gerasimchuk, 2016; Otero- López, Santiago Mariño & Castro Bolaño, 2008; Orejuela, 2018). Al respecto, se ha afirmado que la función de los docentes implica la realización de actividades que en gran parte no se desarrollan en el aula y en ocasiones en el horario de trabajo, sino que lo exceden (Picazo et al., 2015). Esto afectaría otros momentos que se espera que sean dedicados al descanso y a la relajación y llevaría a que los profesores no tengan la posibilidad de realizar otras actividades que les permitan compensar el estrés laboral, aumentando el riesgo de padecer enfermedades asociadas con éste (Lemos, Agudelo & Ríos, 2015; Sterling, 2004).

Lo logrado indica que los docentes tienen percepciones diferentes de lo que es estrés laboral relacionado con el trabajo ya que son en su totalidad diferentes al baremo **muy bajo**. No se encontró una correlación entre el nivel de síntomas de estrés con los factores de riesgo psicosocial fuertes y el cuestionario de estrés nos indica que los docentes no presentan signos ni síntomas que necesiten intervención de protección sino sólo de prevención.

Referencias bibliográficas

- Ansoleaga, E. y Toro, J. (2010). Factores psicosociales laborales asociados a riesgo de sintomatología depresiva en trabajadores de una empresa minera. *Salud de los Trabajadores*.
- Araújo, T. y Karasek, R. (2008). Validity and reliability of the job content questionnaire in formal and informal jobs in Brazil.
- Bergman, P. N., Ahlberg, G., Johansson, G., Stoetzer, U., Åborg, C., Hallsten, L., & Lundberg, I. (2012). Do job demands and job control affect problem-solving Work
- Campo-Arias, A., Bustos-Leiton, G. J., & Romero- Chaparro, A. (2009). Consistencia interna y dimensionalidad de la Escala de Estrés Percibido (EEP-10 y EEP-14) en una muestra de universitarias de Bogotá, Colombia. *Aquichan*
- Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. Factores y riesgos psicosociales, formas, consecuencias, medidas y buenas prácticas. España. 2010.
- Organización Internacional del Trabajo. Riesgos psicosociales, estrés y violencia en el mundo del trabajo. 2017.
- Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT). Algunas orientaciones para evaluar los factores de riesgo psicosocial (edición ampliada 2015). España. 2015.

