

**Factores de riesgo psicosociales asociados a la labor docente en nivel de básica  
secundaria: revisión de alcance**

**Jeniffer Alexandra Barrera Cardozo**

**Trabajo de grado para optar el título de especialista en seguridad y salud en el trabajo**

**Director**

**Sonia Astrid Reyes Duarte**

**Magister en Sistemas Integrados de Gestión**

**Universidad Santo Tomás, Bucaramanga**

**División de ingenierías y arquitectura**

**Especialización en seguridad y salud en el trabajo**

**2025**

### **Dedicatoria**

A Dios por limpiarme las rodillas, levantarme y sostenerme. A mi madre por su dulzura, amor y compañía. A mi padre por su fortaleza y perseverancia. A mi amado compañero por hacer de su abrazo mi más cálido hogar. A mi afable directora por su constante apoyo, su guía y su autenticidad, la cual me recordó la importancia de reconocer la belleza de la vida.

### **Agradecimientos**

A Dios, por ser hermoso y bueno; por darme la claridad para comprender que nuestros propósitos no son superiores a nuestras fuerzas.

A mi madre Gloria, por inspirarme y cuidarme con tanta entrega; por su corazón generoso que ilumina toda la casa.

A mi padre Manuel, por ser un pilar para la familia y expresarme sus sentimientos en el silencio de sus oraciones.

A mi amado William, por sus virtudes, sus gestos amorosos y la bondad de su corazón; por su apoyo sincero y sus manos protectoras que me sujetaron con fuerza en la realización de este logro, nuestro logro.

A mi apreciada directora Sonia, por su disposición, motivación y trato ameno; por compartir conmigo su amplio conocimiento, su valioso tiempo y su risa. Contar con su guía fue una bendición.

**Contenido**

Introducción.....	12
1.1 Planteamiento del Problema .....	15
1.2 Justificación .....	18
1.3 Objetivos.....	20
1.3.1 Objetivo General.....	20
1.3.2 Objetivos Específicos .....	20
2. Estructura temática .....	20
3. Marco Referencial .....	21
3.1 Marco Teórico .....	21
3.2 Marco Conceptual.....	28
3.3 Marco Legal.....	31
3.4 Marco Normativo .....	36
4. Diseño metodológico .....	37
5. Desarrollo .....	41
6. Conclusiones.....	55
Referencias .....	60

**Lista de Tablas**

	Pág.
<b>Tabla 1.</b> <i>Cronograma de actividades</i> .....	39
<b>Tabla 2.</b> <i>Artículos seleccionados en la revisión bibliográfica</i> .....	41
<b>Tabla 3.</b> <i>Categorización en Excel (códigos): factores de riesgo</i> .....	43
<b>Tabla 4.</b> <i>Categorización en Excel (códigos): consecuencias</i> .....	44
<b>Tabla 5.</b> <i>Categorización en Excel (códigos): medidas de prevención</i> .....	45

**Lista de Figuras**

	Pág.
<b>Figura 1.</b> <i>Ejemplo del proceso de codificación en Atlas ti.</i> .....	46
<b>Figura 2.</b> <i>Vista de los documentos revisados y codificados.</i> .....	46
<b>Figura 3.</b> <i>Red semántica de factores de riesgo</i> .....	47
<b>Figura 4.</b> <i>Red semántica de consecuencias</i> .....	48
<b>Figura 5.</b> <i>Red semántica de medidas de prevención</i> .....	51

### **Resumen**

Los docentes son prioridad psicosocial en Colombia y el objetivo de este estudio fue analizar los factores de riesgo psicosocial derivados de esta actividad en la educación básica secundaria, a partir de estudios publicados entre 2019 y 2024, para precisar avances en su gestión. Se realizó una revisión integrativa en las bases de datos Dialnet, Redalyc, Scielo y Google Académico, con descriptores en español. Se localizaron 11 artículos y se formularon categorías de análisis: factores de riesgo, consecuencias y medidas de prevención, que agruparon 41 códigos semánticos, analizados por ATLAS.ti. Las demandas laborales emergieron como principales factores de riesgo, el síndrome de Burnout como la consecuencia más relevante, y los programas de prevención la estrategia de gestión predominante.

*Palabras Clave:* profesor, docente, riesgo psicosocial, educación, secundaria.

**Abstract**

Teachers are a psychosocial priority in Colombia, and the objective of this study was to analyze the psychosocial risk factors derived from this activity in basic secondary education, based on studies published between 2019 and 2024, to specify advances in its management. An integrative review was conducted in the databases Dialnet, Redalyc, Scielo, and Google Scholar, with descriptors in Spanish. 11 articles were located, and categories of analysis were formulated: risk factors, consequences, and prevention measures, which grouped 41 semantic codes, analyzed by ATLAS.ti. Work demands emerged as the main risk factors, burnout syndrome as the most relevant consequence, and prevention programs as the predominant management strategy.

*Keywords:* teacher, educator, psychosocial risk, education, secondary school

### Glosario

*Carga mental:* La carga mental evalúa las exigencias de tipo cognitivo, como la atención, precisión, concentración, velocidad y diversidad de tareas. (Ministerio de la Protección Social., 2008).

*Código:* Palabra o una frase corta que asigna un atributo simbólico a una porción de datos descriptivos o inferenciales. El acto de codificar es un proceso heurístico que lleva a la exploración del significado en los datos” (Saldaña, 2016).

*Consecuencia:* Resultado de un evento que afecta los objetivos. Puede tener impactos en diferentes áreas como la salud, seguridad, economía, medio ambiente, reputación, entre otros (International Organization for Standardization ISO, 2018 ).

*Demanda del trabajo:* Las demandas del trabajo incluyen aspectos como la cantidad de trabajo, el ritmo, el esfuerzo mental o emocional requerido, y el tiempo disponible para realizar las tareas. Estas pueden constituir factores de riesgo cuando se perciben como excesivas o desproporcionadas respecto a los recursos disponibles del trabajador (Ministerio de la Protección Social y Pontificia Universidad Javeriana, 2015).

*Demanda Emocional:* Exigencia del trabajo que implica empatizar con las emociones de otras personas y en ocasiones ocultar las propias para brindar un servicio óptico. desempeño de la labor (Ministerio de la Protección Social y Pontificia Universidad Javeriana, 2015).

*Depresión:* Estado patológico que implica una percepción negativa, del mundo, del futuro y de si mismo, capaz de interferir de manera persistente en el interes por las actividades cotidianas, predominando el estado de animo triste (Organización Mundial de la Salud, 2019).

*Desgaste emocional:* Es un estado de cansancio emocional, físico y mental ocasionado por el estrés excesivo y prolongado (Reid y otros, 2024).

*Dimensión psicosocial:* condiciones de tipo psicosocial que agrupadas conforman un factor psicosocial que se define como constructo y unidad de análisis en el modelo de los factores de riesgo psicosocial para Colombia; compuesto por 19 dimensiones intralaborales y 7 dimensiones extralaborales (Ministerio de la Protección Social y Pontificia Universidad Javeriana, 2015).

*Dominio Psicosocial:* dimensiones que conforman un grupo de factores psicosociales, se identifican cuatro dominios en la batería psicosocial de Colombia (Ministerio de la Protección Social y Pontificia Universidad Javeriana, 2015).

*Enraizamiento:* indicador que muestra cuántas veces un código ha sido aplicado a segmentos de datos dentro de un proyecto. Es una medida cuantitativa que refleja la frecuencia con la que un código aparece, ayudando al investigador a identificar los temas más recurrentes o significativos en el análisis (Friese, 2019).

*Estrés laboral:* Reacción ante factores laborales que sobre pasan los recursos de agotamiento de los trabajadores (Organización Mundial de la Salud, 2019).

*Labor docente:* actividades de tipo profesional que propende por el aprendizaje acorde a los lineamientos del proyecto educativo de cada institución (Ministerio de Educación Nacional, s.f.).

*Medidas de prevención:* Estrategias, acciones y procedimientos orientados a eliminar o reducir las condiciones laborales o contextuales que pueden generar afectaciones en la salud mental, emocional o social de los trabajadores. Estas medidas incluyen tanto la prevención primaria (evitar la aparición del riesgo), como la secundaria (detectar y mitigar efectos tempranos)

y terciaria (tratar consecuencias ya manifestadas) (Ministerio de la Protección Social y Pontificia Universidad Javeriana, 2015).

*Redes semánticas:* Unidades de análisis semántico, que agrupan conceptos que se relacionan, a la luz de los constructos teóricos que les subyacen. (Quillian, 1968).

*Relaciones interpersonales:* Características de los humanos como especie, que consiste en generar vínculos para transitar por la vida cotidiana de manera efectiva. (Ramírez & Tesen, 2022).

*Síndrome:* El término síndrome se refiere a un conjunto de manifestaciones clínicas que ocurren de manera simultánea y que pueden tener múltiples causas, siendo útil para identificar trastornos complejos en el ámbito médico o psicológico (Sadock & Sadock, 2008).

*Violencias en el trabajo:* Son todas aquellas acciones, conductas o actitudes que se ejercen de manera intencionada o no intencionada dentro del entorno laboral, y que tienen el potencial de causar daño físico, psicológico o moral a una persona. Estas violencias pueden manifestarse como acoso laboral (mobbing), acoso sexual, agresiones verbales o físicas, discriminación, intimidación, o trato humillante, y están estrechamente relacionadas con factores psicosociales de riesgo (Organización Internacional del Trabajo OIT, 2003).

### **Introducción**

Los resultados de la tercera encuesta de condiciones de salud y trabajo realizada en el año 2023, dejan en evidencia que el sector educativo es una prioridad psicosocial asociada a factores de riesgo como: tiempo insuficiente para realizar su trabajo y una alta demanda emocional, (Sociedad Colombiana de Medicina del Trabajo, 2023), estos resultados se asemejan a los obtenidos en la segunda encuesta de condiciones de salud y trabajo (Organización Iberoamericana de Seguridad Social - OISS, 2013) insumo que derivó en la elaboración del protocolo “Prácticas de trabajo saludable para educadores” (Vargas, 2016) en el cual se estipula la necesidad de reducir los riesgos psicosociales asociados a la presencia de exigencias contradictorias, las demandas cuantitativas y las situaciones de violencia , planteando como estrategias de prevención el refuerzo del compromiso de la comunidad , la calidad de la formación, mejor distribución de la carga laboral al tiempo de trabajo y las acciones coordinadas con la localidad, por tanto, y al reportarse nuevamente una alta percepción de riesgo psicosocial en este sector se evidenció la necesidad de establecer qué avances en la gestión psicosocial se han documentado en la literatura científica durante los años 2019 a 2024, para determinar la pertinencia de ajustar las medidas de prevención, a la luz de los factores de riesgo psicosocial, las consecuencias y las acciones de prevención, que se documentan con mayor frecuencia.

Por lo anterior, el presente estudio, tuvo como objetivo analizar los factores de riesgos psicosociales producto de la labor docente en nivel de básica secundaria, partiendo de estudios publicados en la literatura científica de 2019 a 2024; para lo cual se realizó una revisión integrativa en diferentes bases de datos, encontrando estudios que cumplieron con los criterios de búsqueda en Dialnet, Redalyc, Scielo y Google Académico; de los estudios encontrados posterior a la revisión se eligieron 11 artículos, la mayoría de ellos desarrollados en América Latina en su mayor

proporción en el país de México, desde la perspectiva de prevención del burnout, y en Colombia se encontró un estudio que conjugaba el análisis de datos con la predicción de riesgo psicosocial a partir de algunas dimensiones de riesgo psicosocial y las principales consecuencias.

Una vez elegidos los documentos y posterior a su lectura, se elaboraron las tres categorías principales de análisis: factores de riesgo, consecuencias y medidas de prevención, que permitieron el cumplimiento de los objetivos específicos del estudio. Para la elaboración de las redes semánticas se utilizó el software ATLAS.ti en sus versiones web y de escritorio, obteniendo un total de cuarenta y un (41) códigos semánticos que se agruparon dando origen a las redes semánticas que fortalecieron las categorías analíticas, a la vez que permitieron ser agrupadas en redes semánticas intermedias que ratifican la pertinencia del modelo de abordaje psicosocial ofrecido por la batería colombiana (Ministerio de la Protección Social y Pontificia Universidad Javeriana, 2015).

Se obtuvieron como resultados a nivel de factores de riesgo psicosocial la presencia de quince (15) códigos distribuidos así: uno (1) para los factores individuales, dos (2) para factores extralaborales y doce (12) para factores intralaborales, dentro de los factores intralaborales se destacan por su frecuencia las demandas del trabajo de las cuales fue necesario diferenciar las demandas emocionales por su constante documentación; y por su severidad se reconocen las características del liderazgo y las relaciones sociales como principales moduladores psicosociales para los docentes.

En lo referente a las consecuencias se obtuvieron dieciocho (18) códigos, que se agruparon por la manifestación de prevalencia en cada sistema, la consecuencia más documentada es el síndrome de Burnout con veintidós (22) enraizamientos, esta categoría fue la que presentó mayor

dificultad de clasificación puesto que la mayoría de síntomas son transversales a diferentes manifestaciones de afectación por los factores de riesgo psicosocial.

Para clasificar las medidas de prevención se tuvo en cuenta el modelo de actuación en salud pública que divide las acciones en prevención primaria, secundaria y terciaria, encontrándose ocho códigos que se distribuyeron así: cuatro para atención primaria, dos para atención secundaria y dos para atención terciaria, siendo los programas de prevención la estrategia de gestión predominante.

Como recomendaciones para la gestión psicosocial en los colegios de educación secundaria se propone: cumplir con los requisitos especificados en las resoluciones 2646 de 2008 y 2756 de 2022 en lo correspondiente a la gestión psicosocial, desarrollar acciones de prevención como las contempladas en la Guía Técnica general de intervención psicosocial (Ministerio de la Protección Social y Pontificia Universidad Javeriana, 2015) y fortalecer la implementación de la ley 1620 de 2013, pues la violencia escolar es una consecuencia documentada en la literatura que debe gestionarse adecuadamente en las instituciones así como las características del liderazgo y las relaciones sociales; éstas últimas recomendaciones amplían las propuestas en el protocolo de gestión psicosocial para el sector educativo diseñadas por el Ministerio de trabajo y la Universidad Javeriana (2015).

## **1. Factores De Riesgos Psicosociales Asociados A La Labor Docente En Nivel De Básica Secundaria: Revisión De Alcance**

### **1.1 Planteamiento del Problema**

Diferentes estudios académicos e institucionales han adelantado investigaciones relacionadas con la relevancia de conocer la exposición a riesgos psicosociales en los docentes, asociados al ejercicio de su labor; un ejemplo de lo anterior es el protocolo de intervención de factores psicosociales en el sector educativo, desarrollado por el ministerio de trabajo en Colombia, el cual tiene como objetivo principal crear una guía capaz de promover prácticas orientadas al entorno saludable en las instituciones educativas, considerando como factor principal la prevención y el control de los efectos negativos causados por la exposición a factores de riesgo psicosociales más relevantes (Ministerio de la Protección Social y Pontificia Universidad Javeriana, 2015).

Este documento desarrollado específicamente para el sector educativo en lo referente a la gestión de los factores de riesgo psicosocial, señala la notoria diferencia en la variación de los factores de riesgo a los que los docentes se exponen, según características como el nivel de escolaridad de los alumnos y el tipo de institución en la que desempeñan su ejercicio, es decir, si es del sector público o privado. Así mismo, resalta los factores psicosociales principales, para este grupo de trabajo.

Estas afectaciones se evidencia en los resultados que arrojan metodologías usadas como encuestas o entrevistas implementadas por organismos externos (DANE, defensoría del pueblo), las cuales coinciden en que una de las consecuencias más relevantes es la necesidad de esconder sus propias emociones y que estas son producto de factores como la exigencia de autocontrol frente

a violencias asociadas con agresiones por parte de los diferentes actores de la comunidad educativa, con exigencias de atención específica a alumnos con bajo rendimiento académico y con problemas convivenciales; sumado a ello las características del grupo como su edad, condición social y aspectos culturales, ya que en algunos casos el educador se convierte en una figura a la cual los estudiantes le comunican sus sentimientos o problemáticas (Vargas, 2016); siendo todo lo anterior un detonante para el desarrollo de trastornos o patologías laborales que afecten el bienestar de manera significativa (Ministerio de trabajo, 2014).

Teniendo en cuenta que este protocolo fue publicado en el año 2015, surge la necesidad de saber qué avances en la gestión psicosocial se han documentado en la literatura posterior al desarrollo de este insumo, por lo cual el presente estudio buscó analizar los factores de riesgos psicosociales producto de la labor docente en nivel de básica secundaria, partiendo de estudios publicados en la literatura científica de 2019 a 2024, para determinar los factores de riesgo, las consecuencias y medidas de prevención actuales en lo relacionado al tema.

Países como España y Perú, son pioneros en estudios de las condiciones psicosociales y sus efectos (Kyriacou, 2001) y (Woods & Carlyle, 2022) hasta el análisis de las causas principales del estrés laboral (García y otros, 2016) y (Matud Aznar y otros, 2002); dentro de este gama y, basados en los resultados, han sugerido realizar estudios diferenciadores por género, puesto que argumentan que la mujer desempeña un rol principal en el hogar y esto estaría representando una “doble jornada laboral”.

En Perú se realizó un estudio, en el año 2019, el cual reveló que el riesgo psicosocial y las manifestaciones del estrés se correlacionan de manera significativa (Perez y otros, 2019).

Dados algunos de los resultados de las investigaciones realizadas en el tema, se logra evidenciar que la salud mental de los docentes no solo depende de su labor, sino que en ella

también influyen aspectos como el lugar de trabajo, las condiciones económicas y sociales del individuo y la dinámica de su hogar. Todo esto puede determinar las conductas y el desempeño de las personas en la forma en cómo llevan a cabo sus funciones laborales diarias, demostrando que la salud mental es un tema global de alto impacto en la sociedad.

En ese orden de ideas, todas las situaciones que pueden llegar a generar riesgos psicosociales afectan de forma negativa a los docentes, dado que el desgaste que experimentan no es solo mental, se ha demostrado que va de la mano con problemas físicos como los de origen cardiovascular, haciendo que la población objeto vaya adquiriendo cierto grado de vulnerabilidad en el campo laboral y en la sociedad misma. Según (Manrique & Calderon, 2008) las principales situaciones que se relacionan con este aspecto de la salud son: relaciones sociales, condiciones internas de trabajo, contenido del trabajo, área familiar, carga mental, área de contexto ambiental, organización del trabajo, alteraciones psíquicas y biológicas; todas derivadas del desempeño laboral.

Evidencias como estas demuestran que el problema de los factores de riesgo psicosocial presentes en la labor docente es un tema que sigue creciendo y tomando relevancia, lo cual requiere de interés, atención y acción, con el fin de seguir promoviendo el bienestar de quienes ejercen diariamente este ejercicio; dado que, la labor docente ha sido analizada como una actividad que presenta alta vulnerabilidad a síndromes como el de burnout (Flores y otros, 2021). Adicionalmente, el nivel educativo para el que se propone la revisión fue elegido dado que, como se mencionó antes, aspectos como la edad de los alumnos, sus problemáticas sociales y las exigencias al docente juegan un rol fundamental en el ejercicio de esta labor; un estudio sobre el estrés laboral realizado en Cauca por Guevara, Sánchez y Parra (2014) demuestra que el clima

organizacional, la tecnología y el liderazgo son los factores que más inciden en el estrés y que se estresan más los docentes de secundaria que los de primaria.

Por lo anteriormente descrito, el presente estudio formula el siguiente problema de investigación: ¿Qué factores de riesgos psicosociales se han identificado en docentes de básica secundaria producto de su labor, con base en lo publicado en la literatura científica?

## **1.2 Justificación**

La profesión de educador en Colombia es una de las más expuesta a enfermedades asociadas a los riesgos psicosociales (Ministerio de la Protección Social y Pontificia Universidad Javeriana, 2015) en parte por los procesos organizacionales propios de la labor docente y el contenido de la tarea que ejecutan. El Ministerio de Educación de Colombia emitió el estatuto 1278 en el 2002, con el objetivo de mejorar los salarios de los docentes y la calidad educativa, pero las evaluaciones fueron un obstáculo en la promoción de los docentes en sus cargos; resultando en un menoscabo de la calidad de vida de los docentes y aumentando el riesgo psicosocial.

A medida en que la sociedad avanza, el tema de la salud mental ha generado un mayor interés; esto debido a que cada vez se conocen más casos de personas que han desarrollado trastornos psicológicos a raíz de diversos factores como el laboral. Existen múltiples estudios científicos que han logrado evidenciar hallazgos preocupantes en el sector educativo donde el nivel de los factores psicosociales a los que se encuentran expuestos quienes ejercen la labor es alto (Ortíz, 2021). Así mismo, el sector educativo se identifica como una prioridad psicosocial para Colombia, según lo estipula la tercera encuesta de condiciones de salud y trabajo (2021), así como el plan nacional de seguridad y salud en el trabajo (Ministerio del trabajo, 2022).

Considerando lo anterior surge la necesidad de llevar a cabo esta revisión, la cual tiene como finalidad contribuir a la información existente relacionada con los factores de riesgo psicosociales asociados al ejercicio docente, así mismo, esto servirá como material de apoyo y orientación, no solo para la población objeto, sino en general para las personas que tengan como objetivo profundizar su conocimiento frente al tema, busquen asesorarse para la toma de decisiones y deseen identificar si están expuestos a alguno de los factores de riesgos más comunes presentados en esta ocupación.

Por tanto, se observa que los estudios científicos desarrollados entorno a la los factores de riesgo psicosocial, comparten propósitos semejantes, como el de exponer fallas dentro los sistemas para que quienes hacen parte del mismo en un rol de líder, sientan interés en plantear alternativas que permitan mejorar las condiciones laborales de los trabajadores y, en este tema específico, brindar acompañamiento psicológico dentro de los procesos de seguridad y salud en el trabajo de la mano con los objetivos de desarrollo sostenible.

Por lo expuesto anteriormente, esta revisión aporta teóricamente a la integración de términos, conceptos y análisis que permitan comprender de una manera más precisa los factores de riesgos psicosociales evidenciados en los docentes de secundaria; reconocer las principales consecuencias asociadas a los mismos y las acciones de prevención que han demostrado efectividad y se han usado con frecuencia; también, garantiza la revisión crítica, detallada y objetiva de la literatura existente referente al tema de estudio, en los últimos cinco años.

### **1.3 Objetivos**

#### ***1.3.1 Objetivo General***

Analizar factores de riesgos psicosociales producto de la labor docente en nivel de básica secundaria, partiendo de estudios publicados en la literatura científica de 2019 a 2024.

#### ***1.3.2 Objetivos Específicos***

1. Establecer redes semánticas para analizar las condiciones de los factores de riesgo psicosocial atribuibles a la labor docente de básica secundaria observable en los estudios publicados en la literatura científica de 2019 a 2024.

2. Identificar los factores de riesgo psicosociales prevalentes en los docentes de básica secundaria, a través de los estudios publicados en la literatura científica de 2019 a 2024.

3. Determinar los abordajes para mitigar los riesgos psicosociales más usados en el control de los factores de riesgo psicosocial en docentes de básica secundaria referidos en los estudios analizados.

4. Describir recomendaciones para el sector docente de básica secundaria con respecto al control de los factores de riesgo psicosocial a partir de los estudios analizados de 2019 a 2024.

## **2. Estructura temática**

La estructura temática de este estudio está enfatizada en factores fundamentales dentro de la seguridad y salud en el trabajo como lo son los factores de riesgo psicosociales desarrollados en el ejercicio de la docencia, específicamente en la población docente de básica secundaria; dentro del análisis de los factores psicosociales se tuvo en cuenta la clasificación propuesta por la resolución 2646 de 2008, de factores intralaborales, extralaborales e individuales; de igual manera,

se tuvieron en cuenta las principales consecuencias en la salud y las medidas de prevención para los factores psicosociales desde el modelo de la salud pública.

Los resultados del estudio se fundamentaron en los hallazgos de la revisión de la literatura existente en el tema. Los datos recolectados se centraron en documentos que fueron publicados en los últimos cinco años, tanto a nivel nacional como internacional, se elaboraron las redes semánticas que agruparon los códigos correspondientes y sus niveles de enraizamiento, con el fin de determinar cuáles presentaron mayor evidencia en la literatura para ser tenidos en cuenta en la gestión de los factores psicosociales en las instituciones educativas.

### **3. Marco Referencial**

#### **3.1 Marco Teórico**

Es relevante el interés por comprender los factores de riesgo psicosocial en el ámbito laboral, especialmente en sectores como el educativo, ya que se han encontrado referencias que afirman que es uno de los más vulnerables frente a estos. Un abordaje a esta problemática, parte del modelo explicativo de los factores de riesgo psicosocial, ya que este permite reconocer la relación entre las condiciones del entorno laboral y la influencia de estos en la salud física y mental, mostrando cómo ambos afectan al bienestar del trabajador.

Adicionalmente, existen documentos como las Notas Técnicas de Prevención (NTP 603 y 604), diseñadas por el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST), que brindan una recopilación teórica fundamental para interpretar las características y las consecuencias de los riesgos, a través de la clasificación de los factores de riesgo psicosociales en dominios y dimensiones, contribuyendo a que la evaluación de los mismos sea sistemática y efectiva.

En el contexto de Colombia, el Ministerio de Salud y Protección Social estableció y adaptó la Batería de Instrumentos para la Evaluación de Factores de Riesgo Psicosocial de manera consecuente con las condiciones laborales del país, presentando este instrumento en dominios como: demandas de trabajo, control, liderazgo, recompensas y relaciones sociales.

Partiendo de este enfoque teórico, el estudio del contexto docente resulta pertinente, dado que éstos están expuestos de forma regular a niveles altos de demanda laboral, carga emocional y exigencias altas en sus tareas, aspectos que influyen negativamente en la salud física, mental y emocional de los educadores.

En suma a lo anterior, cabe resaltar que los riesgos psicosociales se relacionan directamente con el desarrollo de las actividades de un trabajador, no solo cuando este se expone a situaciones que le provocan un alto impacto emocional, sino también aquellas que son derivadas de su labor diaria, las cuales conllevan a que en periodos más prolongados el trabajador sufra consecuencias graves producto de la exposición a este tipo de riesgos (Moreno, 2011).

Siendo este un factor que representa un elemento clave dentro del bienestar integral de los trabajadores, tan importante como un riesgo físico, es desconsiderado pensar que la salud mental no influye en el desarrollo de una tarea, en la eficiencia o productividad resultado de la misma.

### **3.1.1. Antecedentes internacionales**

**3.1.1.1. Los factores de riesgo psicosocial del trabajo afectan la salud mental de los profesores según el tipo de financiamiento del establecimiento.** Como resalta este estudio realizado en Chile, los riesgos psicosociales están interconectados con las condiciones laborales, las cuales pueden definir si producto de una actividad el trabajador puede estar expuesto a

consecuencias negativas o positivas. Dentro de la evidencia en la que se basa el estudio, hay dos factores que conservan una estrecha relación con este tipo de riesgo, estos son: la salud de los docentes y el resultado de desempeñar su profesión. Es importante destacar que dentro del entorno en que se desarrollan las actividades se involucran aspectos que no solo son materiales, sino también sociales; este último va de la mano con las relaciones interpersonales con colegas, jefes y comunidad educativa en general.

El estudio también señala que el análisis de factores de riesgo psicosociales es cada vez más considerado, dado el impacto que presenta en la salud, afirmando que el deterioro de la salud emocional no se debe concretamente al resultado de realizar una tarea diaria, sino más bien a las condiciones en que se desarrolla esta tarea. Dentro de los resultados de una encuesta realizada el 33.5% del cuerpo docente solicitó licencia o incapacidad a causa de trastornos relacionados con su salud mental, algunos lo hicieron por prestadores de servicios particulares y otros públicos.

La base de este trabajo de investigación fue un método cuantitativo de tipo descriptivo-comparativo. Dentro de los resultados obtenidos se determinó que la población más afectada es la de instituciones municipales, donde se identifica que las condiciones laborales son inadecuadas, dadas las altas cargas laborales y jornadas de trabajo excesivas, lo cual provoca un desgaste emocional que repercute de forma negativa en la salud del trabajador y su desempeño. Este análisis contribuye a la investigación y reúne información detallada sobre los riesgos psicosociales y cómo las condiciones que influyen en el desarrollo de estos trastornos han llegado a naturalizarse, tanto que a la población objetivo le cuesta identificar si los síntomas que presenta son relacionados con otros padecimientos físicos o efectos colaterales de su ejercicio, suavizando el hecho de que hay situaciones o circunstancias que son inaceptables desde una visión técnica, social y de la salud.

Finalmente, como estrategia de intervención, la investigación sugiere que desde las instituciones se planteen planes de atención y manejo adecuados en el caso en que se presenten situaciones relacionadas con estos riesgos, empezando por concientizar a todas las partes, con el fin de que haya atención oportuna y buenas medidas que garanticen las condiciones laborales justas (reducción de horas de trabajo, ambientes sanos y óptimos, acompañamiento psicosocial), lo que potenciaría no solo la protección integral del trabajador, sino también mejoraría la calidad educativa.

### **3.1.2. Antecedentes nacionales**

**3.1.2.1. Identificación de factores de riesgo psicosocial asociados al estrés y el síndrome de burnout en los docentes básica primaria de la sede Juan del Corral de la IE Alfonso López Pumarejo de municipio de Tuluá.** Los autores de este estudio se enfocaron específicamente en dos de los trastornos psicológicos resultado del ejercicio de la labor docente, siendo objetos del análisis realizado el estrés y el síndrome de Burnout. Adicionalmente, la investigación consideró un momento y contexto puntual, teniendo en cuenta los cambios drásticos que se generaron producto del mismo, tanto en las condiciones laborales y sociales, presentadas en el periodo de 2019 y 2022 a raíz de la pandemia presentada por COVID-19. Este suceso mundial marcó un antes y un después en las realidades sociales dentro de las cuales las dinámicas educativas variaron, representando un reto no solo para los maestros, sino también para los estudiantes.

Para el desarrollo del estudio (el cual fue llevado a cabo en la Institución educativa Alfonso López Pumarejo, en Tuluá, Valle.), se consideraron metodologías que se correlacionaran entre sí, siendo los elementos principales a tener en cuenta: la investigación descriptiva, transversal y

cuantitativa. La suma de estas partes se determinó en cuatro fases, la primera se relacionó con realizar un barrido o tamizaje a todo el cuerpo docente de la institución; en cuanto a la segunda fase, se centró en conocer las condiciones presentes en el clima laboral y las piezas asociadas a la salud mental; pasando a la tercera fase, un profesional psicosocial realizó una intervención de “Batería de instrumentos” de riesgos; y, finalmente, en la cuarta fase la información obtenida sobre los factores de riesgo psicosociales que se identificaron se recolectó (Aguilera y otros, 2021).

La interpretación de la aplicación de las fases evidencia que efectivamente los docentes se encuentran expuestos a factores de riesgo psicosocial, incluso, se identificó que algunos presentan síntomas relacionados con el síndrome de Burnout y que estos son signos de alarma (8% graves y 42% leves, en la población estudiada), puesto que las emociones que experimentan los docentes reflejan cansancio emocional, frustración por la constante carga excesiva de trabajo y la falta de motivación o reconocimiento por parte de sus superiores; a estos factores problema se suma la baja interacción con su círculo familiar y personal, así como la ausencia de tiempo de calidad para consigo mismos por las tareas que deben cumplir, incluso fuera de su lugar de trabajo.

De la misma manera, el análisis de la información obtenida muestra la influencia de cómo la exposición a estos factores de riesgo tiene una afectación directa en el desempeño de las funciones de los trabajadores, así como en sus conductas generales. Es esencial mencionar que en la época de la pandemia hubo una palabra que tomó fuerza en el contexto: empatía. Esta capacidad de ser compasivos con los demás y colocarnos en su lugar se menciona en el estudio, pues refiere su inferencia en la labor docente haciendo énfasis en que se presenta poca empatía en el ámbito laboral, además de fatiga producto de la emergencia sanitaria y las condiciones a las que la sociedad debió adaptarse.

Es así como también la investigación cuestiona la falta de atención a la salud mental y reitera la necesidad de proponer acciones que promuevan cambios dentro de las instituciones en plazos que sean acordes con los riesgos que se han identificado y que están afectando a los trabajadores, pues a pesar de que en la institución existan directrices y normas propuestas desde la seguridad y salud en el trabajo, estas no son aplicadas y las acciones que promueven garantías para el bienestar de los docentes son escasas.

Dentro de lo sugerido, el estudio propone la formulación y puesta en marcha de programas que ayuden a prevenir que los niveles de exposición a factores de riesgo psicosociales sean más altos, promoviendo ambientes laborales sanos y condiciones laborales propicias para el desempeño de las funciones diarias, teniendo en cuenta que debe existir una mediación en los factores que están provocando el estrés y síndrome de Burnout; se recomienda que estas acciones de mejora involucren a entidades gubernamentales y privadas, con el fin de que la calidad de vida de los docentes sea mejor, por ende, que el ejercicio de su labor sea más grato.

### **3.1.3. Antecedentes regionales**

**3.1.3.1. Factores Psicosociales y Depresión Laboral en Docentes del Programa de Psicología en la Universidad de Santander Campus Bucaramanga.** En el caso de Santander, este estudio hace hincapié particularmente en la docencia universitaria y uno de los principales trastornos desarrollados en esta profesión: la depresión. La metodología aplicada en esta investigación se basa en dos herramientas principales: el inventario de Beck (BID) y la Batería de riesgos psicosociales, la población docente que participó en el estudio se clasificó en dos grupos,

uno de ellos contaba con funciones donde aparte de impartir clases, tenía personal a cargo y el otro grupo solo impartía clases.

Para el análisis de la información se tuvo en cuenta el método descriptivo correlacional, ya que este permitía hacer un estudio adecuado considerando las herramientas a usar, las cuales fueron nombradas anteriormente.

Al revisar y explorar los resultados se detecta una relación directamente proporcional entre el riesgo psicosocial y la depresión, ya que si el primero aumenta simultáneamente el segundo también va a aumentar. Dentro de las causas que se identificaron en el desarrollo de este trastorno y, para el caso particular de los docentes, se encuentran factores mencionados en la mayoría de los estudios (jornadas laborales extensas, sobrecarga en las tareas, horas de descanso muy limitadas y falta de tiempo para actividades socia-afectivas), sin embargo, otros de los factores que se consideraron para esta investigación y se mencionan con menor frecuencia en otras son: el acoso laboral, la presión por corregir trabajos y evaluaciones, la orientación a estudiantes en práctica y la falta de cooperación por parte de colegas (Guerrero, 2023). La depresión puede conducir a otros problemas de salud como aquellos relacionados con afecciones cardiovasculares que pueden ser perdurables en el tiempo e incluso de por vida.

Producto de la aplicación de las herramientas usadas, desde la psicología, esta investigación demuestra que la mayor parte de la población estudiada experimenta síntomas asociados con la depresión, aunque en niveles bajos, por otra parte, la menor parte de la población (4 docentes) viven altos niveles de estrés. Estos datos se deben tener en cuenta, puesto que los trabajadores podrían encontrarse en riesgo de desarrollar señales que los conduzcan a detonar la depresión en niveles diferentes los que experimentan. Como se mencionaba anteriormente, la

sobrecarga laboral puede ser uno de los principales detonantes, por ende, al momento en que este aumente, el riesgo psicosocial podrá afectar la salud emocional y física del trabajador.

La autora sugiere y considera oportuno que se ejecuten acciones que permitan mejorar la calidad laboral de los docentes, reconociendo su trabajo desde todo lo que conlleva ejecutarlo y teniendo en cuenta que los educadores no se extralimitan a dictar clases, sino que su demanda comprende, incluso, relacionarse con cargas mentales y emocionales ajenas (estudiantes y familiares), además de las propias. Dentro de estas actividades, se debe dar relevancia a aquellas que busquen la gestión del estrés laboral, con el propósito principal de impactar positivamente en la integridad de los trabajadores, así como en las instituciones de las que forman parte.

### **3.2 Marco Conceptual**

Se indica que como principal referente conceptual para el presente estudio se tuvieron en cuenta las dimensiones y dominios que componen el modelo de abordaje psicosocial propuesto para Colombia por el Ministerio de Protección y la Universidad Javeriana (2010) y cuyas definiciones se encuentran consignadas en la batería de instrumentos para la evaluación de los factores de riesgo psicosocial que se encuentra disponible en la página oficial de fondo riesgos laborales.

*Docencia:* Es el arte de enseñar y orientar en la formación integral a quienes forman parte de las futuras generaciones, desean convertirse en profesionales o simplemente a todos aquellos que estén dispuestos a aprender. Desde la antigua Grecia se ha logrado evidenciar los inicios de esta labor, ya que los filósofos se encargaban de transmitir su conocimiento a otros y generaban recursos de esta actividad, así mismo, Plutón fundó una academia donde se formaron los llamados “Sofistas” o “sabios” de la época. Hoy la docencia es ejercida desde diferentes niveles, según lo

establecido en el sistema educativo. De forma general podemos identificar niveles iniciales (guardería, jardines); básica primaria y secundaria; y finalmente, superior (Perez y otros, 2019).

La imagen del docente dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje es el de un actor primordial e, indiscutiblemente, necesario, puesto que en él reposa la capacidad de entregar y reestructurar el conocimiento que posee, razón por la que uno de sus objetivos principales es asumir los retos del proceso educativo y la transformación que desea ver, a través de la educación, en la sociedad; es por ello, que esto se ha intentado conseguir desde la innovación dentro de los procesos educativos, buscando que sean significativos en todos los niveles.

Cabe resaltar que a lo largo de la historia la docencia ha comprendido un acercamiento más responsable y profundo a la historia de la humanidad, enmarcando que el docente tiene el compromiso de actualizarse y fortalecer las estrategias de aprendizaje, así como el de promover la comprensión del desarrollo humano. Para lograr parte de lo planteado anteriormente, las instituciones deben proteger la integridad del docente, ya que para ejercer su labor de una forma óptima y garantizando el alcance de los retos que representa la enseñanza, el bienestar y el estado de salud de los educadores son factores claves, y es desde allí donde se debe empezar a considerar lo que implica cumplir con los desafíos de hoy.

*Riesgo laboral:* Este concepto surge del reconocimiento de los derechos humanos y laborales, de la búsqueda del cuidado y la protección de la integridad física y psicológica de un trabajador; por lo tanto, el riesgo laboral se asocia a una situación que genera una consecuencia nociva hacia la vida de una persona y tiene que ser evitada.

De esta manera, se entiende que un riesgo laboral es la suma de varias piezas (físicas, químicas, sociales, ambientales y culturales) que tienen una repercusión sobre el individuo y pueden dar lugar a una afectación temporal o permanente sobre la vida del mismo.

En Colombia, la Ley 1562 de 2012 define el sistema general de riesgos laborales, mediante el cual se determinan parámetros que buscan prevenir accidentes y enfermedades laborales asociadas a los riesgos laborales a los que está expuesto todo trabajador.

*Riesgos psicosociales:* En el ámbito laboral, este concepto representa una pieza fundamental de la salud integral en un trabajador, ya que es el conjunto de varios elementos, tanto psicológicos como sociales, los cuales pueden verse alterados como consecuencia del desarrollo de las actividades diarias y representan un engranaje importante en el desempeño y los comportamientos de un trabajador.

Desde la seguridad y salud en el trabajo este tema ha tomado gran relevancia, puesto que se ha vuelto más evidente el desarrollo de los trastornos mentales en los últimos años y, aunque hablar del tema es cada vez más natural, aún hay muchas aristas que, incluso, invisibilizan esta realidad y la necesidad de afrontarla desde las diferentes áreas de la vida de una persona, siendo una de estas la laboral. Aún con los diferentes obstáculos que ha traído hablar, gestionar y promover el cuidado de la salud mental, hay organizaciones que buscan reducir y prevenir las causas relacionadas con factores de riesgos psicosociales, mediante la mejora del entorno laboral y las condiciones de trabajo, debido a que los principales componentes de este deterioro en la salud mental se debe a cargas excesivas de trabajo, acoso laboral, trabajo bajo presión y falta de tiempo para desarrollar actividades complementarios y/o diferentes a las laborales.

*Sobrecarga mental:* Este es uno de los factores de riesgo psicológico donde el trabajador es víctima de alteraciones emocionales y comportamentales producto de su ritmo laboral que puede causar patologías como la ansiedad y/o depresión; sumado a esto, la carga mental comprende la constante interrelación cognitiva, complejidad en las actividades, posición social de la persona y características de su contexto.

Cuando ocurre un desbalance en la interacción de estas partes conectadas, puede darse una sobrecarga mental, debido a que las características de la situación superan las capacidades del trabajador, llevándolo a una sobre exigencia, la cual pocas veces es capaz de sostener.

Si relacionamos este factor de riesgo con la labor docente, a grandes rasgos se puede identificar que en el ejercicio de la labor, generalmente el trabajador no solamente está lidiando con sus funciones, sino que a su vez con la responsabilidad del compromiso civil que tiene con los estudiantes (caso de un colegio, todos son menores de edad); adicionalmente, están los padres de familia y su constante presión; a eso se suma la dimensión social, la frustración que causa tener cierta edad y no haber alcanzado objetivos que otras personas sí, recibir un sueldo que no es justo; así mismo, el trabajador tiene situaciones personales y familiares que siguen en esa lista de factores que afectan la carga mental convirtiéndola en sobrecarga.

### **3.3 Marco Legal**

#### ***3.3.1. Constitución política de Colombia***

En Colombia, el contexto legal inicia desde la Constitución Política, en la que se declara, desde diferentes artículos que las instituciones y el estado tiene la responsabilidad de que toda la población (incluidos los docentes) tiene derecho a la vida y su integridad personal (Art. 11), así

mismo se prohíben conductas de tortura y tratos degradantes (Art. 12), adicionalmente afirma el derecho a la salud y todos los servicios que ésta preste (Art. 48 y 49). En este orden de ideas, la Constitución Política, de forma indirecta refiere que:

La salud mental hace parte del sistema de salud, por lo tanto, se debe velar por su protección; buscando el cumplimiento, compromiso y responsabilidad de las organizaciones en la prevención de peligros potenciales asociados a los riesgos psicosociales.

### ***3.3.2 Ley 1010 de 2006***

Atiende a la prevención del acoso laboral, sancionando y corrigiendo acciones que ocasionen un impacto negativo en la salud mental y física del trabajador, considerando dentro de las situaciones a penalizar: el maltrato laboral, la persecución laboral, entorpecimiento laboral y falta de protección laboral. Estas acciones están directamente asociadas a los factores de riesgo psicosocial y al bienestar integral del trabajador, pueden ser provocadas por compañeros y superiores generando sensaciones como temor, angustia y ansiedad. Con la información que se ha recopilado a lo largo de la investigación de estos casos, se ha demostrado que cualquier afectación a la integridad del trabajador puede provocar que su desempeño laboral sea afectado.

### ***3.3.3. Ley 1562 de 2012***

En el artículo 3 de esta ley se establece que el sistema de riesgos laborales debe cubrir las enfermedades laborales, de la misma manera, que los empleadores deberán prevenirlas y atenderlas de forma oportuna, mediante su acompañamiento y lo que sea requerido por la ley, gestionando los servicios que precise el trabajador.

Cabe resaltar que varios de los factores psicosociales son considerados trastornos psicológicos, por esta misma razón, también enfermedades laborales si se logra demostrar que ha sido producto de los factores de riesgo a los que se expone el trabajador, propios de su ejercicio laboral.

Finalmente, es importante que esta normativa sea aplicada, con el fin de apoyar los procesos que se llevan a cabo en las empresas, con el objetivo de que se preste atención oportuna a los signos de alarma que se identifiquen en el estado de salud de los trabajadores enlazados con la salud mental que afecten la seguridad del educador.

#### ***3.3.4. Ley 1616 de 2013***

El principal propósito de esta ley es garantizar el derecho a la salud mental a toda la población del país, teniendo en cuenta lo establecido en el Artículo 49 de la constitución política y con el ánimo de que se tomen medidas de prevención, atención y seguimiento de los trastornos mentales, dentro de los cuales se incluyen los que son producto de los riesgos psicosociales laborales; en ese orden de ideas, las organizaciones deben fomentar que los ambientes laborales sean lugares saludables donde se explore la posibilidad de mitigar la aparición de patologías o diagnósticos conectados con la salud mental.

Igualmente, las empresas están en la obligación de realizar convenios con entidades municipales/gubernamentales para llevar a cabo acciones que visibilicen esta problemática, su importancia y cómo actuar de forma oportuna en caso de identificar que una persona presenta síntomas asociados a trastornos psicológicos, específicamente en el ámbito laboral.

#### ***3.3.5. Decreto 1072 de 2015***

Gracias a este decreto se logró estructurar el sistema de gestión en seguridad y salud en el trabajo, así como establecer las obligaciones que tiene toda empresa en su implementación; uno de los objetivos principales de esta norma es que a través del sistema de gestión se prevengan lesiones y enfermedades ocasionadas a causa del trabajo, reduciendo al mínimo cualquier perjuicio o daño al trabajador, incluyendo afectaciones a la salud mental. De la misma manera, menciona los deberes de los trabajadores y de los entes de control (gubernamentales) como parte del adecuado funcionamiento del sistema. Por otra parte, resalta la participación de las administradoras de riesgos laborales (ARL) en la formulación y ejecución de actividades, programas y acciones que estén orientadas a la promoción y prevención del bienestar humano.

#### ***3.3.6. Decreto 1278 de 2002***

Mediante este decreto se determinó el estatuto de profesionalización docente en Colombia, el cual vela por las relaciones que se establecen entre el estado y los educadores que se encuentran dentro de este sistema. El objetivo principal del decreto es garantizar que quienes ejecutan la docencia sean personas idóneas para el cargo, para ello se deben considerar varios factores como la formación, la experiencia, habilidades y competencias. Así mismo, este decreto regula el proceso para el ingreso y el desarrollo de los docentes, en lo cual se incluyen las consideraciones referentes a derechos y responsabilidades que los docentes deben cumplir en función con su profesión. Esta norma también aplica a los directivos docentes.

#### ***3.3.7. Decreto 1477 de 2014***

Define las que son consideradas enfermedades laborales, contemplando el factor psicosocial y trastornos como la depresión, el pánico, la ansiedad, reacciones de estrés grave, entre

otros. El reconocimiento y la inclusión de estos trastornos en la legislación permite que la prevención de los mismos tenga relevancia dentro de la seguridad y salud en el trabajo.

### ***3.3.8. Resolución 0312 de 2019***

Se basa en la prevención y control de todos los riesgos laborales a los que puede estar expuesto un trabajador, comprendiendo los psicosociales y las enfermedades o patologías que se pueden desencadenar de la exposición a éstos. Es una herramienta crucial para instituir los estándares mínimos requeridos y a implementar, según el tipo y tamaño de empresa; por ende, demanda el reconocimiento y la valoración de los factores de riesgo psicosocial e incita a instaurar acciones de previsión y de mediación dado que se identifique una enfermedad laboral.

### ***3.3.9. Resolución 0652 de 2012***

Regula el comité de convivencia laboral, el cual se crea como una estrategia que todas las organizaciones deben implementar con el fin de que se garantice la protección de los trabajadores, gestionar la mejora en sus condiciones laborales y evitar que los posibles riesgos psicosociales, resultado de una actividad, afecten la salud de la persona que la desarrolla.

En las funciones principales del comité podemos encontrar que este asume la responsabilidad de admitir y realizar la diligencia de las inconformidades que puedan llegar a presentarse referentes al acoso laboral.

Otro de los aportes del comité es que se encarga de impulsar valores fundamentales como la sana convivencia, la tolerancia, el respeto y la integridad; a través de estos principios se pretende que se disminuya la manifestación de factores de riesgo psicosocial y que los efectos que estos llegasen a provocar sean en niveles bajos.

**3.3.10. Resolución 2646 de 2008**

Instituye disposiciones que faciliten el reconocimiento, el análisis, la prevención, la intervención y el seguimiento continuo de los trabajadores que se exponen a factores de riesgo psicosocial, así como la identificación del origen de las patologías y diagnósticos determinados por estrés laboral mediante un programa de vigilancia epidemiológica que permita evidenciar los trastornos mentales y las conductas asociadas a estos en el desarrollo de las actividades diarias del lugar de trabajo.

**3.3.11. Resolución 2764 de 2022**

Establece la obligatoriedad de utilizar los desarrollos en materia de gestión psicosocial adelantados por el fondo de riesgos laborales que se encuentran disponibles en la página oficial del mismo.

**3.3.12. Resolución 3077 de 2022**

Adopta el Plan Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo 2022-2031.

**3.4 Marco Normativo****3.4.1. Norma internacional ISO 45003:2021**

Brinda indicaciones acerca de la gestión de riesgos psicosociales en el sistema de gestión de seguridad y salud en el trabajo, teniendo en cuenta lo expuesto en la Norma ISO 45003, siendo una herramienta que orienta a las organizaciones en la prevención de los daños y el deterioro de la

salud relacionados con las labores desempeñadas por sus trabajadores favoreciendo el bienestar laboral.

## **4. Diseño metodológico**

### **4.1. Alcance**

Desde el enfoque del estudio el análisis de los datos se realizó de forma cualitativa, no experimental ni aplicada y su alcance fue descriptivo-relacional con base en la revisión de literatura científica de estudios realizados en los últimos cinco años; la información recolectada expone los factores de riesgo psicosocial que prevalecen en la labor docente, así como demuestra la relación que existe entre estos riesgos y el ejercicio de esta labor, identificando las acciones desarrolladas para mitigar estos factores y proponiendo recomendaciones que ayuden a controlar los factores de riesgo psicosocial al que se exponen los educadores, específicamente en el nivel de básica secundaria.

### **4.2. Ecuación de búsqueda**

#### **4.2.1. Ecuaciones de búsqueda en Español**

- (Docentes de básica secundaria) AND (Riesgo psicosocial) AND (Factores de riesgo).
- (Docente de bachillerato) AND (Factores de riesgo psicosocial) AND (Salud en el trabajo).
- (Riesgos psicosociales) AND (profesores) AND (secundaria)

### **4.3. Criterios de elegibilidad**

Los documentos que se tomaron como referencia para el desarrollo de esta investigación fueron artículos científicos (investigativos y tesis), académicos (teóricos y libros) y de revisión; también se tuvieron en cuenta informes técnicos y documentos normativos relacionados con la seguridad y salud en el trabajo y los factores de riesgos psicosocial vigentes en Colombia.

Estos documentos académicos fueron publicados dentro de los últimos cinco años, es decir, en un periodo entre 2019-2024 y se tuvieron en cuenta aquellos escritos en español.

Adicionalmente, los textos analizados tuvieron relevancia para el tema de estudio, teniendo un impacto en la comunidad científica, calidad en la metodología y aportaron datos significativos a las acciones que se pueden llevar a cabo para mejorar esta problemática, la cual cada vez toma más fuerza en la sociedad general y de la cual se habla poco o su visibilidad en el sector educativo es muy baja.

### **4.4. Fuentes de información**

Dentro de las principales bases de datos consideradas para la realización de este estudio, se encontraron: Dialnet, SciELO, Redalyc, Scopus y Google Académico.

### **4.5. Estrategia de análisis de los documentos**

Las herramientas digitales como las bases de datos fueron una de las estrategias usadas para la realización de este estudio, ya que estas se encuentran actualizadas y la información allí expuesta ha sido cuidadosamente estudiada por profesionales que han elaborado estudios científicos o han realizado análisis para obtener las respuestas a sus investigaciones.

Adicionalmente, el acceso a estas herramientas es cómodo y práctico, ayuda a que la búsqueda sea delimitada si se usan los criterios específicos e idóneos para la misma.

La codificación y elaboración de las redes semánticas se hizo a través del software ATLAS ti, esta actividad consistió en la creación de los códigos, posteriormente, se cargaron uno por uno los textos de referencia elegidos para el estudio; en este paso se puede evidenciar el enraizamiento, es decir, la relación entre un código y una cita (Imagen 1 y 2).

La gestión de referencias se realizó a través del gestor Word, específico para este proceso.

Para finalizar, el documento fue sometido a revisión a través del software Turnitin con el fin de evaluar la originalidad del documento y revisar las similitudes que pueda llegar a presentar con otros estudios o documentos publicados relacionados con el tema.

#### 4.6. Cronograma

**Tabla 1.** *Cronograma de actividades*

Actividades	Descripción	Enero	Febrero	Marzo	Abril
<b>Primera fase: Recolectar información</b>	Se realizó la recolección de datos, teniendo en cuenta los criterios definidos para su búsqueda en las bases de datos consideradas, con el fin de obtener información relevante y acorde con el estudio.	X			
<b>Segunda fase: Análisis de los datos recolectados.</b>	Se revisó de forma detallada y cuidadosa la información, de manera que se pudieron examinar y estudiar para demostrar la importancia de la		X		

	investigación e identificar las acciones desarrolladas hasta ahora para proteger la salud mental desde el SGSST en el trabajo en los docentes.		
<b>Tercera fase: informativa</b>	Se organizó la información analizada y se sustentó; así mismo, se plantearon las recomendaciones producto de la revisión, estas con el fin de contribuir en la prevención de los factores de riesgos psicosociales a los que se exponen los educadores de básica secundaria.	X	X

## 5. Desarrollo

Usando las ecuaciones establecidas en la metodología, se realizó la búsqueda de los artículos científicos y académicos en las siguientes bases de datos: Dialnet, SciELO, Scopus, Redalyc y Google Académico. Con el fin de clasificar de forma cuidadosa los documentos, con base en los resultados obtenidos, y poder determinar la elegibilidad de los artículos de referencia, se tuvieron en cuenta criterios como el año de publicación (considerando que el periodo definido es de 2019 a 2024), la relevancia del estudio o la investigación frente al tema de los factores de riesgo psicosociales y la población de estudio (docentes de básica secundaria).

De lo anterior se obtuvo como resultado un total de 11 artículos, para los cuales los principales métodos usados fueron: comparativo y predictivo (9,09%), esquema analítico (9,09%), cuantitativo-descriptivo (18,18%), sistemático (9,09%), integrativo (9,09%), correlacional (18,18%) y transversal (27,27%); cabe resaltar que el 90,9% de los estudios fueron realizados en Latinoamérica, a excepción del artículo publicado en España (9,09%) en 2021, titulado “Factores de riesgo y protectores del burnout en docentes que atienden a alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo (NEAE) en el aula ordinaria”; estos datos se evidencian de forma más detallada en la siguiente tabla (tabla 2):

**Tabla 2.** *Artículos seleccionados en la revisión bibliográfica*

Título	Autores	Año de publicación	Lugar	Motor de búsqueda	Método y muestra
Clima organizacional como predictor de calidad de vida en el trabajo del cuerpo docente mexicano de secundaria según su turno laboral	Mercedes Orozco. Héctor Bravo. Norma Ruvalcaba. Bertha Colunga. Claudia Vázquez. Julio Vázquez.	2024	México	Dialnet	Estudio transversal, observacional, comparativo y predictivo, a 321 docentes de colegios públicos
Factores de riesgo psicosocial y burnout en profesionales de la educación; propuesta de vademécum docente basado en mindfulness	Alejandro Flores. Isabel Herrera	2024	México	Dialnet	Estudio sistemático en 23 docentes, voluntarios.

<b>Título</b>	<b>Autores</b>	<b>Año de publicación</b>	<b>Lugar</b>	<b>Motor de búsqueda</b>	<b>Método y muestra</b>
Bienestar y riesgo psicosocial de profesores de secundaria en contexto de pandemia.	Vera-Noriega, JÁ, Armenta-Romero, F, Domínguez-Guerrero YB y Ruiz-Palafox, JÁ. (2023).	2023	México	Dialnet	Estudio cuantitativo transversal, comparativo a 1,214 docentes de educación secundaria.
Factores de riesgos psicosociales y su relación con el estrés en docentes de la unidad educativa Julio Matovelle de la ciudad de Quito del año 2023.	Alba Rodríguez. Janethcia del Rocío Játiva.	2023	Ecuador	Dialnet	Cuantitativo transversal, experimental, descriptivo relacional a 56 docentes.
Prácticas de atención psicosocial para docentes orientadores y convivencia escolar en educación básica secundaria: una revisión sistemática.	Sunilda Soto. Lizeth Reyes.	2022	Colombia	Dialnet	Revisión sistemática Prisma.
Carga mental en profesores y consecuencias en su salud: una revisión integrativa	González-Palacios, Y. L., Ceballos-Vásquez, P. A., & Rivera-Rojas, F	2021	Chile	Scielo	Revisión integrativa en bases de datos.
Factores de riesgo y protectores del burnout en docentes que atienden a alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo (NEAE) en el aula ordinaria	Noelia Flores. Ana M. Flórez. Cristina Jenaro	2021	España	Dialnet	Diseño transversal ex post facto se evaluó a 64 docentes.
Sistema de clasificación basado en técnicas inteligentes para identificar el grado de riesgo psicosocial en docentes de educación básica primaria y secundaria en colegios públicos de Colombia	Rodolfo Mosquera.	2021	Colombia	Google Académico	Cuantitativa, exploratoria, correlacional experimental. Ha 480 profesores de colegios públicos
Factores de riesgo psicosocial predictores del Síndrome de Quemarse por el Trabajo (SQT) (Burnout) en docentes de Bachillerato	Sara Unda Rojas et al	2020	México	Dialnet	Diseño correlacional, transversal con muestreo no probabilístico 395 profesores
Factores de Riesgos Psicosociales y su relación con el síndrome de burnout en trabajadores de la educación del nivel secundario en la ciudad de La Plata.	Noelia Rolando	2019	Argentina	Google Académico	Transversal, explicativo a 375 profesores
Rasgos de personalidad predictores del Síndrome de Quemarse por el Trabajo en profesores mexicanos	Villaverde, D., Unda, S., Escotto, E., & Flores R. (2019).	2019	México	Scielo	Diseño correlacional, transversal con muestreo no probabilístico 375 profesores de educación básica.

Se elaboraron grupos de códigos de acuerdo a las categorías establecida inicialmente, esta categorización se realizó en Excel y a cada grupo de códigos le fue asignado un color: verde para factores de riesgo, rosado para consecuencias y amarillo para medidas de prevención, con el objetivo de diferenciarlos; adicionalmente, se realizó una descripción de los códigos por categoría

(tabla 3, 4 y 5). El total de códigos obtenidos, de la lectura de los once documentos que cumplieron con los criterios, fue 41; 15 relacionados con los factores de riesgo, 18 con las consecuencias y 8 con las medidas de prevención.

**Tabla 3.** *Categorización en Excel (códigos): factores de riesgo*

<b>Factores de riesgo</b>	
<b>Código (Categoría A)</b>	<b>Descripción</b>
<b>Carga mental</b>	Excesivo pensamiento sobre la actividad a realizar (García y Hoyo, 2002).
<b>Compensación y remuneración</b>	Retribución por el trabajo que se realiza (Rodríguez, 2019).
<b>Control y autonomía sobre el trabajo</b>	En la autonomía se tienen en cuenta el margen de decisión, independencia y libertad para realizar las tareas del trabajo, así como el control en la toma de decisiones (Ramírez y Soler 2022).
<b>Demanda de trabajo</b>	Exigencias de diversa índole que el trabajo impone al trabajador (Isaza, 2004).
<b>Demandas emocionales</b>	Exigencias psicoemocionales por exposición a quien sufre y la necesidad de ocultar los propios sentimientos (Schaufeli y Bakker, 2004).
<b>Influencia del macrosistema</b>	Influye en las personas a través de los valores, creencias, ideologías y políticas de una cultura (Bazán, 2023).
<b>Influencia laboral/extralaboral</b>	Llevarse trabajo para la casa y usar el tiempo extralaboral para el desarrollo de las actividades. Conflictos familiares por el desarrollo de actividades laborales en casa (López y Fernández, 2016).
<b>Liderazgo</b>	Características de los jefes inmediatos para gestionar adecuadamente el talento humano asegurando la consecución de los resultados a través de una interacción y comunicación entre los integrantes de su equipo. (González, 2018).
<b>Necesidades específicas</b>	Los docentes tienen un reto diario y es el de buscar alternativas para enseñar a estudiantes que aprende de formas diferentes, en algunos casos el ritmo de aprendizaje de los estudiantes puede ser mayor o menor al de otros “aproximadamente un 32% del total de alumnos” (Delgado Quesada, s.f., párr. 8). Por ello, las necesidades específicas requieren formación y profesionalismo con el fin de solventar sus necesidades cognitivas de forma significativa (Dabdub y Pineda, 2015)
<b>Rasgo de personalidad</b>	Propensión al desarrollo de una tarea con altos estándares de perfección. El individuo tiene baja percepción del riesgo de afectación en su salud (Martínez, 2019).
<b>Ratio profesor - alumno</b>	Relación entre el número de alumnos y el número de profesores (asociado a la demanda de trabajo que la relación genera). Problemas de conducta y disciplina de los alumnos (Abufhele, 2009).
<b>Recompensas</b>	Se refiere al sentimiento de orgullo y a la percepción de estabilidad laboral (Rodríguez, Valderrama y Neisa, 2021).
<b>Relaciones familiares</b>	Características de la vinculación entre los integrantes de las familias que pueden verse afectadas por diversos factores (Agudelo, 2005).
<b>Relaciones sociales en el trabajo</b>	Falta de colaboración y cooperación entre compañeros (Roa y Zenteno, 2024).
<b>Riesgo intralaboral total</b>	Hace referencia al análisis de adversidad asociada a los cuatro dominios evaluados con la batería de riesgo psicosocial (Ramírez y Velásquez, 2023).

**Tabla 4.** *Categorización en Excel (códigos): consecuencias*

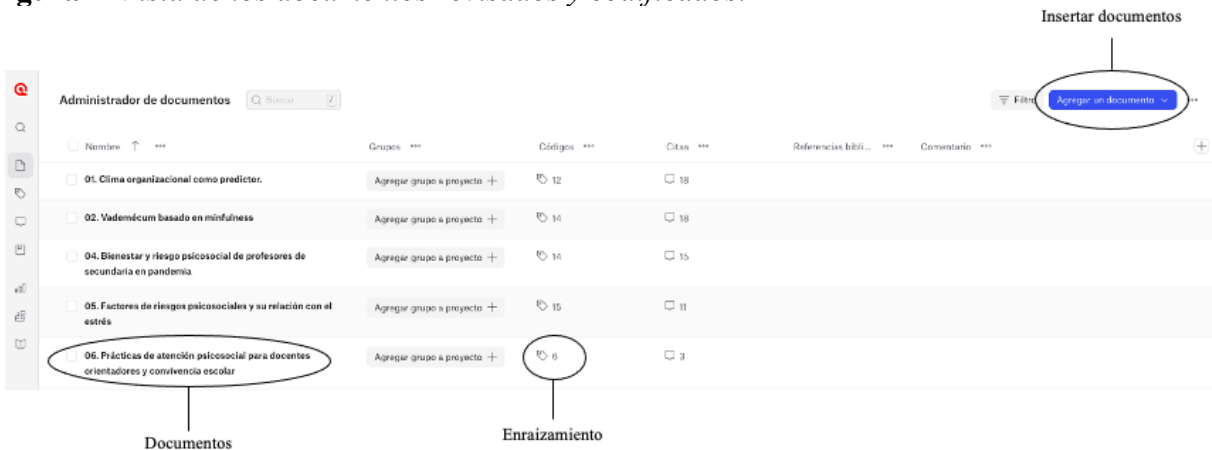
<b>Consecuencias</b>	
<b>Código (Categoría B)</b>	<b>Descripción</b>
<b>Alteraciones cardiovasculares</b>	Se deben a trastornos del corazón y los vasos sanguíneos (Holmes y otros, 2011).
<b>Alteraciones fisiológicas</b>	Son cambios en el funcionamiento normal del cuerpo que pueden ser causados por factores internos o externos, como enfermedades, lesiones o el envejecimiento. Estos cambios pueden afectar diversos sistemas del organismo, como el cardiovascular, renal, nervioso central, muscular y metabólico (Saleh y otros, 2012).
<b>Ansiedad</b>	Es una respuesta emocional normal ante situaciones estresantes o amenazantes. Sin embargo, se convierte en un trastorno de ansiedad cuando esta respuesta se vuelve excesiva, irracional o persistente, interfiriendo significativamente en el funcionamiento cotidiano de la persona (Bandelow & Michaelis, 2022).
<b>Carencia de estilo de vida saludable</b>	Es la falta de hábitos que promueven el bienestar integral de una persona y pueden causar fatiga constante, falta de energía y disminución en la capacidad para realizar actividades físicas. Esto no solo afecta el bienestar físico, sino también la salud mental y emocional (Delgado y otros, 2022).
<b>Consecuencias</b>	Manifestaciones de tipo psicoemocional, cognitivo, fisiológico y relacional asociado a la exposición a factores de riesgo psicosocial (Acevedo, 2019).
<b>Depresión</b>	Trastorno del estado del ánimo donde predomina la tristeza, el pensamiento fatídico del futuro, el mundo y sí mismo. (Organización Panamericana de la Salud, 2013)
<b>Dificultades cognitivas</b>	Se refieren a alteraciones en el procesamiento de la información (Avendaño y otros, 2017).
<b>Dificultades para relajarse</b>	Pueden ser causadas por trastornos de ansiedad, estrés o trastornos de adaptación (Jarrín & Moreta, 204).
<b>Doble presencia laboral</b>	Se refiere a la situación en la que una persona debe cumplir con sus responsabilidades laborales tanto en un entorno físico (presencial) como en un entorno virtual, debido a la implementación de modalidades híbridas de trabajo. Este fenómeno puede generar desafíos en la gestión del tiempo, el equilibrio entre la vida personal y profesional, y el bienestar general del trabajador (Cordova & Quinga, 2022).
<b>Estrés</b>	Reacciones a exigencias del medio ambiente. (Castrillón y otros, 2015).
<b>Fatiga laboral</b>	Sensación de cansancio, que se atribuye al ámbito laboral y que impacta las diferentes áreas de ajuste de quien la experimenta (Seguridad minera, 2024).
<b>Irritabilidad</b>	Se define como un umbral bajo para experimentar ira en respuesta a la frustración (Morales & Gutierrez, 2019).
<b>Problemas de sueño</b>	Se refieren a alteraciones en la cantidad, calidad o patrón del sueño que afectan negativamente el funcionamiento diario de una persona (Mora y otros, 2018).
<b>Salud emocional cognitiva</b>	Condiciones de bienestar asociadas a factores mentales (cognición, emoción y relaciones sociales). Percepción de estabilidad emocional (Aguillón y otros, 2016).
<b>Síndrome de burnout</b>	Respuesta a estrés crónico (Arias, 2012).
<b>Síndromes</b>	Expresados de forma somática y condiciones de trabajo estresantes (Uribe, 2020).
<b>Trastornos músculo-esqueléticos</b>	Son lesiones afectan las estructuras del sistema osteomuscular (Ríos & Contreras, 2018).
<b>Violencias asociadas a relaciones sociales en el trabajo</b>	Manifestaciones de violencia, físicas, verbales, sexuales o psicológicas asociadas al trabajo, (Ortíz, 2021).

**Tabla 5.** *Categorización en Excel (códigos): medidas de prevención*

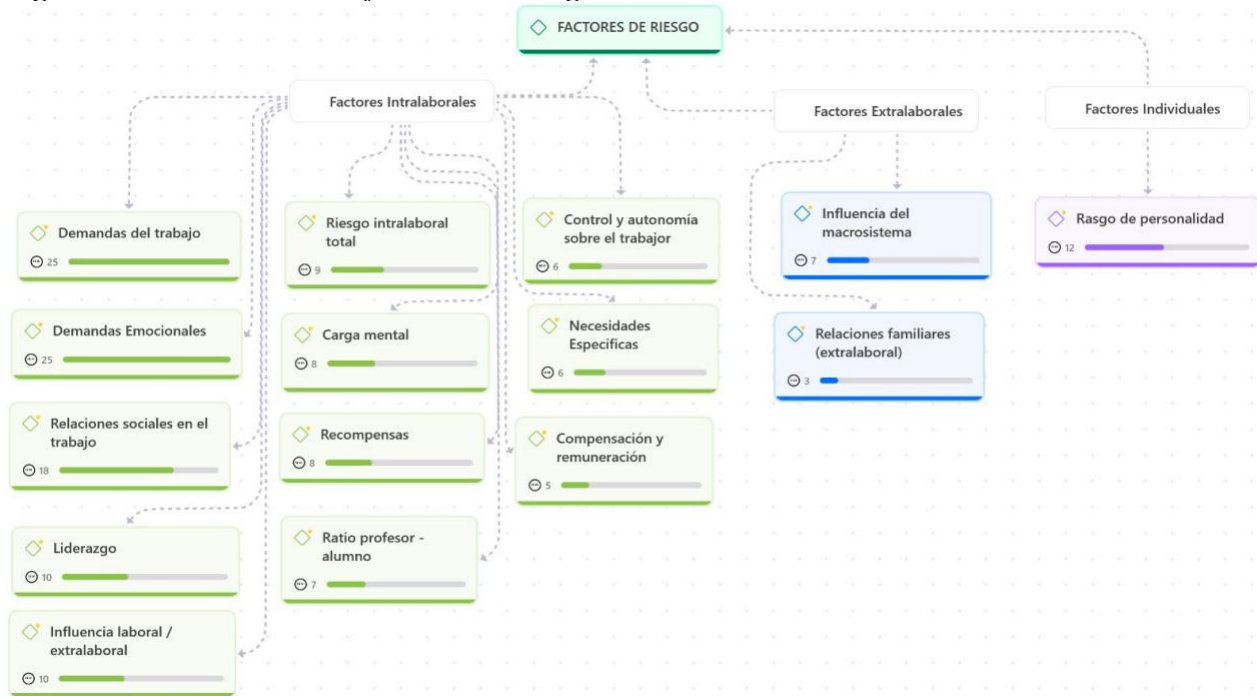
<b>Código (Categoría C)</b>	<b>Medidas de prevención</b>	
	<b>Descripción</b>	
<b>Asistencia psicológica para los docentes</b>	Apoyo emocional y profesional que ayuda a los profesores a gestionar las presiones y dificultades de su trabajo (Hewitt y otros, 2023).	
<b>Estilo de vida saludable</b>	Conjunto de hábitos o actitudes cotidianas que realizan las personas, para mantener su cuerpo y mente saludables (Velázquez, 2013).	
<b>Métodos de resolución de conflictos</b>	Procedimientos y formas de gestionar los conflictos (Díaz, 2000).	
<b>Primeros auxilios psicológicos</b>	Habilidades, que permiten brindar apoyo psicoemocional a quien experimenta una emergencia, para que pueda afrontarla mejor (Deza, 2007).	
<b>Programas de prevención</b>	Son una estrategia para el bienestar de los educadores y para el desarrollo integral de los estudiante (Bolívar, Figueredo y Sánchez, 2018).	
<b>Sistema predictivo de riesgo psicosocial</b>	Es una herramienta que utiliza inteligencia artificial para predecir y clasificar los factores de riesgo psicosocial en una organización (Mosquera, 2021).	
<b>Técnicas de atención en crisis</b>	Proceso psicoterapéutico breve que permite adquirir dominio cognitivo, ante un evento traumáticos para e integrarlo a la vida de manera saludable para que no interfiera negativamente en el futuro de la víctima.(Mendoza, 2015).	
<b>Terapias de tercera generación</b>	Técnicas integradoras para la modificación de conducta que lleva a adquirir comportamientos más adaptativos(UNIR, 2022).	

Para el análisis semántico se realizó, de forma manual, la codificación en el software ATLAS ti (el cual funciona como una herramienta de apoyo para el análisis cuantitativo de datos y la generación de redes semánticas), esta actividad consistió en la creación de los códigos que se extrajeron del documento formulado en Excel, pues ese primer proceso se estableció con el fin de tener definidos los códigos antes de sistematizarlos en el software. Allí, se hizo la transcripción completa de cada código, según su categoría, color y descripción (Imagen 1).

Terminada la codificación, se cargaron uno por uno los textos de referencia elegidos para el estudio y se citaron las anotaciones relevantes usando los códigos sugeridos y establecidos anteriormente; en esta fase se puede evidenciar el enraizamiento, es decir, la relación entre un código y una cita (Imagen 2).

**Figura 1.** Ejemplo del proceso de codificación en Atlas ti.**Figura 2.** Vista de los documentos revisados y codificados.

Con base en lo anterior, considerando el enraizamiento, se establecieron las redes semánticas de cada categoría (Figura 1, 2 y 3). Esta fase se realizó en la versión de escritorio del software ATLAS ti; de esta manera se obtuvieron los primeros resultados establecidos en el primer objetivo de este estudio, puesto que al crear las redes semánticas se avanzó en el análisis de las condiciones referentes a los factores de riesgo psicosocial atribuibles a la labor docente, observados en los textos académicos elegidos.

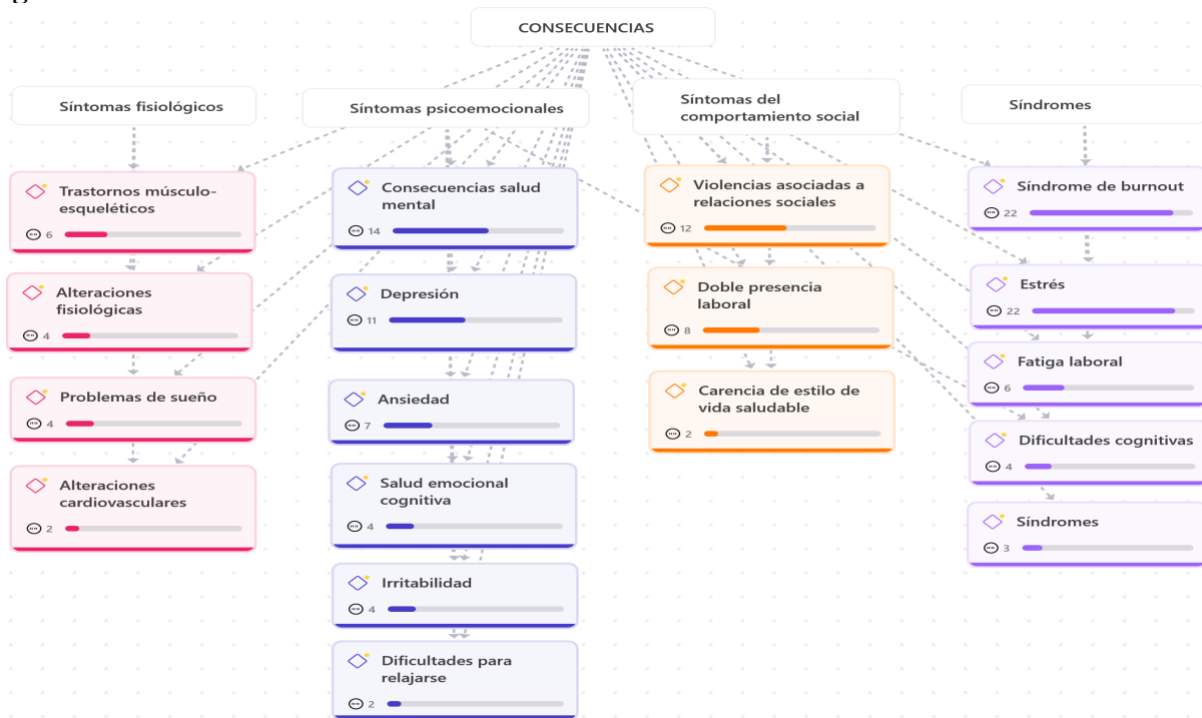
**Figura 3.** Red semántica de factores de riesgo

Tomado de software ATLAS ti.(2025)

Esta primer (1) figura evidencia la discusión de diferentes autores, quienes coinciden (en una alta proporción) que la demanda de trabajo es uno de los principales factores de riesgo a los que se exponen los docentes en el desarrollo de sus actividades diarias (Gómez y otros, 2019), considerando el resultado del enraizamiento; es decir, que es uno de los factores más frecuentes, por ende, muestra la necesidad de que se revisen y evalúen de forma periódica las exigencias que afrontan los docentes cotidianamente, entre las cuales se destacan las cognitivas, emocionales, mentales y las responsabilidades que deben cumplir, las cuales demandan largos periodos de tiempo, jornadas que se extienden fuera de los lugares de trabajo e incluso, condiciones del espacio físico (Mosquera, 2021). En este punto también se destaca la estrecha relación que existe entre la demanda laboral y una demanda secundaria que es la emocional, sin ser esta última menos importante, ya que involucra un factor determinante en el desarrollo de cualquier trabajo y es la parte afectiva. Se han descrito en la literatura hallazgos que evidencian la influencia directa de este

tipo de demandas con la probabilidad de desarrollar estrés, dada la carga de trabajo, las exigencias emocionales para comprender los sentimientos de otras personas como son los estudiantes (Mosquera, 2021) y los recursos propios o capacidades con que cuentan los docentes para afrontar situaciones difíciles (González y otros, 2021).

**Figura 4.** Red semántica de consecuencias



Tomado de software ATLAS ti.(2025)

En cuanto a la figura dos (2), se encuentran cuatro (4) subcategorías: síntomas fisiológicos, síntomas psicoemocionales, síntomas del comportamiento social y síndromes. La decisión de realizar esta división se tomó pensando en que el análisis se pudiera desarrollar de una manera integral y para destacar que los efectos de la exposición a factores de riesgo psicosociales como los identificados anteriormente (dentro de los síntomas que la literatura clasifica) no se limitan a un solo plano en la salud de quien está expuesto a diversas condiciones laborales. Para la primer subcategoría se destacan las manifestaciones físicas que con el tiempo pueden convertirse en problemas de salud crónicos, debido a la carga laboral relacionada con situaciones o contextos que

se presentan de forma prolongada; como ejemplo de ello se ha demostrado que hay un nexo característico entre la función física (dolores corporales) y el ausentismo (González y otros, 2021). Pasando a la subcategoría dos, se logró constatar que los factores reconocidos, en la revisión, están fuertemente conectados y destacan frente a otros en la red; como resultado del análisis se notó la alta influencia que estos factores tienen en la manifestación del malestar emocional y en cómo, si no se intervienen, posiblemente pueden nutrir el deterioro la salud física, emocional y mental del docente (Guevara y otros, 2014).

Algunas de las consecuencias psicoemocionales han sido clasificadas como físicas, lo cual restaría relevancia a los síntomas psicoemocionales, tal como lo señala Rabadá y Artazcoz (2006): “la incidencia real de enfermedades de índole psiquiátrico podría ser incluso mayor, llegando a alcanzar cifras que duplican los datos obtenidos, ya que gran parte de los problemas psiquiátricos son comúnmente contemplados como problemas físicos”.

Un estudio realizado recientemente en España reveló que “el 17% del profesorado español padece trastornos psicósomáticos y cerca del 63% de ellos alcanzan puntos depresivos leves, sobrepasando en un 19% aquellos que sufren puntos depresivos graves” (Flores & Herrera, 2024). Siguiendo con la subcategoría tres, los factores que se observan están ligados a las relaciones interpersonales, en primera medida, dado que el ambiente laboral es capaz de brindar una sensación de bienestar en el desarrollo de la labor y al estar ausente este factor social por comportamientos o conductas que son contrarias, como la falta de colaboración y cooperación entre compañeros (Flores & Herrera, 2024) el docente empieza a manifestar dificultades en el desarrollo de las tareas y la construcción de habilidades sociales, lo cual impacta en su salud (Orozco y otros, 2024). Para terminar, la subcategoría cuatro señala síndromes que se pueden interpretar como un resultado de la acumulación de factores físicos, emocionales y sociales a los que se expone el docente; dentro de

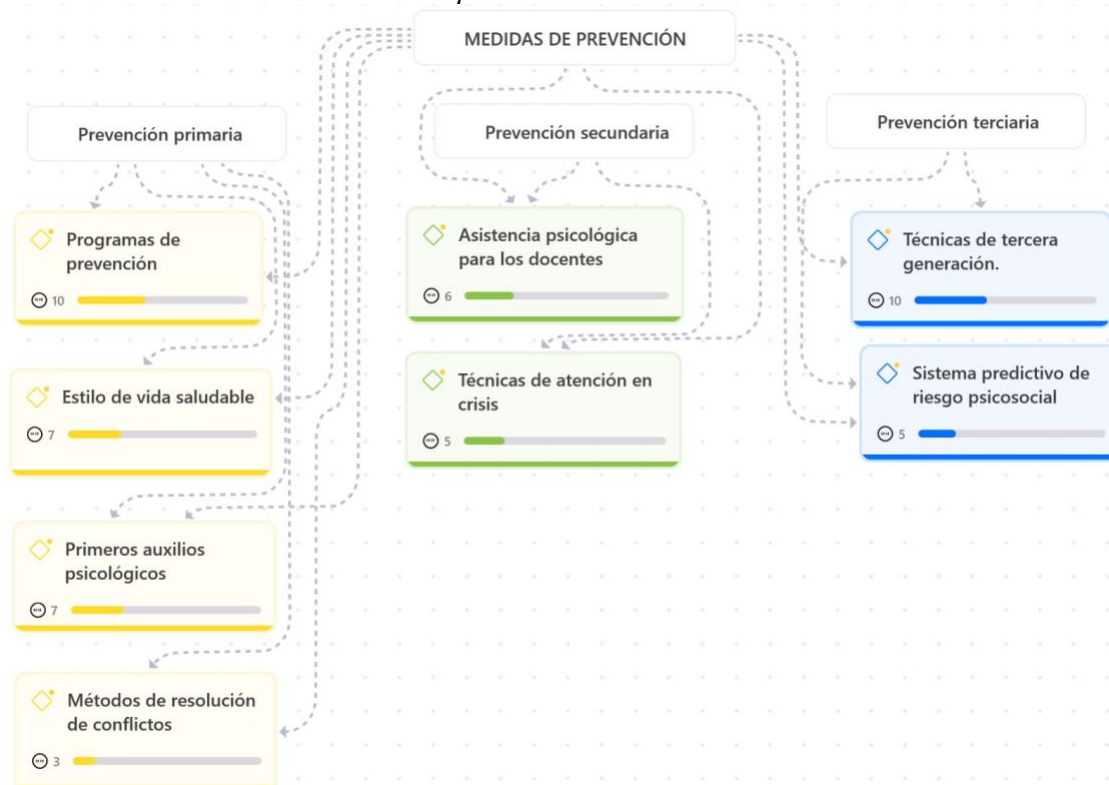
los principales síndromes que se ha investigado está el de burnout, tanto que se asegura la alta vulnerabilidad de la profesión docente frente a este síndrome en comparación con otras profesiones con demandas de trabajo similares ( (Flores y otros, 2021); (González y otros, 2021)); dentro de los hallazgos relevantes de esta revisión, se encontró un estudio donde se confirma que el grado de escolaridad influye en el desarrollo de este síndrome, los autores Flores, Flórez y Jenaro (2021) afirman: “concretamente, los docentes de secundaria y bachillerato son quienes experimentan mayor burnout”.

En este orden de ideas, también se proyectan síntomas asociados al comportamiento social, teniendo en cuenta que las relaciones interpersonales juegan un papel fundamental en el sano desarrollo de habilidades sociales; al verse obstaculizadas estas interacciones en la relación estudiante-profesor dadas las diferencias generacionales y el desinterés de los estudiantes frente al conocimiento propuesto por el docente (Unda y otros, 2020), se crean barreras que llevan a conflictos o divergencias complejas que involucran situaciones de violencia, acoso e intimidación hacia los profesores, quienes en algunos casos no cuentan con el apoyo de la institución o sus jefes, lo cual influye en que se reduzca la ilusión por el trabajo y aumente la desmotivación, siendo esto una repercusión directa en el bienestar del docente y el clima laboral (Unda y otros, 2020).

La problemática se fortalece cuando el docente tiene doble presencia laboral, dado que al aumentar los niveles de exigencia, las tareas y responsabilidades, las jornadas se extienden y el tiempo para realizar actividades diferentes se reduce, promoviendo una percepción negativa de la calidad de vida en el trabajo, ya que su dedicación a tareas como planear y evaluar restan la posibilidad de tener tiempo de descanso, de compartir en familia y socializar (Orozco y otros, 2024), favoreciendo la carencia de un estilo de vida saludable.

El análisis anterior, con base en la red semántica o figura dos (2), refleja la interdependencia que existe entre los diferentes tipos de consecuencias halladas en la literatura científica, considerando la frecuencia con que se repiten los códigos y el impacto multifactorial que pueden llegar a tener las condiciones laborales adversas, en los docentes; así mismo, destaca la necesidad de promover ambientes de trabajo con un enfoque integral que permita el abordaje y la búsqueda de acciones preventivas.

**Figura 5.** Red semántica de medidas de prevención



Tomado de software ATLAS ti.(2025)

Respecto a la figura tres (3), ésta expone que existe una correlación en la mayoría de los autores, quienes coinciden que los programas de prevención son la medida de atención primaria que debe implementarse con mayor frecuencia, dado que esto demuestra la urgencia de proponer y ejecutar acciones que fomenten condiciones seguras y saludables para los docentes, enfocándose en los factores que se caracterizan como críticos y, de esta forma, favorecer patrones de

afrontamiento efectivos (González y otros, 2021). Así mismo, de manera secundaria, la medida de prevención: asistencia psicológica para los docentes se considera relevante, dado que las situaciones que se presentan dentro y fuera del aula inciden en los docentes, los cuales llegan a experimentar sentimientos como fracaso, culpa o sensación de no llevar a cabo bien su labor; en medio de estas situaciones, se puede evidenciar la falta de herramientas de apoyo psicológico (Flores & Herrera, 2024).

Experimentar sensaciones como las mencionadas anteriormente, se deriva en afectaciones de la salud físico-psíquica que limitan al docente en la realización de su ejercicio de forma óptima, por ende, la calidad de enseñanza se ve afectada y la necesidad por implementar técnicas como las de tercera generación (mindfulness, talleres de relajación o Work engagement) se hace más latente (Flores & Herrera, 2024).

La revisión de la literatura arrojó hallazgos basados en algunas técnicas usadas en el afrontamiento de los factores de riesgo y en la promoción de las medidas de prevención, dos de las que han sido estudiadas con resultados efectivos son: el mindfulness y el Work engagement, sin embargo, también se destaca la necesidad de formular programas de formación que estén enfocados en el desarrollo y la fortaleza de habilidades como el liderazgo, el trabajo en equipo y el apoyo social (González y otros, 2021), así mismo, es sugerido capacitar a los docentes en competencias socioemocionales, dado que son elementos esenciales en el desarrollo y actuar educativo (Reyes y otros, 2022).

Como medida de intervención terciaria incluso, Mosquera (2021) desarrolló un sistema de clasificación basado en técnicas inteligentes que permite identificar el grado de riesgo psicosocial en docentes, concluyendo que es necesario el uso de metodologías innovadoras, entre ellas la de

predicción, para facilitar el proceso de automatización en etapas como la identificación, clasificación y predicción de dichos riesgos.

En suma a lo expuesto, un estudio realizado en Ecuador y usado dentro de los documentos elegidos para la realización de esta revisión, afianza que hay formas de mitigar algunas de las variables que desencadenan el síndrome de burnout en docentes de básica secundaria obligatoria, a través de: “un taller innovador basado en el modelo integrado de mindfulness”, dicho taller tiene como objetivo ser una guía de apoyo para el docente y ser integrado dentro de la documentación oficial de la institución (Flores & Herrera, 2024).

Considerando lo anterior, para la formulación, desarrollo e implementación de estos programas es obligación de las organizaciones la asignación de recursos (financieros, técnicos y humanos) que permitan el cumplimiento de lo propuesto en los programas (guía técnica general, 2015); es por ello que de las recomendaciones más frecuentes frente a esta problemática se encuentra formular y ejecutar programas orientados a la prevención y control de las patologías que se han identificado, debido al estilo de vida de los docentes, el cual está fuertemente ligado a su entorno laboral (Mosquera, 2021).

Para dar cierre a este capítulo, la autora presenta a continuación una discusión desde un abordaje que propone mitigar los factores de riesgos identificados en los documentos elegidos para este estudio y recomendaciones basadas en los hallazgos producto de la revisión y la evidencia encontrada:

Es pertinente proponer e implementar medidas que le proporcionen al docente la posibilidad de atenuar las consecuencias de la exposición a los factores de riesgo y desde las instituciones impulsar espacios, alternativas y programas que garanticen una calidad de vida laboral más saludable.

Uno de los elementos más importantes como mitigador de la percepción que tiene el docente de los riesgos psicosociales es sentir el apoyo de sus compañeros, jefes y padres de familia, ya que al construirse una apreciación negativa como la falta de acompañamiento de los padres, el docente siente que se le delega esta responsabilidad, la cual debe ser atendida y solucionada en casa (Flores & Herrera, 2024), por ende, esta problemática representa un aumento en las exigencias del ejercicio docente; en ese orden de ideas, al cambiarse la forma en cómo los demás actores implicados en el proceso de enseñanza-aprendizaje se involucran apropiándose de su rol la concepción del docente sobre el entorno puede ser más positiva, incluso, al promover programas que fortalezcan la regulación emocional el docente puede desarrollar y mantener pensamientos efectivos en situaciones de crisis, conservar estabilidad emocional ante casos negativos de las familias y manifestar conductas empáticas ante eventualidades (Reyes y otros, 2022).

Por otro lado, también se resalta en lo evidenciado efectos que pueden generar bienestar en el ejercicio docente, exponiendo los aspectos fundamentales que se deberían fortalecer para promover ambientes laborales más saludables, destacando la influencia positiva de las relaciones interpersonales con los compañeros de trabajo, quienes representan un apoyo entre iguales, y la comunicación asertiva con los estudiantes (Molero, 2018); esto compensa y refuerza lo mencionado antes, reiterando la importancia en el apoyo social, desde un componente fundamental que impacta significativamente el factor emocional, por ende, este factor se correlaciona con la personalidad de los docentes, las recompensas y la motivación por la labor realizada (González y otros, 2021).

Ante estas necesidades, las investigaciones tomadas como referencia para esta revisión han determinado la relevancia de dar lugar a planes, estrategias y/o programas de afrontamiento efectivo para los docentes, los cuales deben tener un objetivo común y es: prevenir o controlar el

aumento de la exposición a factores de riesgo psicosociales presentes en el ejercicio de la labor docente.

## **6. Conclusiones**

Los estudios revisados demuestran que los factores de riesgo a los que se ven expuestos los profesores de instituciones educativas en el nivel de básica secundaria se pueden clasificar en tres subcategorías: factores intralaborales, extralaborales e individuales. Es decir, que las afectaciones a las que se expone el docente no solo se dan a nivel laboral, sino también fuera de este e incluso en su conducta.

Existe una influencia de las características del entorno y las condiciones de trabajo en el estado emocional del individuo y en la percepción de sí mismo frente a su desempeño laboral; dentro de estos factores intralaborales se destacan las demandas de trabajo, demandas emocionales, las relaciones sociales en el trabajo, liderazgo, influencia laboral/extralaboral, riesgo intralaboral, carga mental, recompensas, ratio profesor-alumno, control y autonomía, necesidades específicas en los alumnos, compensación y remuneración.

La exposición a los factores de riesgo se deriva en consecuencias que surgen en un intento por equilibrar, desde lo individual, demandas no solo de las tareas a cumplir, sino también aquellas cognitivas y emocionales donde el docente alcanza niveles de exigencia que superan los recursos propios para afrontar la carga (González y otros, 2021), desencadenando afectaciones fisiológicas, físicas y mentales.

Los factores de riesgo no se limitan a la relación del docente con su labor en el sitio de trabajo, sino que se dilata fuera de este; es allí, donde se presentan las influencias del macrosistema y la inestabilidad que algunas veces genera en el individuo, dadas las modificaciones constantes

en la legislación y las reformas en el sistema educativo, las cuales establecen competencias y requerimientos que representan nuevas exigencias para los docentes y que resultan en malestares producto de la labor que desempeñan (Villaverde, 2019).

Las repercusiones de los factores de riesgo también escalan a las relaciones familiares, donde algunos de los aspectos que influyen en esta problemática son los horarios establecidos son extensos, evidenciando que condiciones como esta conllevan a dificultades para tener tiempo de calidad y disfrutar de actividades de ocio, lo que implica efectos adversos en la apreciación de la calidad de vida y en el desempeño del trabajador (González y otros, 2021).

Es imperativo mencionar la importancia de los recursos con los que el docente cuenta o no en el afrontamiento de situaciones estresantes que ocasionan lo que es llamado “quemarse por el trabajo”, puesto que desde las capacidades individuales la personalidad cumple un rol determinante como promotor de síndromes asociados a la salud psicosocial (Villaverde, 2019).

Dentro de las variables asociadas con el síndrome del burnout se encuentran la pérdida de interés por el trabajo, la dificultad frente a la toma de decisiones, el perfeccionismo, la culpa con las personas que componen el entorno de trabajo y el desgaste psíquico.

Las consecuencias de exposición a factores psicosociales se categorizaron en: síntomas fisiológicos, síntomas psicoemocionales, síntomas del comportamiento social y síndromes; lo cual prueba el alto impacto negativo ocasionado en la salud que ha sido descrito en los documentos de referencia usados para este estudio, producto de la exposición a diferentes factores de riesgo.

Las consecuencias más sobresalientes son: los trastornos musculoesqueléticos, alteraciones fisiológicas, problemas de sueño, alteraciones cardiovasculares, consecuencias en la salud mental, depresión, ansiedad, salud emocional cognitiva, irritabilidad, dificultad para relajarse, violencias asociadas a relaciones sociales, doble presencia laboral, carencia de estilo de vida saludable,

síndrome de burnout, estrés, fatiga laboral, dificultades cognitivas y síndromes.

Las consecuencias revelan una particularidad que sugiere que al integrarse diferentes dimensiones esto se traducirá en malestares o manifestaciones en la salud del docente, incluso, algunas de estas consecuencias son definidas como enfermedades laborales (depresión, trastorno de ansiedad generalizada, trastorno de sueño, trastorno cognitivo leve, síndrome de burnout), según lo dispuesto en el decreto 1477 de 2014 en Colombia.

Las afectaciones físicas que sufre la población docente, debido a los factores a los que se expone, evidencia una correlación bidireccional que puede promover la posibilidad de que aumenten los riesgos psicosociales y se vea perjudicada la salud de los docentes.

Los síntomas fisiológicos se relacionan con los psicoemocionales y viceversa, esto se combina con sentimientos que surgen de la insatisfacción propia del docente cuando se manifiestan actitudes indolentes en la práctica que lleva a cabo, ante lo cual desarrolla nuevas exigencias que le permitan recobrar su motivación y dedicación, sin embargo, esto puede resultar contraproducente, convirtiéndose en una nueva fuente que genere resultados más graves como un desgaste psicológico, acrecentando su trato apático hacia las personas que conforman su ambiente laboral, llevando al profesional a experimentar daños en la salud y deseo de deserción laboral.

El análisis de los factores de riesgo y consecuencias hallados en la revisión bibliográfica, evidencian que la calidad de vida de los docentes se deteriora, en parte, por la carencia de hábitos saludables, en consecuencia, esto demuestra que las instituciones juegan un rol fundamental en la generación de espacios que promuevan ambientes de bienestar.

Los profesionales del ámbito educativo deben contar con competencias psicoemocionales que le permitan actuar de una forma resiliente y asertiva ante situaciones de crisis, ya sea personales o de los estudiantes; esto conlleva a la aplicación de acciones que busquen reducir los

riesgos laborales, el estrés y otros factores psicosociales desde un abordaje distinto, considerando que cada categoría posee características y necesidades diferentes en cuanto a lo que experimentan los docentes.

Otra competencia de los profesionales, importante a examinar, es el rol mediador del docente en situaciones de carácter convivencial, teniendo en cuenta que los niveles de educación y los conflictos que se presentan en cada uno de ellos son diferentes, así como su abordaje y gestión, para lo cual se requiere de formación continua que implique cambios innovadores en su actuar docente.

El papel que cumple el docente ante situaciones conflictivas o de demandas psicoemocionales generan una carga mental y emocional, además de la laboral, es por ello que la asistencia psicológica representa una ayuda crucial en el desarrollo de estos procesos.

La pérdida o bajo desempeño académico de algunos estudiantes genera en el docente culpa e incluso se cuestiona por no estar realizando de la forma más adecuada su trabajo, lo que ante dichos casos sobresale la ausencia de herramienta de ayuda psicológicas y la sensación de tener que ocultar sus emociones frente a otros actores de la comunidad educativa, en casos que suceden de forma reiterada en el aula.

Una de las formas conocidas para promover la motivación y estimular la implicación hacia el trabajo docente, es llamada Work engagement, la construcción de este tipo de pensamiento o percepción hacia el trabajo se relaciona con un estado mental positivo que se caracteriza por el vigor y la dedicación aplicados al desarrollo de la tarea, incluso ante situaciones difíciles.

Fomentar el Work engagement favorece ambientes laborales saludables, considerando que los docentes con mayores niveles de engagement impulsan los procesos de enseñanza-aprendizaje

en los estudiantes, además, se estima que pueden llegar a disminuir la probabilidad de desarrollar síndrome de burnout y otros problemas de salud.

Existen diferentes métodos, técnicas y programas que se pueden implementar en las instituciones educativas, con el objetivo de garantizar el desarrollo de acciones de mejora que busquen fortalecer la prevención a la exposición de los riesgos psicosociales, como lo son las técnicas de intervención en tercera generación de la psicología.

Es importante continuar con la implementación de estrategias para gestionar los conflictos al interior de las instituciones de educación básica secundaria.

En la gestión de los riesgos psicosociales al interior de las de las instituciones de educación básica secundaria, es importante incluir las actuales perspectivas de inteligencia artificial, realidad aumentada y el lenguaje de máquina.

Es imperativo realizar acciones que fortalezcan las relaciones sociales y el liderazgo al interior de las instituciones de educación básica secundaria, como mecanismo para mitigar los factores de riesgo psicosocial, deben generarse acciones de formación y fortalecimiento de las habilidades para la vida.

Las instituciones de educación básica secundaria deben realizar la evaluación, monitoreo y control de los factores de riesgo psicosocial como lo estipula la normatividad legal vigente.

Es importante, profundizar los hallazgos de este estudio a través de la identificación de los factores psicosociales en las instituciones de educación básica secundaria; así mismo deben ampliarse los criterios de búsqueda bibliográfica incluyendo descriptores en otros idiomas.

### Referencias

- Acevedo, M. (2019). Riesgo psicosocial y síntomas psicológicos y psicosomáticos en trabajadores del sector agroindustrial en Santander.
- Acevedo, M. (2019). Riesgo psicosocial y síntomas psicológicos y psicosomáticos en trabajadores del sector agroindustrial en Santander.
- Aguilera, D., Ocampo, L., & Tejedor, B. (2021). Identificación de factores de riesgo psicosocial asociados al estrés y el síndrome de Burnout en los docentes básica primaria de la sede Juan del Corral de la IE Alfonso López Pumarejo de municipio de Tuluá.
- Aguillón, M., Barrera, D., Cortes, J., & Pinzón, G. (2016). Bienestar psicológico, subjetivo y cognición social: su relación con la salud en adultos jóvenes. Universidad Piloto de Colombia .
- Alcaldía mayor de Bogotá. (2014). Guía operativa de ámbito laboral “trabajo decente y saludable”. programa territorios saludables.
- Alcaldía Mayor de Bogotá. (2014). Guía operativa de ámbito laboral “trabajo decente y saludable”. programa territorios saludables.
- American Psychological Association. (s.f.). Style and Grammar Guidelines. Recuperado el 17 de enero de 2020, de Apastyle: <https://apastyle.apa.org/style-grammar-guidelines>
- Ansoleaga, E. (2021). Pepet.udp. Obtenido de Programas de estudios psicosociales del trabajo udp: <https://pepet.udp.cl/publicacion/clinica-psicosocial-del-trabajo-en-chile-acuerdos-tecnicos-y-eticos-sobre-la-organizacion-del-trabajo/>
- Aranda, C., Pando, M., & Pérez, M. (2004). Apoyo social y síndrome de quemarse en el trabajo: una revisión. *Psicología y salud*, 14(1), 79-87.

- Arias, W. (2012). Estrés laboral en trabajadores desde el enfoque de los sucesos vitales . Revista Cubana de Salud Pública , 38(4), 525-535 .
- Ariza, S. (2011). El sistema educativo: una construcción social. Cultura Científica y Tecnológica., 8, 43–44.
- Avendaño, W., Paz, L., & Rueda, G. (2017). Dificultades en la escritura académica y funciones cognitivas: revisión de estudios. Sophia, 13(1), 132-143.
- Bandelow, B., & Michaelis, S. (2022). Epidemiología de los trastornos de ansiedad en el siglo XXI. Dialogues in Clinical Neuroscience, 17(3), 327-335.
- Botero, C. (2012). Riesgo psicosocial intralaboral y "burnout" en docentes universitarios de algunos países latinoamericanos. Cuadernos de Administración, 28(48), 117-132.
- Castrillón, E., Sarsosa, K., Moreno, F., & Moreno, S. (2015). Estrés académico y sus manifestaciones inmunológicas: La evidencia de la psico-neuro-endocrino-inmunología. Saltem Scientia Spiritus, 1(1), 16-28.
- Chiavenato, I. (2000). Administración de recursos humanos. McGraw-Hill Interamericana.
- Congreso de Colombia. (2006). Ley 1010 de 2006: Por la cual se adoptan medidas para prevenir, corregir y sancionar el acoso laboral y otros hostigamientos en el marco de las relaciones de trabajo. Diario Oficial No. 46.160.
- Cordova, S., & Quinga, A. (2022). La doble presencia en el ámbito laboral en docentes universitarias mujeres durante el confinamiento por COVID 19. Universidad Politécnica Salesiana.
- CRAI USTA Bucaramanga. (2020). Informe de recursos y servicios bibliográficos. Bucaramanga: Universidad Santo Tomás.

- Delgado, S., Huang, C., González, L., & Castro, M. (2022). Impacto del sedentarismo en la salud mental. *Revista Ciencia Y Salud Integrando Conocimientos*, 6(1), 81-86.
- Deza, S. (2007). Intervención en crisis: primeros auxilios psicológicos. *Unife*, 3(1), 37-43.
- Díaz, C. D. (2000). Conceptualización de la resolución de conflictos. Universidad Autónoma de Bucaramanga.
- Escudero, I., & Pérez, L. (2019). Factor de riesgo psicosocial de carga mental en el docente universitario. *Libre empresa*, 19(2), 165-170.
- Flores, A., & Herrera, I. (2024). Factores De Riesgo Psicosocial Y Burnout En Profesionales De La Educación; Propuesta De Vademécum Docente Basado En Mindfulness. *Revista científica multidisciplinar*, 8(5), 7636-7650.
- Flores, N., Flórez, A., & Jenaro, C. (2021). Factores de riesgo y protectores del burnout en docentes que atienden a alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo (NEAE) en el aula ordinaria. *Revista de Educación Inclusiva*, 14(2), 105-120.
- Friese, S. (2019). *Qualitative data analysis with ATLAS.ti*. Sage Publications., 3, 1-344.
- García, M., Iglesias, S., & Saleta, M. (2016). Riesgos psicosociales en el profesorado de enseñanza universitaria: diagnóstico y prevención. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 32(3).
- Gómez, V., Perilla, L., y Hermosa R., A. (2019). Riesgos para la salud de profesores universitarios derivados de factores psicosociales laborales. *Universitas Psychologica*, 18(3), 1–15.
- González, M. (1993). Aproximación al concepto de ansiedad en psicología: su carácter complejo y multidimensional. *Revista Aula: Revista de Pedagogía de la Universidad de Salamanca*, 5, 9-22.

- González, Y., Ceballos, P., & Rivera, F. (2021). Carga mental en profesores y consecuencias en su salud: una revisión integrativa. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, 29, 1-16.
- Guerrero, S. (2023). Factores Psicosociales y Depresión Laboral en Docentes del Programa de Psicología en la Universidad de Santander Campus Bucaramanga .
- Guevara, A., Sánchez, C., & Parra, L. (2014). Estrés laboral y salud mental en docentes de primaria y secundaria. *Revista Colombiana de Salud Ocupacional*, 4(4), 30-32.
- Hewitt, N., Rueda, C., Vega, Á., Alarcón, M., Velandia, S., & Villamil , R. (2023). Regulación emocional y habilidades de afrontamiento en profesores colombianos de Educación Básica Primaria. *Revista Guillermo de Ockham*, 21(1), 45-63.
- Holmes, M., Seamus, H., Talmud, P., Hingorani, A., & Humphries, S. (2011). Utility of genetic determinants of lipids and cardiovascular events in assessing risk. *Nature Reviews Cardiology*, 8, 207–221.
- International Organization for Standardization ISO. (2018 ). ISO 31000:2018 Risk management – Guidelines. Guidelines. ISO.
- Jarrín, G., & Moreta, R. (2004). El estrés, dificultades de regulación emocional y adaptación escolar en adolescentes aspirantes a la educación superior en Ecuador. *ReHuso: Revista de ciencias Humanísticas y Sociales*, 9(1), 24-35.
- Kyriacou, C. (2001). Teacher Stress: Directions for future research. *Educational Review*, 53(1), 27–35.
- Manrique, N., & Calderon, Y. (2008). Factores de riesgos psicosociales que afectan a los docentes de las instituciones educativas de la comuna seis del municipio de Neiva.

- Matud Aznar, M. P., García Rodríguez, M. d., & Matud Aznar, M. J. (2002). Estrés laboral y salud en el profesorado: un análisis diferencial en función del género y del tipo de enseñanza. *International Journal of Clinical and Health Psychology* , 2(3), 451- 465.
- Mendoza, R. (2015). La psicoterapia breve y de emergencia como estrategia para una intervención en crisis durante el proceso de duelo. universidad técnica de Machala .
- Miao, L. L. (November 8-12). A specification-based approach to testing polymorphic attributes. *Formal Methods and Software Engineering: Proceedings of the 6th International Conference on Formal Engineering Methods, ICFEM 2004*. Seattle, WA, USA.
- Ministerio de Educación Nacional. (s.f.). Labor docente y su implicación en los procesos educativos.
- Ministerio de la Protección Social y Pontificia Universidad Javeriana. (2015). Promoción, prevención e intervención de los factores psicosociales y sus efectos en población trabajadora.
- Ministerio de la Protección Social. (2008). Resolución 2646 de 2008, por la cual se establecen disposiciones y se definen responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para la d. Diario Oficial No. 47.015.
- Ministerio de trabajo. (2014). Decreto 1477 de 2014: Por el cual se expide la Tabla de Enfermedades Laborales. Diario Oficial No. 49.234.
- Ministerio del trabajo. (2022). Resolución 2764 de 2022 Por la cual se adopta la Batería de instrumentos para la evaluación de factores de Riesgo Psicosocial, la Guía Técnica General para la promoción, prevención e intervención de los factores psicosociales y sus efectos en la población. Diario Oficial No. 52.106.

- Molero, W. (2018). Mejorar las relaciones interpersonales, desarrollando habilidades comunicativas: La empatía, la asertividad y la escucha atenta de los profesores, estudiantes y padres de familia en la Institución Educativa “La Inmaculada” del distrito de Santa Ana – Quil. Universidad Antonio Ruiz de Montoya.
- Mora, P., Barajas, K., Sánchez, I., & Rangel, M. (2018). Trastornos del sueño: ¿qué son y cuáles son sus consecuencias? *Revista de la Facultad de Medicina (México)*, 61(1), 6-20.
- Morales, D., & Gutiérrez, A. (2019). Irritabilidad como síntoma transdiagnóstico. *Revista Chilena de Psiquiatría y Neurología de la Infancia y Adolescencia*, 30(2), 49-70.
- Moreno, B. (2011). Factores y riesgos laborales psicosociales: conceptualización, historia y cambios actuales. *Medicina y seguridad del trabajo*, 57(1), 1-262.
- Mosquera, R. (2021). Sistema de clasificación basado en técnicas inteligentes para identificar el grado de riesgo psicosocial en docentes de educación básica primaria y secundaria en colegios públicos de Colombia . Universidad Nacional de Colombia.
- Organización Internacional del Trabajo OIT. (1984). Factores psicosociales en el lugar de trabajo y su impacto en la salud de los trabajadores. Organización Internacional del Trabajo.
- Organización Internacional del Trabajo OIT. (2003). Código de práctica sobre la violencia y el estrés en el lugar de trabajo en el sector de servicios. OIT.
- Organización Internacional del Trabajo OIT. (2011). Sistemas de gestión de la seguridad y la salud en el trabajo: Directrices ILO-OSH 2001. Oficina Internacional del Trabajo.
- Organización Mundial de la Salud OMS. (2022). Trastornos mentales.
- Organización Mundial de la Salud. (2019). Depresión.
- Organización Panamericana de la Salud. (2013). Paho.org. Obtenido de Depresión: <https://www.paho.org/es/temas/depresion#:~:text=La%20depresi%C3%B3n%20es%20u>

na%20enfermedad,%2C%20biol%C3%B3gicos%2C%20ambientales%20y%20psicol%C3%B3gicos.

Orozco, M., Bravo, H., Ruvalcaba, N., Colunga, B., Vázquez, C., & Vázquez, J. (2024). Clima organizacional como predictor de calidad de vida en el trabajo del cuerpo docente mexicano de secundaria según su turno laboral. *Revista Educación*, 48(2), 1-19.

Ortíz, L. (2021). Una mirada a la violencia laboral en el campo de los trabajadores de la salud en Colombia. Universidad Santo Tomás.

Pérez, J., Turpo, J., & López, J. (2019). Factores de riesgo psicosocial y estrés laboral en los docentes universitarios. *Revista espacios*, 40(19), 13.

Quillian, R. (1968). Semantic memory. *International Journal of Computer & Information Sciences*, 1(3), 227–260.

Ramírez, J., & Tesen, J. (2022). Las relaciones interpersonales y la calidad educativa. *Revista científica: TecnoHumanismo.* , 2(3), 17-34.

Reid, S., Lawrence, R., Segal, J., & Smith, M. (19 de febrero de 2024). HelpGuide.org. Obtenido de HelpGuide.org: <https://www.helpguide.org/es/estres/prevencion-y-tratamiento-del-sindrome-de-desgaste-emocional>

Reyes, A., Keck, C., Gracia, M., & Saldivar, A. (2022). Habilidades socioemocionales en los docentes: educación desde la ética del cuidado de sí. *Praxis & Saber*, 13(34).

Ríos, L., & Contreras, A. (2018). Lesiones musculoesqueléticas de extremidades superiores en trabajadores de una fábrica de cartón. *Revista Colombiana de Salud Ocupacional* , 8(1).

Saborío, L., & Hidalgo, L. (2015). Síndrome de Burnout. *Medicina Legal de Costa Rica - Edición Virtual*, 32(1).

- Sadock, B., & Sadock, V. (2008). Sinopsis de psiquiatría Ciencias de la conducta/Psiquiatría clínica. Lippincott Williams & Wilkins., 10.
- Salamanca, M., & Porras, N. (2022). Factores psicosociales de riesgo intralaborales en una empresa de seguridad. Integración Académica en Psicología , 3(30).
- Saldaña, J. (2016). The coding manual for qualitative researchers. SAGE Publications, 3.
- Salech, F., Jara, R., & Michea, L. (2012). Cambios fisiológicos asociados al envejecimiento. Revista Médica Clínica Las Condes, 23(1), 19-29.
- Seguridad minera. (5 de 1 de 2024). Seguridad minera. Obtenido de Identificar y mitigar la fatiga: <https://revistaseguridadminera.com/salud-ocupacional/identificar-y-mitigar-la-fatiga/>
- Sole, A. C. (2006). Instrumentación Industrial. México: Alfaomega.
- trabajo, M. d. (2014). Decreto 1477 de 2014: Por el cual se expide la Tabla de Enfermedades Laborales. Diario Oficial No. 49.234.
- Unda, S., Hernández, R., García, O., & Esquivel, C. (2020). Factores de riesgo psicosocial predictores del Síndrome de Quemarse por el Trabajo (SQT) (Burnout) en docentes de bachillerato. Información Psicológica, 119, 91–107.
- UNIR. (11 de 7 de 2022). unir.net. Obtenido de ¿Cuáles son y en qué consisten las terapias de tercera generación?: UNIR revista.
- Uribe, J. (2020). Riesgos psicosociales, burnout y psicosomáticos en trabajadores del sector público. Investigación Administrativa, 49(125).
- Urquijo, J. (2013). Remuneración salarial y su incidencia en la calidad de vida de los trabajadores. Revista Científica Sociedad & Tecnología, 1(1), 14–34.
- Vargas, A. (2016). Prácticas de trabajo saludable para educadores: Protocolo de intervención de factores psicosociales en el sector educativo.

Velázquez, S. (2013). Hábitos y estilos de vida saludable. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo.

Villaverde, U. E. (2019). Factores de riesgo psicosocial predictores del Síndrome de Quemarse por el Trabajo (SQT) (Burnout) en docente de Bachillerato.

Wigner, E. P. (2005). Theory of traveling wave optical laser . Phys. Rev., 134, A635-A646.

Woods, P., & Carlyle, D. (2022). Teacher identities under stress: The emotions of separation and renewal. *International Studies in Sociology of Education*, 12(2), 169-190.

Zepeda, S. (2018). La Reforma Educativa: Desafíos curriculares para la Educación Media Superior. *REencuentro. Análisis de Problemas Universitarios*, 29(76), 101-118.