



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA
Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia

Manuscrito Recepcional
Programa de Profundización en Procesos Organizacionales

Relación de los factores de riesgo psicosocial y la fatiga en
profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco en periodo
de contingencia sanitaria por SARS-CoV-2.

Investigación Empírica

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A:

Jorge Alberto Chávez Sánchez

Directora: Lic. Mónica Aranda García
Vocal: Mtra. Mirna Elizabeth Quezada



Los Reyes Iztacala Tlanepantla, Estado de México, 25 de Junio de 2021



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Contenido

1. Introducción	4
2. Marco Teórico	5
2.1. El contexto educativo en pandemia	5
2.2. Una mirada a la docencia durante la pandemia.....	8
2.3. Los Riesgos Psicosociales y la Salud Ocupacional	12
2.3.1. Los Riesgos Psicosociales en el magisterio.....	15
2.4. La Fatiga en contextos laborales.....	18
2.4.1. Fatiga Laboral en personal docente	20
3. Planteamiento del Problema.....	22
4. Justificación	23
4.1. Pregunta de Investigación:	25
4.2. Objetivos.....	25
4.2.1. Objetivo General.....	25
4.2.2. Objetivos Específicos.....	25
4.3. Hipótesis	26
5. Método y Procedimientos.....	27
5.1. Tipo y diseño general del estudio.....	27
5.2. Universo poblacional	27
5.3. Tipo y tamaño de la muestra	27
5.4. Criterios de selección: inclusión, exclusión y eliminación	28
5.5. Variables de estudio e instrumentos	28
5.5.1. Las Variables Sociodemográficas:	28
5.5.2. Los Riesgos Psicosociales:	29
5.5.3. Fatiga.....	31
5.6. Consideraciones Éticas.....	32
5.7. Procedimiento.....	33
5.8. Análisis de los datos	34
6. Resultados.....	34
7. Discusión	42
Referencias	49
Anexos	56
Anexo 1. Cuestionario de Datos Sociodemográficos	56
Anexo 2. Escala de Factores de Riesgo Psicosocial.....	58
Anexo 3. Cuestionario De Síntomas H. Yoshitake.....	60

Índice de tablas y gráficos

Gráfico 1: Edad de los participantes	35
Gráfico 2: Años de servicio en la docencia	36
Gráfico 3: Nivel de Riesgo Psicosocial General	37
Gráfico 4: Asociación del Nivel de riesgo psicosocial por sexo	40
Gráfico 5: Asociación del Nivel de riesgo psicosocial de acuerdo con las horas semanales dedicadas a la docencia	41
Gráfico 6: Asociación del Nivel de riesgo psicosocial por años de servicio	42
Gráfico 7: Relación del nivel de riesgo psicosocial con respecto al tipo de escuela	42
Tabla 1: Comparativo de horas dedicadas a la docencia antes y desde el confinamiento	36
Tabla 2: Dimensiones del riesgo Psicosocial	37
Tabla 3: Presencia de Fatiga en la muestra	38
Tabla 4: Correlaciones Nivel de Riesgo Psicosocial y Presencia de Fatiga	38
Tabla 5: Dimensiones del nivel de riesgo psicosocial de acuerdo con el sexo de los participantes	40

1. Introducción

El confinamiento declarado como una medida preventiva para mitigar la transmisibilidad del SARS-CoV-2 ha obligado al gobierno del país a emprender acciones para dar continuidad a los procesos educativos en todos los niveles escolares. En Jalisco, la Secretaría de Educación Pública, el Gobierno del estado y el personal docente se han encargado de llevar a cabo las acciones necesarias para que estudiantes de educación básica puedan continuar con sus estudios desde sus hogares.

Estas acciones han implicado que los profesores de las escuelas secundarias ejerzan la docencia desde sus casas haciendo del espacio privado sus nuevos centros de trabajo en la espera del regreso a la presencialidad. La migración de la educación a los espacios digitales ha traído consigo una serie de consecuencias para los docentes quienes se han visto afectados en aspectos diversos como el aumento en la carga de trabajo y la presencia de fatiga.

Por lo anterior, esta investigación se ha planteado evaluar, por un lado, los factores de riesgos psicosociales a los que están expuestos los docentes como una consecuencia directa e indirecta del confinamiento, así como identificar la presencia de fatiga en una muestra de profesores de secundaria del estado de Jalisco.

Los resultados de este proceso de investigación se presentan en este reporte a través de diversos segmentos; en primer lugar, se muestra un marco teórico donde se expone la información detallada sobre el contexto educativo que se ha vivido durante la pandemia, así como al ejercicio de la docencia en este periodo. Se teoriza sobre los riesgos psicosociales y la fatiga como elementos inherentes en la salud ocupaciones y cómo estos afectan el desempeño del personal a cargo de la educación.

En un segundo momento se presenta el planteamiento del problema que, de manera detallada contextualiza sobre las complicaciones e implicaciones que han tenido los docentes en Jalisco durante el confinamiento. Por otro lado, en un tercer segmento se expone la justificación con los aspectos que otorgan relevancia y significancia al proyecto, así como se esbozan los objetivos y las hipótesis de investigación.

En el siguiente segmento se plantea el aparato metodológico y los procedimientos a través de los cuales se alcanzarán los objetivos presentados, así como la descripción de los participantes, las variables estudiadas y los instrumentos utilizados.

El apartado de resultados presenta la información descriptiva de la muestra alcanzada, así como los análisis estadístico e inferencial de las variables de estudio, muestra las evaluaciones de los resultados de los instrumentos y las correlaciones existentes entre ambos. Mientras que en el apartado de discusión se realiza una contrastación con el marco teórico y se sustentan los resultados con otros abordajes empíricos.

Finalmente, este reporte cierra con el apartado de conclusiones y recomendaciones en el que se realiza una síntesis sobre los hallazgos más importantes encontrados durante el estudio.

2. Marco Teórico

2.1. El contexto educativo en pandemia

A lo largo de la historia, la sociedad se ha enfrentado a diferentes circunstancias en temas de salud, muchas de ellas atendidas desde el área médica sin prestar atención a los aspectos psicológicos. El mayor reto al que se ha enfrentado recientemente el mundo es una pandemia surgida a finales del año 2019. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) la COVID-19 es la enfermedad infecciosa causante de infecciones respiratorias que pueden ir desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como el síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS) y el síndrome respiratorio agudo severo (SARS). La enfermedad por COVID-19 es originada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente, SARS-CoV-2. Tanto el nuevo virus como la enfermedad eran desconocidos antes de que estallara un primer brote en Wuhan, China, en diciembre de 2019.

En relación con los síntomas más comunes de la COVID-19 se han identificado fiebre, cansancio y tos seca. Algunos pacientes pueden presentar dolores,

congestión nasal, rinorrea, dolor de garganta o diarrea. Además, está trayendo consigo otros problemas sociales entre los que se encuentran la sobredemanda de los servicios de salud y el desabasto de medicamentos relacionados con los requerimientos sociales que exigen las instituciones de salud para contener la expansión. Las recomendaciones sanitarias implican el confinamiento y distanciamiento social como medida principal para combatir la pandemia, lo que ha implicado que las personas permanezcan en sus hogares la mayor parte del tiempo, con salidas regulares y controladas.

Por otro lado, el prolongado confinamiento ha generado que la población transforme su dinámica cotidiana, por lo que ha resultado imprescindible que quienes viven en aislamiento ajusten su comportamiento para mitigar y reducir los riesgos de contagio y al mismo tiempo mantener un estado psicológico funcional. De acuerdo con Alzoubi et al. (2020) el conocimiento resulta uno de los principales elementos para que los sujetos mantengan una actitud positiva con el manejo de sus contextos por la Covid-19. No obstante, estos ciclos de confinamiento sumado a las constantes noticias sobre la pandemia que pueden parecer interminables están afectando la salud mental de muchos, lo que ha propiciado repercusiones en los sujetos como la ansiedad y la depresión (Brewer, 2020).

De acuerdo con cifras oficiales emitidas por el sitio [statista.com](https://www.statista.com) (2021) desde la aparición del virus SARS-CoV2 hasta el primer trimestre del 2021 se habían contabilizado aproximadamente 131 millones de casos, de los cuales han ocurrido 2.85 millones de muertes. En México ha habido 2.25 millones de casos y registra 203,210 muertes, mientras que Jalisco registra 82,825 casos y 11,388 decesos a causa de la Covid-19 (Orús, 2021; SSJ, 2021).

Como se puede observar el SARS-Cov2 causante de la Covid-19 es un problema de salud pública que afecta a todo el planeta por su facilidad de transmisión y su alta letalidad. No obstante, además de las repercusiones en la salud, la aparición de este virus y la declaración de la pandemia han traído entre otras, consecuencias sociales en los contextos educativos que han afectado la forma en la que se han impartido los planes de estudio en todos los niveles escolares, entre las que se encuentran el cese de actividades académicas en todo el mundo. De acuerdo con

el Informe Covid-19 emitido por la CEPAL-UNESCO (2020, p. 1) “en la esfera de la educación, esta emergencia ha dado lugar al cierre masivo de las actividades presenciales de instituciones educativas en más de 190 países con el fin de evitar la propagación del virus y mitigar su impacto” por lo que habría poco menos de mil quinientos millones de estudiantes de educación primaria, secundaria y terciaria, que se verían afectados, lo que representa a un 72% del estudiantado a nivel mundial (Quintana, 2020).

En consecuencia, los países han impuesto medidas y soluciones enfocadas a la continuación de los procesos de enseñanza y aprendizaje, y de acuerdo con Artopoulos (2020) la UNESCO ha declarado que han sido solo 96 países los que han implementado soluciones educativas entre los que destacan los países de Europa del este, Asia Central, Europa Occidental y Norteamérica. Entre las soluciones que la UNESCO ha encontrado se encuentran:

contenidos de radio/tv educativos, portales web y plataformas educativas. Las soluciones son uno o la agregación de dos o el total de los componentes mencionados. Sin embargo, el objetivo es alcanzar a todos sus estudiantes con plataformas educativas de manera que todos puedan tener un contacto cotidiano con sus docentes (Artopoulos, 2020, p. 3).

Por tanto, la educación a distancia se ha convertido en la única opción viable que dé respuesta al reto de educar a la comunidad estudiantil en el contexto por el que atraviesa la población. Para América Latina la suspensión de clases se llevó a cabo en 32 países de los cuales solo en 29 fue una medida nacional. En países como Uruguay, Nicaragua y Belice el retorno a clases ha sido parcial y controlado (CEPAL-UNESCO, 2020).

Si bien es cierto que los procesos de enseñanza-aprendizaje para las generaciones contemporáneas es cada vez más interactivo a través de las pantallas digitales, estas, si eran tomadas en cuenta, solo eran concebidas como una herramienta auxiliar para mejorar estos procesos. Hasta el inicio de la pandemia, las

interacciones con las pantallas digitales se enmarcaban en la relación entre las comunidades de aprendizaje con las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), las plataformas virtuales y los diseños instruccionales, haciendo del medio digital un escenario perfecto para aprender dentro de la cotidianeidad. De acuerdo con Quirós (2006) las personas se informaban, entretenían, hacían tareas escolares, jugaban, mantenían encuentros en las pantallas de las computadoras y teléfonos inteligentes, haciendo de ellas un recurso para prolongar un diálogo iniciado en otros ámbitos y medios, de allí que las TIC eran identificadas como auxiliares en la práctica educativa. No obstante, la repentina y forzada migración de la actividad docente ha puesto sobre la mesa las distintas brechas a las que son sujetas las comunidades estudiantiles.

Para el Informe PISA del 2018 (COTEC, 2020) los alumnos se han visto afectados debido a tres principales brechas; la brecha de acceso (tener o no tener acceso a la conexión y dispositivos tecnológicos), la brecha de uso (tiempo de uso y calidad de este) y la brecha escolar o de preparación de las escuelas y docentes (habilidades del profesorado, disponibilidad de recursos y adecuación a las plataformas).

Para el caso de México más de 30 millones de estudiantes y dos millones de docentes se han visto afectados por la migración de la educación a los espacios virtuales, en donde la televisión y la radio se usan junto con plataformas tecnológicas para la difusión de contenidos educativos con la finalidad de que los estudiantes tengan opciones para seguir aprendiendo durante la suspensión de actividades escolares (Lucio, Zimmerman y Altamirano, 2020).

2.2. Una mirada a la docencia durante la pandemia

La formación de estudiantes durante el confinamiento por la pandemia de Covid-19 ha implicado la movilización de la educación a las aulas virtuales, para ello, la Secretaría de Educación Pública en conjunto con el Gobierno de los Estados y la Secretaría de Salud han implementado medidas para salvaguardar la salud de los estudiantes y los profesores.

El 27 de marzo de 2020 se publicó en el Diario Oficial de la Federación el decreto por el que se declaran acciones extraordinarias en las regiones afectadas de todo el territorio nacional en materia de salubridad general para combatir la enfermedad grave de atención prioritaria generada por el virus SARS-CoV2, con esto se otorgó a la Secretaría de Salud la autoridad para definir estrategias enfocadas a la atención y prevención de la enfermedad derivada del virus (DOF, 2020). Tras lo cual, en coordinación con esta institución, la Secretaría de Educación Pública emite el boletín No. 80 en el que se anuncia el fortalecimiento del programa “Aprende en Casa 1” con el objetivo de “beneficiar a estudiantes de educación básica (inicial, preescolar, primaria y secundaria) con acceso a internet, además de la cobertura de transmisión abierta que ofrece Televisión Educativa y Canal Once” (SEP, 2020, p.1).

De acuerdo con Navarrete-Cazales, Manzanilla-Granados y Ocaña-Pérez (2020, p. 9) el programa “Aprende en Casa 1”:

era sumamente básico, se encontraba estructurado de secciones divididas en niveles educativos y a su vez en grados, cada uno con enlaces de acuerdo a las asignaturas correspondientes, las cuales tenían fichas virtuales extraídas directamente de los libros de texto, que contenían actividades sencillas para que los alumnos las elaboraran, pero sin tener un espacio específico para la entrega de actividades; no fue sino hasta finales de mayo que se agregó el Portafolio de Evidencias, en el cual los alumnos podían subir un archivo digital (escaneo o fotografía) de las actividades que habían realizado.

Por lo que, ante la contingencia sanitaria, se utilizó esta misma estrategia y con las modificaciones establecidas se buscó, en palabras del secretario de la SEP, Esteban Moctezuma (SEP, 2020, p. 4) “facilitar la continuidad de estudiar en casa y crear hábitos para fortalecer la educación a distancia el tiempo necesario”. Este proceso de innovación dio como resultado el programa “Aprende en Casa 2”,

transmitido a través de Instituto Latinoamericano de la Comunicación Educativa (ILCE) para aquellos menores que solo cuentan con señal abierta en sus aparatos de televisión, mientras que el Sistema Público de Radiodifusión del Estado Mexicano (SPR), y la Red de Radiodifusoras y Televisoras Educativas y Culturales de México, brindan los contenidos educativos a través de la señal de radio abierta para aquellos estudiantes que no cuentan con al menos un televisor (Navarrete-Cazales, Manzanilla-Granados y Ocaña-Pérez, 2020; SPR, 2021; ILCE, 2020).

Con base en lo anterior se estima que el programa “Aprende en Casa 2” ha permitido que el 80% de los docentes siguieran activos y que 85 % de los alumnos no interrumpieran su aprendizaje, llegando así al 94% del total de los hogares mexicanos (UDGTV, 2020). En Jalisco, la Universidad de Guadalajara (UdeG) a través de su sistema de televisión se ha sumado a la iniciativa de la Secretaría de Educación para impartir los contenidos para todos los niveles educativos; de acuerdo con cifras de la UdeG:

se dispone de la señal del Canal 44.3 beneficiando a 308 mil alumnos de preescolar, 923 mil de primaria, 264 mil de secundaria y 275 mil de educación media superior, que suman un millón 770 mil, con más de 4 mil programas (UDGTV, 2020).

Por otro lado, el Gobierno de Jalisco determinó la suspensión de clases presenciales a partir del 17 de marzo de 2020, desde entonces el personal docente se ha enfocado al rediseño de las actividades de los cursos, la impartición de clases y la valoración y retroalimentación de las actividades de los alumnos (Silas, s.f.). De acuerdo con Barajas (2020) en abril del 2020 se habilitó la plataforma Recrea Digital para los alumnos de educación primaria y secundaria, de igual manera ha ofrecido capacitación para profesores y directivos, así como guías de estudio y acceso a otras plataformas de índole recreativo, formativo y lúdico.

Es a través de esta plataforma que la Secretaría de Educación Jalisco habilita espacios virtuales para que alumnos y profesores interactúen a través de Classroom

Google para dar seguimiento a la educación, para este logro a decir del Secretario de Educación Jalisco, Juan Carlos Miramontes Flores:

se constituyeron consejos técnicos escolares con el apoyo de más de 100 mil maestros que imparten clases en 15 mil escuelas de educación básica en la entidad, con el objetivo de crear guías de trabajo que faciliten el estudio a distancia de los alumnos de preescolar, primaria y secundaria, así como en educación superior en todo el estado (Ante covid-19, conforma gobierno de jalisco opciones de estudio a distancia para educación básica y superior, s.f., 2020).

A más de un año de haber sido iniciados estos cambios, se identifica la labor que el personal docente de educación básica ha tenido que realizar como parte de la estrategia de la Secretaría de Educación Pública, misma que se no se centra solo en la planeación, la reestructuración del material o la impartición de asignaturas, sino que involucra una acelerada y poco planeada inmersión a las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TICs), adicional a esto, los profesores han tenido que modificar las formas y los parámetros a través de los cuales se han evaluado a los alumnos de educación básica. De acuerdo con el boletín no. 291 emitido por la SEP (2020), se estipulan los criterios de evaluación en Educación Básica ante emergencia sanitaria que dejan al docente la consideración de cada situación del estudiante para su evaluación.

Este documento fue elaborado por la Dirección General de Acreditación, Incorporación y Revalidación (DGAIR) y por la Dirección General de Desarrollo Curricular (DGDC), que da por sentado que la evaluación estará a cargo del docente del grupo y de la asignatura quien para sustentar la calificación tiene en su deber realizar observaciones y/o recomendaciones en la boleta de calificaciones.

Lo anterior permite poner de manifiesto el aumento y la complejidad de actividades que los profesores han tenido como parte de su actividad profesional. La aparición de la Covid-19 y la necesidad de dar seguimiento a la educación en el Estado de Jalisco pudieron haber incrementado los riesgos psicosociales y la fatiga física y

mental de los docentes en lo que los medios y el Estado han llamado la Nueva Normalidad, que involucra, además del distanciamiento social y las medidas de prevención, la migración del proceso educativo de los espacios presenciales a los virtuales.

2.3. Los Riesgos Psicosociales y la Salud Ocupacional

El personal docente que está a cargo de impartir educación de nivel secundaria es susceptible a los problemas de salud que conlleva el ejercicio profesional, en este tenor, de acuerdo con la Constitución de la Asamblea Mundial de la Salud, adoptada por la Conferencia Sanitaria Internacional de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 1946) se entiende por salud al estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. Este mismo organismo concibe la salud como uno de los derechos fundamentales de todo ser humano sin distinción de raza, religión, ideología política o condición económica o social y un factor indispensable para lograr la paz y la seguridad en y entre las naciones.

La salud es entonces un derecho fundamental al que tienen acceso todas las personas. En específico, la procuración de la salud de las personas trabajadoras, consiste en un proceso de cooperación entre el Estado y la sociedad, el estudio y la vigilancia de la relación entre el ejercicio profesional y la salud corre a cargo de la salud ocupacional, ésta de acuerdo con la Organización Internacional del Trabajo (OIT) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS) busca proteger el bienestar de los trabajadores, a través de estrategias que procuran generar y promover el trabajo seguro y sano, mediante la prevención de las desviaciones de la salud, control de riesgos y la adaptación del trabajo a la gente, y la gente a sus puestos de trabajo, “así como buenos ambientes y organizaciones de trabajo, al realzar el bienestar físico, mental y social de los trabajadores (OPS, s.f.; Franco, 2014). Desde esta perspectiva la salud ocupacional permite entender los aspectos que afectan la salud de quienes ejercen una actividad laboral.

Dentro de los aspectos que afectan la salud de los trabajadores se encuentran los factores de riesgo psicosocial, que de acuerdo con la Oficina Internacional del Trabajo (OIT):

consisten en interacciones entre el trabajo, su medio ambiente, la satisfacción en el trabajo y las condiciones de su organización, por una parte, y por la otra, las capacidades del trabajador, sus necesidades, su cultura y su situación personal fuera del trabajo, todo lo cual, a través de percepciones y experiencias, pueden influir en la salud y en el rendimiento y la satisfacción en el trabajo (OIT, 1984).

Estas interacciones entre la empresa y su medio ambiente, la tarea y los trabajadores pueden ser múltiples y variadas, en el Informe del Comité Mixto de la OIT/OMS sobre Medicina del Trabajo Factores Psicosociales en el Trabajo núm. 56 se identifican algunos factores de riesgo psicosocial relacionados con el medio ambiente del trabajo, entre los que se encuentran:

la mala utilización de habilidades, la sobrecarga de trabajo, la falta de control, el conflicto de autoridad, la desigualdad en el salario, la falta de seguridad en el trabajo, los problemas en las relaciones laborales, el trabajo por turnos y el peligro físico (OIT, 1984).

Además, se distinguen factores propios de la tarea como la sobrecarga de trabajo, que puede ser cuantitativa (cuando hay demasiado que hacer) o cualitativa (cuando el trabajo es demasiado difícil), esta sobrecarga, de acuerdo a al informe ya mencionado puede ocasionar diferentes síntomas de tensión psicológica y física; entre los cuales se encuentran “insatisfacción en el trabajo, auto depreciación, sensación de amenaza y de malestar, tasa elevada de colesterol, aceleración del ritmo cardíaco y aumento del consumo de tabaco” (OIT, 1984). Del mismo modo, se han identificado factores relacionados con la organización del tiempo de trabajo, como la duración diaria de trabajo, así como su duración semanal, mensual, anual

y la de toda la vida productiva, lo que puede traer repercusiones en las estructuras de sueño y de vigilia, con la participación social y al estilo general de vida de la población. De acuerdo con la OIT (1984):

modifica los ritmos biológicos, la temperatura del cuerpo, el metabolismo, los niveles de azúcar en la sangre, la agilidad mental y la motivación en el trabajo. Durante la vida cotidiana, los efectos pueden manifestarse particularmente durante el sueño, en las costumbres de alimentación, la vida familiar y las actividades sociales.

Los factores psicosociales, para todo aquel que desempeña una actividad laboral, representan un riesgo si no son vigilados por las organizaciones, la Secretaría del Trabajo, y legislados por el Estado. En México el fundamento legislativo de la Seguridad y la Salud en el Trabajo (SST) se centra en el Artículo 123 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos (Secretaría de Gobernación, 2017), que incorpora medidas para la prevención de riesgos de trabajo, por lo que se garantiza, al menos ante la ley, el bienestar de todos los trabajadores en los centros de trabajo.

Esta garantía se hace oficial con la entrada en vigor de la Norma Oficial Mexicana NOM-035-STPS-2018, en 2019, que define los riesgos psicosociales como aquellos que pueden provocar trastornos de ansiedad, no orgánicos del ciclo sueño-vigilia y de estrés grave y de adaptación, derivado de la naturaleza de las funciones del puesto de trabajo, el tipo de jornada de trabajo y la exposición a acontecimientos traumáticos severos o a actos de violencia laboral al trabajador o por el trabajo desarrollado. Esta norma obliga a los patrones a desarrollar estrategias y mecanismos para la atención y prevención de riesgos psicosociales en los centros de trabajo. Aunque los riesgos psicosociales se pueden encontrar presentes en todos los espacios de la actividad laboral, es importante definir aquellos que se encuentran íntimamente vinculados con la práctica docente en la educación básica y que puedan significar una alteración a la salud física, mental y/o emocional de los profesores que ejercen esta actividad laboral en el estado de Jalisco.

2.3.1. Los Riesgos Psicosociales en el magisterio

La docencia, de acuerdo con diversos autores, se encuentra dentro de las profesiones con mayor propensión al decremento de la salud por su exposición a los riesgos psicosociales a nivel mundial. Por ejemplo, Gil-Monte (2012) asegura que el estrés laboral ocupa el cuarto lugar en la lista de problemas de salud que con mayor frecuencia comunican los trabajadores de la Unión Europea. Por otro lado, Gómez (2008) tras un estudio que tuvo como objetivo identificar la prevalencia de los factores psicosociales en el trabajo, en una muestra de profesores de escuela de Bogotá, Colombia, encontró que la prevalencia de estrés laboral es de aproximadamente un 35,5% y el desequilibrio esfuerzo-recompensa fue de aproximadamente 22,3%.

Así mismo, Unda, Sandoval y Gil-Monte (2007) identificaron la prevalencia del Síndrome de burnout, o de quemarse por el trabajo, en una muestra de 698 maestros mexicanos de primaria, encontrando que 37.40% de los participantes presentaron puntuaciones altas en Desgaste psíquico; también determinaron que los hombres presentaron niveles más bajos en Ilusión por el trabajo y en Desgaste psíquico que las mujeres.

Por otro lado, Galván, Aldrete, Preciado y Medina (2010) buscaron identificar la relación entre los factores psicosociales laborales y el síndrome burnout en los docentes del nivel preescolar de una zona escolar de Guadalajara, Jalisco, encontraron que el 88% del profesorado tenía alguna dimensión de la escala de Maslach “quemada”; el 38% de los docentes presentaba agotamiento emocional, 20% despersonalización y un 80% baja realización personal. Bajo condiciones similares, Aldrete, González y Preciado (2008) replicaron el estudio con docentes del nivel secundaria de la Zona Metropolitana de Guadalajara, sus resultados encontraron que el 80 % de los docentes tenía alguna dimensión de la escala de Maslach “quemada”, identificaron que de estos profesores un 43.7% con agotamiento emocional, un 40.3% en baja realización personal, y un 13.3%, con despersonalización. Su estudio concluye que la presencia de factores psicosociales

laborales negativos en los espacios de trabajo afecta significativamente a los docentes, lo que amplía las posibilidades de que presenten agotamiento emocional. El estudio de los factores de riesgo psicosocial en el trabajo docente se respalda en la necesidad de identificar aquellos elementos que puedan afectar la salud física, emocional y mental de quienes imparten educación básica. De acuerdo con Unda et al (2016, p. 68), en el caso de académicos universitarios:

la docencia es una profesión cuyo ejercicio puede producir alteraciones y daños a la salud, tanto física como mental, de las personas que la ejercen. Este carácter patógeno se agudiza a través de las nuevas condiciones y exigencias que el trabajo académico tiene en la actualidad (más productividad, nuevos perfiles docentes, cambios curriculares o innovaciones tecnológicas).

Desde la perspectiva de estos autores, se pueden distinguir cinco factores de riesgo psicosocial que afectan tanto la salud como el desempeño docente:

El primer factor, denominado “percepción de inequidad”, considera las condiciones del trato inequitativo, injusto, antidemocrático, autoritario, prepotente y el insuficiente reconocimiento de jefes y compañeros del desempeño del trabajador docente.

El segundo factor “estudiantes difíciles”, involucra una de las funciones y tareas más importantes que realizan los profesores, la formación de los estudiantes (...) señalan la percepción que el profesor tiene de algunos estudiantes cuyos comportamientos y actitudes son inadecuados y que se señalan frecuentemente como fuentes de estrés en su práctica docente y se manifiestan a través de la indisciplina en el aula, con actitudes irresponsables, de poco compromiso en el aula, en la investigación, en el trabajo de tesis y en el incumplimiento de compromisos acordados con el docente.

El tercer factor, nombrado “percepción de inseguridad”, involucra contenidos que señalan la exposición de los docentes a robos, asaltos en las inmediaciones de las instituciones educativas o dentro de las propias instalaciones.

El cuarto factor, “sobrecarga académica”, hace referencia a la diversidad de actividades que realiza el docente universitario debido a los cambios en las instituciones educativas y el incremento de demandas y exigencias por la introducción de programas de desempeño que evalúan productividad como vía directa para aumentar su salario.

El quinto y último factor es la “percepción de falta de recursos”. La restricción de financiamiento a las universidades públicas tiene un impacto directo en los recursos y las limitaciones presupuestales para llevar a cabo múltiples actividades que son necesarias como parte de las funciones sustantivas (docencia, investigación y difusión) (Unda et. al, 2016, p. 72).

El estudio de Unda et. al (2016) aunque llevado a cabo en población docente de nivel universitario, permite, de acuerdo con los autores, ser aplicado en otros niveles académicos, de manera que los factores identificados permiten señalar las condiciones laborales que son fuente de estrés en los profesores de educación básica, lo que brinda información de carácter preventivo y correctivo que permite gestionar las condiciones que afectan a los docentes en sus espacios laborales.

Aunque el Síndrome de Burnout es una variable relacionada por diferentes autores con la práctica docente, no es la única que tiene correlación directa con la salud del profesorado, la exposición directa y continua a los riesgos psicosociales puede producir entre otras patologías fatiga, que al igual que el burnout tiene una relación directa con la salud física, mental y emocional del personal docente y repercute directa e indirectamente con su desempeño profesional.

2.4. La Fatiga en contextos laborales

Las interacciones de los trabajadores en los espacios laborales y la exposición a los riesgos psicosociales traen consigo diversos problemas de salud entre los que se encuentra la fatiga laboral, que se entiende como una pérdida transitoria de la capacidad para ejecutar un trabajo, y que comprende los cambios físicos que experimenta el cuerpo humano como consecuencia de las sensaciones de cansancio provocando una disminución en la eficacia en los resultados de su trabajo (Houssay et. al., 1971; Arriaga, 1980 y Desoille, 1986, citados en Useche, 1992).

Para Norman (1999, citado en Neisa y Rojas, 2009) las características de la fatiga laboral se pueden resumir en cuatro: 1) la fatiga se traduce en una disminución de la capacidad de respuesta o de acción, 2) es un fenómeno multicausal, 3) afecta al organismo como un todo (físico y psíquico) y en grados diversos, y 4) la fatiga es un mecanismo regulador del organismo. A esto, Quevedo, Lubo y Montiel (2005, p. 38) agregan que la fatiga “se caracteriza principalmente por sus elevados aspectos subjetivos y psicosomáticos, su dificultad reparadora, su tendencia para hacerse crónica y sus implicaciones a todos los niveles profesionales”.

Lo anterior permite identificar a la fatiga como un elemento a considerar dentro del abanico de patologías que pueden sufrir los colaboradores dentro de sus lugares de trabajo. Diversos autores han clasificado la fatiga desde perspectivas diferentes, Useche (1992) distingue seis formas de fatiga como consecuencia del trabajo:

Fatiga normal o fisiológica: Es aquella que aparece después de un esfuerzo acorde con las capacidades del organismo. En este caso la fatiga es reversible, es decir, desaparece con el reposo.

Fatiga patológica: Aparece cuando el trabajo es excesivo de tal manera que provoca alteraciones que no ceden fácilmente con el descanso.

Fatiga aguda: Es la que ocurre después de un trabajo intenso o prolongado, pero que es eliminada mediante el reposo.

Fatiga crónica o surmenage: Es la que persiste en gran parte después de un descanso reparador. Puede llegar a un estado de fatiga crónica no reversible y acumular tanta ansiedad que lleve el riesgo de un desenlace fatal como el infarto del miocardio.

Fatiga psíquica: Considerada como un fenómeno no reversible, por lo que se convierte en un proceso crónico que está relacionado con cuadros de patología mental. Aparece como resultado de la ejecución de tareas repetitivas, parcelarias y monótonas, de la coerción de jerarquías autoritarias, inadecuada retribución por el trabajo, etc.

Fatiga física: Esta puede afectar todo el organismo y llegar a representar un síntoma de enfermedad. Puede identificarse por síntomas subjetivos y objetivos que reflejan un desequilibrio que va desde una ligera sensación de cansancio, hasta un agotamiento completo (Useche. 1992, pp. 92,93).

Por su parte, Sebastian, Idoate, Llano y Almanzor (2008) identifican tres dimensiones de fatiga; fatiga física, distinguida por el esfuerzo físico tanto externo como interno (esfuerzo dinámico, manejo de cargas, carga ambiental, movimientos repetitivos, esfuerzo estático, carga postural, alcances, entre otros), fatiga mental, distinguida por el esfuerzo mental (elementos perceptivos y cognitivos involucrados en el desarrollo de una actividad) y carga psíquica, distinguida por el componente afectivo (carga psicosocial o carga emocional, aspectos psicosociales del contenido y del contexto de trabajo como la capacidad de iniciativa, el apoyo social, las relaciones personales, el estatus).

De igual forma Yoshitake (1978) diferencia tres tipos de fatiga, por una parte, distingue la fatiga general caracterizada por pesadez en la cabeza, cansancio en el cuerpo, torpeza, deseos de acostarse, fatiga mental, caracterizada por la dificultad para pensar, nerviosismo, problemas de atención, ansiedad e intranquilidad y por último, la fatiga física, caracterizada por dolores de cabeza, dolores en el cuerpo, cansancio físico general.

Los procesos de salud-enfermedad, como la fatiga, pueden ser tratados a través de estrategias de prevención o de atención, de acuerdo con la OMS la Medicina del Trabajo puede actuar a tres niveles de prevención: Primaria, Secundaria y Terciaria. Este organismo entiende la prevención primaria como la estrategia que evita la adquisición de la enfermedad (vacunación, eliminación y control de riesgos ambientales, educación sanitaria, etc.), mientras que la prevención secundaria va encaminada a detectar la enfermedad en estadios precoces en los que el establecimiento de medidas adecuadas puede impedir su progresión, la prevención terciaria: comprende aquellas medidas dirigidas al tratamiento y a la rehabilitación de una enfermedad para ralentizar su progresión y, con ello la aparición o el agravamiento de complicaciones e invalidez e intentando mejorar la calidad de vida de los pacientes, incluso se habla en ocasiones de prevención cuaternaria destinada a la prevención de recaídas (Julio, Vacarezza, Álvarez y Sosa, 2011)

Por tanto, la fatiga como una respuesta a la exposición de riesgos psicosociales puede ser tratado en cualquiera de estos tres niveles, su diagnóstico oportuno permite la rehabilitación y evita el agravamiento de los síntomas relacionados a esta. El estudio de la fatiga en los ambientes laborales permite identificar áreas de oportunidad enfocadas a la prevención de riesgos laborales en las empresas, no obstante, su determinación e identificación en el personal docente dentro de los centros educativos requiere, debido a la naturaleza de su actividad profesional, de un estudio focalizado.

2.4.1. Fatiga Laboral en personal docente

El análisis de la fatiga como una variable de investigación en profesores es poco frecuente, su estudio se ha abordado como una dimensión y componente de síndromes como el burnout o el estrés, incluso diversos autores retoman el concepto de fatiga como un sinónimo de éstos (González, 2008; Unda, et. al., 2016; Olmedo-Buenrostro, et. al., 2013; Escalona, 2006, gil-Monte, 2012).

Para El-Salli (2010, p. 120) la fatiga “proviene de actividades constantes o repetitivas que no gozan de un periodo intermitente de descanso” su relación con el

docente no puede desprenderse de sus características personales como la edad, el género, los hábitos alimenticios, entre otros. De acuerdo con Muchinsky (2002, citado en El-Salli, 2010) existen cuatro tipos de fatiga que pueden afectar al docente:

Fatiga Muscular: Se produce por la contracción voluntaria de hasta un 30% del músculo durante más de 3 minutos, tiempo en el cual se acumula ácido láctico causante del malestar. La docencia presenta estos periodos de contracción leves, producto de actividades prolongadas y rutinarias al realizar repetidamente su tarea escolar.

Fatiga Mental: con esta la eficiencia funcional de la mente disminuye como una respuesta del organismo a la repetición y también como una necesidad de variación. El docente se encuentra más cerca de los sentimientos de aburrimiento cuando se repite la misma clase, lleva el mismo ritmo, el mismo método, las mismas materias.

Fatiga Emocional: resulta de un estrés intenso y en general se caracteriza por respuestas emocionales pobres, usualmente provocada por alumnos que son hiperactivos y demandantes de atención.

Fatiga de Habilidades: se encuentra asociada con la disminución de la atención hacia ciertas tareas, por ejemplo, un docente que tiene una actividad constante y rutinaria de muchas horas frente a grupo (Muchinsky, 2002, en El-Salli, 2010, pp. 121-123).

Algunos de los síntomas de fatiga se asocian a cambios en el organismo, la atención y la memoria, entre otros; comienza a fallar la dosificación del tiempo, disminuyen la precisión y el desempeño, presenta torpeza manual y errores en la percepción visual y auditiva, lo que puede desembocar en insatisfacción laboral, comportamientos inadecuados con sus alumnos y cuadros severos de ansiedad (Rea, et. al 2019; El-Salli, 2010).

Los efectos en la salud de los profesores que padecen fatiga laboral son evidentes, tanto las actividades repetitivas, las constantes interacciones con alumnos y padres

y las condiciones laborales representan un caldo de cultivo que afecta la salud física, mental y emocional de quienes laboran como docentes. Tanto la fatiga como el resto de los riesgos psicosociales podrían tener un efecto negativo en el desempeño y cumplimiento de los objetivos concernientes a los procesos de enseñanza-aprendizaje de las escuelas secundarias públicas en el estado de Jalisco.

3. Planteamiento del Problema

A nivel mundial se cuentan con pocos estudios que aborden los diferentes riesgos psicosociales relacionadas con el aislamiento por la contingencia sanitaria derivada de la propagación del virus que transmite la Covid-19, entre los resultados más destacados se puede observar la presencia de síntomas que van de moderados a graves en ambas poblaciones (Wang et al, 2020; Cao, et al, 2020). En México no se han reportado estudios sobre el comportamiento de los sujetos que viven en confinamiento, sin embargo, Bernardo Ng Solís, presidente de la Asociación Psiquiátrica Mexicana ha afirmado que en el país “entre 45 y 50 por ciento de las personas en aislamiento pueden presentar el <síndrome de cuarentena> que consiste en la manifestación de ansiedad, temor, irritabilidad, agresividad, apatía o incredulidad” (Infobae, 2020)

Para el caso de Jalisco, la suspensión de actividades no esenciales iniciada en el mes de marzo de 2020 ha obligado a la población a la permanencia en casa, lo cual ha generado que la actividad comercial y de servicios tuviera una afectación hasta del 80 por ciento y la industrial de un 30 por ciento (Gutiérrez, 2020). Este aislamiento fue decretado obligatorio por el Gobernador del Estado de Jalisco el pasado 19 de abril de 2020, quien agregó que “quien no las cumpla será sancionado y la fuerza pública tendrá la encomienda de hacerlas cumplir” (Romo, 2020). Estas medidas, de acuerdo con el Instituto Jalisciense de Salud Mental (SALME) “han provocado un aumento de hasta 50 por ciento en las llamadas a la línea 075, destinada a la atención en crisis en Jalisco en donde la ansiedad y depresión son los principales motivos para solicitar apoyo psicológico” (El Informador, 2020), en este mismo tenor, el titular del SALME indicó que “el aumento de llamadas es de 50

por ciento, significan 550 llamadas del 19 al 30 de abril, respecto al mismo periodo del año pasado”. Agregó además que la ansiedad, la depresión y los problemas familiares son las principales causas de atención.

Actualmente, los profesores practican la enseñanza desde sus casas en un sistema educativo complejo y con un contexto de salud que cada vez se ha visto rebasado, por lo que surge un interés por indagar sobre algunos aspectos de la salud mental de los docentes que imparten clases en el estado de Jalisco en un momento histórico de confinamiento causado por la Covid-19, por lo que surge la pregunta de investigación ¿Cuál es la relación de los factores de riesgo psicosocial y la fatiga en profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco en periodo de contingencia sanitaria por SARS-CoV-2.?

4. Justificación

El 11 de marzo de 2020, la Organización Mundial de la Salud calificó como pandemia el brote de coronavirus COVID-19, por la cantidad de casos de contagio y de países involucrados, (DOF, 2020) esta declaración de emergencia mundial ha tenido repercusiones en muchos ámbitos de la dinámica social. Tanto las economías, como los sistemas de salud se han visto afectados y rebasados por las estrategias implementadas para intentar disminuir la positividad de infección del virus.

La educación es uno de los ámbitos sociales afectados por esta circunstancia, La migración a espacios digitales es parte de una estrategia de la Secretaria de Educación Pública para continuar con el plan educativo en todos los niveles. Aunque el uso de la tecnología para fines educativos no es nuevo, como lo menciona Buckingham (2018, p. 225) “los medios digitales han venido a ocupar un lugar central en la vida extraescolar de la mayoría de los niños”, esto no significa que estén al servicio de la educación, pero para que sea una herramienta útil es importante observar de forma crítica aquello que se ofrece a través de los nuevos medios electrónicos. El que exista una interacción con las plataformas digitales no representa en sí una problemática, ésta radica en la forma en la que los menores

se acercan a ellas obstaculizando el aprendizaje escolar, ya sea por la cantidad de horas que le invierten, el tipo de contenido que consumen e incluso la falta de atención a los deberes escolares como consecuencia de estas interacciones.

tanto profesores como alumnos y sus padres han tenido que migrar de las aulas a un espacio virtual donde deben impartir y recibir formación de acuerdo con los planes educativos. Para los profesores, además de saberse en un riesgo de contagio por el virus, la migración a las plataformas digitales ha impactado en algunos aspectos de su bienestar psicológico teniendo como consecuencias la aparición de diferentes riesgos psicosociales como el estrés, burnout, ansiedad, depresión, entre otras.

Lo anterior ha propiciado que el personal docente intensifique sus esfuerzos para llevar a cabo la práctica educativa en un contexto de confinamiento que se ha prolongado por más de 12 meses. Tanto el aislamiento, la cada vez más elevada tasa de deserción escolar (autores), el poco acceso a medios digitales y otras problemáticas entre las que se puede encontrar la desigualdad social, el desinterés por parte tanto del alumnado como de sus padres y las cargas emocionales han propiciado que la docencia se convierta en una actividad de alto riesgo psicosocial para quien ejerce esta profesión.

En términos de magnitud, este proyecto impactará en el análisis de riesgos psicosociales de los docentes de todas las regiones del Estado de Jalisco afectados por los contextos derivados de la aparición del virus del SARS-CoV-2 y la migración de la actividad docente a los espacios virtuales. En términos de trascendencia el proyecto sentará las bases para futuras investigaciones que devengan en líneas de intervención para la atención de los factores de riesgo psicosocial y la planeación de propuestas de prevención, desde una perspectiva teórica la intervención organizacional desde una perspectiva psicológica.

En términos de vulnerabilidad, esta investigación responde al vacío que existe en los estudios que permitan identificar el grado de afectación del confinamiento por la pandemia, así como la migración del ejercicio de la docencia a las plataformas digitales se puede inferir que los docentes se han visto afectados por ambas circunstancias. Por lo que ante la necesidad de disminuir las inferencias y

subjetividades y obtener datos con rigor científico, se hace hincapié en realizar estudios que profundicen en este tema para obtener datos basados en evidencia y de esta manera brindar conclusiones más consistentes y sólidas para definir el grado y la forma en la que se ven afectados los docentes.

El proyecto resulta factible ya que cuenta con todos los recursos técnicos que permitirán el logro de la aportación esperada, así como los recursos económicos para la culminación de este. Tiene viabilidad política ya que se cuenta con el apoyo de las autoridades de la institución encargada de la educación pública en el estado de Jalisco, así como viabilidad social ya que las condiciones socioculturales y laborales permiten la aceptación del proyecto en la población definida.

4.1. Pregunta de Investigación:

¿Cuál es la relación de los factores de riesgo psicosocial y la fatiga en profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco en periodo de contingencia sanitaria por SARS-CoV-2?

4.2. Objetivos

4.2.1. **Objetivo General:** Identificar la relación de los factores de riesgo psicosocial y la fatiga en profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco en periodo de contingencia sanitaria por SARS-CoV-2.

4.2.2. Objetivos Específicos:

- Medir los factores de riesgo psicosocial en profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco en periodo de contingencia sanitaria por SARS-Cov-2.
- Identificar la presencia de fatiga general, mental y física presentada en profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco en periodo de contingencia sanitaria por SARS-Cov-2.
- Realizar una prueba de correlación entre los factores de riesgo psicosocial y la fatiga en profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco en periodo de contingencia sanitaria por SARS-CoV-2.

- Identificar las diferencias significativas en el nivel de riesgo psicosocial entre hombres y mujeres
- Identificar las diferencias significativas en el riesgo psicosocial de los profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco de acuerdo con las horas frente a grupo
- Identificar las diferencias significativas en el riesgo psicosocial de los profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco de acuerdo con su antigüedad.
- Identificar las diferencias significativas en el riesgo psicosocial de los profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco de acuerdo con el tipo de escuela.

4.3. Hipótesis

Hi1: Los profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco presentan un nivel medio o alto en el análisis de factores de riesgo psicosocial en periodo de contingencia sanitaria por SARS-Cov-2

Ho1: Los profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco no presentan un nivel medio o alto en el análisis de factores de riesgo psicosocial en periodo de contingencia sanitaria por SARS-Cov-2.

Hi2: Los profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco presentan fatiga general, mental y física en periodo de contingencia sanitaria por SARS-Cov-2.

Ho2: Los profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco no presentan fatiga general, mental y física en periodo de contingencia sanitaria por SARS-Cov-2.

Hi3: Existe una relación directa, directa y positiva y significativa entre los Riesgos Psicosociales y el nivel de fatiga en profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco en periodo de contingencia sanitaria por SARS-CoV-2.

Ho3: No existe una relación significativa, directa y positiva entre los Riesgos Psicosociales y el grado de fatiga en profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco en periodo de contingencia sanitaria por SARS-CoV-2.

Hi4: Existen diferencias significativas en el nivel de riesgo psicosocial entre hombres y mujeres

Ho4: No existen diferencias significativas en el nivel de riesgo psicosocial entre hombres y mujeres

Hi5: Existen diferencias significativas en el riesgo psicosocial de los profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco de acuerdo con las horas frente a grupo

Ho5: No existen diferencias significativas en el riesgo psicosocial de los profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco de acuerdo con las horas frente a grupo

Hi6: Existen diferencias significativas en el riesgo psicosocial de los profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco de acuerdo con los años de servicio

Ho6: No existen diferencias significativas en el riesgo psicosocial de los profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco de acuerdo con los años de servicio

Hi7: Existen diferencias significativas en el riesgo psicosocial de los profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco de acuerdo con el tipo de escuela

Ho7: No existen diferencias significativas en el riesgo psicosocial de los profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco de acuerdo con el tipo de escuela.

5. Método y Procedimientos

5.1. Tipo y diseño general del estudio

- Se abordará un diseño no experimental de tipo analítico, prospectivo a través de un estudio transversal.

5.2. Universo poblacional

Este proyecto abordará a profesores de escuelas Generales, Técnicas y Telesecundarias oficiales administradas por la federación o por el estado lo que reduce el número de escuelas a 1161 donde laboran, de acuerdo con datos de la Secretaría de Educación de Jalisco (2020) 14818 profesores de los cuales 8542 pertenecen a escuelas generales, 4584 a escuelas técnicas y 1692 a telesecundarias.

5.3. Tipo y tamaño de la muestra

De acuerdo con la estimación de proporciones, bajo el supuesto de $p=q=50\%$ la muestra a estudiar se compone de 637 profesores, estratificado de la siguiente manera:

- Profesores de escuelas generales: 367

- Profesores de escuelas Técnicas: 197
- Profesores de telesecundarias: 73

Con esta muestra se busca tener un nivel de confianza del 99%. El cálculo del error muestral para poblaciones finitas para un este nivel de confianza se establece en 5.00%. La muestra será aleatoria estratificada.

5.4. Criterios de selección: inclusión, exclusión y eliminación

Características de los sujetos: 637 profesores de las Escuela Secundarias Generales, Técnicas y Telesecundarias ubicadas en el Estado de Jalisco

- *Criterios de Inclusión:*
 - Profesores que laboren en escuelas secundarias públicas del Estado de Jalisco
- *Criterios de Exclusión:*
 - Personal administrativo de las instituciones educativas
 - Profesores de escuelas comunitarias
 - Profesores de educación especial
- *Criterios de Eliminación:*
 - Profesores que se nieguen a participar en el estudio.
 - Profesores de escuelas privadas

5.5. Variables de estudio e instrumentos

5.5.1. Las Variables Sociodemográficas:

Se refiere a las características generales y al tamaño de un grupo poblacional. Estos rasgos dan forma a la identidad de los integrantes de esta agrupación. Para la obtención de estos datos se utilizó el Cuestionario de información sociodemográfica (elaboración propia) diseñado exprofeso para este estudio el cual incluye las siguientes variables:

- Región a la que pertenece el centro de trabajo: Norte, Altos Norte, Altos Sur, Centro, Ciénega, Valles, Sierra Occidental, Costa Norte, Costa Sur, Sierra de Amula, Sur, Sureste
- Servicio Educativo responde al tipo de servicio educativo del centro de trabajo: Secundaria general, Secundaria técnica, Telesecundaria.
- Sexo responde al sexo del participante: Hombre, Mujer, Otro

- Edad responde a la edad, las opciones se encuentran divididas en: 20 años o menos, 21-25 años, 26-30 años, 31-35 años, 36-40 años, 41-45 años, 46-50 años, 51-55 años, 56 o más años
- Estado Civil es la situación del participante al momento de responder el instrumento: Soltero, Casado/Unión Libre, Separado/Divorciado, Viudo.
- Número de hijos del participante: No tengo hijos, 1 hijo, 2 hijos, 3 hijos, 4 o más hijos.
- Último nivel de estudios cursado: Bachillerato, Licenciatura, Maestría, Especialidad, Doctorado.
- Años de servicio en la docencia: 5 años o menos, 6-10 años, 11-15 años, 16-20 años, 21-25 años, 25-30 años, más de 30 años
- Horas frente a grupo antes del confinamiento: 10 horas a la semana o menos, 11-20 horas, 31-30 horas, 31-40 horas, más de 41 horas
- Horas de descarga antes del confinamiento se refiere a las horas dentro de la jornada laboral pero que no se está frente a grupo: 10 horas a la semana o menos, 11-20 horas, 31-30 horas, 31-40 horas, más de 41 horas
- Horas destinadas a labor académica online desde el confinamiento: 10 horas a la semana o menos, 11-20 horas, 31-30 horas, 31-40 horas, más de 41 horas.
- Doble Jornada laboral cuestiona si el participante trabaja en dos turnos.

5.5.2. Los Riesgos Psicosociales:

De acuerdo con la Norma Oficial Mexicana NOM-035-STPS-2018, se definen como aquellos que pueden provocar trastornos de ansiedad, no orgánicos del ciclo sueño-vigilia y de estrés grave y de adaptación, derivado de la naturaleza de las funciones del puesto de trabajo, el tipo de jornada de trabajo y la exposición a acontecimientos traumáticos severos o a actos de violencia laboral al trabajador, por el trabajo desarrollado (STPS, 2018). Esta variable se abordó a través de la Escala para valorar los factores de riesgo psicosocial en el trabajo de profesores (Versión

profesores de escuela básica) de Unda, Uribe, Jurado, García, Tovalín y Juárez (2016).

El instrumento cuenta con validez de constructo 30 ítems con una escala tipo Likert de cinco opciones de respuesta (siempre, frecuentemente, algunas veces, rara vez y nunca) divididos en cinco factores, las escalas presentan un alfa de Cronbach entre .75 y .92. Se concluye que la escala cumple con los requisitos de fiabilidad y validez en población de profesores universitarios mexicanos:

- Percepción de inequidad en el trabajo: considera las condiciones del trato inequitativo, injusto, antidemocrático, autoritario, prepotente y el insuficiente reconocimiento de jefes y compañeros del desempeño del trabajador docente. Las políticas educativas orientadas al incremento de la productividad de los docentes, junto con programas de evaluación y supervisión del trabajo, han creado ambientes cada vez más competitivos, sentando las condiciones propicias para la percepción de inequidad
- Estudiantes difíciles: involucra una de las funciones y tareas más importantes que realizan los profesores, la formación de los estudiantes. Los ítems señalan la percepción que el profesor tiene de algunos estudiantes cuyos comportamientos y actitudes son inadecuados y que se señalan frecuentemente como fuentes de estrés en su práctica docente y se manifiestan a través de la indisciplina en el aula, con actitudes irresponsables, de poco compromiso en el aula, en la investigación, en el trabajo de tesis y en el incumplimiento de compromisos acordados con el docente.
- Percepción de inseguridad: involucra contenidos que señalan la exposición de los docentes a robos, asaltos en las inmediaciones de las instituciones educativas o dentro de las propias instalaciones.
- Sobrecarga: hace referencia a la diversidad de actividades que realiza el docente universitario debido a los cambios en las instituciones educativas y el incremento de demandas y exigencias por la

introducción de programas de desempeño que evalúan productividad como vía directa para aumentar su salario.

- Percepción de falta de recursos: La restricción de financiamiento a las universidades públicas tiene un impacto directo en los recursos y las limitaciones presupuestales para llevar a cabo múltiples actividades que son necesarias como parte de las funciones sustantivas (docencia, investigación y difusión). Más aún, para realizar una serie de actividades propias de su trabajo los profesores universitarios deben conseguir sus propios recursos (compra de equipo electrónico, fotocopias, libros, materiales para la enseñanza, pagar la publicación y difusión de libros, viáticos e inscripción a congresos, entre otros), lo que genera en los maestros situaciones de molestia y estrés. Los recursos también tienen que ver con un salario inadecuado, escasez de equipos tecnológicos, falta de apoyo a la investigación, entre otros.

Para la evaluación del instrumento, el punto de corte está entre el percentil 33 y el percentil 75, los puntajes por debajo del percentil 33 se establecen como bajos, entre el percentil 33 y 75 como medios y arriba del 75 como alto.

5.5.3. Fatiga

La fatiga se puede definir como la disminución de la capacidad física y mental de un individuo después de haber realizado un trabajo durante un período de tiempo determinado. Las causas de la fatiga pueden ser por posturas corporales, desplazamientos, sobreesfuerzos o manejos de cargas (físicos) y/o por excesiva recepción de información, tratamiento de la información, fatiga por intentar dar respuesta a todo. (Mota, et. al. 2005). Esta variable se abordó a través del Cuestionario de Síntomas Subjetivos de Fatiga de Yoshitake (1978). Este instrumento fue creado en el año 1967 y se utiliza para identificar los síntomas subjetivos de fatiga en los trabajadores. Se evalúan tres dimensiones de la fatiga laboral: los síntomas generales de fatiga, los síntomas de fatiga mental y los de fatiga física.

El instrumento tiene validez de constructo, se encuentra validado para población mexicana y reporta una fiabilidad de .89, tiene carácter de ser auto aplicado, y está conformado por 30 preguntas dicotómicas y establece de manera subjetiva la fatiga, a través de la determinación del patrón subjetivo de fatiga:

Tipo 1: “Síntomas Generales de Fatiga”,

Tipo 2: “Fatiga Mental” y

Tipo 3: “Fatiga física”

Las primeras diez preguntas evalúan los síntomas generales de fatiga, incluidos la sensación de “pesadez de cabeza”, cansancio y somnolencia.

Las preguntas 11 a 20, se centran en los síntomas de fatiga mental, especialmente en los olvidos y dificultad para mantener la atención.

Las últimas diez preguntas del instrumento están dirigidas a identificar síntomas más específicos de fatiga física, incluidas la cefalea, temblor o la dificultad para respirar.

La valoración de este instrumento se establece de la siguiente manera:

- Fórmula para calcular el índice: $\text{Respuestas Sí} / 30 * 100$
- Promedio normal aceptable para hombres: 20,00% (equivale a 6 puntos)
- Promedio normal aceptable para mujeres: 23,33% (equivale a 7 puntos)

Tipos de fatiga:

- Tipo 1: $P1 > P2 > P3$ Síntomas generales de fatiga
- Tipo 2: $P2 \geq P1 \geq P3$ Fatiga intelectual
- Tipo 3: $P3 \geq P1 \geq P2$ Fatiga física

5.6. Consideraciones Éticas

Todos los profesionales, sobre todo aquellos que tienen abordajes con sujetos en las distintas disciplinas, se encuentran vinculados a un código de ética que se entiende como un arte de saber vivir, un saber vivir contemplado desde una visión que fomenta la toma de decisiones para la mejora de nuestra existencia.

La ética es pues una parte de la filosofía que atiende la moral y todas aquellas obligaciones del hombre, de acuerdo con el objeto de estudio y en la práctica profesional. Como sujetos en la búsqueda de información científica, se presentan

las siguientes consideraciones éticas bajo las cuales se regirá la presente investigación:

- El rigor profesional con el que se debe tratar a los sujetos de estudio. Esta condición alejó al investigador de prejuicios, burlas y comentarios que puedan ser considerados fuera de lugar. La relación entre profesional y sus informantes debe tener un rigor estrictamente profesional, una relación cuyo objetivo debe ser la intervención en la búsqueda de información y la generación de conocimiento científico.
- Se tomó en cuenta el contexto y las características de los sujetos estudiados, lo cual se traduce en el respeto y entendimiento de la religión ya que existen aspectos relacionados con este factor que pueden no estar dentro del alcance de la comprensión común.
- Se respetó la cultura de quienes participan en la investigación, así como se consideró un elemento a tomar en cuenta para su comprensión integral.
- La obtención del consentimiento informado de quienes participaron en la investigación a través de un documento digital que autorice el uso de la información proporcionada para fines científicos y académicos
- Uso de datos personales: garantías de privacidad y confidencialidad respecto a los datos personales de los sujetos participantes. Se contempla el resguardo de la información de datos recogidos a través de mecanismos de seguridad informática. Así como se garantiza el uso profesional de la información.
- Se realizará la devolución de los resultados de la investigación a los participantes del estudio de manera general a través de estrategias digitales.

5.7. Procedimiento

El proceso para la recolección de información se realizó a través una convocatoria con el apoyo de la Dirección de Psicopedagogía de la Secretaría de Educación Jalisco.

Los cuestionarios fueron auto aplicados de manera individual, previa autorización de consentimiento informado a través de un formulario de Google Form.

5.8. Análisis de los datos

- Se realizó un análisis descriptivo de las dimensiones que conforman las variables de estudio
- Para la correlación de las variables se utilizó el coeficiente de correlación Biserial Puntual el que permite determinar el grado de relación existente entre una variable ordinal y una dicotómica.
- Se realizaron análisis comparativos para muestras independientes.
- La información fue analizada a través del Sistema de software estadístico IBM SPSS-21 Statics.

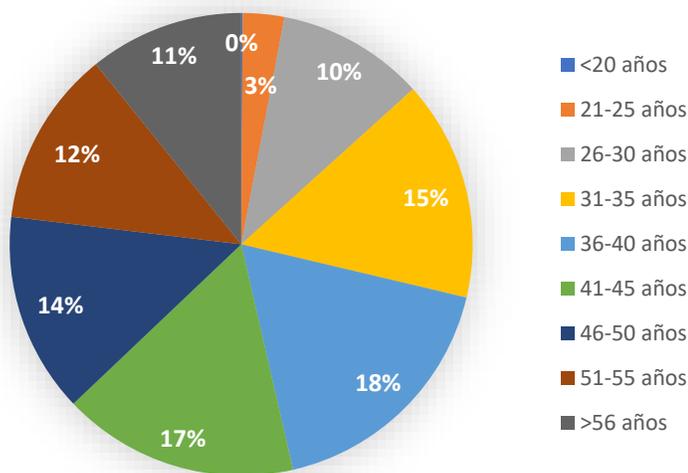
6. Resultados

El análisis de fiabilidad del cuestionario de síntomas subjetivos de Yoshitake arrojó un Alpha de Cronbach de .935 mientras que para la Escala de factores de riesgo psicosocial fue de .917. Los resultados del estudio se presentan en tres grandes apartados, en un primer momento se exhiben las características sociodemográficas y laborales de la población estudiada, en cuanto a edad, sexo, nivel de estudios, número de hijos, estado civil y años de servicio, así como número de horas invertidas en la docencia y el tipo de escuela donde presta sus servicios. En un segundo momento se muestran los resultados de los análisis descriptivos de los instrumentos de Riesgos Psicosociales y Fatiga. Finalmente, se concluye este apartado con los resultados del análisis inferencial y las correlaciones entre las variables.

La muestra alcanzada fue de 6698 profesores que corresponden al 45.2% del universo de estudio, de los cuales el 45.2% fueron hombres y el 54.8% mujeres. La relación de la población con el tipo de escuela donde presta sus servicios; donde el 75.9% concentra a los docentes que están en escuelas secundarias generales, el 15.8% en secundarias técnicas y el 8.2% en telesecundarias. En cuanto a la edad

de los participantes, el 48.7% se encuentran entre los 31 a los 45 años, el 37.1% tiene más de 46 años y el 13.3% aseguró contar con menos de 30 años (ver gráfico 1).

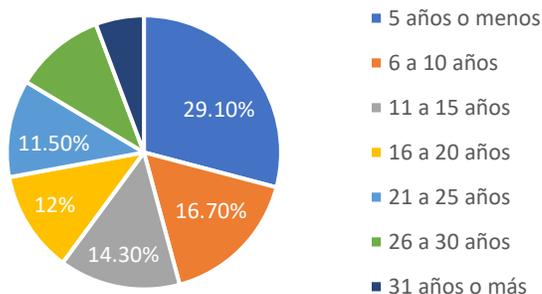
Gráfico 1: Edad de los participantes



Con respecto al estado civil de los participantes, el 63.1% mencionó vivir en pareja, el 27.6% aseguró estar soltero, el 7.6% mencionó estar separado o divorciado y un 1.7% ser viudo. Por el número de hijos, el 30% mencionó no tener, mientras que el 45.5% indicó tener entre 2 y 3 hijos, el 17.2% aseguró tener 1 hijo y un 6.3% mencionó contar con 4 o más hijos.

En cuanto al último nivel de estudios obtenido, el 65.1% mencionó contar con licenciatura, el 27.1% tener maestría, el 4.6 tener doctorado y un 1.6 contar con bachillerato. Mientras que, de acuerdo con los años de servicio, el gráfico 2 muestra que el 29.1% tiene 5 años o menos y el 16.7% contar tener entre 6 y 10 años, el resto de la muestra mencionó tener más de 11 años al servicio de la docencia.

Gráfico 2: Años de servicio en la docencia



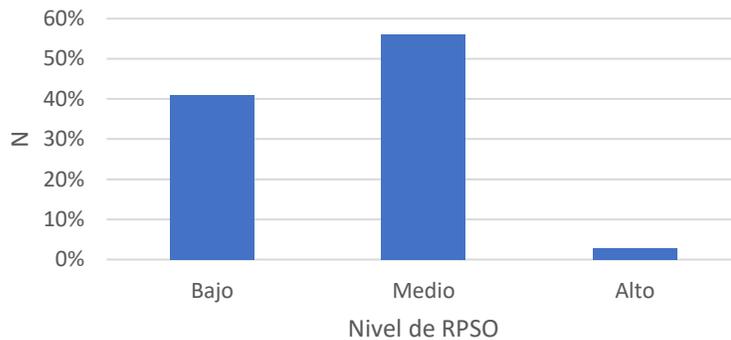
El análisis del número de horas que los profesores dedicaban a la docencia antes del confinamiento y desde éste, muestran que a partir de la declaración de aislamiento se aumentó en un 13.1% la cantidad de profesores que invierten más de 41 horas a la semana (ver tabla 1). De acuerdo con los resultados de la prueba de Wilcoxon de las mediciones de las horas que se invierten a la docencia antes del confinamiento (Md = 2.80) y desde el inicio de este (Md = 3.23) arrojó que existe una diferencia significativa ($z = -26.117$, $p < 0.05$)

Tabla 1: Comparativo de horas dedicadas a la docencia antes y desde el confinamiento

	Antes de confinamiento		Desde el confinamiento	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
10 horas o menos	1318	Frecuencia	742	11.1
11 a 20 horas	1629	24.3	1543	23.0
21 a 30 horas	1580	23.6	1512	22.6
31 a 40 horas	1405	21.0	1261	18.8
Más de 41 horas	766	11.4	1640	24.5
Total	6698	100.0	6698	100.0

El gráfico 3 muestra el análisis de frecuencias del instrumento de Riesgo Psicosocial que indica que el 41% se encontró en bajo, el 56.1% se encuentran en un nivel medio y el 2.9% en alto.

Gráfico 3: Nivel de Riesgo Psicosocial General



Por otro lado, la tabla 2 indica el nivel de riesgo psicosocial de los participantes por cada una de sus cinco dimensiones; la dimensión Estudiantes Difíciles concentra al 71.3% de los participantes en un nivel medio-alto y al 43.2% en nivel medio. La dimensión inseguridad muestra al 44.6% de los participantes en nivel bajo y al 20.7% en nivel medio, la dimensión Sobrecarga de Trabajo coloca al 57.8% de la muestra en nivel medio y 26.2% en el nivel alto y la dimensión Falta de recursos indica que 56.4% se encuentra en el nivel medio-alto. Por tanto, se rechaza la primera hipótesis nula que argumenta que los profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco no presentan un nivel medio o alto en el análisis de factores de riesgo psicosocial en periodo de contingencia sanitaria por SARS-Cov-2.

Tabla 2: Dimensiones del riesgo Psicosocial

Dimensión	Bajo	Medio	Alto
Inequidad	74.9	22	3
Estudiantes Difíciles	28.4	58.3	13.3
Inseguridad	55.3	39.9	4.7
Sobrecarga de Trabajo	16	57.8	26.2
Falta de Recursos	43.6	49	7.4

La evaluación de la presencia de Fatiga, de acuerdo con el instrumento indican que el promedio de participantes que presentan fatiga es del 15.7%, de éstos, el 29.8%

presenta fatiga general, el 18.2% presenta fatiga mental y el 9.9% presenta fatiga física (ver tabla 3). Se rechaza la segunda hipótesis nula que afirma que los profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco no presentan fatiga general, mental y física en periodo de contingencia sanitaria por SARS-Cov-2.

Tabla 3: Presencia de Fatiga en la muestra

Presencia	Presencia de Fatiga %	Fatiga General	Fatiga Mental	Fatiga Física
Si	61	33.2	20.3	11.5
No	39	66.8	79.7	88.5
Total	100	100	100	100

El análisis de correlación Biserial Puntual del nivel del riesgo psicosocial con la presencia de fatiga indica que existe una relación estadísticamente significativa, débil e inversamente proporcional ($r_b = -0.349$, $p < 0.05$) estas. De igual manera, existe una relación estadísticamente significativa, débil e inversamente proporcional ($r_b = -0.237$, $p < 0.05$) entre el nivel de riesgo psicosocial con la presencia de fatiga física, ($r_b = -0.327$, $p < 0.05$) con la fatiga general y ($r_b = -0.303$, $p < 0.05$) con la fatiga mental (ver tabla 4). Lo anterior permite aceptar la tercera hipótesis nula debido a que no existe una relación significativa, directa y positiva entre los Riesgos Psicosociales y el grado de fatiga en profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco en periodo de contingencia sanitaria por SARS-CoV-2.

Tabla 4: Correlaciones Nivel de Riesgo Psicosocial y Presencia de Fatiga

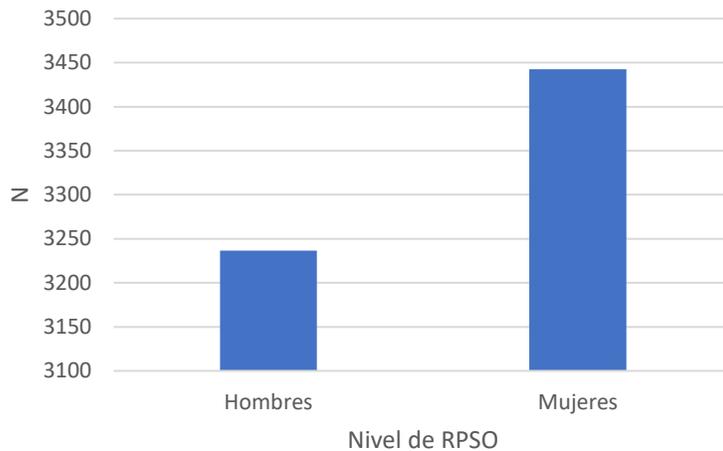
		Correlaciones				
		Riesgo Psicosocial General	Resultado del índice de fatiga física	Resultado del índice de fatiga general	Resultado del índice de fatiga mental	Presencia de Fatiga
Riesgo Psicosocial General	Correlación de Pearson	1	-.237**	-.327**	-.303**	-.349**
	Sig. (bilateral)		.000	.000	.000	.000

	N	6698	6698	6698	6698	6698
Resultado del índice de fatiga física	Correlación de Pearson	-.237**	1	.460**	.464**	.288**
	Sig. (bilateral)	.000		.000	.000	.000
	N	6698	6698	6698	6698	6698
Resultado del índice de fatiga general	Correlación de Pearson	-.327**	.460**	1	.551**	.563**
	Sig. (bilateral)	.000	.000		.000	.000
	N	6698	6698	6698	6698	6698
Resultado del índice de fatiga mental	Correlación de Pearson	-.303**	.464**	.551**	1	.403**
	Sig. (bilateral)	.000	.000	.000		.000
	N	6698	6698	6698	6698	6698
Presencia de Fatiga	Correlación de Pearson	-.349**	.288**	.563**	.403**	1
	Sig. (bilateral)	.000	.000	.000	.000	
	N	6698	6698	6698	6698	6698

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

De acuerdo con la prueba U de Mann-Whitney se encontraron diferencias significativas en el nivel de riesgo psicosocial ($z = -4.984$, $p < 0.05$) entre hombres (Md = 3236.74) y mujeres (Md = 3442.37) siendo las mujeres quienes presentan niveles más altos de Riesgo Psicosocial (ver gráfico 4). Lo anterior permite rechazar la cuarta hipótesis nula que afirma que no existen diferencias significativas en el nivel de riesgo psicosocial entre hombres y mujeres

Gráfico 4: Asociación del Nivel de riesgo psicosocial por sexo



Por las dimensiones que conforman el riesgo psicosocial, el nivel de la dimensión inequidad es igual entre ambos grupos ($z = -.637$ $p > .05$) para el resto de las dimensiones se observaron diferencias significativas; en el nivel de la dimensión estudiantes difíciles ($z = -4.357$ $p < .05$), para la dimensión Inseguridad ($z = -4.406$ $p > .05$) para la dimensión sobrecarga de trabajo ($z = -9.837$ $p < .05$) y para la dimensión falta de recursos ($z = -2.676$ $p < .05$) (ver tabla 5).

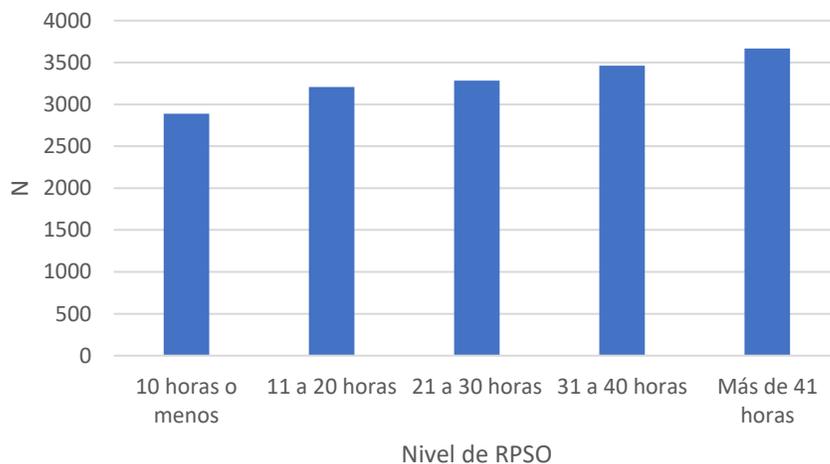
Tabla 5: Dimensiones del nivel de riesgo psicosocial de acuerdo con el sexo de los participantes

	Rangos			
	Sexo de los participantes	N	Rango promedio	Suma de rangos
Dimensión Inequidad	Hombre	3025	3336.29	10092268.50
	Mujer	3673	3360.38	12342682.50
	Total	6698		
Dimensión Estudiantes Dificiles	Hombre	3025	3249.56	9829923.00
	Mujer	3673	3431.81	12605028.00
	Total	6698		
Dimensión Inseguridad	Hombre	3025	3249.07	9828435.50
	Mujer	3673	3432.21	12606515.50
	Total	6698		
Dimensión Sobrecarga de Trabajo	Hombre	3025	3122.62	9445924.50
	Mujer	3673	3536.35	12989026.50
	Total	6698		
	Hombre	3025	3287.22	9943846.50

Dimensión Falta de Recursos	Mujer	3673	3400.79	12491104.50
	Total	6698		

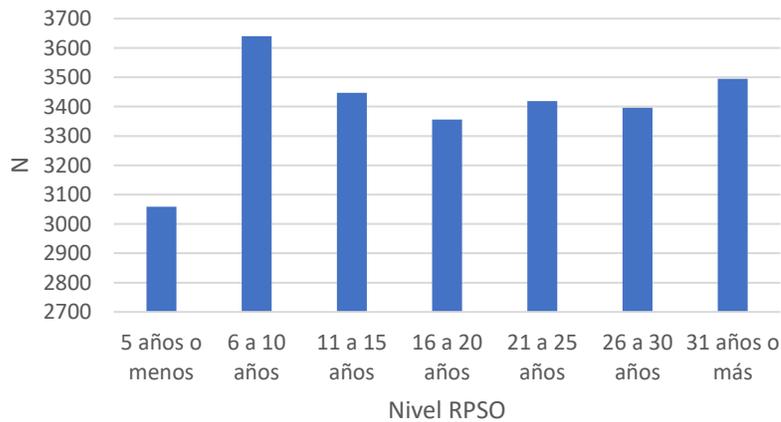
Se observaron diferencias significativas en el nivel de riesgo psicosocial entre los docentes que laboran 10 horas a la semana o menos con aquellos que laboran más de 41 horas a la semana ($X^2(1) = 133.257$, $p < 0.05$). Los docentes que laboran más de 41 horas a la semana presentan un nivel más alto de riesgo psicosocial que aquellos que laboran menor cantidad de horas (ver gráfica 5). Por lo que se rechaza la quinta hipótesis nula que asevera que existen diferencias significativas en el riesgo psicosocial de los profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco de acuerdo con las horas frente a grupo.

Gráfico 5: Asociación del Nivel de riesgo psicosocial de acuerdo con las horas semanales dedicadas a la docencia



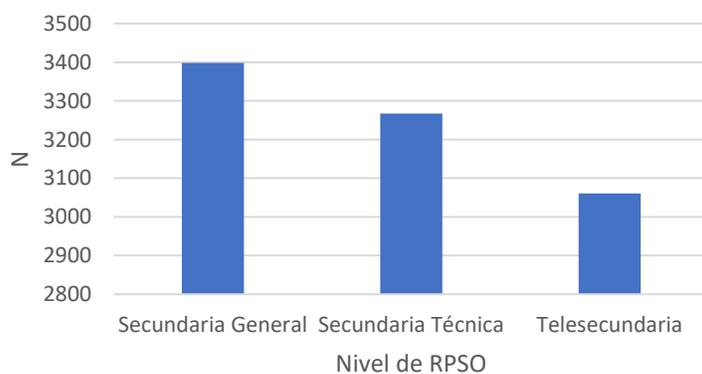
Por su parte, se observaron diferencias en el nivel de riesgo psicosocial con respecto a los años de servicio en la docencia, ($X^2(1) = 99.982$, $p < 0.05$). Los docentes con 6 a 10 años de servicio presentan niveles más altos de riesgo psicosocial respecto a quienes tienen más e incluso menos años de servicio (ver gráfica 6). Lo anterior permite rechazar la sexta hipótesis nula ya que no existen diferencias significativas en el riesgo psicosocial de los profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco de acuerdo con los años de servicio.

Gráfico 6: Asociación del Nivel de riesgo psicosocial por años de servicio



De igual manera, se observaron diferencias en el nivel de riesgo psicosocial con respecto al tipo de escuela, ($X^2(1) = 22.995, p < 0.05$). los docentes que prestan sus servicios en escuelas secundarias generales presentan niveles más altos de riesgo psicosocial que los docentes de secundarias técnicas y éstos presentan niveles más bajos que los docentes de telesecundarias (ver gráfica 7). Esto permite rechazar la séptima hipótesis nula que argumenta que no existen diferencias significativas en el riesgo psicosocial de los profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco de acuerdo con el tipo de escuela.

Gráfico 7: Relación del nivel de riesgo psicosocial con respecto al tipo de escuela



7. Discusión

Este proyecto tuvo como objetivo identificar la relación de los factores de riesgo psicosocial y la fatiga en profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco en periodo de contingencia sanitaria por SARS-CoV-2 cuya discusión de resultados se presenta a continuación.

Para la OPS la procuración de la salud implica un análisis de los aspectos que promueven un trabajo seguro y sano, al mismo tiempo que fomentan una intervención oportuna a los factores que atentan contra el bienestar de los empleados, desde esta perspectiva se puede afirmar que el confinamiento por SARS-Cov-2 ha impactado desfavorablemente en la salud de los docentes en Jalisco, pues desde su declaración por parte de las autoridades del estado el 13.1% de los encuestados ha aumentado la cantidad de horas invertidas en la docencia a más de 41 horas por semana. Lo anterior pone de manifiesto que el ejercicio de la docencia desde el hogar ha contribuido a un aumento significativo del tiempo invertido por parte del personal docente. Esta afirmación es confirmada con estudios como el de Meo y Dabenigno (2021) quienes afirman que de acuerdo con la percepción mayoritaria de sus sujetos de estudio, la jornada laboral se extendió durante la primera etapa del confinamiento, lo que se traduce en que cerca de 9 de cada 10 docentes dedican más tiempo a su trabajo ahora (durante el confinamiento) que antes, mientras que para Quiroz-Zambrano y Vega-Intriago (2020) el aspecto emocional de los docentes se ha visto afectada por el aislamiento social y el incremento de horas laborales que ha traído consigo el teletrabajo instaurado por el confinamiento por la pandemia.

Los resultados de la aplicación de los instrumentos en este estudio permitieron identificar que el 58.9% de los docentes participantes se encuentran en un nivel medio-alto en cuanto a la evaluación de los riesgos psicosociales durante la contingencia sanitaria por SARS-CoV-2, de estos, las dimensiones que más impacto han tenido son la de estudiantes difíciles, sobre carga de trabajo e inseguridad. Lo anterior coincide con lo mencionado por Gómez (2008) quien ha identificado que la prevalencia de riesgos psicosociales se aproxima en un 57.8% en población docente de escuelas de Bogotá, mientras que Gil-Monte (2012) asegura que los factores de riesgo psicosocial se encuentran presentes como el cuarto problema de

salud en las empresas de la unión europea. Esto puede dar evidencia de que la evaluación de estos niveles en los riesgos psicosociales y la presencia de fatiga en los docentes de Jalisco son un fenómeno que se puede estar replicando en otros estados de la República Mexicana, por lo que su estudio e intervención se presentan como un área de oportunidad para impactar en el bienestar de los quienes ejercen la docencia en el país.

Desde esta perspectiva, Unda et. al. (2016) advierte que el factor “estudiantes difíciles” hace referencia a la percepción que tiene el profesor sobre el comportamiento y actitudes de sus alumnos, de modo que actitudes como la irresponsabilidad y el poco compromiso en el aula se convierten en un factor de riesgo psicosocial, de igual forma el factor sobrecarga académica es comprendida como el número y diversidad de actividades que los docentes tienen que desempeñar dentro o fuera de sus funciones intra áulicas. Lo anterior permite identificar estos dos factores como elementos desencadenantes y/o coadyuvantes tanto para la presencia de la fatiga como para la evaluación media-alta en el nivel de riesgo psicosocial.

Lo anterior permite comprender que en un contexto de confinamiento con un proceso educativo en los espacios virtuales, la percepción de los estudiantes difíciles deja de ser exclusivo de las aulas e impacta directamente en las relaciones y comunicaciones a través de las plataformas digitales, mientras que por otro lado, la migración de la educación puede ser traducida en el aumento de las cargas de trabajo para los profesores al verse obligados a modificar las estrategias de enseñanza-aprendizaje para ser llevadas a cabo a través de las TIC’s, así como el aprender de manera improvisada sobre el uso eficiente de los dispositivos y herramientas digitales para aquellos docentes que no son nativos digitales. Esto se confirma con lo mencionado por Rubbini (2012) para quien el teletrabajo puede estar asociado con riesgos relacionados con las TIC’s entre los que se encuentran dificultad de adaptación continua a los nuevos equipos y sistemas. Esta dificultad está profundamente relacionada tanto con características personales (autocontrol, flexibilidad, autoeficacia, etc.) como con la formación y preparación específica y continuada del trabajador.

En otro orden de ideas, la exposición a los riesgos psicosociales tiene un impacto diferente de acuerdo con el sexo, a partir del análisis estadístico de los resultados obtenidos, las mujeres se encuentran más afectadas por los factores de riesgo psicosocial, lo anterior podría enmarcarse en lo que Hochschild (2021) denomina doble jornada, que se traduce como el proceso que las madres trabajadoras llevan a cabo con el objetivo de criar a sus hijos y poder desarrollar su carrera profesional, en donde además se ven involucrados aspectos como la dedicación a la vida profesional, las tareas del hogar y los problemas maritales. Lo anterior se refuerza en el estudio realizado por Unda, Sandoval y Gil-Monte (2007) quienes identificaron que del 37.4% de sus participantes docentes, los hombres presentaron niveles más bajos en factores de riesgo psicosocial como la ilusión por el trabajo y el desgaste psíquico que las mujeres.

En contraste con lo anterior, se ha identificado que en investigaciones previas no se muestran asociaciones existentes entre el nivel de riesgo psicosocial y variables intervinientes como los años de servicio en la docencia o el tipo de escuela. En el presente estudio se identifica, por una parte, que los profesores que tienen entre 6 y 10 años de servicio en la SEP presentan niveles más altos en los riesgos que aquellos con más o incluso menor antigüedad, mientras que, por otro lado se logró identificar que, de acuerdo con el tipo de escuela los docentes que se desempeñan en escuelas secundarias generales evaluaron más alto el nivel de riesgo que aquellos que laboran en escuelas técnicas o telesecundarias.

Estas variables intervinientes permiten identificar, de acuerdo con la OIT (1984) interacciones entre la empresa y el trabajador que pueden influir en la salud, en el rendimiento y la satisfacción en los centros de trabajo, así como afectar el ambiente laboral y las condiciones de trabajo. Por tanto, tanto el tipo de escuela como los años de servicio representan elementos inherentes relacionados con los factores de riesgos psicosociales para la población docente en su ejercicio profesional y en sus centros de trabajo, por lo que su análisis e intervención representan un elemento decisivo para su prevención.

En el mismo orden de ideas, en cuanto a la presencia de riesgos psicosociales por el tipo de escuela se puede adjudicar a las características que tienen respecto a la

educación que imparten, pues en las secundarias generales se cuenta con un plan de estudios no orientativo, con talleres y laboratorios que imparten clases de manera generalizada, mientras que en las escuelas técnicas la educación busca hacer énfasis en la tecnología de acuerdo con la región donde se ubica el plantel, de tal manera que se busca que el alumno pueda incorporarse a alguna actividad productiva. Por otro lado, la telesecundaria se trata de un sistema de educación a distancia que brinda atención a alumnos donde no es posible instalar una escuela. Lo anterior permite comprender que la falta de orientación y la educación generalizada impartida por parte del personal docente podría coadyuvar a la presencia de niveles altos de riesgos psicosociales.

Respecto a la segunda variable de este estudio, la presencia de fatiga en la muestra estudiada se identifica en un 61% predominando la fatiga general con un 33.2% y la fatiga mental en un 20.3%. Desde la perspectiva de Yoshitake (1978) la fatiga general y la fatiga mental son dos de los principales factores de incapacidad en los colaboradores dentro de los centros de trabajo pues es concebida como una respuesta a la exposición de los factores de riesgo psicosocial. De acuerdo con El-Salli (2010) la aparición de fatiga se encuentra íntimamente relacionada con la rutina en el desarrollo de las actividades y ésta no se encuentra desprendida de aspectos personales como la edad y los años de servicio, mientras que desde la perspectiva de Useche (1992) la presencia de fatiga se encuentra relacionada con el exceso de trabajo y una inadecuada retribución.

Con base en lo anterior es posible asumir que para los profesores de Jalisco, la presencia de fatiga podría atribuirse, de acuerdo con los datos, al aumento del tiempo invertido en la docencia a causa del confinamiento. De acuerdo con Rea (2019) los síntomas de fatiga se manifiestan en cambios en el organismo, así como en cambios en el comportamiento dentro de los centros de trabajo propiciando insatisfacción laboral y coadyuvando en la aparición de cuadros de ansiedad y comportamientos inadecuados con los alumnos. Desde esta perspectiva y tomando como referencia la evaluación media-alta en los factores de riesgo “estudiantes difíciles” y “sobrecarga de trabajo” en la población estudiada es posible identificar futuras líneas de investigación que profundicen sobre el impacto de estos factores

con la fatiga haciendo uso de instrumentos que reflejen una evaluación del nivel en que se presenta.

Sumado a lo anterior, aunque la fatiga es considerada una respuesta a la exposición de riesgos psicosociales, como variables en este estudio no guardan una relación directa. De acuerdo con los resultados en la población estudiada, el riesgo psicosocial mantiene una asociación inversa con la presencia de fatiga de modo que, bajo estas condiciones, a mayor presencia de una variable, habrá menor presencia de la otra. Lo anterior no es coincidente con la teoría pues desde la perspectiva de Sebastian, Idoate, Llano y Almanzor (2008) la fatiga se encuentra íntimamente relacionada tanto por el esfuerzo físico, como con el esfuerzo mental y el componente afectivo; este último conformado por la carga emocional y los aspectos psicosociales del contenido y del contexto de trabajo. Por lo que, desde esta perspectiva teórica, la fatiga y la exposición a riesgos psicosociales guardarían una estrecha relación que podría ser analizada en investigaciones con un enfoque metodológico apropiado.

Lo anterior se traduce como un área de oportunidad para futuras réplicas del estudio que profundicen en la complejidad que existe en la relación laboral con la SEP y la influencia de sindicatos, pues desde la perspectiva del autor, estos factores podrían estar relacionados con la presencia de la fatiga, de igual manera se asume que la utilización en este estudio de un instrumento dicotómico limitó la profundidad del estudio y por tanto de correlaciones que expliquen puntualmente asociaciones entre el nivel de riesgo psicosocial y el nivel de fatiga.

8. Conclusiones

El presente estudio tuvo como objetivo identificar la relación de los factores de riesgo psicosocial y la fatiga en profesores de nivel secundaria del estado de Jalisco en periodo de contingencia sanitaria por SARS-CoV-2, donde se identificó que la relación, aunque se considera significativa, se establece de manera inversamente proporcional y débil. Adicionalmente, dentro de los resultados más destacados se observa que el confinamiento y la migración de la educación a espacios virtuales

propició un aumento significativo en el número de horas que los docentes invierten a la docencia.

Sumado a lo anterior, se observa que los docentes presentaron puntuaciones medias-altas en la evaluación del nivel de riesgos psicosociales siendo las más destacadas las dimensiones estudiantes difíciles, sobrecarga de trabajo e inseguridad.

En cuanto al análisis de la segunda variable, se identificó que más de la mitad de los encuestados presenta fatiga, de los cuales predomina la fatiga general, seguida de la fatiga mental.

Por otra parte, se identificó que son las mujeres las que se ven más afectadas por los diferentes riesgos psicosociales de tal manera que se recomienda replicar el estudio y propiciar líneas de intervención con una perspectiva de género.

De igual manera, se identificó que los años de servicio y el tipo de escuela influyen de manera significativa en la evaluación media-alta de las dimensiones de riesgos psicosociales, por lo que se recomienda tener planes de acción focalizados que impacten de manera directa a quienes se ven más afectados.

Por último, se sugiere que para futuros estudios con esta población se realicen adecuaciones de tipo metodológicas que permitan profundizar en ambas variables y utilizando instrumentos que evalúen de manera puntual la fatiga. Además, es viable afirmar que los instrumentos utilizados permiten conocer e identificar aspectos particulares de la salud ocupacional de los docentes en Jalisco, sin embargo es necesario integrar en el diseño instrumentos adecuados que conlleven a la obtención de información suficiente para la elaboración de diagnósticos que permitan conocer otras aristas, así como tomar en cuenta los diferentes contextos sociales y políticos, tanto públicos como privados por los que atraviesan los docentes

Referencias

- Aldrete, M., González, J., y Preciado, M. (2008). Factores psicosociales laborales y el Síndrome de Burnout en docentes de enseñanza media básica (secundaria) de la zona metropolitana de Guadalajara, México. *Revista Chilena de Salud Pública*, 12(1), 18-25. Recuperado de <https://revistaidiem.uchile.cl/index.php/RCSP/article/view/1822>.
- Alzoubi, H., Alnawaiseh, N., Al-Mnayyis, A., Abu-Lubad, M., Aqel, A., y Al Shaganin, H. (2020). Covid-19 Knowledge, attitude and practice among medical and non-medical university students in Jordan. *Journal of Pure & Applied Microbiology*, 14(1), 17-24. Recuperado de <https://www.mendeley.com/catalogue/881f8ba0-3c84-3a82-945d-52cfb5538ae9/>.
- Artopoulos, A. (2020). COVID-19: ¿Qué hicieron los países para continuar con la educación a distancia? *Revista Latinoamericana de Educación Comparada*, 11(17), 1-11. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7502927>.
- Baltazar, R., Santacruz, G., Cortés, S., Estrada, M., Rodríguez, M., González, B., y Vega, J. (2015). Relación entre género y calidad de vida laboral en profesionales de salud. *Psicogente*, 33, 52-65. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6113795>.
- Barajas, D. (2020, 02 de abril). *Milenio*. Recupardo de <https://www.milenio.com/politica/comunidad/coronavirus-jalisco-sep-presenta-plataformas-clases-virtuales>
- Brewer, K. (2020, 17 de Marzo). Coronavirus: cómo proteger tu salud mental durante la pandemia de covid-19. *BBC News*. Recuperado de <https://www.bbc.com/mundo/noticias-51908567>
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., y Dong, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287(112934). doi:doi:10.1016/j.psychres.2020.112934
- CEPAL-UNESCO. (2020). La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19. *Informe COVID-19*. CEPAL-UNESCO. Recuperado de <https://www.cepal.org/es/publicaciones/45904-la-educacion-tiempos-la-pandemia-covid-19>.
- COTEC. (2020). *COVID-19 y Educación II: Escuela en casa y desigualdad*. Fundación COTEC. Recuperado de <https://online.flippingbook.com/view/350164/#:~:text=Este%20documento%20anali za%20c%C3%B3mo%20la,las%20escuelas%20y%20los%20docentes>.
- Diario Oficial de la Federación. (2020). *DECRETO por el que se declaran acciones extraordinarias en las regiones afectadas de todo el territorio nacional en materia de salubridad general para combatir la enfermedad grave de atención prioritaria generada por el virus SARS-CoV2 (COVID-19)*. México: Diario Oficial de la Federación. Recuperado de

[https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5590673&fecha=27/03/2020#:~:t ext=ART%C3%8DCULO%20PRIMERO.,CoV2%20\(COVID%2D19\)](https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5590673&fecha=27/03/2020#:~:t ext=ART%C3%8DCULO%20PRIMERO.,CoV2%20(COVID%2D19)).

El Informador (2020, 01 de Mayo) Aumenta atención psicológica por aislamiento en Jalisco. *El Informador*. Recuperado de <https://www.informador.mx/jalisco/Aumenta-atencion-psicologica-por-aislamiento-en-Jalisco-20200501-0088.html>.

El-Salli, L. (2010). *Psicología para el Docente: Consideraciones sobre los riesgos y desafíos de la profesión magisterial*. Guanajuato: Universidad de Guanajuato.

Escalona, E. (2006). Programa para la preservación de la voz en docentes de educación básica. *Salud de los Trabajadores*, 14(1), 31-49. Recuperado de http://ve.scielo.org/scielo.php?pid=S1315-01382006000100004&script=sci_arttext&tlng=en.

Forbes México (2020, 03 de Abril) Síndrome de la cuarentena afectaría a la mitad de los mexicanos, advierte psiquiatra. *Forbes.com*. Recuperado de <https://www.forbes.com.mx/sindrome-de-la-cuarentena-afectaria-a-la-mitad-de-los-mexicanos-advierte-psiquiatra/>.

Franco, R. (2014). *Salud y seguridad en el trabajo (SST). Aportes para una cultura de la prevención - 1a ed.* Buenos Aires: Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social; Ministerio de Educación; Instituto Nacional de Educación Tecnológica, Oficina de País de la OIT para la Argentina. Recuperado de https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@americas/@ro-lima/@ilo-buenos_aires/documents/publication/wcms_248685.pdf.

Galván, M., Aldrete, M., Preciado, L., y Medina, S. (2010). Factores psicosociales y síndrome burnout en docentes de nivel preescolar de una zona escolar de Guadalajara, México. *Revista de Educación y Desarrollo*, 14, 5-11. Recuperado de https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/14/014_Galvan.pdf.

Gil-Monte, P. (2012). Riesgos Psicosociales, estrés laboral y Síndrome de quemarse por el trabajo (Burnout) en docentes. En V. Mellado, L. Blanco, A. Borrachero, y J. Cárdenas, *Las emociones en la enseñanza y el aprendizaje de las ciencias y la matemáticas Vol. 1* (págs. 19-41). España: Grupo de investigación DEPROFE. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rsap/v21n1/0124-0064-rsap-21-01-102.pdf>.

Gobierno del Estado de Jalisco (2020, 18 de marzo) Ante covid-19, conforma gobierno de jalisco opciones de estudio a distancia para educación básica y superior. Jalisco Prensa. Recuperado de <https://www.jalisco.gob.mx/es/prensa/noticias/102687>.

Gómez, V. (2008). Factores Psicosociales del Trabajo y su Relación con la Salud Percibida y la Tensión Arterial: Un Estudio con Maestros Escolares en Bogotá, Colombia. *Ciencia y Trabajo*, 10(30), 132-137. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3219214>.

González, N. (2008). Prevalencia del estrés en la satisfacción laboral de los docentes universitarios. *REDHECS: Revista electrónica de Humanidades, Educación y*

- Comunicación Social*, 3(4), 68-89. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2717959>.
- Gutiérrez, E. (26 de Marzo de 2020). *El Informador*. Recuperado de <https://www.milenio.com/politica/comunidad/coronavirus-jalisco-aislamiento-casa-30-marzo>
- Hochschild, A., y Machung, A. (2021). *La doble jornada. Familias trabajadoras y la revolución en el hogar*. Madrid: Capitán Swing Libros.
- Ianni, O. (1999). *La sociedad global*. Madrid: Siglo XXI. Recuperado de <https://ridaa.unq.edu.ar/handle/20.500.11807/1139>.
- Infobae (2020, 20 de Mayo) Con ansiedad y estrés por el COVID-19, así es el Día del Psicólogo en México. *Infobae.com*. Recuperado de <https://www.infobae.com/america/mexico/2020/05/20/con-ansiedad-y-estres-por-el-covid-19-asi-es-el-dia-del-psicologo-en-mexico/>.
- Instituto Latinoamericano de la Comunicación Educativa. (21 de 03 de 2020). El ILCE se suma al programa de transmisión de contenidos educativos de la SEP por la emergencia del COVID-19. *ILCE*. Recuperado de <https://www.ilce.edu.mx/index.php/noti-ilce/comunicados/216-el-ilce-se-suma-al-programa-de-transmision-de-contenidos-educativos-de-la-sep-por-la-emergencia-del-covid-19>
- Instituto Mexicano del Seguro Social (s.f.). El 75% de los mexicanos padece fatiga por estrés laboral, superando a países como China y Estados Unidos. *IMSS.gob.mx*. Recuperado el 01 de Abril de 2020, de <http://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/estres-laboral>
- Lucio, P., Zimerman, A., y Altamirano, C. (2020). Encuesta Nacional a Docentes ante el COVID-19. Retos para la educación a distancia. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 50(Especial), 41-88.
- Meo, I., y Dabenigno¹, V. (2021). Teletrabajo docente durante el confinamiento por COVID-19 en Argentina. Condiciones materiales y perspectivas sobre la carga de trabajo, la responsabilidad social y la toma de decisiones. *Revista de Sociología de la Educación-RASE*, 14(1), 103-127. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7731151>.
- Navarrete-Cazales, Z., Manzanilla-Granados, H., y a Ocaña-Pérez, L. (2020). La Educación Básica a distancia en el contexto de la pandemia en México. Potencialidades y limitaciones. *EduCiencia*, 5(2), 6-19. Recuperado de https://www.researchgate.net/profile/Zaira-Navarrete/publication/348993657_La_Educacion_Basica_a_distancia_en_el_conte_xto_de_la_pandemia_en_Mexico_Potencialidades_y_limitaciones/links/601a3f05a6fdcc37a8fc2ccb/La-Educacion-Basica-a-distancia-en-el-contexto-de-la-pandemia-en-Mexico-Potencialidades-y-limitaciones.pdf.
- Neisa, C., y Rojas, Y. (2009). Fatiga Laboral, accidentes e incidentes laborales en los conductores de carga pesada de una empresa transportista de la ciudad de Yopal.

Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología, 10(1), 7-21. Recuperado de https://www.researchgate.net/profile/Claudia-Neisa/publication/313875531_Fatiga_laboral_accidentes_e_incidentes_laborales_en_conductores_de_carga_pesada_de_una_empresa_transportista_de_la_ciudad_de_Yopal/links/58ac6d0e92851c0979ea2a38/Fatiga-laboral-accidentes-e-incidentes-laborales-en-conductores-de-carga-pesada-de-una-empresa-transportista-de-la-ciudad-de-Yopal.pdf.

Organización Internacional del Trabajo (1984). *Factores Psicosociales en el Trabajo: Naturaleza, incidencia y prevención*. Ginebra: Oficina internacional del Trabajo. Recuperado de <https://www.factorpsicosociales.com/factores-psicosociales-en-el-trabajo-naturaleza-incidencia-y-prevencion/>.

Olmedo-Buenrostro, B., Delgado-Enciso, I., López-Lavin, M., yáñez-Velazco, J., Mora-Brambila, A., Velasco-Ridríguez, R., y Montero-Cruz, S. (2013). Perfil de salud en profesores universitarios y su productividad. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 32(2), 130-138. Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002013000200002.

Organización Mundial de la Salud (1946). *Constitución de la Asamblea Mundial de la Salud, adoptada por la Conferencia Sanitaria Internacional*. Nueva York: Actas oficiales de la Organización Mundial de la Salud. Recuperado de <https://www.who.int/es/about/who-we-are/constitution#:~:text=La%20Constituci%C3%B3n%20fue%20adoptada%20por,h an%20incorporado%20al%20texto%20actual>.

Organización Mundial de la Salud (2020, 11 de Junio). Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus (COVID-19). *Who*. Recuperado de <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>.

Organización Panamericana de la Salud (s.f.). *Organización Panamericana de la Salud*. Recuperado el 13 de 04 de 2021, de https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=1527:workers-health-resources&Itemid=1349&limitstart=2&lang=es

Orús, A. (2021, 01 de Abril). Número de personas fallecidas a causa del coronavirus en el mundo a fecha de 11 de junio de 2021, por país. *statista*. Recuperado de <https://es.statista.com/estadisticas/1095779/numero-de-muertes-causadas-por-el-coronavirus-de-wuhan-por-pais/>

Polo , J., Palacio , J., De Castro, M., Mebarak , M., y Velilla , J. (2013). Riesgos psicosociales: La psicología organizacional positiva como propuesta de promoción, prevención e intervención. *Revista Científica Salud Uninorte*, 29(3), 561-575. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/817/81730431019.pdf>.

Quevedo, A., Lubo, A., y Montiel, M. (enero-junio de 2005). Fatiga laboral y condiciones ambientales en una planta de envasado de una industria cervecera. *Fatiga laboral y condiciones ambientales en una planta de envasado de una industria*, 13(1), 37-44. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3758/375839269004.pdf>.

- Quintana, I. (2020). Covid-19 y Cierre de Universidades ¿Preparados para una Educación a Distancia de Calidad? *Revista internacional de Educación para la Justicia Social*, 9(3e). Recuperado de <https://revistas.uam.es/riejs/article/view/12232>.
- Quirós, M. (2006). *Aprendizaje y comunicación en el siglo XXI*. Bogotá: Norma.
- Quiroz-Zambrano, G., y Vega-Intriago, J. (2020). El teletrabajo y su influencia en el bienestar emocional de los docentes en el periodo de confinamiento por el covid-19. *Polo del Conocimiento*, 5(12), 361-373. Recuperado de <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/2058>.
- Rea, T., Córdova, M., Gordón, P., Vega, J., Ruiz, O., y Sánchez, E. (2019). Evaluación de la carga y fatiga mental en docentes. caso de la Universidad Técnica de Ambato. *Ciencia Digital*, 3(2), 252-263. Recuperado de <https://www.semanticscholar.org/paper/Evaluaci%C3%B3n-de-la-carga-y-fatiga-mental-en-docentes.-Hinojosa-Su%C3%A1rez/aefcb830880030264adc9272a17709ef69765193>.
- Robles, P. (2017). Satisfacción con la vida y calidad de vida laboral en docentes de instituciones educativas estatales de Lima Metropolitana. *Revista de investigación en psicología*, 20(1), 119-134. Recuperado de <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/13527>.
- Romo, P. (2020, 19 de Abril) Gobierno de Jalisco ordena aislamiento obligatorio y "cero tolerancia" para contener Covid-19. *El Economista*. Recuperado de <https://www.economista.com.mx/estados/Gobierno-de-Jalisco-ordena-aislamiento-obligatorio-y-cero-tolerancia-para-contener-Covid-19-20200419-0022.html>.
- Rubbini, N. (2012). Los riesgos psicosociales en el teletrabajo. *VII Jornadas de Sociología de la UNLP 5 al 7 de diciembre de 2012 La Plata, Argentina. Argentina en el escenario latinoamericano actual: Debates desde las ciencias sociales*. . Argentina: niversidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Departamento de Sociología. Recuperado de http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.2237/ev.2237.pdf.
- Sebastian, M., Idoate, V., Llano, M., y Almanzor, F. (2008, 28 de Abril). SOFI-SM, cuestionario para el análisis de la fatiga laboral física, mental y psíquica. *Revista Digital de Salud y Seguridad en el Trabajo*(2), 1-22. Recuperado de <http://rabida.uhu.es/dspace/handle/10272/3420>.
- Secretaría de Gobernación. (2017). *Seguridad y salud en el trabajo: Avances y retos y desafíos*. México: Secretaría de Gobernación. Recuperado de <https://www.gob.mx/stps/documentos/seguridad-y-salud-en-el-trabajo-en-mexico-avances-retos-y-desafios?idiom=es>.
- Secretaría de Educación Pública (2020). *Boletín No. 80 Fortalece SEP programa Aprende en Casa mediante sitio web especializado en educación básica*. México: Secretaría de Educación Pública. Recuperado de <https://www.gob.mx/sep/es/articulos/boletin-no-80-fortalece-sep-programa-aprende-en-casa-mediante-sitio-web-especializado-en-educacion-basica?idiom=es>.

- Secretaría de Educación Pública (2020, 8 de noviembre). *Secretaría de Educación Pública*. México: Secretaría de Educación Pública. Recuperado de <https://www.gob.mx/sep/articulos/boletin-no-291-emite-sep-criterios-de-evaluacion-en-educacion-basica-ante-emergencia-sanitaria?state=published>
- Silas, J. (2021, 12 de abril) Jalisco a futuro: Jalisco después del COVID-19. Recuperado de <https://www.jaliscoafuturo.mx/jalisco-despues-del-covid-19/educacion/>.
- Sistema Público de Radio (2021, 12 de abril) Aprende en Casa III en Línea. *Sistema Público de Radio difusión del Estado*. Recuperado de <https://www.spr.gob.mx/aprende-en-casa.html>.
- Secretaría de Salud Jalisco (2021, 05 de Abril) Corte del día: informe diario del "Panorama Jalisco COVID-19". *Secretaría de Salud Jalisco*. Recuperado de <https://coronavirus.jalisco.gob.mx/corte-del-dia/>.
- Secretaría del Trabajo y Previsión Social* (2018, 23 de Octubre). Norma Oficial Mexicana 035-STPS-2018 *Secretaría del Trabajo y Previsión Social*. recuperado de <https://www.gob.mx/stps/articulos/norma-oficial-mexicana-nom-035-stps-2018-factores-de-riesgo-psicosocial-en-el-trabajo-identificacion-analisis-y-prevencion#:~:text=La%20NOM%20035%20tiene%20como,en%20los%20centros%20de%20trabajo.&text=Centros%20de%20trabajo%20donde%20laboran%20m%C3%A1s%20de%2050%20trabajadores>.
- UDGTV (2020, 24 de Agosto) México inicia histórico año escolar en casa con lecciones aprendidas y retos. *UDG TV*. Recuperado de <https://udgtv.com/noticias/mexico-inicia-historico-ano-escolar-casa/>.
- UDGTV (2020, 8 de Septiembre) Reconoce SEP esfuerzo de UdeG por transmitir clases a través del Canal 44. *UDG TV*. Recuperado de <https://udgtv.com/noticias/reconoce-sep-esfuerzo-udeg-transmitir-clases/>.
- Unda, S., Sandoval, J., y Gil-Monte, P. (2007). Prevalencia del síndrome de quemarse por el trabajo (SQT) (burnout) en maestros mexicanos. *Información Psicológica*(91-92), 53-63. Recuperado de <http://www.informaciopsicologica.info/OJSmottif/index.php/leonardo/article/view/264>.
- Unda, S., Uribe, F., Jurado, S., García, M., Tovalín, H., y Juárez, A. (2016). Elaboración de una escala para valorar los factores de riesgo psicosocial en el trabajo de profesores universitarios. *Journal of Work and Organizational Psychology*(32), 67-74. Recuperado de <https://scielo.isciii.es/pdf/rpto/v32n2/original1.pdf>.
- Useche, L. (1992). Fatiga Laboral. *Avances en Enfermería*, 10(1), 89-103. Recuperado de <https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/30462>.
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., y Ho, S. (2020) Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *Environ Res Public Health*, 17(5). doi: doi:10.3390/ijerph17051729

Yoshitake, H. (1978). Three characteristic patterns of subjective fatigue symptoms. *Ergonomics*, 21(3), 231-233. Recuperado de <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/00140137808931718?journalCode=terg20#:~:text=be%20broadly%20labelled%3A-1.,projection%20of%20physical%20impairment>.

Anexos

Anexo 1. Cuestionario de Datos Sociodemográficos

Este cuestionario se ha construido para saber cómo se siente usted con respecto a su trabajo como docente de las escuelas públicas del Estado de Jalisco. Por lo que se le pide su apoyo para contestarlo con toda la honestidad y libertad que considere.

Por favor, complete la información solicitada. Todos los reactivos son de carácter obligatorio.

Clave de Centro de Trabajo	
Tipo de escuela	<ul style="list-style-type: none">- Secundaria General- Secundaria Técnica- Telesecundaria
Sexo	<ul style="list-style-type: none">- Hombre- Mujer
Edad	<ul style="list-style-type: none">- <20 años- 21 a 25 años- 26 a 30 años- 31 a 35 años- 36 a 40 años- 41 a 45 años- 46 a 50 años- 51 a 55 años- > 56 años
Estado civil	<ul style="list-style-type: none">- Soltero (a)- Casado (a) / Unión Libre- Divorciado (a) Separado (a)- Viudo
Número de hijos	<ul style="list-style-type: none">- 1 hijo- 2 hijos- 3 hijos- 4 o más hijos
Nivel escolar	<ul style="list-style-type: none">- Bachillerato- Licenciatura- Maestría- Doctorado- Especialidad
Años de servicio	<ul style="list-style-type: none">- ≤ 5 años- 6 a 10 años- 11 a 15 años- 16 a 20 años- 21 a 25 años- 26 a 30 años- ≥31 años
Horas frente a grupo	<ul style="list-style-type: none">- 10 horas o menos a la semana- 11 a 20 horas a la semana- 21 a 30 horas a la semana- 31 a 40 horas a la semana- Más de 41 horas a la semana
Horas de Descarga	<ul style="list-style-type: none">- 10 horas o menos a la semana- 11 a 20 horas a la semana- 21 a 30 horas a la semana- 31 a 40 horas a la semana- Más de 41 horas a la semana
Horas destinadas a la labor académica desde confinamiento	<ul style="list-style-type: none">- 10 horas o menos a la semana- 11 a 20 horas a la semana

	<ul style="list-style-type: none">- 21 a 30 horas a la semana- 31 a 40 horas a la semana- Más de 41 horas a la semana
Cuenta don doble jornada laboral	<ul style="list-style-type: none">- Si- No

Anexo 2. Escala de Factores de Riesgo Psicosocial

POR FAVOR TRATE DE CONTESTAR LO MÁS CERCANO A SU SITUACIÓN LABORAL:						
MI TRABAJO ME CAUSA ESTRÉS PORQUE...	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Frecuentemente	Siempre	No escriba aquí
1. Me da miedo la inseguridad dentro de mi institución.	0	1	2	3	4	233.
2. Cuento con poco tiempo para atender la diversidad de tareas	0	1	2	3	4	234.
3. Me enoja el desinterés de los alumnos por aprender.	0	1	2	3	4	235.
4. Invierto mucho tiempo calificando trabajos de mis estudiantes.	0	1	2	3	4	236.
5. Preparar trabajos para la evaluación me toma mucho tiempo.	0	1	2	3	4	237.
6. Las medidas de seguridad son inadecuadas	0	1	2	3	4	238.
7. Tengo una gran carga de trabajo.	0	1	2	3	4	239.
8. Existen asaltos y robos frecuentes.	0	1	2	3	4	240.
9. Los alumnos son incumplidos en sus tareas.	0	1	2	3	4	241.
10. Recibo órdenes contradictorias de mis jefes.	0	1	2	3	4	242.
11. Realizar actividades administrativas me requiere mucho tiempo.	0	1	2	3	4	243.
12. Me molesta la ignorancia de mis alumnos.	0	1	2	3	4	244.
13. Me molesta carecer de recursos para realizar mi trabajo.	0	1	2	3	4	245.
14. En mi institución soy tratado injustamente.	0	1	2	3	4	246.
15. Me molesta la flojera de mis estudiantes.	0	1	2	3	4	247.

16. Me molesta tener que utilizar mis propios recursos económicos cuando asisto a un curso de superación.	0	1	2	3	4	248.
17. Mis jefes reconocen insuficientemente mi esfuerzo.	0	1	2	3	4	249.
18. Me desespera la impuntualidad de mis alumnos.	0	1	2	3	4	250.
19. El número de aulas es insuficiente.	0	1	2	3	4	251.
20. Recibo poco apoyo de mis jefes.	0	1	2	3	4	252.
21. Los recursos se otorgan solo a algunos cuantos.	0	1	2	3	4	253.
22. Me preocupa sufrir un asalto en mi trabajo.	0	1	2	3	4	254.
23. Los materiales que necesito para el trabajo son adquiridos con mi propio salario.	0	1	2	3	4	255.
24. La institución me obliga a gestionar mis propios recursos.	0	1	2	3	4	256.
25. Mi jefe obstaculiza mi trabajo.	0	1	2	3	4	257.
26. Mis compañeros no reconocen mi trabajo.	0	1	2	3	4	258.
27. Mis jefes son autoritarios.	0	1	2	3	4	259.
28. Mis alumnos son irresponsables.	0	1	2	3	4	260.
29. Mis compañeros aceptan la corrupción.	0	1	2	3	4	261.
30. Mi jefe tiene actitudes prepotentes.	0	1	2	3	4	262.

Anexo 3. Cuestionario De Síntomas H. Yoshitake

Responda con una cruz si ud. tiene en este momento los síntomas:

N°	Síntomas	SÍ	NO
1	¿Siente pesadez en la cabeza?		
2	¿Siente cansancio en el cuerpo?		
3	¿Siente cansancio en las piernas?		
4	¿Tiene deseos de bostezar?		
5	¿Se siente confuso, aturdido?		
6	¿Siente la vista cansada?		
7	¿Siente rigidez o torpeza en los movimientos?		
8	¿Se siente soñoliento?		
9	¿Al estar de pie se inquieta?		
10	¿Tiene deseos de acostarse?		
11	¿Siente dificultad para pensar?		
12	¿Se cansa al hablar?		
13	¿Está nervioso?		
14	¿Se siente incapaz de fijar la atención?		
15	¿Se siente incapaz de poner atención en algo?		
16	¿Se le olvidan fácilmente las cosas?		
17	¿Ha perdido la confianza en sí mismo?		
18	¿Se siente ansioso?		
19	¿Mantiene posiciones incorrectas en su cuerpo?		
20	¿Pierde fácilmente la paciencia?		
21	¿Padece de dolor de cabeza?		
22	¿Siente entumecimiento en los hombros?		
23	¿Siente dolor de espalda?		
24	¿Tiene dificultad para respirar?		
25	¿Tiene sed?		
26	¿Se siente atontado?		
27	¿Siente su voz ronca?		
28	¿Le tiemblan los párpados?		
29	¿Le tiemblan las piernas o los brazos?		
30	¿Se siente enfermo?		