

Salud mental y carga mental de trabajo en trabajadores de establecimientos educativos chilenos en contexto de COVID-19

RESUMEN

La actual pandemia por COVID-19 ha generado un gran impacto en los países y las personas, modificando los procesos y acciones laborales y educativas principalmente. En el ámbito educativo, muchos países han implementado teletrabajo y teleeducación, lo que ha generado situaciones de estrés y sobrecarga laboral por el traspaso y modificación de las tareas. Este estudio analiza las condiciones de salud mental y la percepción de carga mental de trabajo en 311 funcionarios, docentes y no docentes, de 9 establecimientos chilenos, 246 mujeres y 65 hombres. Se aplicaron dos instrumentos, la escala Depresión-ansiedad-estrés (DASS 21) y la Escala subjetiva de carga mental de trabajo (ESCAM), analizándose los datos de forma descriptiva y correlacional. Los resultados muestran respecto de salud mental, niveles medio en estrés, así como bajos en depresión y ansiedad; mientras que en carga mental de trabajo se observa una percepción medianamente alta en las dimensiones demanda cognitiva, características de la tarea y organización de tiempo, mientras que una percepción media en las dimensiones ritmo de trabajo y consecuencias para la salud; se encontraron además, correlaciones positivas, significativas y medianamente altas entre la dimensión consecuencias para la salud, de la escala de carga mental de trabajo y las dimensiones de estrés, depresión y ansiedad; además de diferencias significativas entre grupos según género y labor realizada. Se concluye que las modificaciones obligatorias debido a la pandemia han afectado a los funcionarios en su salud mental y la percepción de carga de sus actividades, aumentando el estrés negativo.

Palabras clave: Teletrabajo; Funcionarios públicos; Conciliación familia y trabajo; Bienestar.

1. INTRODUCCION

En la actualidad, considerando el contexto de pandemia y confinamiento forzado, gran parte de las organizaciones educacionales se han visto en la obligación de reordenar sus funciones, procesos pedagógicos y sistemas de planificación para que sean factibles de desarrollar un trabajo a distancia que

Carlos Ossa Cornejoⁱ
Universidad del Bío-
Bío, Chile.

Andrés Jiménez
Figueroaⁱⁱ
Universidad de Talca,
Chile.

Verónica Gómez
Urrutiaⁱⁱⁱ
Universidad Autónoma
de Chile, Chile.

garantice las condiciones mínimas para un aprendizaje significativo. Teniendo en consideración el contexto actual de pandemia, a nivel internacional, uno de los principales factores que ha impulsado el teletrabajo y la teleducación, ha sido el uso de las tecnologías como medio de comunicación e información, volviéndose cruciales durante la situación de emergencia, al transformarse una necesidad el permanecer en el hogar como medida de prevención.

Si bien el teletrabajo no es aplicable de la misma manera a todas las actividades, en la educación tiene una gran aplicabilidad. Ya desde antes de la pandemia, modalidades como el blended learning - que supone la combinación de actividades presenciales y no presenciales - y la educación a distancia estaban siendo exploradas por algunas instituciones educativas. En otras, el uso de tecnologías se planteaba como un complemento a la enseñanza en la sala de clases. Sin embargo, la emergencia sanitaria otorgó un papel relevante a la tecnología, en especial en las tareas educativas, sin que existieran los marcos regulatorios y/o la experiencia necesaria para adaptar los procesos cotidianos a los formatos a distancia que se requirieron, planteando importantes desafíos para los/las trabajadores/as educativos/as y generando situaciones de estrés y ansiedad mayores a los habituales (Alvites-Huamaní, 2019; Ribeiro et al., 2020).

Algunos estudios han mostrado en las últimas décadas, la necesidad de fortalecer la salud física y mental de la población en general, encontrándonos con elevados índices de obesidad, problemas de presión arterial, depresión, enfermedades relacionadas a accidentes vasculares entre otros, que han reportado efectos importantes no solo en la calidad de vida sino también en el desarrollo social y productividad y que han requerido políticas gubernamentales (Organización Mundial de la Salud, 2018; Mujica España & Escobar, 2018; Vicente et al., 2016). En forma específica, en Chile, se ha constatado la existencia de algunos indicadores negativos de salud mental en funcionarios docentes y no docentes expresados en enfermedades gástricas, cardiovasculares y cuadros ansiosos y depresivos, por las características de la profesión docente, las condiciones del lugar de trabajo, aspectos de infraestructura y clima escolar (Alonso, 2014; Chile-Ministerio de Salud, 2017; Errázuriz et al., 2015; Gómez-Ortiz & Moreno, 2009; Muñoz & Lucero, 2009).

Si bien las mediciones de calidad de vida y salud en la población general han generado mayor conciencia social sobre la necesidad de mejorar la salud, con disminución de indicadores de hábitos alimenticios negativos, de riesgo sexual, de tabaquismo y alcoholismo, esto aún no ha influido de manera importante en la calidad de vida en educación (Salgado Roa & Leria Dulció, 2018), con alta carga laboral de docentes, escasos espacios de autocuidado, y escaso apoyo de la gestión directiva (Miño, 2016), lo cual repercutiría negativamente en el desarrollo profesional y personal de los docentes. Si le sumamos a ello, la incertidumbre de la pandemia, con el costo emocional de la prevención contra los contagios, la alta demanda frente a la pantalla por las clases online, y la escasa preparación en tecnologías de información y comunicación, podemos prever una situación mental negativa que afecta a los funcionarios escolares (Kabito & Wami, 2020; Košir et al., 2020).

2. MARCO TEÓRICO

2.1 TELETRABAJO Y LABOR DOCENTE EN PANDEMIA POR COVID-19

El teletrabajo es una modalidad laboral presente en el ámbito del trabajo desde la década de los años 70, caracterizado por la masificación de los medios de comunicación (de Vries et al., 2019). Se le considera una vía laboral alternativa en la que los/as empleados/as desempeñan sus funciones y prestan sus servicios en un lugar distinto de la organización que les contrata, ya sea en el domicilio del trabajador, o en una locación externa al espacio físico de la organización, durante la mayor parte de su horario laboral (Agudo, 2014). Si bien, no existe una definición única de teletrabajo, pueden distinguirse tres elementos centrales en su caracterización, el alejamiento del trabajador del lugar físico de su organización, la utilización de tecnologías de información y comunicación, y la organización autónoma del trabajo (Steidelmüller et al., 2020).

El uso del teletrabajo es relevante para cuando se hace necesario continuar con las operaciones laborales fundamentales en casos de desastre natural u otras crisis, como también, en respuesta a problemas de movilidad o accesibilidad de los empleados a sus lugares de trabajo (Organización Internacional del Trabajo, 2019). En este contexto, el panorama mundial desde la declaración de un nuevo virus calificado como pandemia global, el COVID-19, ha suscitado que los países tomen medidas urgentes con el fin de prevenir o controlar la propagación de este (Chile-Ministerio de Salud, 2020) teniendo impacto en los modos de trabajar de las personas e impidiendo en algunos casos su libre traslado por las ciudades.

En la actualidad, diversos países han potenciado el uso del teletrabajo como medida de prevención sanitaria puesto que permite mantener la distancia social y el confinamiento para evitar contagios. Estas instancias de teletrabajo se han orientado especialmente en ámbitos de administración pública o estatal, así como en instituciones educativas (Baquero, 2020; de Vries et al., 2019).

En Chile, un estudio de la Asociación Chilena de Seguridad (ACHS), reveló que un 95,3% de las empresas a nivel nacional está implementando en algún grado la modalidad de teletrabajo, y de esta cifra, un 48,6% la ha adoptado para la totalidad de sus trabajadores. Por otro lado, de las empresas que la han implementado, el 81,3% de ellas decidieron implementarlo a partir de la presencia del COVID-19 en el país. Además, más de la mitad de las empresas no ha definido una fecha de término para tal modalidad, lo que puede interpretarse como una señal con un impacto que puede trascender a la crisis, y generar un potencial aceleramiento de un cambio cultural en la medida que se experimenten cambios positivos a partir de esta modalidad a distancia que se introdujo forzosamente en el país (Molina, 2020).

Esta integración forzosa de la modalidad de trabajo online en educación, no obstante, plantea una demanda importante para los/as trabajadores/as, que debieron adaptarse en poco tiempo a las modalidades virtuales, lo cual permite suponer un aumento de la carga mental por la modificación de los modos de trabajo y de los medios de interacción social (Fernandes

et al., 2021). Se puede inferir entonces, que a la hora de implementar esta modalidad es relevante considerar todas las áreas o requerimientos que ésta misma implica antes de plantearla como una modalidad tajantemente benéfica para el trabajador, como lo han propuesto algunas autoridades. No debemos olvidar que las diferencias que se pueden encontrar en cuanto a los efectos del teletrabajo pueden estar relacionadas con los patrones en el tiempo de trabajo, culturas y roles de géneros específicos de cada país (Organización Internacional del Trabajo, 2019).

La implementación del formato de teletrabajo tiene implicancias para el trabajador, pudiendo asumir que existen fortalezas y debilidades en esta. Entre las primeras podemos mencionar que es ventajosa su aplicación dadas las normas de distanciamiento social que implica el contexto actual, es decir, tiene una utilidad provisoria, ya que permite que el trabajador no se traslade exponiéndose en aglomeraciones de personas, reduciendo el contacto con otros, lo que disminuye las probabilidades de contagio. Además, la necesidad de aplicar esta modalidad trajo consigo, a parte de la actualización de la ley, la formulación de indicaciones respecto a su implementación, reflejo de ello son las guías de buenas prácticas y de lineamientos a seguir (Centro Latinoamericano de Administración para el Desarrollo, 2020), lo cual es un avance significativo para comenzar a trabajar en su mejoramiento.

También existen otras ventajas asociadas como reducción de tiempo de desplazamiento, mayor autonomía del tiempo de trabajo, mayor productividad, menores costos asociados a espacios de oficina (Organización Internacional del Trabajo, 2019), oportunidad de inserción laboral para madres solteras y personas en situación de discapacidad, mayor conciliación entre el trabajo, la vida privada y el desarrollo personal (López Ayala & Osuna Flores, 2021).

Por otro lado, en cuanto a las debilidades que posee el teletrabajo, existen una serie de potenciales efectos negativos mencionados en el estudio de Soto (2018) con los que se debe lidiar, en los cuales se mencionan la pérdida de espacios para la colaboración y el trabajo en equipo, generando una sensación de aislamiento profesional en los teletrabajadores; junto con esto, las percepciones que estos pueden tener en cuanto a las condiciones laborales injustas son de igual forma un efecto importante a considerar. También se ha encontrado que el teletrabajador trabajaría más, pudiendo generar una alta carga mental y emocional, pudiendo desencadenar incluso malestar fisiológico y psicológico en la salud del teletrabajador (Castellanos et al., 2014).

Por otra parte, sumado a estas dificultades en el ámbito educativo, se ha observado que la efectividad del aprendizaje mediante las vías de teleducación no han sido completamente efectivas al no lograr rendimientos académicos adecuados ni motivación para seguir las clases de parte de muchos estudiantes. Esto es debido a dificultades tecnológicas en los hogares, que ha mostrado una brecha muy marcada entre los sectores de mayores y menores ingresos, y escasa preocupación por las necesidades de diversidad y significación del aprendizaje (Fardoun et al., 2020; Murillo & Duk, 2020; Valero-Cedeño et al., 2020).

Las consecuencias que presenta la modalidad de educación online a mediano y largo plazo incluyen efectos significativos en el aprendizaje, especialmente en las familias vulnerables debido a las brechas de conectividad;

además se esperan impactos en la nutrición, cuidado y participación de los padres debido a que no se podrá asegurar alimentación y cuidado escolar; por último, debido a esta pandemia, profesores y profesoras se enfrentan a desafíos de formación en materia de Tecnologías de información y comunicación (CEPAL-UNESCO, 2020). Respecto a esto último, hay diferentes presiones en los docentes para realizar tareas no solo pedagógicas, sino también administrativa, de participación con la comunidad y cuidado del medio ambiente, por lo que se ven recargados en sus funciones, por lo que, el tener que aprender, además un sinnúmero de herramientas tecnológicas, puede provocar alta insatisfacción laboral y ansiedad del propio desempeño (Ramírez-González, 2015).

2.2 SALUD MENTAL EN TRABAJADORES EDUCATIVOS

De acuerdo con Martínez et al. (2017), una de las profesiones con mayor riesgo de padecer Síndrome de Burnout es la docencia y los trabajos relacionados al área de educación, debido a que prestan servicio a la comunidad estudiantil y deben enfrentar la motivación o desmotivación de ellos.

El deterioro de la salud mental de un individuo se expresa o manifiesta tanto en los estados emocionales como en el estilo de vida, como lo expresa Otero-López et al (2015) "Síntomas de distinta naturaleza (fisiológicos, cognitivos, emocionales, conductuales) configuran muchas de las propuestas" (p. 52); así también podría expresarse en diversas enfermedades; Vidal (2019) manifiesta por su parte que "Las demandas psicosociales a las que se enfrentan las personas, en interacción con los recursos de que disponen para acometerlas, pueden originar una serie de consecuencias fisiológicas, cognitivas y motoras sobre su estado de salud" (p. 20), pudiendo generar dificultades en la satisfacción vital como en la calidad de vida de un individuo.

El gobierno de Chile lanzó el 2020 una campaña de Salud mental en pandemia, que tiene por objetivo fortalecer, en los sectores público y privado, los tratamientos de salud mental; entre las medidas se encuentra la creación de una página web, un call center con atención de profesionales del área y una Guía Práctica de Bienestar Emocional (Chile-Ministerio de Salud, 2020); todo esto debido al incremento de los problemas de la salud mental que la pandemia ha provocado entre las personas y que han repercutido fuertemente en el campo educativo.

De acuerdo con lo informado por Guerrero-Barona et al (2018), las principales fuentes de estrés para los profesores corresponden a la indisciplina y la falta de respeto por parte de alumnos, la falta de interés y escasa motivación de los estudiantes, junto a la falta de colaboración y apoyo por parte de las familias. Indican también el escaso reconocimiento de los padres por su labor docente, vinculando todos estos aspectos con los niveles de salud mental del profesorado, en que 36.3% de los mismos presentan riesgo de salud mental o patología psiquiátrica y que el 63.7% presentan una buena salud mental. Factores psicosociales como la violencia en la escuela también ha sido referido por Torres de Lima et al. (2017), constatando que la agresión física y verbal contra el profesor, la agresión o amenaza con arma de fuego o arma blanca, el tráfico y el consumo de drogas en la escuela se encuentran comúnmente asociados a trastornos mentales en los docentes.

Otras investigaciones, como la llevada a cabo por Cuadra Martínez et al. (2015) reportan información respecto a las teorías subjetivas sobre la salud laboral docente, las cuales se relacionan con los significados subjetivos que los profesores otorgan a la profesión, enseñanza y aprendizaje de sus estudiantes, y que las características de su estructura y contenido se orientan más bien a una inhibición del autocuidado de su salud laboral. De este modo, puntualizan que para la promoción de la salud laboral se requiere la consideración de diversos elementos, entre los cuales destacan la capacitación de los profesores en torno a su salud, la existencia de un clima social escolar nutritivo, la disminución de la sobrecarga de trabajo, junto a la presencia de una cultura organizacional en pro de la salud laboral y de políticas educativas que la consideren.

Estas dificultades que han golpeado fuertemente al sector educativo, son más preocupantes aún por cuanto docentes y funcionarios escolares no docentes, tienen una baja preparación y valoración del bienestar y de la salud mental, tanto en su formación profesional como en el proceso de educación continua en el centro (Cuadra Martínez et al., 2015; Ossa et al., 2015). De esta manera, desconocen las estrategias de autocuidado necesarias para hacer frente a las demandas exigentes de su profesión, y de las que se agregan en el contexto pandémico.

2.3 ESTRÉS Y CARGA MENTAL DE TRABAJO EN DOCENTES

Un aspecto también relevante en la situación laboral de los funcionarios educativos es la carga mental del trabajo, la cual se ve influenciada por variables como las responsabilidades en la empresa, la flexibilidad que tiene el trabajador para desempeñar sus labores, la relación que este tenga con su supervisor directo y la responsabilidad del trabajador en el hogar (Ordoñez et al., 2017). La carga mental del trabajo puede definirse como un conjunto de exigencias mentales, cognitivas e intelectuales a las que se ve sumergido el trabajador en su jornada laboral, es decir, son niveles de recursos atencionales, actividad o esfuerzo intelectual necesarios para desarrollar un trabajo, la ejecución del trabajo se ve afectado de manera positiva o negativa con las demandas externas, tareas, apoyo externo y experiencia del trabajador (España-Ministerio de trabajo y Asuntos Sociales, 2002).

Los recursos suelen ser limitados, por lo que cuando las demandas del trabajo exceden a los recursos del trabajador, se produce un descenso del rendimiento y aumento de sentimiento de frustración, insatisfacción y/o estrés (Rubio et al., 2010), lo anterior se considera como una fatiga mental, el cual se define como una disminución de capacidades físicas y mentales de un sujeto después de una jornada de trabajo en un periodo determinado. Además de lo anterior, se hace necesario que el teletrabajador esté constantemente actualizado en las TICS, dado que es el principal mecanismo por el cual se lleva a cabo el teletrabajo.

Al respecto de la carga mental dentro del teletrabajo, según el estudio de Castellanos et al. (2014), realizado en España, encontraron que las personas que realizaban su trabajo desde el hogar, trabajaban más de 10 horas diarias, laborando incluso los domingos (37% de los participantes).

Además, se identificó que las tareas que se les asignaron a los teletrabajadores traían consigo una alta carga mental y emocional, en relación con la jornada laboral sobrepasada. Siguiendo con esto último, los individuos mencionaron tener una mayor autonomía para manejar el horario de trabajo, pero el hecho de estar trabajando en la empresa conectado permanentemente mediante las TICS, les implicaba el tener intromisiones en los tiempos de descanso por parte de sus jefes y compañeros de trabajo. En relación con esto último, se reportó en los teletrabajadores desórdenes de salud, desde cefaleas (49,4%), problemas de visión (34,6%), problemas estomacales (18,6%), insomnio (32,9%), altos niveles de irritabilidad (34,6), dolor muscular (56,1%) y cansancio general (54,9%) siendo problemáticas asociadas a la carga mental de los teletrabajadores.

Similares situaciones se han reportado en relación con la carga de trabajo de los funcionarios escolares, donde a las habituales tareas que debían realizar, se les ha asignado la teleducación, con una alta carga de tiempo y tareas, sin considerar en muchas ocasiones, las consecuencias en la salud física y mental (Meo & Dabenigno, 2021; Solórzano et al., 2021). El uso de TIC implica para muchos docentes, una carga de trabajo mayor, por cuanto no solo deben aprender a manejar las aplicaciones educativas, sino además, porque deben gestionar el contacto virtual con los estudiantes, lo que les lleva a estar durante mucho más tiempo frente a pantallas (Ferrada-Bustamante et al., 2021).

En cuanto a la relevancia social y científica de este estudio, se pretende conocer las distintas aristas que comprende el rol docente y la calidad de vida laboral de estos (Cardozo, 2016), pensando en las posibles consecuencias que ha tenido la pandemia sobre la salud mental en profesores, como pérdidas económicas, afección mental y física, además de las dificultades profesionales que esto implica, principalmente ligado a la calidad de la educación que imparten (Saborío & Hidalgo, 2015). Por otro lado, al identificar las dificultades de sobrecarga mental en el puesto de trabajo dadas las necesidades de adaptación al teletrabajo presentes en la realidad social de los profesores, para conocer los distintos factores a mejorar respecto a su vida de profesorado, se busca contribuir a un continuo mejoramiento de las condiciones laborales y cómo estas repercuten en las prácticas educativas, para aportar en el mejoramiento de la educación en el país (Jiménez Figueroa et al., 2012).

3. METODO

El estudio realizado tuvo un diseño no experimental, de tipo descriptivo correlacional y transeccional.

3.1 PARTICIPANTES

Los participantes fueron 311 funcionarios, docentes y no docentes, de 9 establecimientos públicos chilenos, de una comuna del sur de Chile; la muestra se integró por 246 mujeres (79%) y 65 hombres (21%), con edades comprendidas entre los 22 y los 67 años ($M=38.4$, $DE=10.53$). Dentro de las características sociodemográficas se señala que hay una mayoría de docentes

y una minoría de profesionales, así mismo, según el estado civil la mayoría es soltero/a, seguido en segundo lugar de casado/a; una mayoría relativa señala no estar a cargo de niños/as pequeños/as, mientras que una mayoría más grande menciona que no cuida adultos mayores (ver Tabla 1).

Tabla 1
Datos sociodemográficos y profesionales de participantes del estudio

Características	N.º de personas (%)
Estado Civil	
Soltero/a	134 (43%)
Casado/a	110 (35.5%)
Divorciado/a	12 (3.9%)
Viudo/a	5 (1.6%)
Convivencia	50 (16%)
Cuidado hijos pequeños	
Si	124 (40%)
No	187 (60%)
Cuidado Adultos mayores	
Si	78 (25%)
No	233 (75%)
Función administrativa	
Docentes	208 (67%)
Asistentes	79 (25%)
Profesionales	24 (8%)

Nota. Elaboración propia.

3.2 INSTRUMENTOS

Se aplicaron los instrumentos en un formato online, presentándose al comienzo un consentimiento informado escrito que explicaba la finalidad del estudio, de los instrumentos, y orientaba la participación voluntaria. Los cuestionarios que componen el instrumento son la escala Depresión-Ansiedad-Estrés abreviada (DASS 21) y la Escala Subjetiva de Carga Mental de Trabajo (ESCAM). El primero de ellos es un cuestionario de 21 ítems de respuesta tipo Likert de 4 alternativas (nada de acuerdo a muy de acuerdo), organizados en tres dimensiones: Depresión, Ansiedad y Estrés; ha presentado buenos indicadores de confiabilidad (Antúnez & Vinet, 2012), tanto para la escala global (.91) como las dimensiones (entre .73 y .85).

La Escala Subjetiva de Carga Mental de Trabajo es un instrumento de 20 ítems de respuesta tipo Likert, con 5 alternativas, presenta 5 dimensiones: Demandas cognitivas y complejidad de la tarea, Características de la tarea, Organización temporal, Ritmo de trabajo y Consecuencias para la salud. Los indicadores de confiabilidad son adecuados para la escala global (.79) y para las dimensiones los valores oscilan entre bajo y adecuado (.475 a .83) (Ceballos Vásquez et al., 2014).

3.3 ANÁLISIS DE DATOS

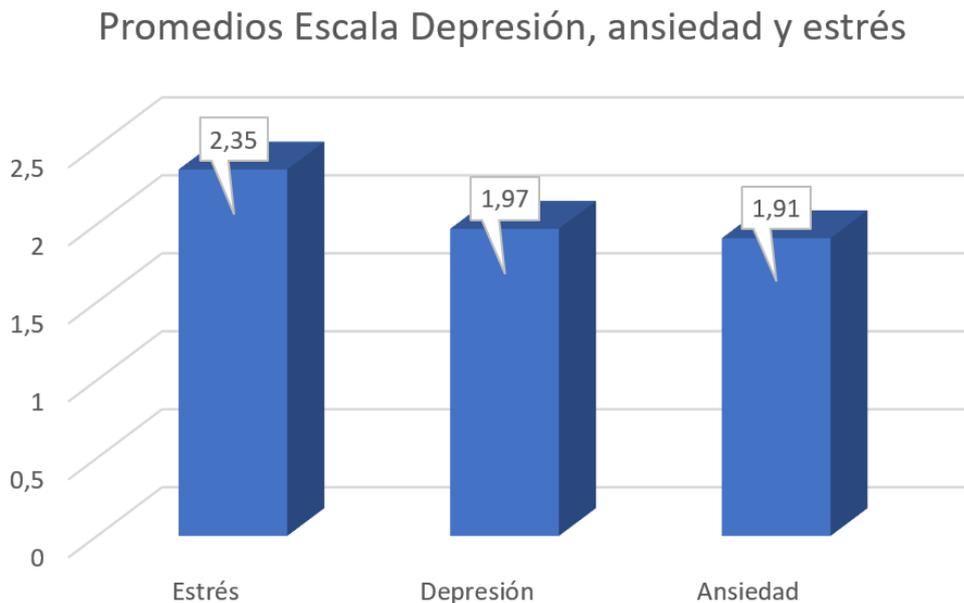
Los datos se organizaron en una base informatizada y analizada mediante el software estadístico SPSS v.21, analizándose los datos de forma descriptiva, mediante frecuencias y medidas de tendencia central y dispersión; diferencias de media (t de student y Anova de una vía), y de manera correlacional, a través del estadígrafo R de Pearson.

4. RESULTADOS

Los resultados muestran (Figura 1), respecto de los indicadores de salud mental (con un rango de 1 a 4), que existen niveles medio en estrés ($M=2.35$, $DE=.78$), además de bajos en depresión ($M=1.97$, $DE=.70$) y ansiedad ($M=1.91$, $DE=.78$). Llama la atención que el nivel de ansiedad se muestra más bajo que el de estrés, relacionado posiblemente con un mayor nivel de carga de trabajo que con la incertidumbre por la pandemia de Covid-19.

Figura 1

Valores de dimensiones Escala Depresión, Ansiedad y Estrés en funcionarios de establecimientos educativos.

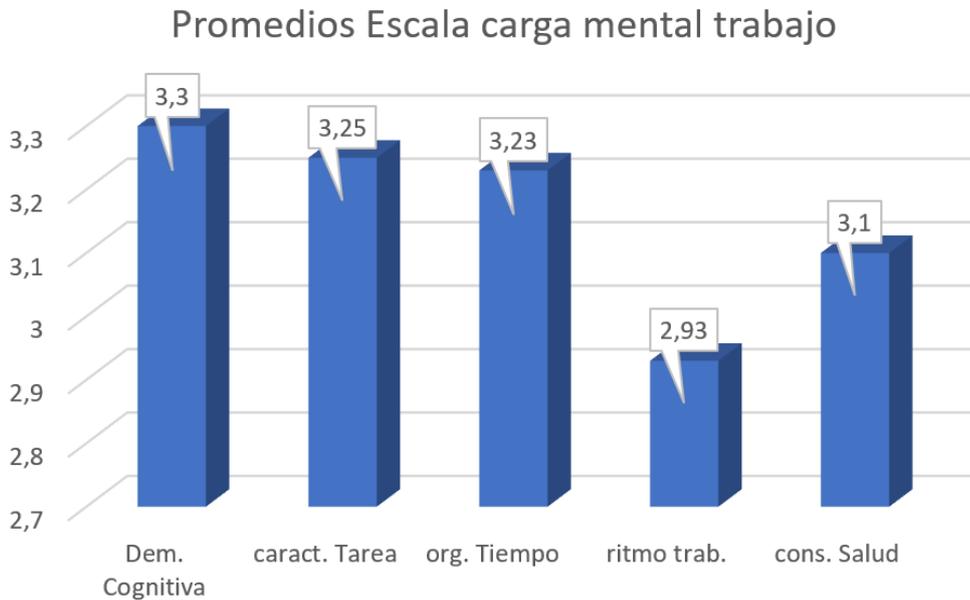


Nota: Elaboración propia

Por otro lado, se observa en la Figura 2 que la carga mental de trabajo (con rangos de 1 a 5) presenta una percepción global alta medianamente alta ($M=3.18$, $DE=.58$), y en sus dimensiones se observa un nivel medianamente alto de demanda cognitiva ($M=3.30$ $DE=.69$), así como de características de la tarea ($M=3.25$ $DE=.91$), de organización de tiempo ($M=3.23$ $DE=.80$) y de consecuencias para la salud ($M=3.1$ $DE=1.04$), mientras que existe una percepción media de ritmo de trabajo ($M=2.93$ $DE=.72$).

Figura 2

Valores promedio en dimensiones de la Escala de Carga mental de trabajo en funcionarios de establecimientos educativos.



Nota: Elaboración propia.

Respecto de las relaciones entre las variables (Tabla 2), se puede señalar que se encontraron correlaciones positivas, significativas y medianamente altas entre la dimensión consecuencias para la salud de la escala de carga mental de trabajo y las dimensiones de estrés ($r = .528$, $p < .01$), depresión ($r = .436$, $p < .01$) y ansiedad ($r = .404$, $p < .01$). Cabe mencionar que, a nivel de salud mental, la dimensión de estrés es la que reporta mayores niveles de correlación con las dimensiones de carga mental de trabajo, generando una base hipotética de que los funcionarios educativos se encuentran con altos niveles de estrés por la sobrecarga laboral más que por situaciones contextuales de la pandemia, aunque no podría descartarse por completo esta última vinculación.

Tabla 2

Correlaciones entre las variables analizadas

	Depresión	Ansiedad	Estrés
Demanda cognitiva	.198**	.181**	.238**
Características tarea	.133*	.146*	.225**
Organización tiempo	.016	.029	-.038
Ritmo trabajo	.037	.030	.011
Consecuencias salud	.436**	.404**	.528**

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

* . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Nota: Elaboración propia

Analizando las características de género podemos observar algunas diferencias estadísticamente significativas entre los grupos, tanto en la variable de salud mental como en carga mental de trabajo. Respecto del género se encontró la existencia de diferencias significativas en salud mental, donde los hombres presentaron menores niveles de indicadores en depresión que las mujeres ($M_{\text{hom}} = .62$; $M_{\text{muj}} = .99$) siendo esta diferencia significativa, con $t(2,312) = 3.482$, $p < .01$; y de igual manera, en estrés, los hombres presentan menores niveles que las mujeres ($M_{\text{hom}} = 1.07$; $M_{\text{muj}} = 1.43$), siendo esta diferencia estadísticamente significativa con $t(2,312) = 3.354$, $p < .01$, sin encontrar diferencias significativas en ansiedad. Respecto de la variable carga mental de trabajo, solo se encontró una diferencia significativa en la dimensión ritmo de trabajo, donde los hombres perciben un ritmo mayor en el entorno laboral, que las mujeres ($M_{\text{hom}} = 3.14$; $M_{\text{muj}} = 2.87$), con $t(2,312) = -2.762$, $p < .01$.

Finalmente, respecto de las características contractuales, se observan diferencias significativas entre funcionarios (docentes, profesionales y administrativos) en algunas dimensiones (Tabla 3). En forma específica, se observan mayores diferencias en la percepción de las características de la tarea, donde el grupo de profesionales y de docentes tienen mayor percepción de carga mental que los asistentes de la educación, lo mismo respecto de las consecuencias para la salud. Por otro lado, en las demandas cognitivas de la tarea se observan diferencias entre docentes y profesionales con los asistentes, pero con menor fuerza; igualmente se observan diferencias en el ritmo de trabajo, entre los mismos grupos, pero con una característica tendencial (cercano al .05).

Tabla 3
Diferencias de media entre las variables analizadas según características contractuales

Variable	Grupo	N	M(DE)	F	p
Depresión	Docente	208	2.07(.73)	3.066	.048
	Asistente	79	1.86 (.63)		
	Profesional	24	1.75 (.59)		
Ansiedad	Docente	208	1.98 (.80)	3.54	.030
	Asistente	79	1.84 (.73)		
	Profesional	24	1.56 (.64)		
Estrés	Docente	208	2.44 (.80)	4.225	.015
	Asistente	79	2.17 (.72)		
	Profesional	24	2.35(.79)		
Demanda cognitiva	Docente	208	3.37 (.65)	6.536	.002
	Asistente	79	3.06 (.70)		
	Profesional	24	3.42 (.38)		
Características tarea	Docente	208	3.39 (.92)	12.955	.000
	Asistente	79	2.92 (.81)		
	Profesional	24	3.50 (.69)		
Organización tiempo	Docente	208	3.27 (.80)	1.000	.369
	Asistente	79	3.18 (.85)		
	Profesional	24	3.04 (.60)		
Ritmo trabajo	Docente	208	2.98 (.72)	3.115	.046
	Asistente	79	2.76 (.77)		
	Profesional	24	3.06 (.43)		
Consecuencias salud	Docente	208	3.36 (1.05)	13.927	.000
	Asistente	79	2.67 (.86)		
	Profesional	24	3.40 (.99)		

Nota: Elaboración propia

5. DISCUSION

La situación de pandemia por COVID-19 ha generado amplios efectos sobre la población en general, donde los trastornos de salud mental han presentado un aumento debido a la incertidumbre de la efectividad de las medidas de contención y prevención, así como por las transformaciones que han debido realizarse en los ámbitos laborales y educativos (Chile-Ministerio de Educación, 2020). Esta situación se ha tornado preocupante por cuanto en Chile, los indicadores de salud mental han sido habitualmente negativos, y los funcionarios de la educación no tienen una alta preparación en el ámbito socioemocional ni cuentan con adecuadas herramientas de afrontamiento frente al estrés, tanto en términos personales como organizacionales (Miño, 2016; Ossa et al., 2015; Ribeiro et al., 2020).

Si bien los docentes y demás funcionarios que se desempeñan en el ámbito escolar han debido enfrentar diversas situaciones elicitoras de estrés en el contexto escolar, la obligatoriedad de muchos de ellos de continuar realizando las tareas educativas pese al cierre de establecimientos mediante clases a distancia, ha generado nuevos factores de estrés que han resultado complejos de manejar, lo que ha generado situaciones de salud mental negativa especialmente referidas a la ansiedad y la depresión (Ribeiro et al., 2020).

Frente a lo anterior, los resultados encontrados en el estudio dan cuenta de mayores niveles de estrés que de ansiedad o depresión, lo cual podría relacionarse con la sensación de sobrecarga por las condiciones de educación a distancia y poca preocupación por las condiciones óptimas para el teletrabajo, que se han presentado por la rápida implementación de estas modalidades de trabajo a distancia sin los resguardos y apoyos de la gestión escolar (Castellanos et al., 2014; Molina, 2020). De igual modo, la evaluación de la carga mental de trabajo, da cuenta de una percepción de alta demanda cognitiva, alta demanda de tiempo y alto nivel de interrupciones en sus labores; todo ello se presenta en condiciones de confinamiento en el hogar para la mayoría de los funcionarios, lo que podría contribuir en la alta percepción de estrés, en consonancia con lo señalado en los estudios reportados (Ferrada-Bustamante et al., 2021; Solórzano et al., 2021).

Se hace necesario señalar la aparentemente escasa vinculación entre estos factores de salud mental y carga mental de trabajo que sugieren estos datos descriptivos, pues parece ser que los participantes perciben el estrés y una tarea de alta demanda, pero sin relacionarlo con aspectos de salud. La percepción del impacto en la salud de las labores es percibida solo medianamente alta, sin embargo, esta dimensión es la que presenta mayores niveles de correlación con los indicadores de salud mental.

Esta alta relación entre salud mental y carga se ha visto sustentada especialmente en el ámbito de la salud (Almudéver Campo & Pérez Jordan, 2019; Cruz et al., 2020), así como en trabajadores del ámbito del sector automotriz y transporte (Olivares Faúndez et al., 2013; Rivera & Romero, 2016), pero escasamente en funcionarios escolares, lo que podría sustentar lo señalado anteriormente respecto de la subvaloración de la importancia de la salud para los docentes y los profesionales de la educación (Cuadra Martínez et al., 2015).

Además es posible determinar algunas diferencias de género y tipo de labor realizada; respecto del género, es relevante hacer notar que las mujeres reportan mayores niveles de estrés y depresión que los hombres, lo que podría explicarse a partir de dos vertientes: por una parte, investigaciones (Cerdeira et al., 2020) muestran que esta pandemia ha agudizado las tensiones entre las responsabilidades laborales y las domésticas, dado el aumento en los niveles de trabajo doméstico requerido al estar toda la familia en casa todo el día y la falta de los apoyos que pudieran tenerse antes de la pandemia, tales como colegios, salas cuna, redes familiares o servicio doméstico. Debido a las expectativas culturales que asocian la responsabilidad por el buen funcionamiento del hogar al rol femenino, esta mayor demanda afecta principalmente a las mujeres, aumentando las exigencias de dedicación en ambos frentes - el familiar y el laboral -, lo cual podría contribuir a mayor estrés. Por otra parte,

esta agudización de una situación de sobrecarga que ya venía de antes (y poca valoración) del trabajo realizado dentro y fuera del hogar puede provocar sentimientos de pérdida de control sobre el propio tiempo. Si se considera, además, la pérdida de oportunidades de sociabilizar y compartir con otras personas fuera del hogar, esto podría contribuir a la presencia de sentimientos negativos de pérdida de control, esfuerzos no recompensados e incluso culpabilidad por sentir que no se puede desempeñar bien los roles familiares y/o laborales (Jiménez Figueroa et al., 2012).

Por otro lado, las diferencias observadas respecto del tipo de labor realizada, se encuentran mayoritariamente entre los docentes y los asistentes de la educación, lo que se explicaría debido a que este último grupo tiene a su cargo la realización de tareas más administrativas o técnicas, que no implican siempre tratar con personas, a diferencia de los docentes quienes tienen a su cargo los grupos de estudiantes. Los docentes presentan mayores niveles de indicadores de problemas de salud mental que los otros dos grupos (asistentes y profesionales), lo que podría confirmar lo ya señalado respecto de la falta de preparación de este grupo para un afrontamiento positivo del estrés y de las situaciones que provocan salud mental negativa (Miño, 2016).

Por otra parte, es claro que se observa una demanda mental mayor en docentes y profesionales respecto de los asistentes, por lo señalado anteriormente sobre el foco de trabajo en las personas; pero además, se observa una diferencia significativa en la percepción del impacto en la salud, donde los profesionales presentan mayor conciencia respecto a esta que los docentes y los asistentes, lo que podría explicarse por la formación profesional de este grupo (psicólogos, asistentes sociales, fonoaudiólogos, terapeutas ocupacionales) que recoge el ámbito de la salud mental como parte del proceso formativo, a diferencia del estamento docente, que habitualmente no tiene esa formación (Ossa et al., 2015).

6. CONCLUSIONES

En conclusión, se puede señalar que la pandemia por COVID-19 ha impactado fuertemente al sistema escolar, y aun cuando los gobiernos y sistemas educativos han encontrado vías de solución a través de la educación a distancia, ya sea física o telemática, ésta se ha enfocado como medida de emergencia y excepción, desarrollada en forma no planificada y dependiendo de las circunstancias del momento. Lo anterior podría ser una respuesta válida para un momento determinado de tiempo, sin embargo, el proceso de educación a distancia y el teletrabajo asociado, se ha extendido ya casi por dos años, lo que implicaría un diseño más organizado.

A pesar del tiempo que se ha extendido el proceso de enseñanza y aprendizaje a distancia, y de los cambios que ha impuesto a los trabajadores del campo educativo, se han realizado pocos estudios y esfuerzos en determinar el impacto de esta modalidad en la salud física y mental de los funcionarios educativos. Específicamente en Chile, el cuidado en salud mental de trabajadores de la educación ha sido un tema marginal y no considerado en políticas públicas.

Los resultados de este estudio permiten reflexionar acerca de la importancia de considerar el impacto en la salud de los cambios que se realizan en el medio educativo, que generan y mantienen estrés negativo en los funcionarios, y que pueden derivar posteriormente, y si no se generan apoyos, en otras problemáticas de salud mental, influyendo negativamente en la eficiencia laboral y la calidad educativa.

Finalmente, es relevante señalar algunas limitaciones, la más importante es que este estudio está focalizado solo en un territorio específico de Chile, con una muestra que no es representativa del país, por lo que los resultados son solo referenciales, sin intentar generalizarlos a la población. Sin embargo, nos permite dar cuenta de la situación negativa que se vive en el ámbito educativo respecto del autocuidado y la salud mental, y además, de la urgente necesidad de mejorar la formación inicial de los docentes, incorporando estas materias para su desempeño efectivo.

Es importante continuar con el estudio respecto de las condiciones laborales en educación, así como del impacto en las condiciones de salud de los trabajadores de este ámbito. Muchas disciplinas han avanzado en el cuidado de la salud laboral, y es hora de que aquellos que se relacionen el campo educativo puedan avanzar en esa mayor valoración.

AGRADECIMIENTOS

Este estudio se ha realizado gracias a los fondos del proyecto 2050251 IF/R de la Dirección de investigación y creación artística de la Universidad del Bío-Bío, Chile.

REFERENCIAS

- Agudo, M.J. (2014) El teletrabajo en las organizaciones: análisis de sus beneficios y barreras en las empresas españolas. *Cuadernos de Gestión de Información*, 4, 172-187. <https://revistas.um.es/gesinfo/article/view/221801>
- Almudéver Campo, L., & Pérez Jordan, I. (2019). La carga mental de los profesionales de Enfermería en relación con su turno laboral. *Ene*, 13(1), e1315. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2019000100005&lng=es&tlng=es
- Alonso, F. (2014). Una panorámica de la salud mental de los profesores. *Revista iberoamericana de educación*, 66, 19-30. <https://doi.org/10.35362/rie660375>
- Alvites-Huamaní, C. G. (2019). Estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, Norteamérica y Europa. *Propósitos y representaciones*, 7(3), 141-159. <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.393>
- Antúnez, Z., & Vinet, E. V. (2012). Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS - 21): Validación de la Versión abreviada en Estudiantes Universitarios Chilenos. *Terapia psicológica*, 30(3), 49-55. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082012000300005>

Baquero, J. (2020). De la reciente regulación del teletrabajo en las Administraciones Públicas y de la necesidad de una precisa concreción vía negociación colectiva desde la perspectiva de género. *Revista Relaciones Laborales y Derecho del Empleo*, 8(4), 106-145. https://ejcls.adapt.it/index.php/rlde_adapt/article/view/916

Cardozo, L. (2016). El estrés en el profesorado. *Revista de Investigación Psicológica*, 15, 75-98. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-30322016000100006&lng=es&tlng=es

Castellanos, S., Sánchez, E., & Santana, M. (2014). *Trabajo en casa y calidad de vida: una aproximación conceptual*. Universidad El Bosque.

Ceballos Vásquez, P., Paravic Klijn, T., Burgos Moreno, M., & Barriga, O. (2014). Validación de escala subjetiva de carga mental de trabajo en funcionarios/as universitarios. *Ciencia y enfermería*, 20(2), 73-82. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95532014000200008>

Centro Latinoamericano de Administración para el Desarrollo (2020). *Disposiciones normativas sobre el teletrabajo en los países CLAD como consecuencia de la Pandemia*. <https://clad.org/wp-content/uploads/2020/05/Teletrabajo-PM-CLADv2.pdf>

CEPAL-UNESCO (2020). *La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19*. https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45904/1/S2000510_es.pdf

Cerda, R., Domínguez, C., Lafortune, J., Muñoz, N., & Reyes, J. (2020). Empleo femenino y Covid-19: Diagnóstico y propuestas. *Temas de la Agenda Pública*, 15(130), 1-22. https://politicaspUBLICAS.uc.cl/content/uploads/2020/09/Temas-agenda130_Empleo-femenino_VF-3.pdf

Chile-Ministerio de Educación (2020). *Orientación al sistema escolar en contexto de COVID-19*. https://www.mineduc.cl/wp-content/uploads/sites/19/2020/03/OrientacionesContextoCOVID19_2703.pdf

Chile-Ministerio de Salud (2017). *Encuesta nacional de salud 2016-2017. Primeros resultados*. https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2017/11/ENS-2016-17_PRIMEROS-RESULTADOS.pdf

Chile-Ministerio de Salud (2020). *La OMS considera que brote de coronavirus califica como una pandemia global*. <https://www.minsal.cl/la-oms-declara-el-brote-de-coronavirus-pandemia-global/>

Cruz, L. D. V., Ibarra, R. C., & Osorio, R. V. B. (2020). Carga mental en personal de enfermería: Una revisión integradora. *Revista Ciencia y Cuidado*, 17(3), 108-121. <https://revistas.ufps.edu.co/index.php/cienciaycuidado/article/view/2187>

Cuadra Martínez, D., Jorquera Gutiérrez, R., & Pérez Cea, M. (2015). Subjective theories of teacher about their occupational health: Implications in promoting preventive health in teaching job. *Ciencia & trabajo*, 17(52), 1-6. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492015000100002>

de Vries, H., Tummers, L., & Bekkers, V. (2019). The Benefits of Teleworking in the Public Sector: Reality or Rhetoric? *Review of Public Personnel Administration*, 39(4), 570–593. <https://dx.doi.org/10.1177/0734371X18760124>

Errázuriz, P., Valdés, C., Vöhringer, P., & Calvo, E. (2015). Financiamiento de la salud mental en Chile: una deuda pendiente. *Revista médica de Chile*, 143(9), 1179-1186. <https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872015000900011>

- España-Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales (2002). *La carga mental de trabajo: Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, España*. INSHT Madrid.
- Fardoun, H., González, C., Collazos, C. A., & Yousef, M. (2020). Estudio exploratorio en Iberoamérica sobre procesos de enseñanza-aprendizaje y propuesta de evaluación en tiempos de pandemia. *Education in the Knowledge Society, 21*, e17. <https://doi.org/10.14201/eks.23537>
- Fernandes, M. A. F., Machado, E. A., Alves, M. P., & Aguiar Vieira, D. (2021). Ensinar em tempos de COVID-19: um estudo com professores dos ensinos básico e secundário em Portugal. *Revista Portuguesa De Educação, 34*(1). <https://doi.org/10.21814/rpe.21108>
- Ferrada-Bustamante, V., González-Oro, N., Ibarra-Caroca, M., Ried-Donaire, A., Vergara-Correa, D., & Castillo-Retamal, F. (2021). Formación docente en TIC y su evidencia en tiempos de COVID-19. *Revista Saberes Educativos, 6*(6), 144-168. <https://doi.org/10.5354/2452-5014.2021.60715>
- Gómez-Ortiz, V., & Moreno, L. (2009). Factores psicosociales del trabajo (demanda-control y desbalance esfuerzo-recompensa), salud mental y tensión arterial: un estudio con maestros escolares en Bogotá, Colombia. *Universitas Psychologica, 9*(2), 393-407. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672010000200008&lng=en&nrm=iso
- Guerrero-Barona, E., Gómez del Amo, R., Moreno-Manso, J. M., & Guerrero-Molina, M. (2018). Factores de riesgo psicosocial, estrés percibido y salud mental en el profesorado. *Clínica Contemporánea, 9*(1), e2. <https://doi.org/10.5093/cc2018a2>
- Jiménez Figueroa, A. E., Jara Gutiérrez, M. J., & Miranda Celis, E. R. (2012). Burnout, apoyo social y satisfacción laboral en docentes. *Psicología Escolar e Educativa, 16*(1), 125-134. <https://doi.org/10.1590/S1413-85572012000100013>
- Kabito, G. G., & Wami, S. D. (2020). Perceived work-related stress and its associated factors among public secondary school teachers in Gondar city: A cross-sectional study from Ethiopia. *BMC Research Notes, 13*(1), e36. <https://doi.org/10.1186/s13104-020-4901-0>
- Košir, K., Dugonik, Š., Huskić, A., Gračner, J., Kokol, Z., & Krajnc, Ž. (2020). Predictors of perceived teachers' and school counsellors' work stress in the transition period of online education in schools during the COVID-19 pandemic. *Educational Studies, 48*(6), 844-848. <https://doi.org/10.1080/03055698.2020.1833840>
- López Ayala, M., & Osuna Flores, I. (2021). Teletrabajo en México en tiempos de covid-19: De lo opcional a lo necesario. *Revista Observatorio del Deporte, 7*(2), 01-13. <https://www.revistaobservatoriodeldeporte.cl/index.php/odep/article/view/246>
- Martínez Royert, J., Berthel Regino, Y., & Vergara Díaz, M. (2017). Síndrome de Burnout en profesores y su relación con el aprendizaje de los estudiantes de básica primaria de una institución educativa oficial de Sincelejo. *Revista Salud Uninorte, 33*(2), 118-128. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-55522017000200118
- Meo, A. I., & Dabenigno, V. (2021). Teletrabajo docente durante el confinamiento por COVID19 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. <http://dx.doi.org/10.7203/RASE.14.1.18221>

- Miño, A. (2016). Calidad de vida laboral en docentes chilenos. *Summa Psicológica*, 13(2), 45-55. <https://doi.org/10.18774/448x.2016.13.256>
- Molina, T. (15 de abril de 2020). *Estudio ACHS: El 95% de las empresas ha implementado teletrabajo y casi el 50% para la totalidad de sus trabajadores*. Emol. <https://www.emol.com/noticias/Economia/2020/04/15/983196/Etudio-ACHS-95-empresas-teletrabajo.html>
- Mujica España, S. A., & Escobar, M. B. (2018). Previniendo consecuencias laborales: Programas de prevención de consumo y hábitos saludables. *Boletín Informativo CEI*, 5(2), 24-30. <https://revistas.umariana.edu.co/index.php/BoletinInformativoCEI/article/view/1640>
- Muñoz, M. T., & Lucero, B. (2009). Evaluación de la salud mental en profesionales de escuelas especiales de Talca, Chile. *Psicología conductual. Revista internacional de psicología clínica y de la salud*, 17(2), 381-399. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/ibc-98344>
- Murillo, F. J., & Duk, C. (2020). El Covid-19 y las Brechas Educativas. *Revista latinoamericana de educación inclusiva*, 14(1), 11-13. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-73782020000100011>
- Olivares Faúndez, V. E., Jélvez Wilke, C., Mena Miranda, L., & Lavarello Salinas, J. (2013). Estudios sobre burnout y carga mental en conductores del transporte público de Chile (Transantiago). *Ciencia & Trabajo*, 15(48), 173-178. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492013000300011>
- Organización Internacional del Trabajo (2019). *Trabajar en cualquier momento y en cualquier lugar: consecuencias en el ámbito laboral*. https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---travail/documents/publication/wcms_712531.pdf
- Organización Mundial de la Salud (2018). *Actividad física para la salud. Más personas activas para un mundo más sano: Proyecto de plan de acción mundial sobre actividad física 2018-2030(No. A71/18)*. In 71.ª Asamblea Mundial De La Salud. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/276418/A71_18-sp.pdf
- Ossa, C., Quintana, I., & Rodríguez, F. (2015). Valoración de salud mental en formación de profesores en dos universidades chilenas. *Propósitos y Representaciones*, 3(1), 125-176. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2015.v3n1.70>
- Otero-López, J., Castro, C., María, B., Carmen, D., Añón, P., Mirón, L., Dolores, R., & Fernández, P. (2015). *Estrés laboral y Burnout en profesores de enseñanza secundaria*. Ediciones Díaz de Santos.
- Ordoñez, A., Flores, C., & Chávez, I. (2017). *Condiciones de teletrabajadores en la relación de trabajo-familia, en la ciudad de Chihuahua*. In XXII Congreso Internacional de Contaduría, administración e informática, UNAM, Ciudad de México. <https://investigacion.fca.unam.mx/docs/memorias/2017/2.01.pdf>
- Ramírez-González, A. (2015). Valoración del perfil docente rural desde el proceso formativo y la práctica educativa. *Revista Electrónica Educare*, 19(3), 1-26. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=194140994006>
- Ribeiro, B., Scorsolini, F & Dalri, R. (2020). Ser docente en el contexto de la pandemia de COVID-19: reflexiones sobre la salud mental. *Index Enferm*, 29(3), 137-141. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962020000200008

Rivera, M. M., & Romero, R. R. (2016). Medición De Carga Mental De Trabajo En La Industria Automotriz En México. *European Scientific Journal, ESJ*, 12(26), e92. <https://doi.org/10.19044/esj.2016.v12n26p92>

Rubio, S., Díaz, E., Martín García, J., & Luceño, L. (2010). La carga mental como factor de riesgo psicosocial. Diferencias por baja laboral. *Ansiedad y estrés*, 16(2-3), 271-282. https://www.infocop.es/view_article.asp?id=3271

Salgado Roa, J., & Leria Dulció, F. (2018). Síndrome de burnout y calidad de vida profesional percibida según estilos de personalidad en profesores de educación primaria. *CES Psicología*, 11(1), 69-89. <https://doi.org/10.21615/cesp.11.1.6>

Saborío, L., & Hidalgo, L. (2015). Síndrome de Burnout Revisión Bibliográfica. *Medicina Legal de Costa Rica, Edición Virtual*, 32(1). <http://www.scielo.sa.cr/pdf/mlcr/v32n1/art14v32n1.pdf>

Solórzano, M. S. E. S., Molina, M. J. B. D., Cobos, M. L. S. Q., & Bonoso, M. D. G. B. (2021). Seguridad y salud ocupacional en el teletrabajo docente. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5(5), 8051-8067. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i5.890

Soto, T. (2018). *Evaluación y análisis cuantitativo del sistema de teletrabajo implementado en el Instituto Nacional de Propiedad Industrial (INAPI)*. Memoria para optar al título de Ingeniero Civil Industrial. Universidad de Chile. Chile. <http://repositorio.uchile.cl/handle/2250/168604>

Steidelmüller, C., Meyer, S., & Müller, G. (2020). Home-Based Telework and Presenteeism Across Europe. *Journal of Occupation and Environmental Medicine*, 62(12), 998–1005. <https://doi.org/10.1097/JOM.0000000000001992>

Torres de Lima, A., da Silva Coelho, V., & Ceballos, A. (2017). Violência na escola e transtornos mentais comuns em professores. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, (18), 31-36. <https://doi.org/10.19131/rpesm.0189>

Vicente, B., Saldivia, S., & Pihán, R. (2016). Prevalencias y brechas hoy: salud mental mañana. *Acta Bioethica*, 22(1), 51-61. <https://dx.doi.org/10.4067/S1726-569X2016000100006>

Valero-Cedeño, N. J., Castillo-Matute, A. L., Rodríguez-Pincay, R., Padilla-Hidalgo, M., & Cabrera-Hernández, M. (2020). Retos de la educación virtual en el proceso enseñanza aprendizaje durante la pandemia de Covid-19. *Dominio de las Ciencias*, 6(4), 1201-1220. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8638160>

Vidal, V. (2019). *El estrés laboral: análisis y prevención*. Prensas de la Universidad de Zaragoza.

i Universidad del Bío-Bío, Chile.
<https://orcid.org/0000-0002-2716-2558>

ii Universidad de Talca, Chile.
<https://orcid.org/0000-0001-8324-0250>

iii Universidad Autónoma de Chile, Chile.
<https://orcid.org/0000-0002-2399-7566>

Toda a correspondência relativa a este artigo deve ser enviada para:

Carlos Ossa Cornejo
Avda. Andrés Bello 720, Casilla 447, Chile
cossagubiobio.cl

Recebido em 21 de junho de 2021

Aceite para publicação em 12 de fevereiro de 2022

Mental health and mental workload in Chilean educational establishment workers in the context of COVID-19

ABSTRACT

The current COVID-19 pandemic has generated a great impact on countries and people, modifying mainly labor and educational processes and actions. In the educational field, many countries have implemented teleworking and tele-education, which has generated stressful situations and work overload due to the transfer and modification of traditional tasks. This study analyzes the mental health conditions and the perception of mental workload in 311 civil officials, teachers and non-teachers, from 9 Chilean establishments, 246 women and 65 men. Two instruments were applied, the Depression-Anxiety-Stress Scale (DASS 21) and the Subjective Mental Workload Scale (ESCAM), analyzing the data in a descriptive and correlational way. The results show, regarding mental health, average levels in stress, as well as low in depression and anxiety; while in mental workload a moderately high perception is observed in the dimensions of cognitive demand, characteristics of the task and organization of time, while a medium perception is observed in the dimensions of work rhythm and consequences for health; furthermore, positive, significant and moderately high correlations were found between the health consequences dimension of the mental workload scale and the dimensions of stress, depression and anxiety; in addition to significant differences between groups according to gender and work carried out. It is concluded that the mandatory modifications due to the pandemic have affected officials in their mental health and the perception of the burden of their activities, increasing negative stress.

Keywords: Telework; Civil servants; Work-family conciliation; Well-being.

Saúde mental e carga de trabalho mental em trabalhadores de estabelecimentos de ensino chilenos no contexto da COVID-19

RESUMO

A atual pandemia de COVID-19 tem gerado grande impacto em países e pessoas, modificando principalmente processos e ações laborais e educacionais. No campo educacional, muitos países têm implementado o teletrabalho e a teleducação, o que tem gerado situações de stress e sobrecarga de trabalho devido à transferência e modificação de tarefas. Este estudo analisa as condições de saúde mental e a percepção da carga mental de trabalho em 311 funcionários públicos, professores e não professores, de 9 estabelecimentos chilenos, 246 mulheres e 65 homens. Foram aplicados dois instrumentos, a Escala de Depressão-Ansiedade-Stress (DASS 21) e a Escala de Carga Mental Subjetiva (ESCAM), analisando os dados de forma descritiva e correlacional. Os resultados mostram, em relação à saúde mental, níveis médios de stress, bem como baixos de depressão e ansiedade, enquanto que na carga de trabalho mental observa-se uma percepção moderadamente alta nas dimensões de demanda cognitiva, características da tarefa e organização do tempo, e uma percepção média nas dimensões ritmo de trabalho e consequências para a saúde. Além disso, foram encontradas correlações positivas, significativas e moderadamente altas entre a dimensão consequências para a saúde da escala de carga de trabalho mental e as dimensões stress, depressão e ansiedade, para além de diferenças significativas entre os grupos de acordo com o género e os trabalhos realizados. Conclui-se que as modificações obrigatórias em decorrência da pandemia afetaram os funcionários na sua saúde mental e na percepção do peso das suas atividades, aumentando o stress negativo.

Palavras-chave: Teletrabalho; Funcionários públicos; Conciliação trabalho-família; Bem-estar.