

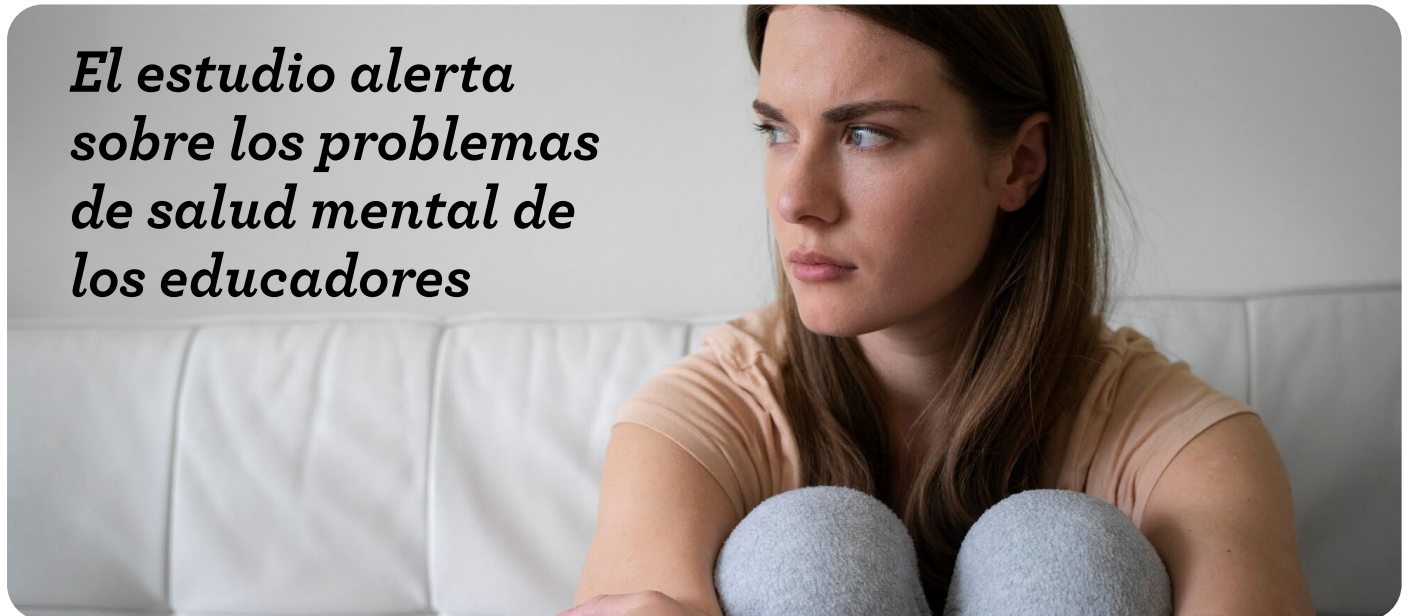
# SALUD LABORAL

nº 1071

## I ESTUDIO NACIONAL SOBRE EL ESTADO DE ÁNIMO DE LOS DOCENTES

# *Uno de cada cuatro profesores afirma tener síntomas de depresión*

***El estudio alerta sobre los problemas de salud mental de los educadores***



Desde hace décadas, el colectivo docente viene advirtiéndolo y expresando sus quejas sobre los riesgos psicosociales que padecen, que afectan negativamente tanto a su salud mental, emocional como física, con las repercusiones que tiene en su trabajo docente y en el trato con los alumnos y las familias. Sin embargo, desde las Administraciones, los propios centros y la sociedad en general, no se concede excesiva importancia a este tema, que se suele ver como algo exclusivamente personal, concretado en la falta de habilidades del docente afectado, y no como el resultado de condiciones de trabajo muchas veces inadecuadas.

De hecho, y lo decimos por experiencia, en la práctica es frecuente encontrarnos con centros cuya

Dirección, sea cual sea la realidad de sus docentes, niega la existencia de estos riesgos y dificulta que se facilite ayuda a sus formadores, por considerarla innecesaria y una pérdida de tiempo.

El *I Estudio Nacional sobre el Estado de Ánimo de los Docentes en España*, llevado a cabo por Educar es todo, Éxito Educativo y la Universidad UDI-MA, demuestra que la situación de los docentes es, como nos temíamos, preocupante. Los datos señalan que 1 de cada 3 profesores ha experimentado sentimientos de maltrato, mientras que casi 1 de cada 4 se autopercebe con síntomas depresivos.

Este estudio, en el que ha colaborado FEUSO y han participado más de 3.800 docentes de toda España y todas las etapas educativas no universita-



rias, también analizó la relación entre el estado de ánimo de los docentes y su experiencia laboral, y ha identificado que los profesionales con menos de 15 años de experiencia son los más afectados por este fenómeno. Estos profesores, que se encuentran en las etapas iniciales de su carrera, presentan un deterioro significativo en su [salud emocional y mental](#). Más del 13% de los docentes confiesa que presenta ideación y/o intención de [conductas autolesivas](#), sobre todo en la franja de entre 41 y 50 años y mayormente entre las mujeres.

Este estado de ánimo tiene, lógicamente, un impacto en su labor docente, como así lo afirman el 80% de los docentes, quienes creen que tiene una influencia considerable en su labor profesional, lo que resalta la estrecha relación entre el bienestar emocional de los profesionales de la educación y su desempeño en el aula.

También es llamativo el dato de que un 60% de los docentes siente que su labor profesional no es valorada por la sociedad y carece de reconocimiento social, y más del 80% estaría dispuesto a cambiar de centro de trabajo, lo que refleja un alto nivel de insatisfacción.

Estos datos son una llamada de atención para nuestra sociedad y para las instituciones educativas. La salud y el bienestar de nuestros docentes son fundamentales para garantizar una educación de calidad y una adecuada formación de las futuras generaciones.

La autoestima y la motivación de los docentes son factores indispensables para un ambiente educativo positivo y un aprendizaje efectivo. Sin embargo, los resultados de este estudio destacan la necesidad

de prestar una atención urgente y especializada a la salud mental de los profesionales de la educación.

Es imprescindible que los miembros de la comunidad educativa, incluyendo a padres, hijos, alumnos y a la sociedad en general, tomen conciencia de este problema y trabajen conjuntamente para brindar apoyo y recursos a nuestros valiosos docentes. Además, es crucial que las autoridades competentes diseñen e implementen políticas y programas que aborden esta preocupante situación y promuevan el bienestar emocional de los profesionales de la educación.

Y, aunque el estudio es actual, USO viene diciéndolo desde hace muchos años. Sensibilizado por la situación del colectivo docente, en USO desarrollamos un estudio sobre el estrés de los docentes y cómo afecta a su salud. En el Proyecto ESTAFOR, que así se llama el estudio, ya alertábamos de la preocupante situación del colectivo docente en relación a los riesgos psicosociales. Por este motivo, desarrollamos una acción formativa dirigida al colectivo, para ayudarles en la gestión del estrés.

Con el proyecto ESTAFOR se diseñó un modelo de formación que incluye acciones de mejora y desarrollo de los recursos y habilidades de afrontamiento personales ante los riesgos psicosociales. Durante estos últimos años, hemos puesto al alcance de decenas de escuelas el material, herramientas y documentación específica de formación para la mejora de las habilidades y recursos del profesorado ante el estrés. La experiencia ha sido muy positiva. En los centros donde se ha expuesto, el proyecto ESTAFOR ha tenido muy buena acogida y, por las informaciones que hemos recibido hasta ahora, los maestros y profesores han valorado como muy buenas estas herramientas, ya que han conseguido mejorar su calidad de vida, tanto personal, como laboral, que es uno de nuestros PRINCIPALES objetivos.

Fuente: <https://educarestodo.com/blog/1-de-cada-4-profesores-afirma-tener-sintomas-de-depresion/>

**Imma Badia Camprubí**  
Secretaria de Acción Sindical  
y Salud Laboral de FEUSO

