

**Salud** La profesión docente podría catalogarse como una actividad de riesgo para la salud. Al menos así se desprende de los datos de un estudio que acaba de presentarse en Barcelona en el que se demuestra que los enseñantes toman más bajas por enfermedad, presentan más episodios de ansiedad y consumen el doble de tranquilizantes que la población general.

## El 10% de los profesores consume tranquilizantes

Dos de cada diez docentes de secundaria piden la baja por enfermedad durante el curso escolar

**L**MAR PADILLA, **Barcelona** a figura del viejo profesor que controla con el único instrumento de la disciplina la educación de niños y adolescentes ha pasado definitivamente a la historia. Los profesionales de la docencia sufren en carne propia los envites de los cambios sociales. De la creciente conflictividad en las aulas a los nuevos modelos de familia, pasando por los desafíos de la cultura cibernética, los docentes han de afrontar un creciente estrés del que no todos salen indemnes. Un informe de la Agencia de Salud Pública del Ayuntamiento de Barcelona revela que el 9,8% de los profesores consume tranquilizantes, lo que supone más del doble que el resto de la población, que no alcanza el 4,4%. El malestar físico y psíquico de los docentes se traduce también en otro dato: el 16,9% de los enseñantes afirman tener mala salud, mientras que en el resto de la población este porcentaje sólo alcanza el 7,5%.

¿Es enseñar un riesgo para la salud? La respuesta no es fácil porque la percepción sobre el bienestar o malestar depende de múltiples factores, pero lo cierto es que el síndrome del *burnout* —el de la persona quemada profesionalmente— afecta de lleno al colectivo docente, especialmente a los que trabajan en el ciclo de secundaria y tienen como *clientes* a alumnos con edades que oscilan entre los 12 y los 16 años.

“Existe la sensación de que el estado de salud entre el profesorado es cada vez peor, pero no se saben las causas específicas”, señala Lucía Artazcoz, responsable de salud laboral de la Agencia de Sa-

El 16,9% de los docentes afirma tener mala salud, el doble que la población general

lud Pública de Barcelona. Artazcoz recuerda que la ley establece la obligatoriedad de una evaluación psicosocial del colectivo, “pero esto no se cumple, quizá para no abrir la caja de los truenos”.

Las condiciones de trabajo que se relacionan con el estrés tienen como efecto la somatización de los estados emocionales, lo que explicaría el alto consumo de tranquilizantes, cuyo objetivo es la neutralización de los síntomas asociados a la ansiedad. Otro análisis, llevado a cabo por el profesor Isidre Rabadà bajo la supervisión de la propia Artazcoz, revela que dos de cada 10 profesores de secundaria piden la baja por enfermedad a lo largo de un curso. A partir de datos del propio Departamento de Enseñanza de la Generalitat de Cataluña, el estudio, que se presentó la semana pasada en unas jornadas de la asociación Rosa Sensat sobre la salud de los profesionales de la educación, revela que el 22,4% de los docentes de secundaria solicitó una o más



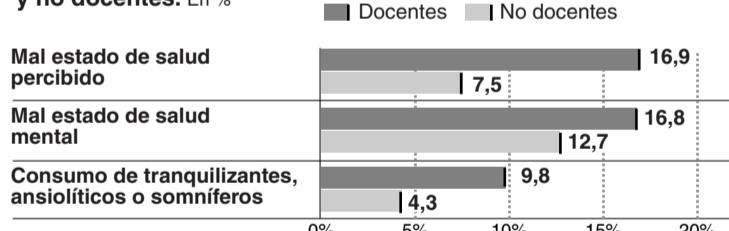
Un profesor ayuda a una alumna en un instituto de secundaria del centro de Barcelona. / TEJEDERAS

### Salud y docencia

Las cinco enfermedades más diagnosticadas a los profesores de secundaria de Cataluña. Curso 2001-2002

Enfermedad	Número de profesores afectados	%
Patología locomotora, conjuntiva y traumatológica	1.190	21,8
Otorrino-laringológicas	793	14,5
Mentales	664	12,2
De aparato respiratorio	438	8,0
De aparato digestivo	314	5,6
<b>TOTAL</b>	<b>3.399</b>	<b>62,3</b>

Prevalencia de trastornos de salud comparando docentes y no docentes. En %



Fuentes: Informe elaborado por Isidre Rabadà Molina, de la Asociación Rosa Sensat y Agencia de Salud Pública de Barcelona.

EL PAÍS

## Un centro para los ‘quemados’

**L**M. P., **Barcelona** a facultad de Psicología Blanquerna de Barcelona ofrece un servicio especial: asesoramiento y atención psicológica para los profesores quemados. Los casos más comunes que atienden son cuadros de depresión debido al estrés por no saber enfrentarse a los casos de indisciplina en clase.

Los docentes “dominan muy bien la parte académica, pero a veces tienen carencias en la cuestión más didáctica”, explica Lluís Botella, doctor en Psicología y responsable del centro. Lo más importante en estos casos es “renovar su vocación y ayudarles a no ver a los alumnos como adversarios, sino

como colaboradores en una misma tarea, la de aprender”. La media de edad de los usuarios oscila entre los 40 y los 50 años y la procedencia es diversa: “Vienen profesores tanto de escuelas de élite como de barrios populares. En todos los casos, lo importante es hacer borrón y cuenta nueva”, dice Botella.

con mayor indisciplina y falta de respeto, que alimentan a su vez el malestar del profesor”.

Pero hay que ir con cuidado y no dar un retrato desencajado de la verdadera situación que viven los docentes. A juicio de Castelló “esto son los casos más extremos, porque hay profesores que disfrutan mucho con su trabajo y les reporta enormes satisfacciones, y eso también lo tenemos que investigar para potenciar esas condiciones y hacer labor de prevención”. Las pistas que establecen la sensación de bienestar o malestar no depende tanto de los factores personales, sino de los colectivos: la relación con los otros profesores, con los padres, el rol asignado al docente y hasta la integración real del instituto en el entorno del barrio.

Lo cierto es que la especificidad de la función docente que incluye preparación de clases, materiales, actividades, tutoría, evaluaciones o guardias se combina con elevadas exigencias físicas, psicológicas y cognitivas. La situación más negativa para la salud son las elevadas exigencias y la sensación de nulo o escaso control sobre la tarea que afrontar, combinado con un bajo apoyo social.

Así, la combinación de exigencia psicológica, implicación emocional, alto contenido cognitivo y escaso control sobre los resultados puede resultar un cóctel explosivo, especialmente para personas con un elevado nivel de autoexigencia o perfeccionismo. Además, el soporte afectivo que se brinda a los alumnos puede cargar sobre las espaldas del docente la resolución de conflictos personales de alumno. Es frecuente que el profe-

“Tienen la sensación de que han perdido el control y que no tienen nada que ofrecer”

sor amplíe su rol y se convierta en consejero y orientador, lo que en algunos casos difíciles puede resultar angustiante. El profesor no siempre está preparado para ese cometido y a veces ni siquiera encuentra colaboración por parte de los padres. “A veces tienes la sensación de que estás solo lidiando continuamente con todo el mundo, lo que resulta agotador, tanto física como psicológicamente”, explica Albert C., profesor de un instituto de secundaria del centro de Barcelona que sufrió una depresión hace dos años. “Tenía la sensación de que mi trabajo no servía para nada”, recuerda.

¿Qué hacer? Los especialistas abogan por promover acciones destinadas a mejorar la satisfacción afectiva del colectivo. “Debe ponerse en funcionamiento un modelo más cooperativo y menos individualista basado en el asesoramiento y la reflexión organizada en el centro en la que participen activamente el profesorado, los alumnos y las familias”, concluye Isidre Rabadà.

bajas durante el curso 2001-02, lo que representa el 39,1% del total de bajas de todo el profesorado en general. Se confirma que los trastornos relacionados con la salud mental figuran entre los más frecuentes problemas del profesorado, aunque la primera causa de baja son las patologías locomotoras, conjuntivas y traumatológicas, seguidas de las otorrinolaringológicas. Pero para Artazcoz, estos datos hay que interpretarlos: “A veces la baja no es más que una vía de escape para desconectar de un trabajo que está resultando demasiado estresante”, señala.

Por otra parte, según el estudio, que incluye una encuesta elaborada a 4.753 profesores de secundaria de Cataluña, los principales motivos que los docentes perciben como nocivos para su salud son de carácter psicosocial. La desmotivación y el poco interés del alumnado, la complejidad de la enseñanza a alumnos con déficit y ritmos de aprendizaje diferente, la delegación a la escuela de problemas y conflictos que corresponde resolver a las familias y la falta de disciplina de una parte del alumnado figuran entre las más repetidas por los encuestados.

Montse Castelló, psicóloga especialista en Pedagogía de la Facultad de Psicología Blanquerna, de la Universidad Ramon Llull de Barcelona, explica que los profesores que viven esa situación “inician un doloroso camino en el que tienen la sensación de que han perdido la capacidad de control y que ya no tienen nada que ofrecer, lo que coincide con el deterioro paulatino de las relaciones en clase”. Para Castelló “hay docentes que tocan fondo y se sienten incapaces de dar clase debido a una espiral que les lleva a un cuadro de ansiedad que es percibido por los alumnos, al cual responden