

Importancia de la Salud Mental en el Docente

“El Costo Oculto de Enseñar”

Autor

Milagros Montenegro, Anelis Navarro, Kleivi Montezuma, Aurora Abrego, Narciso Cases

Filiación de cada autor

1. Universidad de Panamá, Panamá, <https://orcid.org/0009-0009-6263-6905>,
ivetanelisvitalnavarro@gmail.com
2. Universidad de Panamá, Panamá, <http://orcid.org/0009-0005-7428-8259>,
kleivimontezuma@gmail.com
3. Universidad de Panamá, Panamá, <https://orcid.org/0009-0004-2504-8788>
montenegromili0@gmail.com
4. Universidad de Panamá, Panamá, <http://orcid.org/0009-0001-8916-2510>,
auroraabrego606@gmail.com
5. Universidad de Panamá, Panamá, <https://orcid.org/0009-0001-3440-6792>
eneydaconsuegra62@gmail.com
6. Universidad de Panamá, Panamá, <https://orcid.org/0009-0004-3702-4468>
Cases1204@gmail.com

La profesión docente, si bien es fundamental para el desarrollo social, se caracteriza por enfrentar elevados niveles de estrés laboral, sobrecarga de trabajo, presión administrativa y la necesidad constante de adaptación a los cambios curriculares y tecnológicos. El deterioro de la salud mental del docente se manifiesta en síntomas como el síndrome de *burnout*, ansiedad, depresión y fatiga crónica, afectando no solo su bienestar personal, sino también su capacidad para impartir una enseñanza de calidad y mantener un clima escolar positivo.

El objetivo general de la investigación es analizar el estado actual de la salud mental del personal docente en el Área Este de la provincia de Panamá, identificando los principales factores de riesgo laborales que contribuyen a su deterioro. Tomando como objetivos específicos el diagnóstico de la problemática y proponer estrategias efectivas para la promoción, prevención y cuidado de la salud mental en el ejercicio docente.

RESULTADOS

Se confirma que el personal docente del Área Este de la provincia de Panamá, presenta un notable desgaste profesional, manifestado principalmente como agotamiento emocional (55.6%). El principal factor de estrés identificado son las conductas disruptivas y la indisciplina de los estudiantes (50%). A pesar de esta situación, existe una brecha importante en el acceso al cuidado de la salud mental, ya que la gran mayoría de los docentes no solicita apoyo psicológico y reporta la inexistencia de programas de ayuda en sus instituciones (72.2%).

METODOLOGÍA

Se empleará una metodología mixta (cuantitativa y cualitativa) con un diseño descriptivo-transversal, en la fase cuantitativa se aplicará una encuesta y en la fase cualitativa se realizarán entrevistas semiestructuradas.

CONCLUSIÓN

La investigación revela que la salud mental del personal docente está seriamente comprometida, siendo el agotamiento emocional y el alto estrés derivado de la indisciplina estudiantil los principales indicadores del "Costo Oculto de Enseñar". A pesar de esta problemática, existe una severa deficiencia en la provisión y conocimiento de programas de apoyo psicológico institucional. Por lo tanto, se hace indispensable la implementación urgente de estrategias efectivas de promoción y prevención, enfocadas en la creación de redes de apoyo y en la capacitación para el manejo del aula, garantizando así el bienestar del docente y la calidad educativa.

BIBLIOGRAFÍA

Fuente: Redalyc.org

https://share.google?link=https://www.redalyc.org/articulo.oa?id%3D673171026001&utm_source=igadl,igatpdl,sh/x/gm/2/5&utm_campaign=share-sdl-iga-3p