

ESTRÉS LABORAL

Estudio sobre percepción de profesoras del Primer año Básico de Escuelas Municipales urbanas de Punta Arenas.

Autores

*Yessica J. Barría Gómez, Alejandra C. Calabrano Velásquez, Ceclilia S. Flores Contreras, Patricio .Muñoz Varnet, Karina A. Osorio Vera
Licenciados en Enfermería. Universidad de Magallanes, de Punta Arenas.*

RESUMEN

Los autores investigaron los factores biosicosociales, laborales y familiares que se relacionan con la percepción de estrés laboral que presentan las profesoras de primer año básico de las Escuelas Municipales Urbanas de la ciudad de Punta Arenas, en el año 2002.

Es una investigación de tipo descriptivo, transversal, cuyo diseño metodológico utilizó un formulario de tres etapas: la primera, una «Escala de Estrés con Perspectiva de Género» (tipo Lickert), la segunda, un «Cuestionario de Factores de Estrés con perspectiva de género» y la tercera, «Escala de Holmes y Rahe» (adaptada).

Se trabajó con un universo de 35 profesoras, cuyos criterios de inclusión fueron: ser profesora de sexo femenino, estar a cargo de un primer año básico, aceptación voluntaria de la profesora y autorización del Director del establecimiento para la realización del estudio.

Los resultados permiten identificar y establecer la relación descriptiva entre los factores mencionados anteriormente, y así determinar la prevalencia de las profesoras que presentan percepción de estrés laboral desde una perspectiva de género.

1. OBJETIVOS:

Los objetivos propuestos para esta investigación fueron:

1.1. Objetivo General: Describir los factores biosicosociales, laborales

y familiares que se relacionan con la percepción de estrés laboral con perspectiva de género, en profesoras de primer año básico de Escuelas Municipales Urbanas de la ciudad de Punta Arenas, año 2002.

1.2. Objetivos Específicos:

1.2.1. Identificar a las profesoras de primer año básico con percepción de estrés laboral dimensionado a través de la Escala de medición de Estrés Laboral con perspectiva de género.

1.2.2. Establecer la prevalencia de profesoras de primer año básico con percepción estrés laboral dimensionado a través de «La Escala de medición de Estrés Laboral con perspectiva de género».

1.2.3. Identificar los factores biosicosociales, laborales y familiares del grupo en estudio que presenta percepción de estrés laboral desde una perspectiva de género, a través de «Cuestionario de Factores de Estrés con perspectiva de género estrés laboral, de estabilidad laboral, de satisfacción profesional, de síntomas físicos, de síntomas emocionales, de red de apoyo social, de carga laboral, de discriminación.

— Sociales: situación de pareja, red(es) de apoyo social, actividades de esparcimiento.

— Laborales: años de experiencia laboral, número de alumnos

a su cargo,
relaciones
laborales.

— Familiares: número de hijos dependientes, número de integrantes de la familia, ayuda doméstica.

1.2.4. Establecer la relación descriptiva entre las variables biosociales, laborales y familiares de las profesoras de primer año básico y la presentación de percepción de estrés laboral desde una perspectiva de género.

II. METODOLOGÍA

Para cumplir con los objetivos propuestos se utilizó el siguiente diseño metodológico:

2.1. Universo: Se trabajó con el 100% de las profesoras de primer año básico de las Escuelas Municipales Urbanas de la ciudad de Punta Arenas, las cuales equivalían a 35 profesoras que cumplieron con los criterios de inclusión mencionados en el resumen.

2.2. Instrumento de Recolección de Información: Se utilizó un formulario que constaba de tres etapas: la primera, consistía en la una «Escala de Estrés con Perspectiva de Género» (tipo Lickert) que consistía en 59 afirmaciones, la segunda, un «Cuestionario de Factores de Estrés con perspectiva de género» que proponía once factores, de las cuales la profesora escogía 7 y las jerarquizaba según su grado estresor, ambos creados y validados por la Psicóloga Sonia C. Miralles Jara, y la tercera, «Escala de Holmes y Rahe» (adaptada).

III. CONCLUSIONES

Perfil de las profesoras de primer año básico de Escuelas Municipales Urbanas.

— Variables Biológicas: Tiene un promedio de edad de 40.23 años, pertenece al grupo etareo adulto

medio (35 -44 años) y no presentó antecedentes mórbidos en los últimos 6 meses

— Variables Sociales: Según situación de pareja es casada y su principal red de apoyo es la familia.

— Variables Laborales: Su promedio años de ejercicio profesional es de 16.14 y el promedio de alumnos a su cargo es de 34.86.

— Variables Familiares: El promedio número de hijos es de 1.63 El promedio de edad de los hijos que dependen económicamente de ellas es de 11.6 años, su pareja es adulto medio. No viven solas sino convive con su pareja e hijos; no viven con sus padres y tienen hijos preescolares.

Perfil de las profesoras de primer año básico de Escuelas Municipales Urbanas, con Percepción de Estrés.

Al compararlo con el Perfil mostrado anteriormente, sólo presentan dos diferencias, según situación de pareja: son casadas y su pareja es adulto maduro

En relación a los Factores Biológicos: Con relación al grupo etario las profesoras encuestadas se distribuyen en adulto joven (20-34 años) en un 22.86%, adulto medio (35-44 años) un 51.43% y adulto maduro (45-64 años) en un 25.71%.

En relación a los Factores Sicológicos: El 65.71% del universo estudiado presentó percepción de estrés laboral lo que según grupo etario, el 21.74% corresponde al grupo adulto joven, el 47.83% al grupo adulto medio y el 30.43% al grupo adulto maduro.

Con relación a la variable percepción de satisfacción profesional, el 97.15% de las profesoras del grupo estudiado señala «creo que mi labor es de gran aporte» y el 91.43% declara «me siento motivada por mi trabajo», lo que de acuerdo a la literatura demuestra la motivación y vocación de la mujer

en la elección de su profesión, cuya inclinación se da en las áreas de servicio hacia las personas. El 42.85% de las profesoras presentan el descriptor de estrés «no rindo todo mi potencial» y a su vez el 37.47% declara el descriptor de estrés «me siento abrumada por el trabajo». El cumplir con múltiples roles conlleva un sinnúmero de actividades, no dejando espacio para el desarrollo de sus potencialidades profesionales. Sobre la percepción de síntomas físicos de las profesoras se puede concluir: un 68.57% dice «siento tensos los músculos»; un 60% «me cuesta levantarme por las mañanas»; un 54.29% señala «tengo nudos en la espalda» y un 40% declara «sufro de jaquecas frecuentemente». Todos estos síntomas, según la literatura, pueden ser atribuibles a las respuestas físicas del estrés. El 54.29% de las profesoras presenta el descriptor de estrés «antes me concentraba mejor en mis tareas», también el 54.29% de las profesoras declara el descriptor de estrés «a veces siento que no puedo responder a todas las exigencias». De ellas, el 52.63% corresponde a adulto medio. Estos hallazgos se relacionan con el grupo etario adulto medio, en que la mujer asume nuevos roles, como la formación de una pareja estable, la crianza de los hijos, entre otros, lo que implica la necesidad de absorber estos otros roles. Sobre la percepción de carga laboral, el 82.86% de las profesoras participantes declara «Trabajo en casa los fines de semana y/o festivos». Un 82.86% presenta el descriptor de estrés «Frecuentemente llevo trabajo para realizarlo en mi hogar»; el 60% refiere «Siempre estoy ubicable para los asuntos de trabajo»; el 54.29% señala «A veces siento que no puedo responder a todas las exigencias» y el 37.43% declara «sentirse abrumada por el trabajo», lo que se relaciona con la literatura referente

a la doble jornada laboral, que incluye la continuidad del trabajo de la mujer en el hogar, lo que trae consigo la multiplicidad de roles con el potencial riesgo de sobrecarga laboral.

En cuanto a la variable percepción de discriminación, el 60% señala «una mujer debe demostrar que no solo es una cara bonita» y el 51.43% declara «las mujeres trabajan lo mismo que los hombres pero les pagan menos», lo que corrobora en esta investigación que las mujeres perciben que todavía no están en igualdad de condiciones laborales, a pesar de existir actualmente movimientos y organizaciones en pro de la igualdad de género.

En relación a los Factores Sociales:

Con relación a la situación de pareja del grupo en estudio, el 60% son casadas, el 31.43% solteras y el 8.57% separadas.

El 62.86% de las profesoras declara el descriptor de estrés «no me gusta contar a otros mis problemas» de las cuales por situación de pareja, el 54.55% son casadas, lo que revela que aún teniendo pareja estable no se le considera como red de apoyo.

Del grupo estudiado, el 85.71% señala contar con al menos una red de apoyo, de éstas, el 54.29% considera como apoyo a algún familiar, lo cual reafirma la literatura que indica que la familia es la principal red de apoyo.

En relación a los Factores Laborales:

La media de años de ejercicio profesional en las profesoras fue de 16.14 años, con una desviación standard de 7.91, siendo el mínimo 1 año y el máximo 33 años, lo cual permite integrar diversas visiones enriqueciendo la investigación.

El promedio del número de alumnos por curso corresponde a 34.86 alumnos, con una desviación

estándar de 5.48, siendo el mínimo de 22 y el máximo de 45 alumnos. Esto supera ampliamente el ideal por curso (20 aproximadamente) y se constituye en un factor favorecedor de estrés derivado de la carga laboral a que diariamente se ve enfrentada la profesora.

En relación a los Factores Familiares:

El 62.86% de las profesoras declaran el factor estresor «Llegar a casa a seguir trabajando»; el 48.57% presenta el descriptor de estrés «Mientras los hombres llegan del trabajo a ver TV, las mujeres debemos hacer labores domésticas», lo que corrobora que la mujer asume gran parte de las responsabilidades de las tareas domésticas, confirmando lo presentado en el marco teórico acerca de la asignación implícita de tareas desde la perspectiva del género ante la sociedad. A esto se suma que el 71.43% declara el factor estresor «No tener tiempo para mi misma», lo que se puede atribuir a la ya mencionada multiplicidad de roles. Las Frecuencias de los factores que las profesoras consideraban mayoritariamente estresores se encontraban: el hecho de no tener tiempo para mi misma (71.43%), llegar a casa a seguir trabajando (62.86%), no poder compartir el tiempo que deseo con mis hijos y/o pareja (45.72%), cuando debo solucionar problemas domésticos en mi lugar de trabajo. (42.86%) y no tener tiempo para las tareas domésticas (40.01%).

En relación a la Escala de Acontecimientos Vitales de Holmes y Rahe, se pudo concluir que las más altas frecuencias en cuanto a la presencia de estos sucesos durante el último año en las profesoras de primer año básico están dadas por las discusiones con el cónyuge (54.29%), los cambios en la salud

de algún miembro de la familia (31.43%), los cambios en el tiempo libre (31.43%), un logro personal importante (31.43%) y el cambio de estado financiero (15%).

Los sucesos vitales son experiencias objetivas que alteran o amenazan con alterar las actividades usuales de las personas, causando un reajuste sustancial en su conducta o comportamiento. El estar sometido a múltiples situaciones estresantes significativas, sean positivas o negativas, repercute en el organismo causando disminución de las defensas biológicas, produciendo inmunodepresión (vulnerabilidad). En conclusión, a mayor cambio, mayor probabilidad de enfermar.

IV. SUGERENCIAS:

- Difundir de manera amplia los resultados obtenidos en el presente estudio tanto a nivel de las autoridades de educación como del área de Salud Mental.
- Realizar nuevas investigaciones para conocer la evolución de esta problemática de salud.
- Elaborar estrategias de intervención, tales como actividades extraprogramáticas respecto del manejo del estrés y acciones de autocuidado en las profesoras de primer año básico, a través de talleres, sesiones educativas.
- Crear programas de capacitación para profesoras frente al estrés laboral para la comprensión de los primeros síntomas y desarrollar acciones para enfrentarlo.
- Crear programas recreacionales para las profesoras: entrenamiento físico, terapias de relajación, ejercicios organizados antes de iniciar la jornada laboral.

REVISTA ENFERMERIA CHILE,
N° 120 SEPT. 2002;
ISSN 0378-6285
COLEGIODEENFERMERAS DE
CHILE

