

ESTRATEGIAS UTILIZADAS POR DOCENTES DE LA ESCUELA DE ENFERMERÍA PARA CUIDADO DE SU SALUD MENTAL

Nilda Haydee Balbuena ¹
Rosa Isabel Anzuate ²
Cecilia Agustina Cardozo ³
Sonia Luján Rodríguez ⁴
Cristina Mariela Zinch ⁵
Nadia Eliana Fernández ⁶

¹ Lic. en Enfermería. Mgt. en Salud Pública. Escuela de Enfermería FCEQyN-UNaM. nildabalbuena@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0009-0000-0997-1389>

² Lic. en Enfermería. Mgt. en Abordaje Familiar Integral. Escuela de Enfermería FCEQyN-UNaM. rosaisabelanzuate@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0009-0005-2156-0589>

³ Lic. en Psicología. Doctora en Ciencias Humanas y Sociales. Escuela de Enfermería FCEQyN-UNaM. ceciagus2010@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0009-0007-9028-1908>

⁴ Lic. en Enfermería. Esp. en Abordaje Familiar Integral. Escuela de Enfermería FCEQyN-UNaM.soniarodriguez.s.i.r@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0009-0006-3833-7698>

⁵ Lic. en Enfermería. Esp. en Abordaje Familiar Integral. Escuela de Enfermería FCEQyN-UNaM.cristinazinch72@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0009-0009-8103-1274>

⁶ Lic. en Enfermería. Mgt. en Salud Pública y Enfermedades Transmisibles. Escuela de Enfermería FCEQyN-UNaM.nadiafernandez2010@gmail.com.Orcid: <https://orcid.org/0009-0004-8483-7963>

RESUMEN AMPLIADO

Introducción: la pedagogía en la educación superior, especialmente en la Escuela de Enfermería (EE), se enfoca en una enseñanza orientada al cuidado humanizado, formando profesionales capaces de ver al sujeto de cuidado como una persona integral. En este proceso, el aula se convierte en un espacio clave de interacción entre docentes y estudiantes, donde el profesor no solo transmite conocimientos, sino que también actúa como un agente de cuidado. Sin embargo, los Jefes de Trabajos Prácticos (JTP) enfrentan una sobrecarga laboral significativa debido a sus múltiples roles: docencia, tutorías, investigación y acompañamiento de estudiantes en diversos ámbitos. Esta situación genera estrés, agotamiento emocional y puede afectar la calidad educativa. Las condiciones institucionales, la precarización laboral, la demanda de excelencia y la escasa atención a la salud mental docente agravan el problema. Los docentes JTP son quienes acompañan a los estudiantes durante el desarrollo de las prácticas pre-profesionales específicas en los distintos servicios, hospitales y comunidad; muchas veces deben contener y canalizar situaciones que presentan los estudiantes, aspectos que afectan la salud mental de los docentes, así también los dobles turnos que deben cumplir en el quehacer docente y como enfermeros en servicios de salud evidenciándose agotamiento físico y mental, sensaciones de impotencia, frustración, ansiedad, estrés, entre otras

emociones. Ahora bien, la Organización Mundial de la Salud (OMS) dio a conocer algunos informes recientes cuyos datos son alarmantes, a nivel mundial 450 millones de personas se encuentran afectadas por trastornos mentales tales como depresión (150 millones), trastornos relacionados con el consumo de alcohol o drogas (90 millones), epilepsia (38 millones) y esquizofrenia (25 millones). Por otra parte, “casi un millón de personas se suicidan cada año en todo el mundo” (Rodríguez, 2009, p.13). Recientemente surgió el interés por investigar la salud mental de los docentes, a pesar de que la tarea fundamental que tienen estos son primordiales en cuanto a la formación de las personas y en los procesos de socialización. En tanto que constituyen un “componente crucial en la dinámica educacional y su desconsideración implica un claro reduccionismo de los actos educativos” (MALDONADO, 2021, p.1). Paralelamente, este autor describe la poca atención que se le otorga a la incidencia que los aspectos psíquicos de los docentes tienen sobre los estudiantes, destacando la influencia sobre todo en aspectos motivacionales relacionados a los deseos de conocer como así también su influencia en los estilos de aprendizaje que los estudiantes desarrollan. Maldonado (2021), destaca además la relación que tienen los docentes y su entorno, haciendo hincapié en la minimización que se hace al respecto, ya que muchas veces las situaciones relacionadas a los sufrimientos psíquicos, son percibidos como inocuos y circunscriben sus quehaceres docentes a las habilidades técnicas (relacionadas al saber metodológico) que dispone para ejercer su profesión o al dominio de la asignatura que enseña (saber disciplinario). **Objetivo:** analizar las estrategias de cuidados en la Salud Mental desarrolladas por los docentes JTP Escuela de Enfermería de la FCEQyN-UNaM, Posadas-Misiones, Años 2025-2026. **Metodología:** para alcanzar el objetivo propuesto, se utilizará una metodología cualitativa, con enfoque descriptivo, analítico y transversal, entre enero de 2025 y diciembre de 2026. La muestra estará conformada por 10 Jefes de Trabajos Prácticos (JTP) regulares en asignaturas con prácticas pre profesionales de Enfermería. Todos los aspectos éticos de la investigación se encuentran garantizados según la Declaración de Helsinki y sus principios. El estudio se ha presentado al Comité de Ética de Investigación en Salud (CEIS) de la FCEQyN-UNaM quienes no han encontrado objeciones éticas y metodológicas otorgando el aval definitivo para la recolección de datos. A las unidades de análisis se los ha invitado a participar del estudio para lo cual han contado con toda la información completa y veraz mediante el consentimiento informado. Posteriormente se aplicará una entrevista semiestructurada, elaborada por los investigadores. La recolección de datos se realizará entre septiembre y noviembre de 2025, y será registrada digitalmente. El análisis será cualitativo de contenido, incluyendo transcripción, codificación y categorización. Finalmente, los resultados se articularán con el marco teórico y se presentarán en informes y eventos científicos.

Resultados y discusión: hasta el momento, se ha completado la revisión bibliográfica y el diseño del instrumento de recolección de datos, basado en estudios previos con enfoque similar. La muestra ya fue definida y se están coordinando las entrevistas con los JTP seleccionados. Se han identificado categorías preliminares que guiarán el análisis cualitativo, algunas que surgieron de la primera inmersión en el campo a través de informantes claves son: estrategias de afrontamiento, tolerancia a la frustración, manejo del estrés, comunicación asertiva, habilidades sociales, adaptación al cambio y técnicas de relajación implementadas. **Contribuciones del trabajo hacia los Objetivos de Desarrollo Sostenible:** Esta investigación se encuentra en concordancia con lo desarrollado en la Cumbre Mundial de 2025 donde se establecieron metas para ser realizadas dentro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS); surge de la necesidad de cumplimentar con lo establecido en el documento respecto a la necesidad de lograr “reducir en un tercio la mortalidad prematura por enfermedades no transmisibles mediante su prevención y tratamiento, y promover la salud mental y el bienestar” asimismo reducir la tasa de mortalidad relacionada al suicidio, antes del 2030 (Objetivo 3, Meta 3.4 y 3.4.1). En relación con lo establecido en el Objetivo 4, la investigación se alinea a lo estipulado en la Meta 4.4 “De aquí a 2030, aumentar considerablemente el número de jóvenes y adultos que tienen las competencias necesarias, en particular técnicas y profesionales, para acceder al empleo, el trabajo decente y el emprendimiento”. **Consideraciones finales:** el avance alcanzado hasta ahora permite confirmar la viabilidad del estudio y la relevancia del tema abordado. Se espera que los resultados aporten a la comprensión del impacto del contexto laboral en la salud mental de los docentes JTP que permitan proponer medidas de apoyo institucional que contribuyan al bienestar emocional de los docentes y, en consecuencia, a la mejora de la calidad educativa en la Escuela de Enfermería. Se prevé finalizar la recolección de datos en diciembre de 2025 y continuar con el análisis cualitativo en el primer semestre de 2026. Se considera que las instituciones educativas para promover la Salud Mental de los profesores requieren consolidarse como organizaciones humanizantes, las cuales estimulen el trabajo en equipo, propicien el autocuidado de los trabajadores, generen espacios para solucionar de manera conjunta y participativa las problemáticas organizacionales, fomenten relaciones de equidad en los trabajadores (derechos y oportunidades), faciliten servicios de asesoramiento profesional (fragmentación de los niveles de discriminación), incorporen asesores pedagógicos a los equipos, incentiven al profesional económica y socialmente (desarrollo humano personal y profesional), y capaciten en temáticas asociadas a la Salud Mental (estilos de afrontamiento, tolerancia a la frustración, manejo del estrés, comunicación asertiva, habilidades sociales, resiliencia, inteligencia emocional, estilos de vida saludable, adaptación al cambio, técnicas

de relajación, entre los más relevantes), utilizando herramientas que faciliten el desarrollo de habilidades para desempeñarse en su rol y la reflexión personal y colectiva. Teniendo en cuenta lo anterior, se considera indispensable generar acciones que promuevan la Salud Mental en profesores de educación superior a través de distintas aristas, las cuales den respuesta a los factores de riesgo a los cuales se ven expuestos estos profesionales. Así pues, es pertinente definir con regularidad exámenes médicos y psicológicos ocupacionales a los profesores de educación superior, lo cual favorecerá positivamente el realizar un diagnóstico y seguimiento al desarrollo de la Salud Mental de los docentes. Además, analizar la Salud Mental en el contexto laboral puede considerarse como una estrategia conveniente de contribuir a la optimización de factores, tales como compromiso laboral, ausentismo, abandono del empleo, síndrome de burnout, rendimiento en el trabajo, productividad y satisfacción laboral.

Palabras clave: Estrategias; Cuidados; Salud Mental; Docentes de Enfermería.

REFERENCIAS

MALDONADO, H. R. La salud psíquica de los docentes universitarios: sus efectos en los procesos de aprendizaje y enseñanza. **Alternativas cubanas en Psicología**, v. 11, p. 78-90, 2021. Disponible en: <https://acupsi.org/la-salud-psiquica-de-docentes-universitarios-sus-efectos-en-los-procesos-de-aprendizaje-y-ensenanza/>

NAÇÕES UNIDAS. **La Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible**: una oportunidad para América Latina y el Caribe. Santiago: CEPAL, 2018. Disponible em: https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/40155/24/S1801141_es.pdf. Acesso em: 28 set. 2025.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Salud mental en el trabajo**. 2019. Disponible em: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-in-the-workplace>. Acesso em: 28 set. 2025.

RODRÍGUEZ, J. J. **Salud mental en la comunidad**. Washington, D.C.: Organización Panamericana de la Salud, 2009. Disponible em: https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/51463/9789275330654_spa.pdf. Acesso em: 28 set. 2025.

Eje: Salud, trabajo, medio ambiente y sostenibilidad.

Financiamiento: no aplica.

Agradecimientos: no aplica.