

Universidad de la Habana
Facultad de Psicología

RIESGOS A LOS QUE SE EXPONE LA TRABAJADORA AL ENFRENTAR
SUS EXIGENCIAS LABORALES Y PROFESIONALES: MEDIDAS QUE
PROMUEVAN SU SALUD.

*“Instruir puede cualquiera, educar, solo
quien sea un evangelio vivo
José de la Luz y Caballero”*

Mailyn Cuba Velázquez
Martha Vázquez Villazón

Introducción

Resulta de interés para el psicólogo, el estudio de los riesgos a que se expone la trabajadora al enfrentar sus exigencias laborales y profesionales, los resultados de esta relación le permite proponer medidas a la dirección de la organización, que logren una estructuración y organización del trabajo que promueva la salud y el bienestar de sus trabajadoras.

Las cargas de trabajo dependen de la adecuación de las particularidades personalógicas necesarias para el desempeño de la profesión y las demandas que ella exige. De esta relación depende como se asimilan las cargas de trabajo, o sea en que medida se obtienen efectos positivos o negativos en cuanto al esfuerzo que se realice. Enfatizaremos en las demandas perjudiciales para determinar los riesgos asociados que puedan dañar la salud de los trabajadores.

Las conclusiones prácticas que se obtengan, deben ser esencialmente, sugerencias hacia lo personal, que apunten sobre los daños que puedan ocasionar a su salud, en su posible dependencia de las condiciones de trabajo, o sea al aplicar los resultados del dictamen se debe orientar la prevención hacia la conducta y las condiciones, ambas tienen que complementarse entre si, para promover el desarrollo de la personalidad y eficiencia en el trabajo.

Es por ello que la presente investigación va encaminada al estudio psicológico de la salud psíquica en profesionales con un elevado esfuerzo psicosocial: los maestros, para conocer su estado actual, intervenir y analizar el malestar laboral docente, como profesionales que no están exentos de carga psíquica, ya que la tarea frente al aula es

continua e ininterrumpida y requiere de un esfuerzo efectivo tanto físico como intelectual durante toda la jornada laboral.

Con respecto a la jornada laboral, el trabajo docente es de tiempo completo. Sus tareas son de tiempo ante los alumnos, capacitación, corrección, planificación, actualización y las familias demandan a la escuela además del trabajo asistencial y de custodia la contención afectiva. Todo esto unido a las respuestas o recursos personales de cada uno para superar sus exigencias profesionales, conforma la salud mental docente, pues de esos recursos depende cómo se manejan las cargas y en qué medida estas suponen consecuencias negativas o positivas en cuanto al esfuerzo.

Resulta esencial también el hecho de que existen claras diferencias entre profesoras y profesores, en detrimento de las primeras. Por consiguiente, la comparación de sexos pone de manifiesto que particularmente en las mujeres, se da un cuadro desfavorable de la situación de esfuerzo. Aquí podría incidir también el que, además de las exigencias profesionales, tienen que dedicarse, con frecuencia mucho más, a la familia y a las tareas domésticas.

Para realizar este trabajo se empleará, como instrumento principal, el AVEM, Patrones de Conducta y Vivencia Relacionados con el Trabajo, dirigiendo nuestro interés no a los síntomas de la carga (trastornos y padecimientos psíquicos y físicos) sino al papel activo de las personas en el enfrentamiento de las exigencias laborales, los recursos personales empleados para superar las cargas en un espectro más amplio, teniendo en cuenta características del compromiso laboral, de la capacidad de resistencia y de las emociones referidas al trabajo.

Capítulo I: Fundamentación Teórica

En la actualidad se han venido realizando investigaciones comparativas sobre el esfuerzo en distintas profesiones y regiones, por encargo y con el patrocinio de la Federación Alemana de Funcionarios y a cargo del Dr. Uwe Schaarschmidt, Helga Arold y Ulf Kieschke, en los que el magisterio merece especial atención.

Estos estudios abordan de manera diferente las situaciones de esfuerzo que tienen lugar debido a la actividad laboral. No sólo se interesan en los síntomas de la carga (trastornos y padecimientos psíquicos y físicos) sino que le conceden especial importancia al papel activo de las personas al crear sus situaciones de esfuerzo. (Schaarschmidt, 2003)

Esta nueva posición ofrece una contribución más efectiva para detectar a tiempo posibles peligros y con ello prevenirlos. La esencia de estas investigaciones consiste en considerar características del **compromiso laboral**, de la **capacidad de resistencia** y de las **emociones** referidas al trabajo.

Según Schaarschmidt (2003) teniendo en cuenta estos **ámbitos** se diferencian **cuatro modelos de conducta y vivencia profesionales**, los que representan tanto condiciones como también consecuencias de la superación de cargas:

G (de la palabra alemana *Gesundheit*, *salud*: alto grado de compromiso, pero no excesivo, capacidad para soportar cargas y satisfacción)

S (de la palabra alemana *Schonung*, *cuidado*: compromiso reducido, paz y serenidad, así como satisfacción relativa)

A (Autoexigencia excesiva: disposición a agotar fuerzas y disminución de la capacidad para descansar, reducción de la capacidad para soportar cargas y de la satisfacción)

B (Resignación: reducción del compromiso, con una limitada capacidad de resistencia y para el descanso, insatisfacción y abatimiento)

En numerosos estudios fue posible demostrar que los representantes de los modelos (determinados siempre según la mayor probabilidad de clasificación en ellos) se

diferencian significativamente en cuanto al estado de salud psíquico y físico, la capacidad para descansar, entre otros indicadores de la salud. Aquí pueden encontrarse, por regla general, los valores más favorables para el Modelos G y los más desfavorables para los Modelos A y B, mostrándose éste último como particularmente problemático, por lo que constituyen modelos de riesgo: A y B y modelos de salud: G y S.

Con respecto a la posición de los maestros frente a otras profesiones Schaarschmidt plantea que existe una distribución de los modelos que resulta característica del magisterio: en todas las regiones se presentan menos modelos G y, en cambio, muchos modelos A y B. En ningún otro grupo profesional investigado por estos teóricos se encontró un porcentaje tan alto de los modelos de riesgo y, en especial, del crítico Modelo B.

Resulta esencial también el hecho de que en la distribución de los modelos se presentaron claras diferencias entre profesoras y profesores, en detrimento de las primeras. Por consiguiente, la situación de esfuerzo es más desfavorable, sobre todo, en las mujeres.

De entre los trabajos sobre la salud laboral del docente más representativos, se puede extraer que el profesorado percibe su malestar laboral a través de la falta de valoración social en su trabajo (apoyo social) y falta de medios, tiempo y recursos (apoyo material) para el desempeño de sus tareas; dificultad del mismo (alumnos conflictivos, exceso de responsabilidad) e incertidumbre ante la enseñanza, a lo que unen el reconocimiento de sus propias carencias sobre su formación profesional actual.

Por tanto, se trata, sobre todo, de lo que ocurre en esas horas y con que tipo de vivencias se asocian pues estas están relacionadas no sólo con horas destinadas a clases impartidas, sino a horas de calificación de pruebas, revisión de libretas y otras actividades de índole profesional que abarcan no sólo el tiempo de trabajo en la escuela sino el tiempo en casa, a esto se suma que la mayoría de los maestros, o al menos los emergentes en su totalidad, y a diferencia de los tradicionales, estudian una carrera universitaria, por lo que deben dedicar tiempo al estudio de estas materias.

Doble Jornada Laboral

El desarrollo de la mujer cubana ha estado apoyado por el Gobierno y por las organizaciones que agrupan a las féminas en nuestro país. Dichas organizaciones han jugado un papel fundamental en la educación y socialización de la mujer evitando y minimizando las desigualdades. Por lo que las mujeres se tomaron el reto del doble protagonismo y de esta manera se incluyen no sólo en el trabajo doméstico sino asalariado.

Tener un empleo fuera del hogar es muy saludable para la mujer, pues contribuye al desarrollo de sus premisas personales del rendimiento, al desarrollo de su personalidad, la socialización a medida que ofrece oportunidades de conocer gente y relacionarse, proporcionando independencia y autonomía.

Según los estudios realizados por el doctor alemán Uwe Schaarschmidt las mujeres trabajadoras y en especial las profesoras se encuentran en detrimento en comparación con los hombres, lo cual refleja que las mismas se ubicaban en todos los casos en el modelo A de riesgo para su salud.

Este cuadro desfavorable de la situación de esfuerzo es producido, según el autor, por el tiempo dedicado a la familia y a las tareas domésticas. Schaarschmidt, et al. (2000) agregan que en el caso de la capacidad de resistencia psíquica ante algunas exigencias específicas de la profesión hay visibles diferencias entre hombres y mujeres en detrimento del sexo femenino. Esta situación se relaciona además con la edad de las mujeres, (como es el caso de las docentes emergentes que están en la etapa de la juventud).

Capítulo II: Parte Especial

Problema de investigación:

¿Cuáles son los modos de vivencia y conducta que emplean los maestros frente a las exigencias laborales?

Objetivo general:

- Determinar los modos de vivencia y conducta relativamente estables que emplean los maestros frente a las exigencias laborales.

Objetivos específicos:

- Comparar los modos de vivencia y conducta relativamente estables que emplean los maestros frente a las exigencias laborales, a partir del sexo, debido al efecto de la doble jornada laboral en la mujer.

Hipótesis:

- Las exigencias laborales y profesionales a las que están expuestas los docentes influyen de forma negativa en los modos de vivencia y de conducta que los mismos manifiestan.
- La doble jornada laboral y los roles de género influyen negativamente en los modos de vivencia y conducta que utilizan las mujeres docentes frente a las exigencias laborales.

Descripción de la muestra:

La muestra objeto de estudio está compuesta por 40 profesores de ambos sexos, pertenecientes al nivel de enseñanza básico.

Resultó necesario indagar sobre las características de la muestra para conocer si en alguna de ellas existen, diferencias significativas que puedan dañar los resultados obtenidos.

La muestra tiene un nivel de escolaridad: preuniversitario y universitario, en una edad comprendida de los 20 a 60 años. Para lograr una mayor caracterización y descripción de la muestra se ofrecen los datos de manera graficada:

Caracterización de la muestra:

De la muestra objeto de estudio 28 son mujeres y 12 hombres, lo que representa un 70% y un 30% respectivamente.



El 60% de la muestra, que representa a 24 sujetos pertenecen al nivel de enseñanza secundario y el 40%, compuesto por 16 sujetos pertenecen al nivel educacional primario.



De la totalidad de la muestra 26 sujetos tienen estado civil soltero, lo cual representa 65% de la muestra general y 14 sujetos poseen estado civil casado, para un 35%.



No se observaron diferencias estadísticas significativas en estas variables que puedan considerarse como **variables de confusión**, por lo tanto los resultados obtenidos no serán afectados por ellas.

A continuación veamos la **distribución de tiempo**, de las mujeres y los hombres, utilizados en un **día de trabajo**:

TABLA 1

ACTIVIDAD	MUJERES		HOMBRES	
	HORAS	MINUTOS	HORAS	MINUTOS
Tiempo de Trabajo	10	30	9	12
Trabajo domestico	2	9	0	8
Cuidado de niños	4	50	1	10
Compras de Productos	1	55	2	20
Necesidades Personales	8	39	10	27
Educación de Adultos	1	29	1	15
Participación Colectiva	0	0	0	25
Espectáculos y Vida Social	0	37	2	54
Descanso activo	0	0	1	7
Descanso Pasivo	1	10	3	35

TÉCNICAS UTILIZADAS:

Para llevar a cabo la presente investigación utilizamos diferentes técnicas, éstas nos permitieron analizar los resultados obtenidos y dar respuestas a nuestro problema de investigación, así como cumplir los objetivos propuestos.

Modelo Vivencial y Conductual Referido al Trabajo (AVEM),

Este instrumento constituye el núcleo de nuestro procedimiento diagnóstico, es por ello que lo describiremos detalladamente.

El AVEM, según Schaarschmidt y Ficher (2002), constituye un procedimiento multidimensional para el diagnóstico de la personalidad, pues ayuda a comprender características **vivenciales y conductuales relativamente estables**, que se consideran como **recursos personales para enfrentar las exigencias profesionales**. Estas características están condicionadas, por un lado, por las **particularidades personológicas incorporadas a la profesión**, y por otro lado, se forman mediante la **práctica profesional**. De ellas depende en gran medida cómo se asimilan las cargas profesionales, es decir, en qué medida se tienen consecuencias positivas o negativas en cuanto al esfuerzo. Por este motivo las consideramos como indicadores de la salud que al sumarlas y relacionarlas entre sí, dan lugar al “**modelo vivencial y conductual referido al trabajo**”.

Por tanto, con el AVEM se comprueban los **modos de vivencia y de conducta individuales frente al trabajo y se valoran desde el punto de vista de la salud**. Para ello se parte de considerar los perfiles en cuanto a las dimensiones de las características comprendidas, que permiten hacer referencia a los modelos tanto favorables como perjudiciales para la salud, es decir, asociados con los riesgos para ésta. En este sentido resulta de especial interés para la detección temprana de los riesgos para la salud, así como para tomar medidas preventivas y fundamentarlas

Este instrumento muestra una gran consistencia intrínseca en todas las 11 escalas, (Cronbach's α entre .78 y .87 y la fiabilidad de la split-half entre .76 y .90). Conforme a lo que se esperaba, los coeficientes de estabilidad se ubican más bajo, estos permiten

identificar una posibilidad de cambio de las características en dependencia del lapso de tiempo y de la variabilidad de las condiciones ambientales. Por consiguiente, está garantizado que mediante el AVEM se puede realizar una medición fidedigna y al mismo tiempo sensible al cambio. Con este fin, la utilización repetida del procedimiento permite reproducir modificaciones, condicionadas por el trabajo, así como por la intervención en los modelos conductuales y vivenciales.

El mismo constituye un procedimiento con una amplia validez que ha sido probada mediante los resultados obtenidos a varios niveles.

Debe destacarse que **en primer lugar**, posee una clara estructura de los clusters y los factores, que coincide con la intención de la medición y que puede replicarse en distintas muestras.

En segundo lugar, para cada escala pudieron confirmarse las relaciones, determinantes en cuanto al contenido que guarda con las características de otros procedimientos.

En tercer lugar, para los cuatro modelos se puede probar de forma convincente, la relevancia para la salud mediante gran cantidad de criterios, tanto propios como procedentes de fuentes externas.

Por otra parte, hay que considerar también como norma la similitud que puede determinarse para cada persona, con los cuatro modelos de referencia G, S, A y B (expresada mediante la probabilidad de clasificación). Con esto se da un resumen sobre el alcance de los modos de vivencia y de conductas favorables o perjudiciales para la salud. Desde este punto de vista es indispensable adoptar el mismo sistema de referencia para todas las personas, o sea, una norma general.

Los modos de vivencia y conducta a las que hace referencia el AVEM se puede resumir en 11 dimensiones obtenidas del análisis factorial:

1. **Relevancia subjetiva de trabajo** (importancia del trabajo en la vida personal)
2. **Ambición profesional** (aspiración a lograr el ascenso y el éxito profesionales)

3. **Disposición a agotar fuerzas** (disposición a utilizar la fuerza personal para cumplir con el trabajo)
4. **Aspiración a lograr la perfección** (pretensión referente a la calidad y garantía del rendimiento laboral propio)
5. **Capacidad para distanciarse** (capacidad para descansar del trabajo)
6. **Tendencia a la resignación ante el fracaso** (propensión a conformarse con los fracasos y rendirse fácilmente).
7. **Superación resuelta de los problemas** (actitud activa y optimista ante los retos y problemas que se presentan)
8. **Paz interior y ecuanimidad** (vivencia de la estabilidad psíquica y del equilibrio interno)
9. **Vivencia del éxito en la profesión** (satisfacción con lo que se ha logrado en la profesión)
10. **Satisfacción en la vida personal** (satisfacción en todos los aspectos de la vida, incluso en los que no tienen que ver con el trabajo)
11. **Vivencia del apoyo social** (confianza en el apoyo de las personas allegadas, sensación de amparo social)

Mediante otra estructuración basada también en el análisis factorial, pudo reconocerse que estas 11 dimensiones pueden clasificarse en tres **ámbitos** muy amplios en cuanto al contenido, que son el del **compromiso laboral**, el de la **resistencia vivenciada ante las cargas profesionales** y el de las **emociones que acompañan el ejercicio de la profesión**. Teniendo en cuenta lo relacionado con la salud, cada uno de estos tres ámbitos tiene también un significado propio.

El ámbito del **compromiso laboral** está integrado por las dimensiones: *Relevancia subjetiva del trabajo*, *Ambición profesional*, *Disposición a agotar fuerzas*, *Aspiración a lograr la perfección* y *Capacidad para distanciarse*.

No cabe duda de que el compromiso para con las exigencias laborales debe contarse

entre los aspectos psíquicos esenciales de la salud, que se expresan en gran medida en la vivencia de los sentidos y la actitud activa ante la vida.

Se considera como un aspecto óptimo de salud utilizar las fuerzas de forma dosificada y en correspondencia con los objetivos de cada persona. Llevado a las dimensiones del AVEM, debe expresarse de manera que las expresiones más altas en la relevancia del trabajo y la ambición profesional vayan acompañadas de una clara, aunque no excesiva disposición a agotar fuerzas y, en particular, de una capacidad mantenida para distanciarse de la vida laboral (o capacidad para descansar) pues se le atribuye una gran importancia para enfrentar de forma favorable para la salud las cargas que ofrece la actividad laboral.

La dimensión de la *capacidad para distanciarse* constituye también una parte importante del segundo ámbito, la **resistencia vivenciada ante las cargas**. Este ámbito se representa además por las dimensiones *Tendencia a la resignación ante el fracaso*, *Superación resuelta de los problemas*, así como por *Paz interior y ecuanimidad* que constituyen un requisito para la salud.

Becker (1986 citado por Schaarschmidt y Fischer, 2002) destaca la relevancia para la salud de una actitud resuelta ante los problemas, marcada por la seguridad y la confianza en las posibilidades propias.

Al tercer ámbito, el de las **emociones**, pertenecen las dimensiones *Vivencia del éxito en la profesión*, *Satisfacción en la vida personal* y *Vivencia del apoyo social*. Estas características señalan, por una parte, el trasfondo más o menos estable ante el que se produce el enfrentamiento con las exigencias laborales que, por otra parte, expresan aspectos relacionados con la salud de una forma muy inmediata. Es por ello que se presta especial atención en la literatura más reciente sobre psicología de la salud a la vivencia del apoyo social, la que se considera como un “factor psicológico de protección” ante situaciones críticas y al mismo tiempo, como una expresión inmediata de bienestar y con ello de salud psíquica.

La relación de estas dimensiones se expresa en cuatro modelos vivenciales y conductuales referidos al trabajo: Modelo G (salud), Modelo S (cuidado), Modelo A (riesgo en el sentido de la autoexigencia excesiva) y Modelo B (riesgo en el sentido de la resignación y la depresión). Para cada persona se determina la similitud de su perfil con estos cuatro modelos de referencia que proponen Schaarschmidt y Ficher (2002):

Modelo G:

G (viene de la palabra alemana *Gesundheit* que significa *salud*), puede ser válido como expresión de la salud y como indicación de una posición ante el trabajo favorable para la salud.

Encontramos claras, aunque no excesivas expresiones en las dimensiones que indican el compromiso laboral. La más pronunciada es la ambición profesional, mientras que en la relevancia subjetiva del trabajo, la disposición a agotar fuerzas y la aspiración a lograr la perfección, tenemos valores medios a ligeramente altos. Además, hay que destacar la capacidad mantenida para distanciarse, a pesar del alto grado de compromiso.

También en las dimensiones que describen la resistencia ante las cargas, los valores hallados cumplen las expectativas. Ello se refiere tanto a las expresiones más bajas en la tendencia a la resignación ante fracasos, como a las más fuertes en la superación resuelta de los problemas y en la paz interior y la ecuanimidad.

El cuadro se completa finalmente con los más altos valores sin excepción en las dimensiones que expresan emociones positivas, es decir, en la vivencia del éxito en la profesión, la satisfacción en la vida personal y en la vivencia del apoyo social.

Modelo S:

La denominación S de este modelo (viene de la palabra alemana *Schonung* que significa *cuidado*) se refiere al cuidado que en este caso caracteriza la posición ante el trabajo.

Encontramos las más bajas expresiones en la relevancia del trabajo, la ambición profesional, la disposición a agotar fuerzas y la aspiración a lograr la perfección. Aquí se

incluye también la más marcada capacidad para distanciarse, en comparación con los otros modelos.

Hay que subrayar además la tendencia más bien baja a la resignación que indica que la disminución del compromiso no debe verse como expresión de una actitud de resignación. Junto con esta característica se puede deducir también la expresión relativamente alta en la paz interior y la ecuanimidad, por la resistencia ante las cargas.

Finalmente hay que apuntar que predomina, en general, un sentimiento positivo ante la vida (una satisfacción relativamente alta en la vida personal). Sin embargo, las razones de ello hay que buscarlas más bien fuera del trabajo. El valor relativamente bajo de la vivencia del éxito en la profesión así lo indica. Ello se corresponde también con la experiencia de que la actitud cuidadosa y la vivencia del éxito en la profesión difícilmente hacen juego.

Por lo general, el Modelo S no es de tanto interés desde el aspecto de la salud, sino más bien desde el aspecto de la motivación. Aquí hay que considerar (al igual que en los otros modelos) que la explicación no debe buscarse solo en la persona en cuestión. A menudo la vivencia no representa un reto profesional suficiente en el Modelo S. Además hay que considerar también que en ocasiones a la actitud cuidadosa pudiera atribuírsele una función de protección (protección ante las exigencias excesivas que implican las condiciones de trabajo deficitarias y/o un clima laboral agravante).

Para realizar una labor preventiva debemos tener presente que los modelos A y B, propuestos por los teóricos del tema ya referidos deben entenderse como modelos de riesgo para la salud, pues en ambos casos se distinguen modos de vivencia y de conducta referidos al trabajo que muestran peligros y perjuicios psíquicos. A continuación ambos modelos se describirán y discutirán en detalle.

Modelo de riesgo A (riesgo en el sentido de la autoexigencia excesiva):

Este modelo se caracteriza por exceso de compromiso. En comparación con los otros modelos, las expresiones más altas se dan en la relevancia del trabajo, la disposición a agotar fuerzas y la aspiración a lograr la perfección. Debe destacarse, sobre todo, el valor claramente más bajo en la capacidad para distanciarse, con lo que se muestra que este perfil les hace más difícil a las personas distanciarse de los problemas del trabajo y de la profesión.

Debe subrayarse además que el compromiso extraordinariamente fuerte va acompañado de una disminución de la resistencia ante las cargas, lo que se evidencia en la baja expresión en la paz interior y la ecuanimidad y el valor relativamente alto en la tendencia a la resignación. Además, está acompañado también de emociones más bien negativas, de lo que pueden deducirse los valores relativamente bajos en la satisfacción en la vida personal y en la vivencia del apoyo social.

Creemos que esta coyuntura específica, formada por el compromiso laboral excesivo y las emociones negativas, se refleja ampliamente en el Modelo de riesgo A.

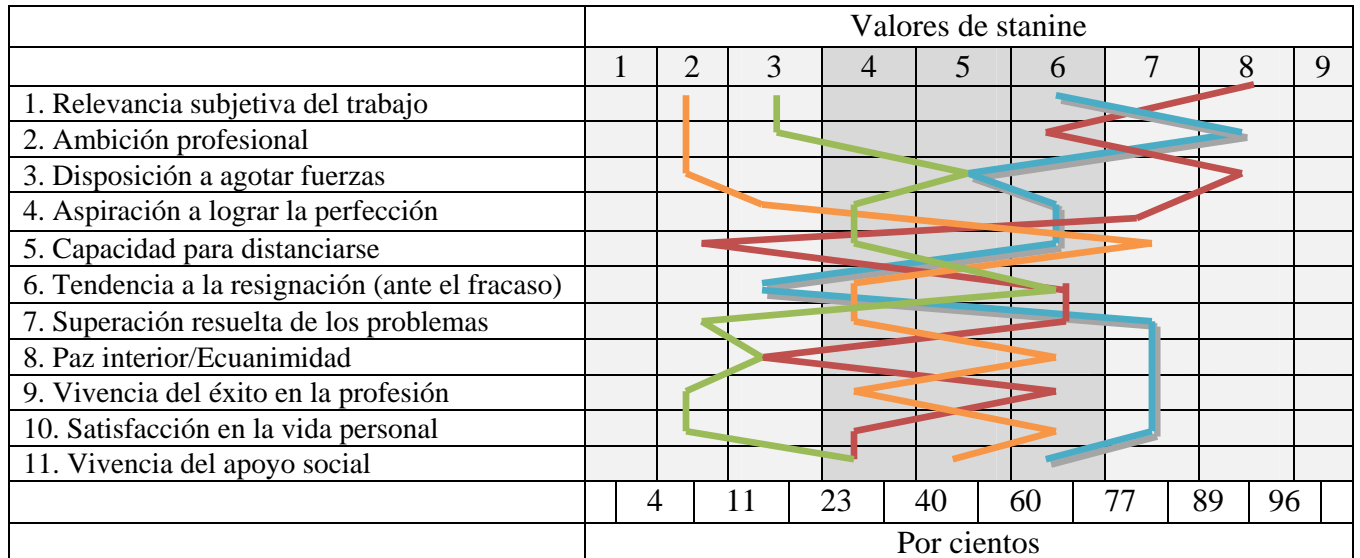
Modelo B (riesgo en el sentido de la resignación y la depresión):

Al cuadro del modelo de riesgo B pertenecen, en primer lugar, altas expresiones en las dimensiones del compromiso laboral, en particular, en la relevancia subjetiva del trabajo y en la ambición profesional. A este respecto existen elementos comunes con el modelo A, todas las otras características muestran, en su mayoría, expresiones contrarias. En las dimensiones que indican la capacidad de resistencia y la conducta de enfrentamiento a situaciones agravantes, encontramos valores particularmente críticos, con la más alta tendencia a la resignación, así como la más baja expresión en la superación resuelta de los problemas, la paz interior y la ecuanimidad.

También se muestran como problemáticas las expresiones generalmente más bajas en todas las dimensiones del ámbito de las emociones, es decir, en la vivencia del éxito en la profesión, en la satisfacción de la vida personal y en la vivencia del apoyo social. En general este cuadro está caracterizado por el predominio de la resignación, resistencia

ante las cargas y por las emociones negativas.

Gráfico de los cuatro Modelos propuestos por Schaarschmidt.



Modelo G — Modelo S —
 Modelo A — Modelo B —

SPA-S (Screening de las Cargas Laborales Psíquicas-Situación) de J. Rothe

El SPA-S constituye un procedimiento objetivo que se basa en la evaluación de 37 características sobre la actividad, en el que el examinador tiene que decidir si la característica se aplica o no a la actividad que se va a evaluar.

- 1- Se toman en consideración los siguientes ámbitos de características:
- 2- Libertad para la toma de decisiones.
- 3- Complejidad/Variabilidad.
- 4- Requisitos de calificación.
- 5- Situaciones laborales que implican riesgos/Exigencias especiales de confianza en la actuación.
- 6- Cargas no específicas

El SPA-S se caracteriza por su:

- 1- Aplicabilidad universal (todas las actividades en la producción y los servicios).
- 2- Gran ahorro de tiempo.
- 3- Orientación del valor límite.
- 4- Indicaciones precisas para la intervención

Otra de las razones de la utilización de esta técnica es el hecho de determinar las exigencias laborales, considerada desde el aspecto de su relevancia para la salud. Puesto que estas son tanto una consecuencia, como una premisa para el enfrentamiento con las exigencias profesionales. En estos dos sentidos pueden servir como indicadores del esfuerzo anterior, como del que se espera en cada individuo, o sea, pueden apoyar en igual medida la retrospectión y el diagnóstico. El SPA-S (Screening de las cargas laborales psíquicas) sirve para analizar y valorar las cargas psíquicas inapropiadas, condicionadas por el trabajo..

Es necesario aclarar que esta técnica fue utilizada para elaborar la entrevista semiestructurada que se aplicó.

Entrevista Semi-estructurada

Utilizamos como técnica complementaria la entrevista semi-estructurada, elaborada con la utilización del SPA-S.

La entrevista como técnica nos permitió el logro de los objetivos propuestos, donde mediante una comunicación directa con los profesores, obtuvimos las exigencias profesionales a las que se enfrentan los docentes, así como la vivencia con respecto a la actividad laboral, las condiciones generales de la escuela a la que pertenecían, la valoración subjetiva de la profesión y las formas de comportamiento utilizadas para enfrentar las exigencias profesionales. En nuestro estudio no se les aplicó esta entrevista a todos los profesores, sino que se seleccionó a personas claves de cada una de las escuelas que componían la muestra de estudio.

Debemos destacar que la información obtenida resulta de gran utilidad para una futura intervención, aunque eso no sea objetivo de nuestro trabajo.

Cuestionario del empleo del tiempo

Uno de los instrumentos utilizados fue el cuestionario del empleo del tiempo, el mismo lo seleccionamos con el objetivo de conocer las diferentes actividades que realizaban hombres y mujeres, tanto en un día laborable como en un día de descanso. De este modo sería posible establecer una comparación en cuanto a la distribución del tiempo en ambos sexos y con ello dar cumplimiento a uno de los objetivos de nuestra investigación, específicamente el referido a la doble jornada de trabajo de las mujeres, que constituye una de las causas de carga psíquica y malestar en la mujer trabajadora. (Ver análisis de los resultados)

Observación Participante

Esta técnica fue empleada en todas las aplicaciones realizadas a los sujetos con el objetivo de obtener información adicional o como parte de la corroboración de elementos ya previstos.

Capítulo III: Análisis de los Resultados

Presentados los supuestos teóricos y aspectos metodológicos de la presente investigación consideramos pertinente mostrar el análisis de los resultados obtenidos. De este modo se dará respuesta al problema de investigación planteado y corroborar la hipótesis.

Se expondrá entonces los resultados obtenidos en cada una de las técnicas aplicadas de manera integrada y realizaremos comparaciones dentro de la muestra objeto de estudio.

Para lograr una mayor profundidad en el análisis de los resultados, se integró la información obtenida tanto en el AVEM como en las entrevistas realizadas y el cuestionario del empleo del tiempo.

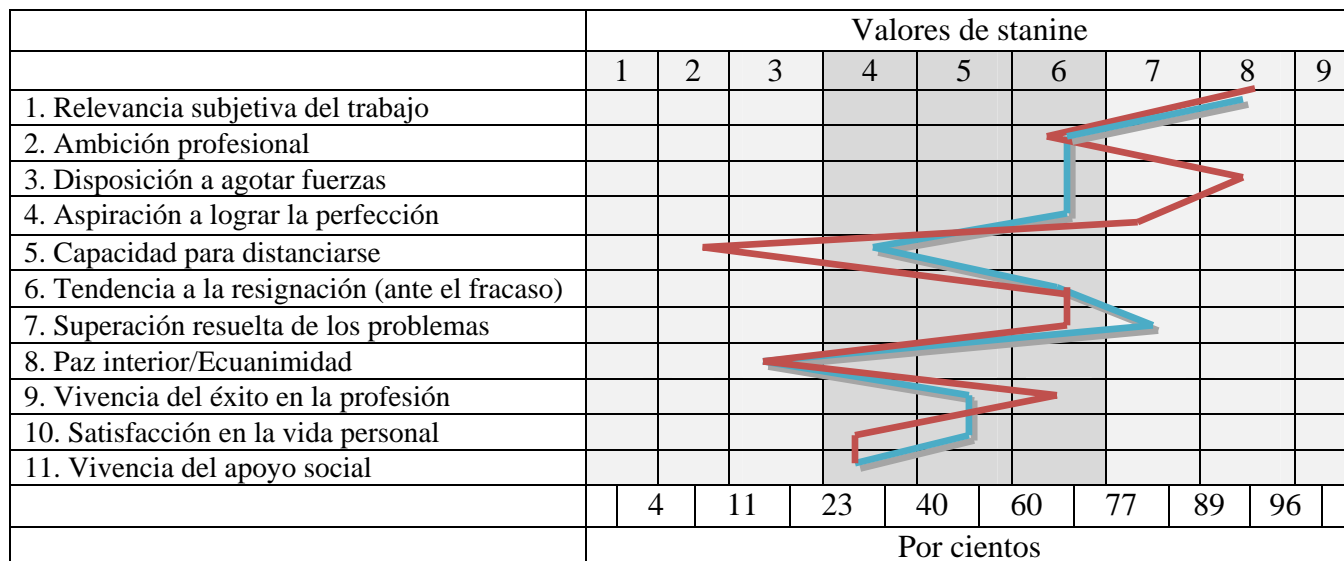
Para determinar qué modos de vivencia y conducta referidas al trabajo son utilizados por los maestros y maestras se realizó en primer lugar, la interpretación de los perfiles obtenidos, tomando como punto de partida los modelos **vivenciales y conductuales** referidos al trabajo planteados por Schaarschmidt, nuestro principal referente teórico.

La relación de las dimensiones nos permite determinar la pertenencia a uno de estos cuatro modelos referidos al trabajo: Modelo G (salud), Modelo S (cuidado), Modelo A (riesgo en el sentido de la autoexigencia excesiva) y Modelo B (riesgo en el sentido de la resignación y la depresión). Para determinar el estado de cada dimensión se ubican los valores de stanine correspondientes a los resultados obtenidos, se realiza el perfil y se compara con los modelos de referencia.

Podremos entonces concluir si los modos de vivencia y conducta referidos al trabajo que utiliza la muestra objeto de estudio están referidos a la salud psíquica (Modelos G y S) o de riesgo para la salud de estos trabajadores (Modelos A y B).

Análisis del gráfico # 1 para: muestra general (40 Sujetos) y Modelo de referencia de riesgo A.

Gráfico # 1: muestra general (40 Sujetos) y Modelo de referencia de riesgo A.



Muestra General —
 Perfil del Modelo A —

De forma general la muestra total de docentes utiliza el **modelo de riesgo A**, ya que se asemeja al **perfil de referencia de riesgo A** correspondiente a la muestra de los trabajadores docentes de los estudios realizados por nuestro principal referente teórico: Schaarschmidt, en Alemania. La utilización de este modelo de vivencia y conducta representa un riesgo en el sentido de la autoexigencia excesiva.

A este modelo lo caracteriza un exceso de compromiso, tiene su comienzo en los valores más altos de stanine, ya que las expresiones más altas se dan en la relevancia del trabajo, ambición profesional, la disposición a agotar fuerzas y la aspiración a lograr la perfección.

En nuestra muestra los valores se dan de igual forma encontrando una total confluencia en las dos primeras dimensiones y valores un poco más bajos que el modelo comparativo en las dos últimas pero que mantiene un alto compromiso con la actividad laboral. Estos valores más bajos en las dimensiones disposición a agotar fuerzas y

aspiración a lograr la perfección refleja un compromiso menos elevado que el modelo comparativo, esto se refiere a una vivencia de los sentidos y actitud activa ante la vida de forma más positiva. Pudiera constituir un elemento que se refiere a la salud psíquica pues según Schaarschmidt y Ficher (2002) las expresiones más altas en la relevancia del trabajo y la ambición profesional deben ir acompañadas de una clara, aunque no excesiva disposición a agotar fuerzas.

En el modelo de referencia el valor más bajo en el **ámbito del compromiso** se ubica en la dimensión que se refiere a la capacidad para distanciarse de los problemas laborales y de la profesión al igual que en nuestra muestra aunque a pesar de aparecer dentro del valor promedio más bajo de la gráfica no es muy acentuada esta situación.

A la capacidad para distanciarse (o la capacidad para descansar) se le atribuye una gran importancia para enfrentar de forma favorable para la salud las cargas profesionales. En nuestro caso se evidencia cómo a los docentes se les dificulta descansar de los problemas laborales lo cual puede estar dañando la salud psíquica de estos.

Estos elementos obtenidos mediante la aplicación del AVEM fueron corroborados en la entrevista a las personas claves, pertenecientes a la muestra, los que refieren que les cuesta mucho trabajo poder distanciarse de los problemas que ocurren en la escuela, sobre todo porque las actividades vinculadas al centro no sólo las realizan en este sino que muchas veces se llevan el trabajo pendiente a la casa.

Además refieren que su profesión reporta mucha preocupación y tiempo de trabajo pues el trabajo educativo requiere de mucha responsabilidad y deben también visitar los hogares fuera del tiempo destinado a la actividad docente, por ello deben enfrentarse no sólo a alumnos con comportamientos difíciles sino a las opiniones y preocupaciones de los padres.

Otro aspecto característico de la muestra es que el exceso de compromiso con el trabajo se encuentra acompañado de una disminución de la resistencia ante las cargas, lo que se evidencia en los bajos valores que aparecen en la dimensión referida

a la paz interior y la ecuanimidad, en este caso los parámetros de esta dimensión coinciden en el mismo valor tanto en el modelo de referencia de riesgo como en el de la muestra de docentes.

En cuanto a la tendencia a la resignación –como parte del **ámbito: resistencia ante las cargas-** se puede observar que la muestra seleccionada presenta el mismo valor que el modelo comparativo, el cual es relativamente alto. Consideramos que aún cuando constituye un elemento no saludable la dimensión descrita anteriormente esta encuentra cierta compensación en la dimensión superación resuelta de los problemas pues en esta, la muestra presenta un valor mayor que el modelo comparativo.

En el **ámbito de las emociones** con respecto al modelo comparativo se presentan valores promedios de la gráfica en las dimensiones referidas a la satisfacción en la vida personal y vivencia del éxito en la profesión, no así en la dimensión: vivencia del apoyo social donde se observan iguales expresiones al modelo comparativo. Estos valores promedios en las emociones se traduce en un enfrentamiento resuelto a los problemas.

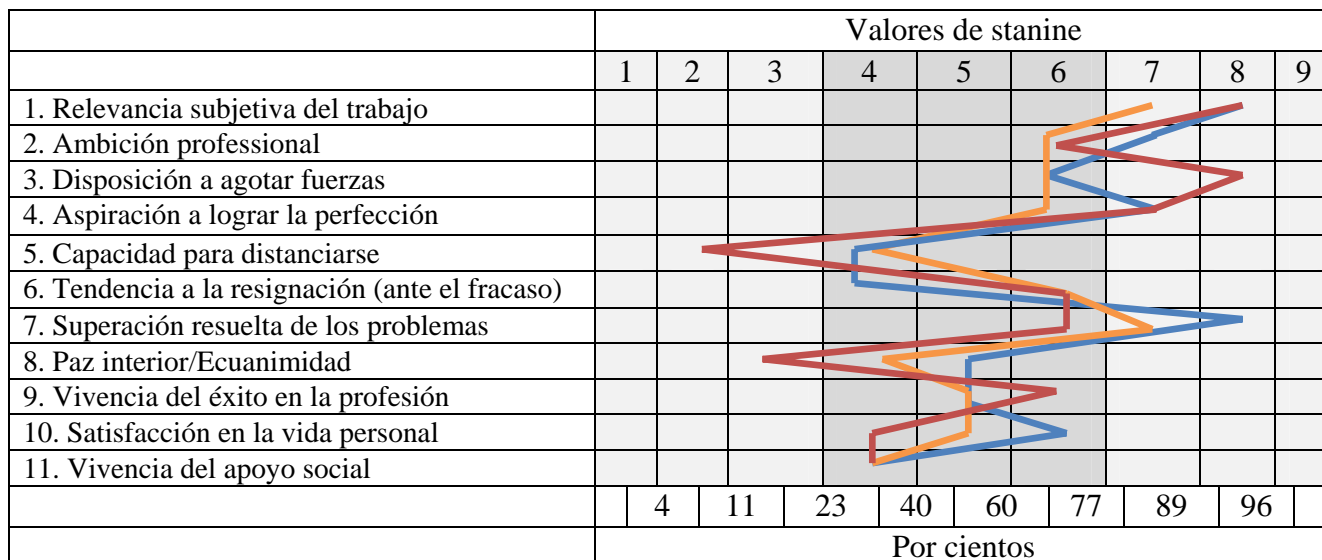
Estos resultados se corroboraron en las entrevistas realizadas a las personas claves ya mencionadas, en las que ellos expresan que a pesar del pobre reconocimiento social de la profesión y apoyo social con el que cuentan expresan que les gusta la labor que realizan y la consideran fundamental para el desarrollo de cualquier sociedad y responsabilidad de todos.

A partir de los perfiles de la muestra general podemos decir que los modos de vivencia y conducta relativamente estables que utilizan los docentes de la muestra están estrechamente relacionados con el Modelo de riesgo A. Esto, nos corrobora lo planteado en la primera hipótesis referida a la influencia negativa de las exigencias laborales en la salud psíquica de los docentes y con ello en los modos de vivencia y de conducta que los mismos exponen.

Los resultados obtenidos de manera general se asemejan a los obtenidos por el Dr. Uwe Schaarschmidt en Alemania y los Lics. Daimara Fundora y Raúl Álvarez en nuestro país.

Análisis del gráfico # 2 para: Muestra general (Mujeres y Hombres) y Modelo de referencia de riesgo A.

Gráfico # 2: Muestra general (Mujeres y Hombres) y Modelo de referencia de riesgo A.



Mujeres —
Hombres —
Perfil del Modelo A —

Para dar respuesta a las preguntas de investigación y a partir de los objetivos de esta investigación nos proponemos comparar los **modelos vivenciales y conductuales** relativamente estables en los docentes, a partir del género. Aquí pretendemos definir dentro de ambos sexos cuál utiliza modos de vivencia y de conducta más desfavorables para la salud al enfrentar las exigencias laborales y profesionales.

Para ello tuvimos en cuenta la muestra de hombres y mujeres y además el cuestionario realizado sobre el empleo del tiempo, (ver introducción, Tabla 1) que nos ayudará a obtener información sobre la utilización del tiempo por ambos sexos, tomando como indicador que la mujer realiza una doble jornada laboral que incluye el trabajo profesional y el trabajo doméstico.

La relación de todas las técnicas nos permitirá demostrar el efecto de la doble jornada en los modos de vivencia y de conducta que los docentes manifiestan. De este modo

podremos establecer la comparación entre mujeres y hombres y dar respuesta a nuestra segunda pregunta de investigación.

La comparación se establecerá con el modelo de referencia de riesgo A por encontrarse toda la muestra (tanto hombres como mujeres) dentro de este modelo. Aquí se señalarán las dimensiones que más difieren y las que más comunes para ambos casos.

En el **ámbito del compromiso laboral** se observan valores altos de stanine, lo cual indica un elevado compromiso con la profesión para ambos sexos. La dimensión relevancia subjetiva del trabajo refleja los mismos valores en hombres y el modelo comparativo y en el caso de las mujeres, a pesar de no encontrarse en el mismo valor, también representa un valor elevado en esta dimensión. En lo referido a la ambición profesional las mujeres presentan el mismo valor que el modelo comparativo y los hombres un valor más elevado que no constituye una gran diferencia, lo que nos está indicando que tanto para las mujeres como para los hombres el trabajo ocupa un lugar importante en sus vidas, ejemplo de ello son las respuestas emitidas por ambos sexos, en el cuestionario del tiempo, donde las horas que le dedican al trabajo difieren y fluctúan entre diez horas y treinta y ocho minutos en la mujer y nueve horas y doce minutos para los hombres.

En cuanto a la dimensión disposición a agotar fuerzas mujeres y hombres presentan el mismo valor, menor que el modelo comparativo obteniendo un valor relativamente alto, no así en la: aspiración a lograr la perfección donde los hombres obtienen un alto valor, igual al modelo comparativo y las mujeres un valor relativamente alto, pero menor al de los hombres. Los valores obtenidos en esta dimensión nos muestran que tanto los hombres como las mujeres pretenden alcanzar la calidad en el trabajo, así como garantizar su rendimiento laboral propio.

Se observan, también, iguales valores en la dimensión referida a la capacidad para distanciarse en mujeres y hombres, estos a pesar de ser mayores que en el modelo comparativo representan una baja capacidad para descansar del trabajo, para distanciarse de los problemas del trabajo y de la profesión.

Esto de alguna manera indica un mayor compromiso laboral por parte de los hombres, lo que se torna más agravante pues no está acompañado de una adecuada capacidad para distanciarse de este trabajo.

El alto compromiso laboral constatado hasta aquí y la baja capacidad para distanciarse de la actividad laboral, tanto en los hombres como en las mujeres, puede estar dado por las disímiles y continuas exigencias de la profesión como las actividades docentes diarias, que consisten no sólo en impartir clases sino que incluye la revisión de libretas, atención a las individualidades de los alumnos, auto preparación, visitas a los hogares, educación formal de los alumnos; todo esto unido al número de alumnos por aula (lo que obstaculiza la atención individualizada), el comportamiento difícil de estos, las condiciones laborales del centro y las horas laborales, referidas por Schaarschmidt (2000) como factores que atentan contra la salud psíquica en el magisterio.

El ámbito de las resistencias ante las cargas muestra claras diferencias entre mujeres y hombres que se expresan en un valor relativamente alto, que coincide con el modelo comparativo, por parte de las mujeres, en la tendencia a la resignación ante el fracaso y un valor relativamente bajo en esta dimensión por parte de los hombres; lo cual pudiera constituir un indicador de salud psíquica en estos últimos.

La superación resuelta de los problemas alcanza valores cercanos en las mujeres con respecto al perfil comparativo, lo cual constituye una compensación de estas con respecto a la dimensión abordada anteriormente, o sea, la propensión a conformarse con los fracasos y rendirse fácilmente pues es el valor más alto alcanzado por las mujeres. No sucede de igual modo en los hombres pues estos presentan un alto valor en esta dimensión (el mayor alcanzado por ellos de forma general) lo que representa una actitud activa y optimista ante los retos y problemas que se presentan.

La paz interior y ecuanimidad encontrada en las mujeres, a pesar de no coincidir con el modelo comparativo alcanzó al igual que éste un valor bajo de stanine, a diferencia de los hombres que alcanzaron un valor promedio, mayor que el modelo de riesgo A. Este ámbito se muestra más favorable en los hombres que en las mujeres

Las emociones de ambos sexos presentan un valor promedio en el que confluyen, con respecto a la vivencia del éxito en la profesión, más bajo que el modelo de comparación, lo que pudiera estar dado por la valoración social de la profesión referida por los sujetos en las entrevistas, donde plantean que la sociedad los censura y juzga por los errores cometidos y reconoce en menor medida los logros obtenidos en el sistema educacional. Esto a su vez apoya los resultados obtenidos en la dimensión vivencia del apoyo social, donde mujeres y hombres obtienen el mismo valor que el modelo comparativo.

Este valor relativamente bajo, referido por las mujeres en el apoyo social, está dado por el poco apoyo social en comparación con los hombres pues es a ellas a las que se ha adjudicado la máxima responsabilidad del trabajo doméstico, el cuidado de los niños, enfermos, ancianos, sin recibir el apoyo de sus familiares. Esto da paso a la doble jornada laboral, donde se enfrentan día a día a las responsabilidades laborales además de la inmensa gama de actividades que deben realizar en el hogar después de concluida su jornada de trabajo.

De igual modo la vivencia negativa por parte de las mujeres con respecto a la doble jornada laboral incide en los valores obtenidos por estas en lo referido a la satisfacción en la vida personal, más bajos que los obtenidos por los hombres que presentan un perfil relativamente alto.

Estos resultados se corroboran en la distribución del tiempo de mujeres y hombres (ver introducción tabla 1), donde se puede ver las diferencias entre ambos en cuanto al tiempo que dedican a las actividades de descanso y ocio.

Con respecto a la comparación de nuestra muestra según el sexo podemos corroborar nuestra hipótesis de que la doble jornada laboral de las mujeres docentes influye negativamente en los modos de vivencia y de conducta que las mismas exponen.

Esto se fundamenta, en la realización de actividades laborales tanto en el centro de trabajo como en la casa y las labores domésticas, de las cuales resulta responsable; unido esto al cuidado de niños y al poco tiempo destinado al ocio y el descanso activo.

Referido a esta situación desfavorable para las mujeres, la gráfica muestra que las mujeres pertenecientes al magisterio, de forma general, desarrollan un elevado compromiso laboral. Este a pesar de ser menor al de los hombres está acompañado por una disminución de la resistencia ante las cargas, una menor satisfacción en la vida personal y no vivencia del apoyo social.

Los hombres a pesar de presentar un mayor compromiso laboral con respecto a las mujeres presentan una gran resistencia a las cargas, aspecto saludable que pudiera compensar la importancia otorgada a la actividad laboral.

Esta comparación realizada entre maestras y maestros, dimensión por dimensión, nos ofreció la posibilidad de observar cómo los modos de vivencia y de conducta para enfrentar las exigencias laborales y profesionales de los docentes son desfavorables para su la salud psíquica, aunque son las mujeres, en este caso, las que manifiestan modos más desfavorables.

Conclusiones

Para dar respuesta a los objetivos planteados en nuestra investigación, presentamos de forma abreviada los resultados obtenidos y arribamos a las siguientes conclusiones:

- La muestra general de docentes emplea frente a las exigencias laborales modos de vivencia y conducta relativamente estables que corresponden a un **modelo vivencial y conductual de riesgo**, comparativamente cercano al **perfil del modelo de riesgo A**, lo cual indica que el enfrentamiento con las exigencias laborales, trae como consecuencias riesgos y peligros para los maestros
- Dentro de la muestra general y atendiendo al sexo concluimos que son las mujeres las que manifiestan modos de vivencia y conducta relativamente estables, más perjudiciales para la salud psíquica, producto de la doble jornada de trabajo; que incluye la labor profesional y doméstica.

Recomendaciones

Se considera oportuno realizar recomendaciones a la totalidad de implicados en esta investigación.

A las Instituciones Docentes:

- Se recomienda la entrega de la presente investigación a la dirección de ambos centros, así como al Ministerio de Educación e instancias relacionadas con nuestro problema investigativo, con el fin de implementar programas de ayuda y estrategias acertadas para lograr un mejor aprovechamiento laboral por parte de los trabajadores y con ello, garantizar la salud psíquica de los docentes.
- Fomentar el apoyo a la labor docente mediante la aplicación de estrategias comunicativas que impliquen a docentes, directivos y padres, como responsables del proceso educativo.
- Insertar la vocación profesional como un requisito para la inserción en el magisterio, para lograr Maestros y Profesores identificados con la profesión que van a desarrollar.
- Trabajar sobre la preparación profesional que permita la adquisición de conocimientos que faciliten su desempeño laboral.
- Concebir la educación como tarea de toda la sociedad.
- Desarrollar procedimientos de análisis del puesto de trabajo y evaluación de los efectos negativos de tipo psicológico que permitan la promoción y prevención de la salud en mujeres.

A la Facultad de Psicología:

➤ Hacer extensiva la investigación, aumentar la muestra de estudio con el objetivo de obtener resultados más abarcadores y con ello constatar situación de los Docentes a mayor escala, ya que se hipotetiza, que los altos porcentajes de los modelos conductuales y vivenciales de riesgo, pueden ser la causa de la renuncia de profesores en nuestro Sistema de Enseñanza Primario y Secundario.

A los Docentes:

Debido a los modos de vivencia y de conductas relativamente estables, identificadas como los que emplean los docentes frente a las exigencias profesionales, los cuales de forma general dieron lugar al modelo de riesgo **A**, las recomendaciones serán trazadas teniendo en cuenta lo referido por Schaarschmidt (2003), para evitar futuro daños en la salud psíquica de estos:

1. Respecto a la autoexigencia excesiva:

- Realizar cambios en la organización individual del trabajo y la administración del tiempo, de manera que logren coordinar y equilibrar las exigencias profesionales, los deberes domésticos y las actividades del tiempo libre. (sobre todo en el caso de las mujeres).
- Aprender a negarse a las tareas que no pueden realizar, de manera oportuna.
- Realizar actividades laborales y extralaborales que estimulen el disfrute y descanso de los docentes.

2. Respecto a la relevancia del trabajo y el gasto excesivo de fuerzas:

- Concederle una importancia relativa al trabajo en relación con otras esferas de la vida.
- Entrenarse para superar el estrés y los conflictos, aumentar la tolerancia a la frustración y disminuir la vulnerabilidad.

3. Respecto a la capacidad limitada para distanciarse:

➤ Realizar ejercicios de relajación y compensación para equilibrar las cargas, como el yoga, la meditación.

➤ Desahogarse (descargarse) mediante la práctica de deportes, los paseos al aire libre y visita a centros de recreación.

4. Respecto a la insatisfacción:

➤ Entrenarse para el disfrute y alcance de la satisfacción general.

1. En lo referido a la vivencia del fracaso y tendencia a la resignación:

➤ Definir el contenido de trabajo.

➤ Recomendamos identificar y problematizar, en aras de cambiar las pretensiones, las expectativas y los objetivos no realistas, exagerados, relevantes para la profesión.

6. Respecto a la vivencia de la falta de apoyo social:

➤ Desarrollar una mentalidad de grupo y la capacidad para trabajar en grupo, aunque la tarea demande su realización de forma individual.

➤ Crear un clima laboral positivo.

➤ Organizar y cultivar contactos sociales en el tiempo libre del que dispongan.

Bibliografía

- ✓ Báez, A. (2001). "Diagnóstico de la carga psíquica en algunos departamentos de la Aduana Especial Puerto Habana." Tesis de diploma. Facultad de Psicología. Universidad de La Habana.
- ✓ Castañeda, I., Astraín, M. E., Martínez, V. y Alfonso, A. C. (1999). "Algunas reflexiones sobre el género". En Revista Cubana de Salud Pública, v. 25 n. 2, La Habana. Disponible en:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864. Consultado el día 12 de mayo de 2008.
- ✓ Cedillo, L. (2007). "Propuesta de documento de apoyo sobre Mujer, trabajo y salud, sustentado en revisión de literatura científica". Disponible en:
<http://www.zanzana-ac.org/documentoswwh/revisionmujersaludtrabajo.pdf>. Consultado el día 12 de mayo de 2008.
- ✓ Cordeiro, J; Guillén, C; Gala, Francisco; Lupiani, M; Benítez, A; Gómez, A (S/F.) "Prevalencia del Síndrome de Burnout en los maestros" Disponible en: Psiquiatría.com. <http://132.248.25.54/articulo12.html>. Consultado el día: 12 de febrero de 2008.
- ✓ Gavilán, M. G. (1999). "La desvalorización del rol docente". En Revista Iberoamericana de Educación, No. 19, Formación Docente.
- ✓ Houtman, I y Kompier, M. (1995). "Trabajo y salud mental" Disponible en: Enciclopedia de Salud y Seguridad en el trabajo.
<http://www.mtas.es/insht/EncOIT/pdf/tomoI/5.pdf> . Consultado el día: 10 de marzo de 2008.
- ✓ Künstler, B. (2004). "La carga psíquica causada por la actividad laboral. El concepto teórico general de un cuestionario para la medición de la vivencia de la carga ". En Martínez, M. y Vázquez, M. (compiladoras) "Psicología

Organizacional, Selección de lecturas, parte I". pp 208- 232. Ed. Félix Varela, La Habana.

- ✓ Peñate, A (1999). "La mujer joven en Cuba, reflexiones a las puertas del tercer milenio". En: "Cuba jóvenes de los 90". Casa Editorial Abril. La Habana, Cuba.
- ✓ Rodríguez, M., Frías, I B., Barroso, R., y Ramírez, J A. (2004). "Doble jornada de trabajo femenino y efectos negativos de tipo psicológico". En Martínez, M. y Vázquez, M. (compiladoras) "Psicología Organizacional, Selección de lecturas, parte II". pp 68- 83. Ed. Félix Varela, La Habana.
- ✓ Rothe, H. J. (2004). "Efectos del proceso laboral sobre el trabajador". En Martínez, M. y Vázquez, M. (compiladoras) "Psicología Organizacional, Selección de lecturas, parte I". pp 151- 185. Ed. Félix Varela, La Habana.
- ✓ Schaarschmidt, U (2003). "Estudio de Schaarschmidt: Uno de cada dos profesores está sobrecargado.". (artículo suministrado por el autor).
- ✓ Schaarschmidt, U y Fischer, A. (2002). "Modelo vivencial y conductual referido al trabajo, AVEM". (artículo suministrado por el autor)
- ✓ Schaarschmidt, U. y de Prado, R. (2004). "Condiciones y exigencias de trabajo". En Martínez, M. y Vázquez, M. (compiladoras) "Psicología Organizacional, Selección de lecturas, parte I". pp 14- 53. Ed. Félix Varela, La Habana.
- ✓ Schaarschmidt, U., Arold, H. y Kieschke, U. (2000). "La superación de las exigencias psíquicas por parte de los profesores. (artículo suministrado por el autor).
- ✓ Vasallo, N. (2004). "El género: un análisis de la naturalización de las desigualdades". En Heterogeneidad cultural en la Cuba actual Ed. CEDEM, La Habana.

Vila, D. (S/F). "Estudio sobre la salud laboral del profesorado". Disponible en: <http://www.map.es/gobierno/muface/v179/educ.htm>. Consultado el día: 14 de abril de 2007.