

RESEARCH ARTICLE

Riesgos psicosociales en el centro de idiomas del Instituto Superior Tecnológico Tsa'chila en el 2024

Cagua Martínez Sandra Jaqueline ¹  Ana Daniela Portilla Cantos ¹  Jorge Patricio Vega Peñafiel ¹ 
Christian Marcelo Jacome Salcedo ¹ 

¹ Instituto Superior tecnológico Tsa'chila, Santo Domingo de los Tsáchilas, Ecuador

✉ Correspondencia: sanjaq61@gmail.com  +099 862 0741

DOI /URL: <https://doi.org/10.53313/gwj72158>

Resumen: Los riesgos psicosociales en el entorno laboral representan un desafío significativo para la salud mental y física de los trabajadores, afectando no solo su bienestar personal, sino también la eficiencia y competitividad de las empresas. El estudio se centra en identificar los factores que contribuyen a estos riesgos, evaluar la carga de trabajo de los docentes y el personal administrativo, y proponer estrategias de mitigación efectivas. Utilizando una metodología cuantitativa, se aplicaron encuestas estructuradas basadas en el formulario del Ministerio de Trabajo para recopilar datos sobre estrés percibido, carga de trabajo y apoyo social. Los resultados revelaron que la carga de trabajo, la presión por el rendimiento y el escaso apoyo social son factores estresantes significativos. Las estrategias propuestas incluyen la mejora de las condiciones laborales, la introducción de programas de bienestar y apoyo, y la promoción de políticas de conciliación entre la vida laboral y personal. Este estudio establece una base sólida para futuras intervenciones y destaca la importancia de abordar los riesgos psicosociales de manera proactiva y metódica para mejorar el bienestar y la productividad de los docentes.

Palabras claves: Ergonomía, cargas, seguridad y salud ocupacional.

Psychosocial risks in the language centre of the Tsa'chila institute of technology in 2024.

Abstract: Psychosocial risks in the work environment represent a significant challenge to the mental and physical health of workers, affecting not only their personal well-being, but also the efficiency and competitiveness of companies. The study focuses on identifying the factors contributing to these risks, assessing the workload of teachers and administrative staff, and proposing effective mitigation strategies. Using a quantitative methodology, structured surveys based on the Ministry of Labour's form were applied to collect data on perceived stress, workload and social support. The results revealed that workload, performance pressure and low social support are significant stressors. Proposed strategies include improving working conditions, introducing welfare and support programmes, and promoting work-life balance policies. This study establishes a solid basis for future interventions and



Cita: Cagua Martínez, S. J., Ana Daniela, P. C., Vega Peñafiel, J. P., & Jacome Salcedo, C. M. (2024). Riesgos psicosociales en el centro de idiomas del instituto tecnológico superior Tsa'chila en el 2024. Green World Journal, 07(02), 158.

<https://doi.org/10.53313/gwj72158>

Received: 29/July /2024

Accepted: 09/ Aug /2024

Published: 18 /Aug /2024

Prof. Carlos Mestanza-Ramón, PhD.
Editor-in-Chief / CaMeRa Editorial
editor@greenworldjournal.com

Editor's note: CaMeRa remains neutral with respect to legal claims resulting from published content. The responsibility for published information rests entirely with the authors.



© 2024 CaMeRa license, Green World Journal. This article is an open access document distributed under the terms and conditions of the license.

Creative Commons Attribution (CC BY).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

highlights the importance of addressing psychosocial risks in a proactive and methodical way to improve teachers' well-being and productivity.

Keywords: Ergonomics, loads, safety and occupational health.

1. Introducción

En Ecuador, los riesgos psicosociales en el entorno laboral han cobrado relevancia debido a su impacto en la salud mental y el bienestar de los trabajadores [1,2]. Estos riesgos incluyen factores como el estrés, la ansiedad, el acoso laboral y la falta de apoyo social, los cuales pueden afectar significativamente el rendimiento laboral y la calidad de vida de los empleados [3]. La Organización Internacional del Trabajo (OIT) ha señalado que los riesgos psicosociales son una de las principales preocupaciones en el ámbito laboral a nivel mundial [4], y Ecuador no es la excepción. En el país, la legislación laboral ha comenzado a reconocer la importancia de gestionar estos riesgos, aunque su implementación efectiva aún enfrenta desafíos significativos [5].

En el sector educativo, los docentes se enfrentan a una serie de factores estresantes únicos, que van desde la presión para cumplir con altos estándares académicos hasta la gestión de cargas administrativas y la interacción con estudiantes y padres [6]. La pandemia de COVID-19 exacerbó estas condiciones, introduciendo el teletrabajo como una nueva fuente de estrés para muchos docentes en Ecuador [7]. Estudios han demostrado que los docentes en Ecuador experimentan niveles significativos de estrés, lo que puede llevar a problemas de salud mental como el síndrome de burnout [8].

El Centro de Idiomas del Instituto Tecnológico Superior Tsáchila, ubicado en Santo Domingo de los Tsáchilas, Ecuador [9], es un ejemplo representativo de cómo los riesgos psicosociales pueden manifestarse en un entorno educativo [10,11]. Este centro, especializado en la enseñanza de idiomas como el inglés, cuenta con un equipo de siete docentes que trabajan en un espacio reducido y bajo condiciones que podrían contribuir a riesgos psicosociales significativos [12,13]. La carga de trabajo, la presión por mantener la excelencia académica y las expectativas de resultados son factores que afectan a los docentes del centro.

A pesar de la importancia de estos riesgos, históricamente ha habido poco interés en abordarlos de manera proactiva [14,15]. Muchos docentes desconocen cómo prevenir y manejar situaciones de estrés, lo que afecta su rendimiento y eficiencia laboral [16]. Además, se han observado signos de estrés y ansiedad tanto en docentes como en estudiantes, lo que podría impactar negativamente en la calidad de la enseñanza y el aprendizaje [17,18].

El presente estudio tiene como objetivo identificar los factores de riesgo psicosocial en el Centro de Idiomas y desarrollar estrategias para su mitigación [16]. Utilizando un enfoque cuantitativo, se aplicaron encuestas estructuradas para evaluar la percepción de estrés, la carga de trabajo y el nivel de apoyo social entre los docentes [19,20]. Los resultados de

este estudio no solo contribuirán a mejorar el bienestar de los docentes, sino que también establecerán una base sólida para futuras intervenciones y políticas en el ámbito educativo.

Finalmente, abordar los riesgos psicosociales en el Centro de Idiomas del Instituto Tecnológico Superior Tsáchila es crucial para mejorar la calidad de vida de los docentes y garantizar un entorno educativo saludable y productivo. Este estudio busca ofrecer soluciones prácticas que puedan implementarse para mitigar estos riesgos y promover un ambiente laboral más equilibrado y satisfactorio.

2. Metodología

El estudio se llevó a cabo utilizando un enfoque metodológico cuantitativo. Este método permite recopilar y analizar datos numéricos para identificar tendencias y establecer relaciones estadísticas entre variables. La elección de un enfoque cuantitativo se debe a su capacidad para determinar la prevalencia de los riesgos psicosociales, evaluar la carga de trabajo y medir la eficacia de las estrategias de mitigación. Los factores de riesgo psicosocial y sus efectos se determinaron mediante encuestas realizadas al personal docente del Centro de Idiomas.

El diseño de la investigación es cuantitativo, con una metodología descriptivo–correlacional. Este diseño permite examinar las relaciones entre diversas variables, como la carga de trabajo, el nivel de estrés y el apoyo social, además de describir la prevalencia y características de los riesgos psicosociales en el centro. Se administró un cuestionario estructurado a todos los docentes, basado en un formulario del Ministerio de Trabajo, para obtener datos precisos y fiables. La fase descriptiva del diseño midió la frecuencia y magnitud de los riesgos psicosociales, mientras que la fase correlacional examinó cómo estos riesgos se relacionan con otros elementos, como las condiciones de trabajo.

La muestra del estudio fue la totalidad de la población del Centro de Idiomas, que cuenta con siete docentes. Estos docentes trabajan hasta tres jornadas de cuatro horas cada una, lo que permitió una evaluación completa de sus experiencias y perspectivas.

El procedimiento del estudio incluyó las siguientes etapas:

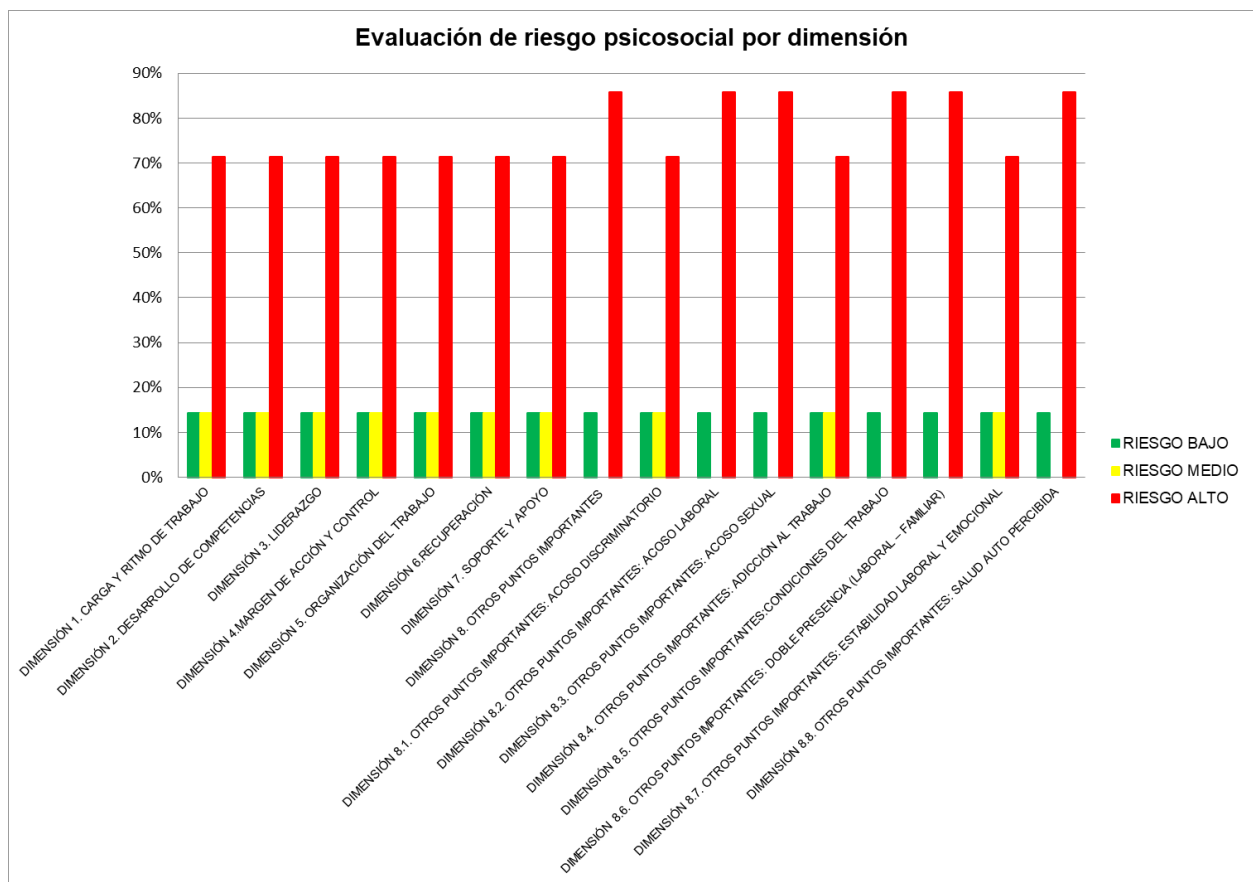
- 1 Diseño del trabajo de integración curricular.
- 2 Definición de la muestra o caso de estudio.
- 3 Selección del método de evaluación.
- 4 Aplicación de instrumentos y recolección de datos.
- 5 Evaluación de los docentes mediante un cuestionario.
- 6 Procesamiento de datos a través de tablas y gráficos.
- 7 Se utilizó un cuestionario estructurado de preguntas cerradas, basado en el formulario del Ministerio de Trabajo, para recopilar opiniones e información de los docentes del Centro de Idiomas. Además, se emplearon recursos auxiliares como una cámara fotográfica para documentar el proceso.

Esta metodología permitió obtener una comprensión detallada de los riesgos psicosociales en el Centro de Idiomas, facilitando la elaboración de estrategias y soluciones para mitigar estos riesgos que afectan a los docentes.

3. Resultados

El estudio realizado en el Centro de Idiomas del Instituto Tecnológico Superior Tsáchila evaluó los riesgos psicosociales a los que están expuestos los docentes, utilizando un cuestionario estructurado basado en el formulario del Ministerio de Trabajo. Se analizaron 16 dimensiones de riesgo psicosocial en los siete docentes que laboran en el centro.

Figura 1: Evaluación de Riesgo Psicosocial por Dimensiones



- Carga y Ritmo de Trabajo: Los resultados indicaron que el 71% de los docentes experimentan un riesgo alto en la dimensión de carga y ritmo de trabajo. Esto refleja que la mayoría de los docentes perciben su carga laboral como excesiva, lo que contribuye significativamente al estrés laboral. La presión para cumplir con múltiples tareas en un tiempo limitado es un factor estresante importante que afecta negativamente su bienestar.
- Desarrollo de Competencias y Liderazgo: En cuanto a las dimensiones de desarrollo de competencias y liderazgo, también se observó un riesgo alto en el 71% de los casos. Los docentes señalaron que no tienen suficientes oportunidades para desarrollar sus habilidades profesionales y que el liderazgo en el centro no es

adecuado para apoyar su crecimiento profesional. La falta de dirección clara y apoyo por parte de la administración contribuye al estrés y la insatisfacción laboral.

- Margen de Acción y Organización del Trabajo: La falta de control sobre las tareas y una organización ineficiente del trabajo fueron identificadas como áreas problemáticas, con un 71% de los docentes reportando un riesgo alto en estas dimensiones. Los docentes sienten que no tienen la autonomía necesaria para tomar decisiones sobre su trabajo, lo que limita su capacidad para gestionar eficazmente sus responsabilidades.
- Recuperación y Soporte Social: Las dimensiones de recuperación y soporte social también reflejaron un riesgo alto en el 71% de los casos. Esto indica que los docentes no disponen de suficiente tiempo para recuperarse del trabajo ni reciben el apoyo social necesario de sus colegas o superiores. La falta de un entorno de apoyo puede exacerbar el estrés y afectar la salud mental de los docentes.
- Acoso y Condiciones de Trabajo: Se observó un riesgo alto en el 86% de los casos para las dimensiones de acoso laboral, acoso sexual y condiciones de trabajo. Estos resultados destacan problemas graves en el ambiente laboral que afectan la salud mental y el bienestar de los docentes. La presencia de acoso y condiciones laborales inadecuadas son factores que contribuyen significativamente al estrés y la insatisfacción laboral.
- Estabilidad Laboral y Salud Autopercebida: Ambas dimensiones mostraron un riesgo alto en el 71% de los casos, indicando preocupaciones sobre la seguridad laboral y la percepción de la salud personal entre los docentes. La incertidumbre sobre la estabilidad laboral y la percepción negativa de la salud pueden aumentar el estrés y afectar el rendimiento laboral.

Los resultados del estudio indican que el Centro de Idiomas enfrenta desafíos significativos en términos de riesgos psicosociales. Las dimensiones de carga de trabajo, liderazgo y acoso laboral son particularmente preocupantes, ya que presentan los niveles más altos de riesgo. Estos hallazgos sugieren la necesidad de implementar intervenciones urgentes para mejorar el ambiente laboral y reducir el estrés entre los docentes. La alta prevalencia de riesgos psicosociales en múltiples dimensiones subraya la necesidad de una estrategia integral que aborde tanto los factores organizativos como los personales. Las intervenciones deben centrarse en mejorar la organización del trabajo, proporcionar oportunidades de desarrollo profesional y establecer políticas claras contra el acoso laboral. Además, fomentar un ambiente de apoyo social y asegurar una carga de trabajo manejable son esenciales para mejorar el bienestar de los docentes y, en última instancia, la calidad de la enseñanza en el centro.

4. Conclusión

El análisis de los riesgos psicosociales en el Centro de Idiomas del Instituto Tecnológico Superior Tsáchila revela una serie de desafíos significativos que afectan el bienestar y la productividad de los docentes. Los resultados indican que la carga de trabajo excesiva, la falta de liderazgo efectivo y las condiciones laborales inadecuadas son factores críticos que contribuyen al estrés y al

agotamiento entre los docentes. Estos riesgos no solo impactan negativamente en la salud mental y física de los docentes, sino que también repercuten en la calidad de la enseñanza y el aprendizaje. La identificación de estos problemas subraya la necesidad de implementar intervenciones urgentes y efectivas para mitigar los riesgos psicosociales y promover un entorno laboral más saludable.

Para abordar estos desafíos, es esencial que el centro implemente una estrategia integral que incluya la reorganización del trabajo, la mejora de las condiciones laborales y el fortalecimiento del liderazgo. La redistribución de tareas, la introducción de horarios flexibles y la reducción de horas extras pueden ayudar a equilibrar la carga de trabajo y reducir el estrés. Además, es crucial que los líderes reciban formación en habilidades de gestión y apoyo para crear un ambiente de trabajo más empático y colaborativo. Estas medidas no solo mejorarán el bienestar de los docentes, sino que también aumentarán su compromiso y satisfacción laboral, contribuyendo a un entorno educativo más eficaz y productivo.

Finalmente, promover el equilibrio entre la vida laboral y personal, junto con la implementación de programas de bienestar y apoyo psicológico, es fundamental para mejorar la salud mental de los docentes. Fomentar un entorno donde se valore y apoye a los trabajadores puede reducir significativamente los riesgos psicosociales y crear un lugar de trabajo más positivo y productivo. Estas acciones beneficiarán a toda la comunidad educativa del Centro de Idiomas, mejorando tanto el bienestar de los docentes como la calidad de la educación que se ofrece a los estudiantes.

Contribución de autores: Todos los autores han contribuido sustancialmente al trabajo.

Financiamiento: Los autores financiaron a integridad el estudio.

Conflictos de interés: Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.

Referencias

1. Gualpa, L. Universidad Tecnológica Equinoccial Dirección General De Posgrados. **2016**.
2. Salanova Soria, M.; Gracia, E.; Lorente Prieto, L. Riesgos Psicosociales En Trabajadores de La Construcción. *Gestión práctica riesgos laborales Integr. y Desarro. la gestión la prevención* **2007**, *44*, 12–19.
3. Gil-Monte, P.R. Riesgos Psicosociales En El Trabajo y Salud Ocupacional. *Rev. Peru. Med. Exp. Salud Publica* **2012**, *29*, 237–241.
4. Lecca, E.R.; Guevara, L.R.; Boza, O.C. Riesgos Psicosociales. *Ind. Data* **2013**, *16*, 70–79.
5. Moreno, J.E.S. Compromiso Organizacional y Riesgos Psicosociales. *Rev. San Gregor*. **2019**, 157–173.
6. Gutiérrez Strauss, A.M.; Vilorio-Doria, J.C. Riesgos Psicosociales y Estrés En El Ambiente Laboral. *Rev. Salud Uninorte* **2014**, *30*, v–vi.
7. Rosero, A.C.T.; Álvarez, C.C.B. Riesgos Psicosociales Intralaborales En Docencia. *Rev. Iberoam. Psicol.* **2012**, *5*, 95–106.
8. Schaufeli, W.B.; Salanova, M.L. ¿ Cómo Evaluar Los Riesgos Psicosociales En El Trabajo. *Prevención, Trab. y Salud* **2002**, *20*, 4–9.
9. Londoño, N.H.; Marín, C.A.; Juárez, F.; Palacio, J.; Muñiz, O.; Escobar, B.; Herrón, I.; Agudelo, D.; Lemos, M.; Toro, B.E. Factores de Riesgo Psicosociales y Ambientales Asociados a Trastornos Mentales. *Suma psicológica* **2010**, *17*, 59–68.

10. Blanch, J.M. Condiciones de Trabajo y Riesgos Psicosociales Bajo La Nueva Gestión. *Form. Contin. a Distancia* **2011**, *14*, 1–33.
11. Charria, V.H.; Sarsosa, K. V; Arenas, F. Factores de Riesgo Psicosocial Laboral: Métodos e Instrumentos de Evaluación. *Rev. Fac. Nac. salud pública* **2011**, *29*, 380–391.
12. Madrid, S.D.P.C.; Moreno, M.P.; Beltrán, C.A. Riesgos Psicosociales En Docentes Universitarios. *Recimundo* **2020**, *4*, 316–331.
13. Vargas, N.N.P.; Moreno, N.P. Riesgos Psicosociales En Una Entidad Pública de Boyacá. *Rev. Psicol. Univ. Antioquia* **2013**, *5*, 59–73.
14. Rubbini, N.I. Los Riesgos Psicosociales En El Teletrabajo. In Proceedings of the VII Jornadas de Sociología de la UNLP; Departamento de Sociología de la Facultad de Humanidades y Ciencias de la ..., 2012.
15. González-Trijueque, D.; Giachero, S.; Delgado, S. Riesgos Psicosociales En El Lugar de Trabajo: Aproximación Teórica y Marco Legal En Uruguay. *Ciencias Psicológicas* **2012**, *6*, 75–87.
16. Gil-Monte, P.R. Algunas Razones Para Considerar Los Riesgos Psicosociales En El Trabajo y Sus Consecuencias En La Salud Pública. *Rev. Esp. Salud Publica* 2009, *83*, 169–173.
17. Peiró, J.M. El Sistema de Trabajo y Sus Implicaciones Para La Prevención de Los Riesgos Psicosociales En El Trabajo. *Univ. Psychol.* **2004**, *3*, 179–186.
18. Luna-Chávez, E.A.; Anaya-Velasco, A.; Ramírez-Lira, E. Diagnóstico de Las Percepciones de Los Factores de Riesgo Psicosociales En El Trabajo Del Personal de Una Industria Manufacturera. *Estud. Psicol.* **2019**, *36*, e180148.
19. García, M.M.; Iglesias, S.; Saleta, M.; Romay, J. Riesgos Psicosociales En El Profesorado de Enseñanza Universitaria: Diagnóstico y Prevención. *Rev. Psicol. del Trab. y las Organ.* **2016**, *32*, 173–182.
20. Gómez, M.M.; Suárez, J.Z. Evaluación de Los Riesgos Psicosociales En Una Empresa Metalmeccánica. *Ing. Ind. Actual. y Nuevas Tendencias* **2013**, *3*, 39–48.



© 2024 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>