

SALUD MENTAL DE LOS DOCENTES EN COLOMBIA

Angie Cifuentes Rojas Código

ORCID: [https://orcid.org/0009-](https://orcid.org/0009-0008-3168-9804)

0008-3168-9804E-mail:

ancialgo@gmail.com

Doctorando en Education

Instituto Pedagógico Rural

“Gervasio Rubio” (IPRGR)

Alfonso María Gómez Sierra

Código ORCID:

[https://orcid.org/0009-0006-6822-](https://orcid.org/0009-0006-6822-9778)

9778

E-mail: alangoci@gmail.com

Doctorando en Education

Instituto Pedagógico Rural

“Gervasio Rubio” (IPRGR)

Recibido: 02/07/2025

Aprobado: 23/09/2025

RESUMEN

En Colombia los Ministerios de Salud y Educación Nacional han puesto en los últimos años su atención en la salud mental de la población en edad escolar, especialmente en la población infantil y juvenil pertenecientes a las instituciones de educación públicas, generando estrategias enfocadas a mitigar el impacto, más aún, después de la pandemia COVID 19 la cual además de tener una afectación en la salud física de los seres humanos, ha tenido un impacto importante en la salud mental de la población, este fenómeno no es ajeno a los docentes. Por lo anterior, se hace necesario desarrollar un análisis crítico de la realidad de dicha problemática a la luz de la definición de salud mental, los estudios más recientes del tema, las propuestas enfocadas a la atención de la salud mental de la población y las posibles estrategias de mitigación de los impactos en la salud mental de los docentes en Colombia para determinar su estado. El presente artículo plantea una revisión crítica a dicha problemática se presenta como ensayo argumentativo, producto de las revisiones del tema para develar aquellos esfuerzos por preservar y fortalecer la salud mental de los profesionales de la educación en Colombia.

PALABRAS CLAVE: Docente, Realidad Colombiana, Salud mental.

¹ Secretaria de Educación de Bogotá, Colombia. Docente de Aula. Doctorando en Educación UPEL-IPRGR, Venezuela. Magister en Administración y Planificación Educativa, UMECIT. Licenciado en Psicología y Pedagogía, UPN.

² Secretaria de Educación de Cundinamarca, Cota, Colombia. Directivo Docente Coordinador. Doctorando en Educación UPEL-IPRGR, Venezuela. Magister en Administración y Planificación Educativa, UMECIT. Licenciado en Matemáticas, UD.

MENTAL HEALTH OF TEACHERS IN COLOMBIA

SUMMARY

In Colombia, the ministries of Health and Nacional Educación have recently focused on children and youth population at public schools to generate strategies that aim for mitigating the impact of COVID-19 pandemic, because it had had a bad impact on physical Health of human beings as well as on their mental care. This Phenomenon is not apart from teacher's reality. Therefore, it is necessary to develop a critical analysis of the reality of this problem in light of the definition of mental health, the most recent studies on the subject, the proposals focused on the mental health care of the population and the possible strategies to mitigate the impact on the mental health of teachers in Colombia in order to determine their status. This article presents a critical review of this problem and is presented as an argumentative essay, product of the reviews of the subject to reveal those efforts to preserve and strengthen the mental health of education professionals in Colombia.

KEY WORDS: Teachers, Colombian reality, Mental health.

El presente artículo desarrolla una revisión del estado de la salud mental de los docentes en Colombia, para lograr esto se ha llevado a cabo una revisión del tema en los documentos más recientes. En primer lugar, se ha retomado la idea de que la salud mental es más visible actualmente que hace varios años atrás, seguidamente se revisa el concepto de la salud mental (2022) para la Organización Mundial de la Salud, la Encuesta de Salud Mental (2023) realizada por el Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia, para llegar a datos cuantitativos publicados en el 2024 por el Fondo de Prestaciones Sociales del Magisterio (FOMAG). Se presentan algunas situaciones en los contextos laborales docentes, se identifican algunas posibles razones por las cuales los docentes en Colombia presentan afectaciones en su salud mental, entre los cuales está el agotamiento laboral, el COVID 19, el fenómeno postpandemia y las dificultades de las familias para asumir su rol de una manera eficiente, además de otras propias del contexto laboral y el trabajo con niños y jóvenes. En segundo lugar, se pretende indagar sobre las principales iniciativas del Gobierno Nacional y de las instituciones para la mitigación del riesgo en salud mental de la población, las cuales han sido asignadas a los docentes. Para finalmente plantear algunas posibilidades de atención de la problemática identificada que pueden orientar la focalización del personal docente principalmente.

En la actualidad debido a la gran difusión de información por los medios contemporáneos de comunicación, las redes sociales, la web, las campañas de sensibilización, los avances en las investigaciones, entre otros, el tema de la salud mental ha salido a la luz pública, permitiendo que sea conocida, divulgada y abordada para darle solución de manera consciente, lejos quedaron los días en los que las personas con situaciones de salud mental eran relegados de la comunidad, señalados, etiquetados o eran confinados a los espacios meramente hogareños para su cuidado y atención, debido a que se atribuía su origen a defectos morales o causas sobrenaturales, es así como para Salaberry, O. (2012):

La tardía identificación de la salud mental como problema de Salud Pública responde a un complejo conjunto de interrelaciones entre lo que se percibe como del ámbito público y lo que pertenece al ámbito íntimo y doméstico. A su vez, esta percepción deriva de conceptos y distinciones sociales previas, como aquellos que definen lo sano y lo enfermo de acuerdo con circunstancias socioculturales concretas que evolucionan históricamente. Desde una perspectiva histórica, las enfermedades mentales se han encontrado constantemente en los límites entre las interpretaciones naturalistas y sobrenaturales de la enfermedad, lo que también ha contribuido a su tardía incorporación como problema de salud. p.144

La reciente visualización e identificación de las afecciones en salud mental y su impacto en las comunidades, como se mencionaba, se puede atribuir a una mayor conciencia y conocimiento de la misma, mayor difusión y menor estigma,

conocimiento de sus implicaciones en la vida de las personas y de las comunidades, igualmente en alguna medida gracias a que las generaciones actuales hablan con mayor facilidad de sus emociones y sentimientos, y los padres y cuidadores han evolucionado en este aspecto, los aportes de los gobiernos en cuanto campañas de difusión y sensibilización y las políticas públicas en términos de igualdad y protección a las personas con diferentes condiciones de salud y vulnerabilidad han facilitado su atención e inclusión.

La visibilización de la salud mental en la población de Colombia específicamente, tiene un antes y un después marcado por la pandemia COVID 19 y sus implicaciones para la humanidad a nivel mundial, aunque en América Latina y el Caribe dejó al descubierto la gran desigualdad existente en la población y las marcadas barreras para el acceso a los servicio de salud especialmente en zonas apartadas, de esta manera el COVID 19 se constituye como uno de los episodios de la humanidad con grandes impactos en las personas, las comunidades y los países, dejando interrogantes frente a su aporte al posible aumento de problemáticas personales ligadas con la salud mental, así, esta pandemia puso de manifiesto la necesidad de adquirir y fortalecer las herramientas personales para enfrentar las crisis en la vida personal y comunitaria. En ese momento tan crucial, en Colombia se vio claramente la necesidad de contar con políticas públicas encaminadas a la promoción de la salud mental y física de las personas.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la salud mental como “un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad”. En este sentido se ha determinado que para dar mayor visibilidad y difusión de la importancia de la salud mental, el 10 de octubre ha sido declarado como el “Día Internacional de la Salud Mental”, tema de gran relevancia en la actualidad en Colombia y sobre el cual se han realizado algunos estudios para determinar la situación real de la problemática, en este sentido la “Encuesta Nacional de salud mental 2023” en su aplicación y análisis, orientó las acciones para atender las dificultades e igualmente brindó información que permitió tener un panorama más general y amplio de este fenómeno. Esta realidad es cada vez más visible en personas a nivel mundial, prevaleciendo en algunos grupos etarios, más que otros.

La “Encuesta Nacional de salud mental 2023” aplicada por el Ministerio de Salud y Protección Social y con la colaboración del Centro Nacional de Consultoría, arrojó información relevante frente al tema en cuestión cuyas cifras reflejan que “el 66.3% de los colombianos ha enfrentado en un momento algún problema de salud mental”, es decir que 6 de cada 10 personas han experimentado en su vida afectaciones que identifican como un problema ligado a su salud mental, este hecho llama la atención de las entidades de salud pública nacional y del gobierno quienes se enfocan en una búsqueda de soluciones de corto, mediano y largo plazo que

garanticen a las personas su salud mental activando medidas preventivas, de promoción, atención y seguimiento a la población en situaciones de vulnerabilidad, dichas medidas se traducen en activación de líneas de atención telefónica y algunos recursos web.

Al analizar los resultados de la Encuesta Nacional, se identifica que las mayores afectaciones en cuanto a salud mental se refiere, se enfocan en los jóvenes y las mujeres y se relaciona con el manejo inadecuado de las relaciones intrafamiliares, la cual se agudizó por el prolongado aislamiento y los altos niveles de ansiedad manifestados en una inestabilidad de los hogares a la hora de resolver los conflictos, ahora bien, como respuesta a esta crisis, las entidades y la política pública de salud han querido promover estrategias para el acompañamiento y atención del fenómeno en estos subgrupos poblacionales.

Derivado de esto, el Gobierno Nacional implementó en los últimos 5 años acciones de mitigación mediante la promoción y acompañamiento de las personas en momentos de vulnerabilidad personal, uno de esos esfuerzos es la creación de la línea 192 de tele-orientación para la salud mental, dicha línea reporta en su página web que entre abril de 2020 y abril de 2021, registró 18.089 solicitudes de atención de las cuales el 58% de las consultas fueron realizadas por mujeres, el 41% de atenciones fueron orientaciones psicológicas, mientras que el 12% derivaron en remisiones de salud y el 11% requirió algún tipo de acompañamiento terapéutico. Esto significa que diariamente se recibieron aproximadamente 50

llamadas de las cuales 20 fueron para atención psicológica; 6 llamadas requirieron remisión a entidades de salud y 5 llamadas atención terapéutica. Estas cifras evidencian una alta demanda de atención prioritaria en salud mental.

De la misma manera se destaca la creación de los centros especializados de servicio al ciudadano, estrategia que sirve de puente de comunicación entre los ciudadanos y el sector de la salud para brindar información oportuna, la página web cuenta con un apartado denominado “poblaciones especiales” en la que se encuentra “enfoque diferencial”, “inclusión social”, “salud mental”. En el link de salud mental el ciudadano puede acceder a información como los datos del Observatorio Nacional de Convivencia Social y Salud mental, el cual pone a disposición información relevante sobre el tema. De sus funcionalidades cabe resaltar el link de “Depresión” y “Prevención del suicidio” un espacio destinado para que los usuarios encuentren información de relevancia de acuerdo con sus necesidades y experiencias.

Por otra parte, se puede mencionar que el Gobierno Nacional recurre también al Ministerio de Educación Nacional (MEN), el cual en respuesta a la necesidad de apoyo a las exigencias ha planteado iniciativas frente a la situación de salud mental en el contexto de la educación y sus diferentes actores para los cuales tiene en cuenta los variados niveles de formación, sin embargo, estos esfuerzos han sido focalizados en la población estudiantil especialmente, un ejemplo de esta iniciativa es la plataforma “Bienestar tu mente” en la cual se busca

dar respuesta, según el Ministerio de Educación, en su página web Colombia

Aprende, a:

Las crecientes demandas en salud mental y problemáticas psicosociales en Colombia hacen necesaria la creación de entornos protectores en los entornos de la educación superior. De esta manera, se favorece la promoción de estilos de vida saludables, las prácticas de autocuidado y cuidado del otro, así como, la prevención y mitigación del riesgo en salud mental en el ambiente educativo.

Las anteriores propuestas e iniciativas del Ministerio de Educación Nacional (MEN) permiten entrever la importancia del docente como facilitador en la ejecución de políticas públicas, teniendo en cuenta que la Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoce que la *Salud Mental* es fundamental, la implementación de dichas estrategias tendrían que responder a procesos de capacitación y formación certificada a los docentes que les permitan enfrentar el reto bajo principios de bienestar y no al contrario, ya que al recaer la responsabilidad de acompañar la puesta en marcha de las políticas se genera una sobrecarga laboral más, lo cual es un reto dada la insuficiente formación en temas de psicología y psiquiatría que permitan tener elementos para la remisión y focalización de necesidades en salud mental de los estudiantes. Es de aclarar que estos son altamente capacitados en sus áreas del conocimiento, pero poseen escasas habilidades en la prevención, atención y remisión de situaciones relacionadas con la salud mental de sus alumnos ya que es un tema que por su alta complejidad requiere de las habilidades y capacidades propias de los profesionales de la salud por lo que si recaen

exclusivamente en los docentes puede constituir un agravante para el bienestar mental y físico de los mismos.

Así pues, es tiempo de observar cual ha sido la situación de los docentes a lo largo de los años relacionada con el tema de salud mental, de esta manera se mencionan algunos de los factores que venían afectando la salud física y mental de los docentes, entre los cuales se destaca: la falta de apoyo para cumplir con las labores propias del aula, actividades netamente administrativas asignadas por los directivos docentes, múltiples canales de comunicación institucional, comunicados oficiales del Ministerio de Educación Nacional (MEN) y las Secretarías de Educación de la región a la que pertenezca cada institución, el uso de plataformas para la digitalización de notas y seguimientos, e-mail institucional, grupos laborales de WhatsApp, y en general todo tipo de plataformas. Así mismo labores que demandan tiempos fuera del aula como acompañamiento en descansos y comedores escolares, reuniones de área, ciclo, nivel, proyectos, atención a padres, salidas pedagógicas. Por otra parte, las difíciles condiciones económicas a las que se enfrentan y que limitan la estabilidad personal y familiar al tener salarios bajos, dificultades para el ascenso en el escalafón docente, así como el congelamiento de los mismos por varios años y evaluaciones de desempeño, Según Villareal (2023):

Son diversas las causas que pueden ocasionar estrés de rol en docentes, la naturaleza del trabajo, el currículo y sus exigencias, el enseñar diariamente, además de lo que pueden llegar a presionar el alumnado,

acudientes o tutores legales, compañeros de trabajo, directivas, sumado al poco reconocimiento y valoración que perciben de su profesión. p.72

Continuando con lo anterior en el ámbito de la cualificación docente, los sindicatos de educación en Colombia denuncian frecuentemente la falta de incentivos y espacios para la formación profesional, escaso reconocimiento del trabajo, poco tiempo libre para el disfrute de espacios culturales y deportivos, faltas de respeto y valoración de la labor por parte de la comunidad, los estudiantes, los directivos docentes y padres de familia, así como la desinformación y desvaloración de su práctica en los medios de comunicación, agresiones verbales y físicas, sobrecarga laboral, dificultades para que los estudiantes centren la atención y respondan de manera adecuada en los procesos educativos, esto último debido al poco acompañamiento familiar, sobre exposición a las pantallas y escasa red de apoyo familiar, presentan retos enormes para su atención y acompañamiento. En este sentido el Fondo de Prestaciones Sociales del Magisterio, FOMAG plantea:

En América Latina, la situación no es menos preocupante. La Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (OEI), 2019 informa que el 63% de los docentes ha experimentado síntomas de agotamiento emocional en el último año, lo que subraya la urgencia de tomar medidas inmediatas para mitigar los efectos negativos en la región. Estos datos refuerzan la necesidad de implementar programas de apoyo a la salud mental dirigidos a los docentes, como una solución prometedora para reducir las tasas de agotamiento y mejorar su bienestar general. p.2

Si bien la situación de estrés en los docentes es un tema analizado y estudiado por parte de varios autores, la pandemia COVID 19 agravó el estado de los profesionales de la educación ya que se vieron abocados a llevar sus aulas al mundo digital, en su mayoría, sin tener herramientas para desarrollar su trabajo en este gran universo de la tecnología, pasaron de tener un horario definido y delimitado por el “timbre escolar” a una jornada laboral extendida en el tiempo y reducida en el espacio, los ambientes hogareños se convirtieron en aulas improvisadas de clase, las voces y el bullicio propio de las aulas pasaron a ser silencios prolongados en los que no se tenía información de los estudiantes, más allá del nombre en la pantalla y una que otra intromisión de los padres de familia dando su opinión sobre la clase, en muchas ocasiones no tan “educada”. Los docentes, hicieron uso de toda su creatividad y pasaron largos meses en los que asumieron y costearon los servicios de conectividad e internet, situación que nadie se esperaba, su gran aporte fue cumplir con su responsabilidad y lograr contactar aquellos estudiantes que probablemente estarían esperando la clase con ilusión.

Lo anterior en el mejor de los casos, en la otra cara de la moneda se enfrentaron situaciones extremas de poblaciones colombianas rurales y apartadas, en las cuales los estudiantes no contaban con aparatos tecnológicos que les permitieran “conectarse” a la clase, en éstas situaciones los docentes se vieron enfrentados al gran reto de mantenerlos en el sistema educativo al desarrollar clases por teléfono o enviando algunas guías de apoyo para estudiantes sin el

recurso tecnológico. El conglomerado de estas situaciones llevo al límite a muchos docentes quienes expresaron estados de desesperación, confusión, ansiedad y depresión debido esta avalancha de responsabilidades, sumado a esto sus miedos, apenas naturales ante pérdidas familiares derivadas de la pandemia.

Ante las anteriores dificultades observadas se destacan estudios relacionados con la salud mental, tal como lo expone Betancurt (2023), en un estudio referente al Síndrome de Burnout, es una enfermedad laboral que limita el rendimiento y desempeño en la profesión docente, el cual surge en situaciones de estrés crónico, síntomas de agotamiento emocional y mental, manifestaciones negativas e indiferentes por el trabajo e incluso hacia compañeros, dificultad para generar empatía con las personas. El autor plantea que la consecuencia de este síndrome son las actitudes agresivas y de auto percepción de ineficacia en las actividades.

Ahora bien, cabe resaltar la importancia de la labor docente y las obligaciones de la familia referidas a la corresponsabilidad de educar a niños, niñas y jóvenes, dicha formación le compete a la familia y la escuela. En lo que tiene que ver con la familia, se espera que ella soporte y fortalezca en valores y principios sociales, que garantice la estabilidad emocional y seguridad básica, pero ante este ideal el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) reporta una realidad distinta, mencionando un número creciente de niños que enfrentan situaciones de vulnerabilidad por falta de apoyo familiar. En lo relacionado con la función social de

la escuela, el docente es el mediador en el conocimiento además de la formación crítica, ética y ciudadana al interior de una comunidad, su labor se ve afectada por factores externos, según lo refleja un estudio realizado por la Universidad de la Sabana en 2023 y publicado por el diario el Tiempo en el que se establece que el 43% de los estudiantes presenta dependencia a dispositivos electrónicos, distractores del proceso educativo cuyos efectos dificultan aún más las labores del docente cuando se alteran hábitos y rutinas incentivadas en la escuela por los docentes.

Al evidenciar la anterior realidad, es preciso continuar analizando otro gran número de responsabilidades adicionales que debe asumir un docente, algunas que corresponden con la constitución, las leyes aprobadas y asignadas por el gobierno, las cuales son de obligatorio cumplimiento, tales como la función de liderar las escuelas de padres según se encuentra estipulado desde el año 2020 cuando se estableció la ley 2025 que orienta y da lineamientos para el desarrollo de las “Escuelas de Padres” actividad a cargo de los docentes. Esta ley busca fortalecer las habilidades de padres, madres y cuidadores en cuanto a pautas de crianza y formación en valores para garantizar que los estudiantes logren desarrollar competencias sociales que les permitan ejercer plenamente sus derechos ante la sociedad. Dichas orientaciones a los padres y familias constituyen otra responsabilidad más para el docente y de la cual se esperan resultados

pertinentes debido al seguimiento que hacen los entes de control para el cumplimiento de la ley.

En esta línea los docentes son quienes deben aplicar estrategias, métodos, didácticas enfocadas a que las familias se apropien de habilidades de orientación integral y de los principios y valores acordes con el Proyecto Educativo Institucional (PEI), son los educadores los responsables de hacer seguimiento a la evolución y apropiación de las metas propuestas por la institución, las políticas y la leyes para procurar el fortalecimiento de la alianza Familia - Escuela y su participación en la obtención de los cambios esperados, tomando en cuenta las anteriores consideraciones, son escasos los estudios que se han realizado alrededor del impacto de la labor del docente en la formación a las familias.

Al continuar con el análisis alrededor de la salud mental y física de los docentes, se ha tomado como referencia el más reciente boletín de vigilancia en salud de los educadores de Colombia presentado por el Fondo de Prestaciones Sociales del Magisterio (FOMAG), entidad colombiana creada por la Ley 91 de 1989, cuya función principal es garantizar el acceso a los servicios médicos y asistenciales de los profesionales de la educación del sector público del país. En dicha publicación se hace seguimiento a la salud de los docentes en Colombia, entre los datos más relevantes se encuentra que las principales causas de incapacidad por enfermedad laboral entre el año 2023 y la primera mitad del 2024, son: que el 36.8% corresponde alteraciones de la voz, los trastornos mentales y el

sistema nervioso representan un 20,4%, el síndrome del túnel carpiano 9,47% y los trastornos del sistema osteomuscular alcanzan un 7.03%. Dichos diagnósticos constituyen más del 70% de las incapacidades analizadas. Así, entre 2019 y 2023 se evidencian 722.587 incapacidades, situación que impacta el tiempo laboral en un total de 6.828.540 días de ausentismo laboral, lo cual es una cifra realmente preocupante que dirige la atención especialmente hacia la salud mental de los educadores en Colombia.

Las anteriores cifras reflejan necesidades que requieren de asignación de presupuesto económico, atención prioritaria por parte de entidades de gobierno garantizada desde los ministerios de hacienda, trabajo, salud, cultura, educación, ciencia y tecnología, dirigido a brindar a la población docente la atención que requiere en procesos de prevención, promoción y atención en salud mental, para mitigar la situación y realidad expuesta. Las condiciones laborales del magisterio que está al servicio del estado son preocupantes y requieren de la participación decidida del Gobierno y sus entidades para que así mismo los docentes reflejen una mejor calidad educativa en las aulas, apoyadas en acciones que minimicen las brechas y desigualdades sociales en salud, educación, saneamiento básico, acceso a la información, cobertura tecnológica, mantenimiento y modernización de las plantas físicas de las instituciones educativas urbanas y rurales del país.

En otro estudio relacionado con la salud mental de la población docente, Villareal (2022), hace una exploración de la situación del estrés y síndrome de

Burnout tomando como muestra 98 docentes que participaron de este estudio exploratorio, el cual fue desarrollado en Colombia, luego del regreso a la presencialidad a las aulas, al ser superado el confinamiento por pandemia del COVID 19. En este estudio, se logra identificar una prevalencia del síndrome de Burnout en un 70% y del estrés del rol en un 95% , los dos indicadores en el nivel extremo. En dicho estudio se identifican síntomas que se derivan del ámbito laboral entre los cuales se destacan las condiciones organizacionales, preocupaciones y falta de reconocimiento profesional. El autor argumenta que la pandemia afectó profundamente los procesos educativos y generó un cambio sustancial en las formas de concebir la escuela. La afectación de los estudiantes es otro tema para tener en cuenta por las razones ya expuestas y que tienen que ver con las capacidades del docente de enfrentar situaciones de índole mental en la población infantil sin tener herramientas para ello. Dicha investigación invita a otros teóricos en el tema a profundizar y determinar otras variables que puedan ser objeto de estudio y brindar más información.

Finalmente, teniendo en cuenta que los docentes son fundamentales en términos de educación de las comunidades y el alcance de las metas de calidad que propone el Ministerio de Educación Nacional (MEN), es importante que se retome el “declive de la profesión” que menciona la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) quienes expresan en su publicación del 2024, llamada: “valorar la voz docente” que según el Informe

Mundial sobre el Personal Docente se estima que el mundo necesitará 44 millones de docentes más, para alcanzar la educación primaria y secundaria universal en 2030 (UNESCO y TTF, 2024), de lo cual se infiere que la profesión docente no es atractiva para los aspirantes a cursar carreras universitarias. Este fenómeno es atribuible a variados factores ya mencionados, unido a esto, en el mismo informe se plantea que el abandono de la profesión docente está en aumento en todo el mundo. La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) presenta las siguientes cifras que lo corroboran:

Entre 2015 y 2023, la tasa de abandono docente aumentó del 4,6 % al 6,0 % en educación primaria; se duplicó del 4,1 % al 8,4 % en educación secundaria inferior; y aumentó del 4,1 % al 6,5 % en educación secundaria superior. p.4

Dicho documento plantea como opción que los docentes en ejercicio deberán participar de las decisiones de política pública en sus territorios a fin de hacer escuchar su voz y de esta manera buscar la dignificación docente. Es importante mencionar que la tarea de generar cierto atractivo a la profesión docente también le corresponde a los gobiernos y los sindicatos, al dignificar la labor por medio de decisiones que favorezcan el rol y permitan mayor número de beneficios a la misma, lo cual garantiza una adecuada retribución económica y condiciones dignas en todos los niveles enfocados en mejorar la calidad de vida de los docentes, en este caso los docentes colombianos. Aunque se reconoce que se han dado algunos pasos significativos en torno a la

dignificación de la profesión docente, es de conocimiento público que en el largo plazo hay bastante camino por recorrer, y se debe tener muy presente que al alcanzar niveles de satisfacción en los docentes en cuanto a la salud mental de los mismos, tendrá un mejoramiento que redundará en las puestas en práctica en las aulas y fuera de ellas.

En torno a la salud mental de los docentes es claro que aún no hay una postura definida, sin embargo, para la población en general las instituciones de salud han evolucionado en este tema y han permitido a la comunidad en general reconocer la importancia de esta y su incidencia en la salud pública, así mismo las entidades del gobierno, como el ministerio de salud, ministerio de educación y otras entidades han tomado en cuenta esta problemática en sus planes de acción. Estos esfuerzos parecen responder a la problemática, sin embargo, se puede identificar que en la comunidad a pesar del desarrollo, de la conciencia frente a la importancia del tema, aún permanece cierto recelo al hablar de salud mental, las huellas del pasado siguen persiguiendo a las personas quienes permanecen con algunos prejuicios frente al acceso a servicios en psicología, psiquiatría y terapias. En el medio familiar aún cuesta la identificación de situaciones de salud mental, especialmente en unas edades más que en otras, así pues, es fácil identificar indicadores de demencia senil y es más complejo percibir síntomas de salud mental en la población infantil y juvenil.

Reconocer la fragilidad en las personas continúa siendo un reto, más aún cuando las redes sociales y las plataformas de entretenimiento presentan la felicidad plasmada en momentos cotidianos de la vida retocados y puestos en su mejor versión. La definición de la Organización Mundial de Salud (OMS) sobre salud mental al presentarla como un “estado de bienestar mental” se identifica como un horizonte que aún vemos lejano, un ideal al que llegar, pues los momentos de estrés de la vida evidencian que aún la población posee escasas herramientas para enfrentarlos, sin deteriorar la salud física y mental. Iniciativas como el día de la salud mental pretenden visibilizar y mitigar las dificultades que tienen las personas para asumir actitudes, pensamientos y decisiones, de esta manera aportan al bienestar propio y el de los que les rodean, lo cual permite una coherencia con los retos y las dificultades que se presentan a diario en una sociedad que aún muestra inequidades e injusticias a todo nivel, en este orden de ideas se perciben como esfuerzos válidos a la hora de plantear alternativas a la problemática identificada.

Igualmente la necesidad de generar otros tipos de estrategias por parte de los gobiernos y las instituciones frente al seguimiento de las dificultades identificadas por las encuestas y estudios realizados por las agencias e instituciones públicas sobre salud mental, enfocados en los cambios de los estilos de vida de las personas, la percepción contemporánea de la familia, los hábitos y rutinas de la población y sus relaciones interpersonales visiblemente disminuidas por la incorporación de tecnologías y la soledad que estas generan, son de vital

importancia en estos momentos de la humanidad, más aún en la población docente que recibe en sus aulas las consecuencias de los mencionados cambios sociales.

De la misma manera la creciente demanda de atención en salud mental de la población colombiana ha puesto en evidencia la dificultad de acceso a estos servicios, lo cual pone de manifiesto la necesidad de vigorizar el sistema de salud, para enfrentar el problema de una manera eficaz y eficiente, así mismo para la población docente se hace necesario el fortalecimiento de las propuestas de organismos como el Fondo de Prestaciones Sociales del Magisterio (FOMAG) para atender a la población de maestros, las cuales hoy en día resultan escasas en términos de cobertura para la gran demanda que se presenta. Por si esto no fuera suficiente en el año 2024 se enfrenta el reto del nuevo modelo en salud para los docentes, cambio que en su inicio presenta dificultades de acceso para los educadores que requieren atención en salud mental, ligado a políticas y tramites engorrosos que obstaculizan el acceso.

En este aspecto se reconoce y resalta la convocatoria que realiza a finales del año 2024 el Fondo de Prestaciones Sociales del Magisterio para contratar una Institución Prestadora de salud (IPS) que brinde apoyo a los docentes en términos de salud mental. Se espera que presente resultados satisfactorios en el acceso a atención, tanto en consultorio como in situ, lo cual permite que los docentes sean atendidos en las instituciones educativas y las mismas sean observadas y valoradas en fortalezas y dificultades con el fin de minimizar situaciones de estrés

y sobrecarga laboral para los docentes, sin embargo su puesta en marcha aún no cuenta con informes o cifras a presentar.

En cuanto a la importancia de la labor docente, se deben cuidar los factores de riesgo que pueden generar los altos niveles de estrés, es fundamental, la identificación de síntomas para solicitar apoyo profesional oportuno, al no hacerlo, se genera un riesgo de afectaciones que desencadenan en roturas de las relaciones interpersonales del docente y sus colegas, sus estudiantes o peor aún, en las relaciones familiares, ya que las actitudes negativas producto del Síndrome de Burnout toman fuerza e influyen negativamente en la calidad de vida del docente y su familia.

Así mismo, es importante que los docentes busquen mejoras en sus condiciones laborales, mediante las concertaciones con los equipos de dirección de las instituciones educativas y los Comités de salud en el trabajo, frente a las situaciones identificadas como estresores, y en este sentido puede ser importante la creación de grupos de apoyo de docentes liderados por el sector salud en los cuales los educadores puedan expresar sus necesidades y experiencias, hallar un soporte emocional, e identificar que esta problemática afecta a otros colegas, para favorecer las redes de apoyo y la adquisición de herramientas para enfrentar las crecientes demandas de las comunidades educativas especialmente en lo emocional.

De igual manera el reconocimiento de la labor docente puede ser otra pieza clave en la disminución de la sensación de agotamiento y autopercepción de ineficacia, se resalta la importancia de que los medios de comunicación enfoquen su atención en los logros a nivel de educación en los diferentes territorios, con el mismo entusiasmo que retoman los hechos lamentables que se presentan en algunos contextos educativos.

Finalmente referido a la necesidad de respeto hacia la labor docente, es importante que la labor periodística sobrepase la necesidad imperante de llamar la atención de la comunidad mediante titulares amarillistas y se enfoque en comunicar la verdad y en mostrar el panorama completo de la educación en Colombia. Sería interesante que se conozcan aquellas poblaciones y las condiciones en las cuales los docentes tienen que recorrer caminos de “herradura” y enfrentar la inclemencia del tiempo para llegar a sus aulas y visibilizarlo en el mundo, esta difusión reivindicaría la profesión docente en Colombia. De la misma manera es imperativo y fundamental que los educadores de Colombia fortalezcan la sistematización de experiencias en el aula y fuera de ella y las compartan con la comunidad nacional e internacional con el fin de lograr una sensibilización hacia la grandeza que lleva consigo esta bella vocación “ser DOCENTE”.

BIBLIOGRAFÍA

- Álvarez, D. V. O. (2023, agosto 22). *Un 43 % de niños tendría dependencia a dispositivos electrónicos ¿Cómo afecta su salud?* El Tiempo. <https://www.eltiempo.com/salud/un-43-de-ninos-tendria-dependencia-a-dispositivos-electronicos-como-afecta-su-salud-798357?form=MG0AV3>
- Barrera, S. M. R. (2024, noviembre 19). *FOMAG lanza primer boletín con datos de la salud de los docentes*. CONSULTORSALUD. <https://consultorsalud.com/fomag-boletin-datos-salud-docentes/>
- Bienestar en tu Mente*. (s/f). Edu.co. Recuperado el 2 de marzo de 2025, de <https://www.colombiaaprende.edu.co/contenidos/coleccion/bienestar-en-tu-mente>
- Curiel Gómez, R. Y., Chiquillo Rodelo, J., & Muñoz Rojas, D. (2024). Gestión de políticas públicas en salud mental en el contexto laboral colombiano. *Revista venezolana de gerencia*, 29(106), 847–864. <https://doi.org/10.52080/rvgluz.29.106.25>
- de Colombia, M. de S. y. P. S. (s/f-a). *Encuesta de Minsalud revela que el 66,3% de los colombianos declara haber enfrentado algún problema de salud mental*. Gov.co. Recuperado el 2 de marzo de 2025, de <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/66-porcentaje-de-colombianos-declara-haber-enfrentado-algun-problema-de-salud-mental.aspx>
- de Colombia, M. de S. y. P. S. (s/f-b). *Línea 192 ya ha atendido 2.100 llamadas para atención en salud mental*. Gov.co. Recuperado el 2 de marzo de 2025, de <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Linea-192-ya-ha-atendido-2.100-llamadas-para-atencion-en-salud-mental.aspx?form=MG0AV3>
- de Colombia, M. de S. y. P. S. (s/f-c). *Más de 18 mil atenciones en salud mental en opción 4 de Línea 192*. Gov.co. Recuperado el 2 de marzo de 2025, de <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Mas-de-18-mil-atenciones-en-salud-mental-en-opcion-4-de-Linea-192.aspx?form=MG0AV3>
- No title. (s/f). Unesco.org. Recuperado el 3 de marzo de 2025, de https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000391453_spa?posInSet=3&queryId=N-EXPLORE-8f89f2f4-640f-41e9-86a2-b58dc1e15aba
- Padilla, A. C., Gómez-Restrepo, C., Rodríguez, V., Dávila, M., Avella-García, C., Caballero, A., Vives, N., Mora, L. S., Márquez, G., Prieto, Y., Sandoval, N., Cotes, Z., & Hernández, S. (2009). Prevalencia y características del síndrome de agotamiento profesional (SAP) en docentes de tres colegios públicos de Bogotá (Colombia). *Revista colombiana de psiquiatría*, 38(1), 50–65. <https://www.org/articulo.oa?id=80615419005>

Sánchez, L. B. (s/f). *Betancurt, L. (2023). Síndrome de Burnout: una mirada documental a la intervención y tratamiento en Colombia. Universidad de Antioquia. Especialización en Psicología Organizacional.*

Villarreal-Fernández, J. E., & Institución Educativa Félix Henao Botero (Colombia). (2023). El Estrés y Burnout percibidos en docentes colombianos en el regreso a la presencialidad en las aulas. Un estudio exploratorio. *Revista de Psicología y Educación - Journal of Psychology and Education*, 18(1), 71. <https://doi.org/10.23923/rpye2023.01.236>

(S/f-a). Edu.co. Recuperado el 2 de marzo de 2025, de <https://educacionbogota.edu.co/boletin-prensa/escuelas-con-emociones-la-apuesta-para-promover-la-salud-mental>

(S/f-b). Gov.co. Recuperado el 2 de marzo de 2025, de https://www.mineduccion.gov.co/1780/articles-418248_recurso_1.pdf