

## Encuesta Nacional “Contanos para cuidarte”

*“La salud laboral se construye  
en un medio ambiente de trabajo adecuado,  
con condiciones de trabajo justas,  
donde los trabajadores y trabajadoras  
puedan desarrollar una actividad con dignidad  
y donde sea posible su participación para la mejora  
de las condiciones de salud y seguridad”.*

ISTAS

### Un primer análisis de resultados

En la actual situación de emergencia y excepcionalidad que atravesamos a consecuencia de la Pandemia por Covid-19, nuestra organización sindical llevó adelante la Encuesta Nacional “**CONTANOS PARA CUIDARTE**”, que se realizó en todo el país a través de las redes sociales, en el período comprendido entre el **2 y el 12 de abril** de 2020.

Esta Encuesta fue lanzada en el marco de la suspensión de la concurrencia a los establecimientos educativos, tanto para alumnos como para docentes y el aislamiento social preventivo y obligatorio en los hogares para habitantes de todo el territorio nacional. No obstante, el Gobierno partiendo del reconocimiento de la educación como un derecho humano individual y social que la propia Ley de Educación Nacional N° 26.206 recepta, tomó la decisión política de garantizar la continuidad pedagógica y sostener el sistema educativo, con la consecuente continuidad de la tarea docente en un contexto absolutamente modificado.

La Encuesta Nacional, diseñada e instrumentada por el Departamento de Condiciones y Medio Ambiente de Trabajo de SADOP, se constituyó en una herramienta de acción sindical cuyo primer objetivo ha sido acercarnos al colectivo de trabajadores y trabajadoras que representamos en tiempos de distanciamiento social, ponernos en contacto y escuchar a las y los docentes para saber cómo están transitando este tiempo de excepción, cuáles han sido las principales alteraciones en la habitualidad de su trabajo y las implicancias sobre la salud que esto trae aparejado.

**En todo el país más de 8.000 docentes privados de los niveles maternal, inicial, primario, secundario, terciario y universitario** han respondido el cuestionario y hoy queremos compartir con ustedes los principales resultados, con el fin de reflexionar juntos y construir nuevas respuestas colectivas, habitando este momento de excepción y pensando en seguir construyendo una escuela saludable, donde la relación entre Trabajo y Salud debe estar garantizada.

## Las categorías del mundo del trabajo

Al comenzar este análisis de resultados nos parece importante utilizar los “anteojos del mundo del trabajo” con sus categorías de análisis, adoptando el enfoque de las Condiciones y Medio Ambiente de Trabajo -CyMAT- que en esta ocasión nos será de mucha utilidad para poder visibilizar los cambios en el proceso y la organización del trabajo docente en tiempos de pandemia.

El proceso de trabajo docente es complejo y posee características específicas, pues el producto buscado es inmaterial y el eje central de la actividad se funda en el vínculo con otro sujeto, lo que genera un alto grado de responsabilidad y compromiso. El alumno o alumna no se constituye como un objeto de trabajo, sino que es un sujeto partícipe y activo en los procesos de enseñanza y aprendizaje.

Este proceso se encuentra determinado por factores macrosociales (el proyecto de país y el modelo educativo vigentes, la implementación por parte del Estado de determinadas políticas educativas, etc.) y factores microsociales (características y particularidades del establecimiento educativo, ubicación territorial de la escuela y condiciones socio económicas de esa comunidad, entre otras). Hoy consideramos importante revisar nuestros marcos teóricos y analizar en qué medida los factores macro y microsociales se han visto modificados, colocando a las y los docentes en un escenario diferente, sin una instancia previa de preparación. La jornada, el lugar, el tiempo y la organización del trabajo han variado como también los medios, el contenido, los materiales y las tareas que se realizan y con ello, la carga de trabajo que todo esto implica.

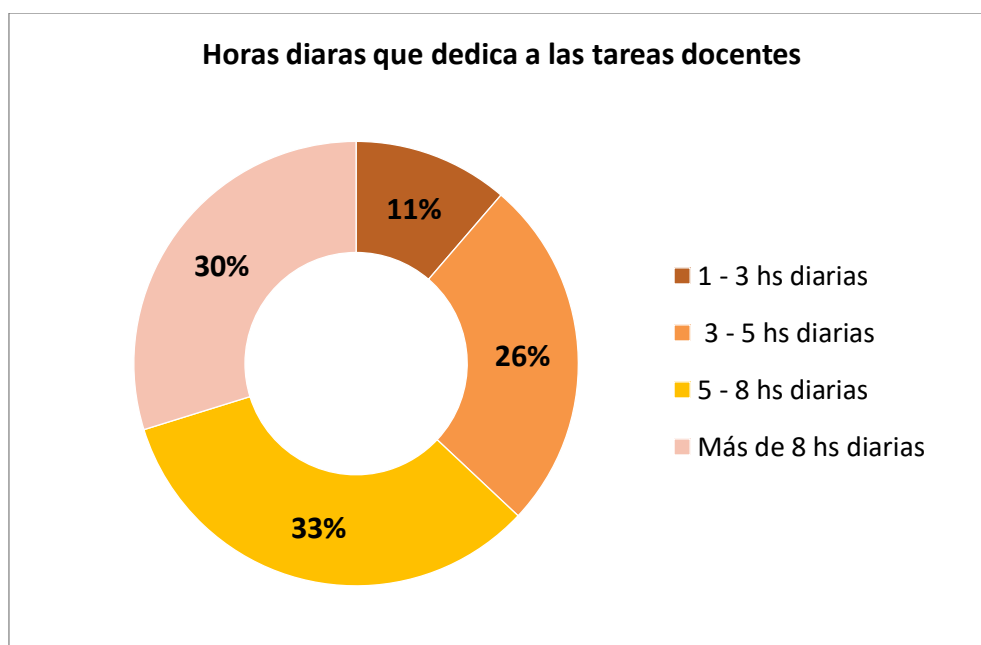
Cuando hablamos de carga de trabajo debemos tener en cuenta el conjunto de exigencias físicas, mentales y psicosociales impuestas a cada trabajador o trabajadora, que impactan sobre su vida y su salud. Esta división es sólo analítica, ya que en la práctica cotidiana las exigencias inciden de manera sinérgica sobre las personas. Asimismo, debido a que no todos poseemos las mismas capacidades de adaptación y resistencia, la carga de trabajo afectará de formas diversas nuestra salud. En este punto es importante considerar que este colectivo de trabajo está conformado en su mayoría por mujeres, lo que le otorga características particulares ya que son ellas quienes siguen realizando y responsabilizándose mayoritariamente de gran parte del trabajo doméstico y las tareas de cuidado, lo que implica que la carga de trabajo se multiplique, situación que se profundiza durante este tiempo de aislamiento y tiene fuertes implicancias sobre la salud.

El contexto que conlleva la pandemia en conjunto con la carga y exigencias de trabajo antes descritas serán de relevancia para analizar cómo impacta en el bienestar de las compañeras y compañeros esta nueva realidad.

## Jornada de trabajo

A partir del aislamiento social obligatorio la **jornada laboral docente** ya no es la misma: las tareas y la dinámica familiar han sido alteradas. La jornada legal y la tarea prescrita ya no se desarrollan en el establecimiento educativo, sino que ahora se realizan en los hogares de las y los trabajadores de la educación. El horario de trabajo se ha modificado sustancialmente, tanto en cantidad de horas como en su distribución a lo largo del día. Hay una nueva división del tiempo donde se dificulta hacer un corte y establecer una clara diferenciación entre el trabajo docente, el trabajo doméstico y las tareas de cuidado. La jornada real de trabajo de las y los docentes es mayor a la jornada legal. Según la Primera Encuesta Nacional sobre las CyMAT de los Docentes Privados (2013) a las horas que trabajan en la escuela, se le suman aquellas dedicadas a las tareas escolares que realizan en sus casas, las mismas están invisibilizadas y, por ende, no son remuneradas. Por estos días, TODA la jornada (real y legal) transcurre en los hogares de las y los docentes en simultáneo y sin tiempos de descanso.

Los resultados de nuestra encuesta muestran que en la actualidad **el 63% de los y las maestras y profesoras le dedican a las tareas docentes más de 5 horas por día**. Dentro de este grupo, un **30% trabaja más de 8 horas diarias** mientras que un **33% dedica entre 5 y 8 horas diarias a la actividad docente**.



Fuente: Encuesta Nacional "Contanos para cuidarte". Dpto. CyMAT -SADOP. 2020

Pensando en la extensión de jornada laboral que hoy realizan en sus casas, **un 47% de las y los docentes encuestados manifestó que trabaja más horas de las habituales y un 20% dice trabajar las mismas horas que antes, pero de manera desorganizada. Cabe**

destacar que un **44%** de las y los maestros manifestó que no logra hacer un corte en su trabajo y desconectarse.



Fuente: Encuesta Nacional “Contanos para cuidarte”. Dpto. CyMAT -SADOP. 2020

Las exigencias se multiplican para aquellos docentes que trabajan en más de una escuela y que tienen varios cursos a su cargo. **El 39% de las y los docentes trabaja en dos o tres escuelas, mientras que el 9% en más de tres. Asimismo, el 51% de docentes encuestados tienen más de tres cursos a cargo y el 27% dos o tres cursos a cargo. Aparece con mucha claridad que la cantidad de escuelas en las que trabajan y la cantidad de cursos que tienen a cargo intensifica la carga laboral, teniendo que responder a la diversidad de demandas que ello implica. Con estos datos podemos afirmar que las y los docentes tienen una alta sobreexigencia en su carga de trabajo que se agrava en estas condiciones de excepcionalidad.**

Los **factores de carga física** son aquellos vinculados a las posturas, movimientos, y actividades de fuerza realizadas en el trabajo que se traducen en esfuerzo físico. Entre los factores de carga física presentes en el trabajo docente durante esta situación de aislamiento obligatorio se encuentran: tener que dedicar más horas a la actividad docente (**un 47% de las y los docentes encuestados manifestó que trabaja más horas de las habituales**), no contar con el espacio o los medios adecuados en el hogar para trabajar, estar sentado en una silla que no es ergonómicamente correcta para la postura, la fatiga visual que provocan la computadora o celular, entre otros.

Al trabajar recibimos información que identificamos, procesamos, memorizamos y actuamos, constituyendo éstos los **factores de carga mental**. La propia naturaleza del trabajo docente, demanda la realización de múltiples y complejas tareas que se traducen en factores de carga mental, por ejemplo, la necesidad de estar atentos y atentas al mismo tiempo a las demandas de cada estudiante en particular y de la totalidad del curso. Esta situación se agrava por la cantidad de cursos a cargo ya que **el 51% tiene más de tres cursos a cargo**, a lo que debe sumarse la falta de tiempos de descanso y desconexión, ya que **un 44% de las y los maestros no logran hacer un corte en su trabajo y desconectarse**. Por último, la utilización de nuevas tecnologías -TICS- para las cuales muchas veces no se sienten preparados, planificar las clases, seleccionar el material, adaptar los contenidos, elaborar trabajos prácticos y corregir, también deben considerarse a la hora de analizar esta carga.

Los **factores de carga psicosocial** refieren a los aspectos emocionales y relacionales del trabajo: el vínculo con los distintos actores de la comunidad educativa (madres/padres, alumnos, alumnas, autoridades, compañeros y compañeras) la comunicación y cooperación con los mismos, la responsabilidad que implica la tarea que se realiza, la satisfacción, valoración y reconocimiento social que la misma posee, por sólo nombrar algunos de ellos.

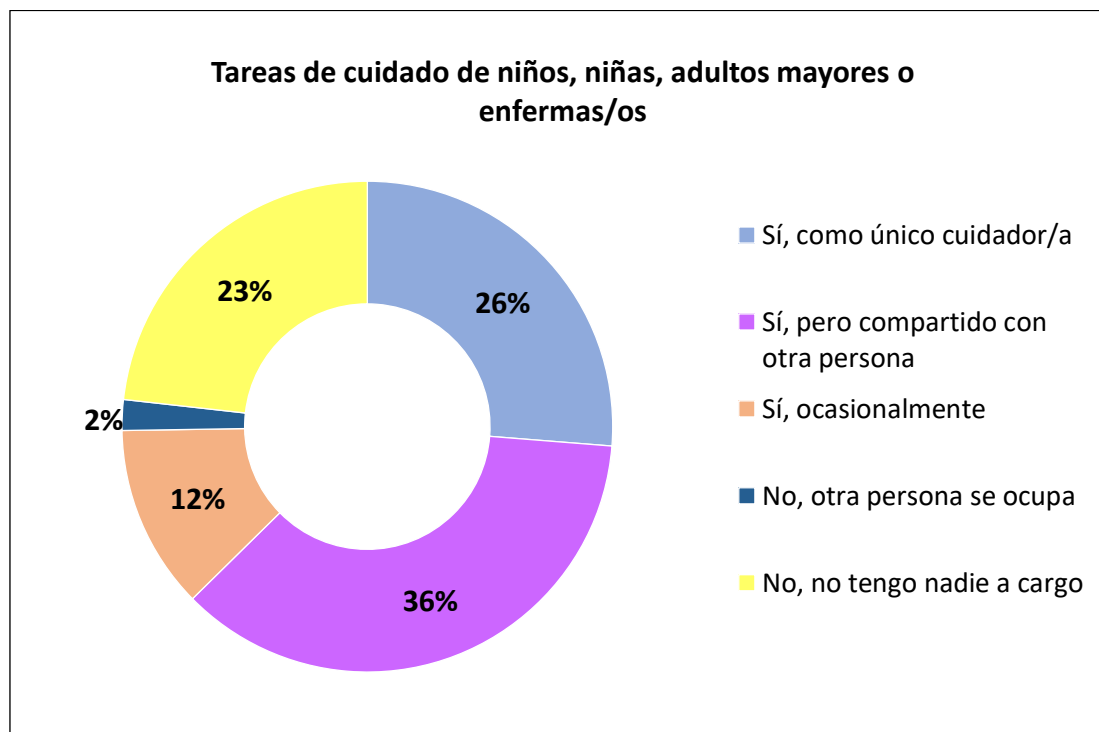
Por estos días, las y los docentes están armando y/o sosteniendo el vínculo con sus alumnos/as, teniendo en cuenta que el ciclo lectivo recién comenzaba y esto le suma dificultades al sostenimiento del entramado vincular. No obstante, las maestras, maestros y profesores ensayan nuevas formas de llegar a las y los estudiantes brindando apoyo y contención. Aún en la virtualidad, se esfuerzan en generar actividades en conjunto con sus compañeros/as de trabajo y mantienen contacto con los demás actores de la comunidad educativa por nuevos o diferentes medios a los habituales (**un 63% de las madres y los padres consultan a los docentes si sumamos los que lo hacen a veces o generalmente**).

En el proceso de trabajo docente se visualiza claramente que el objeto de la actividad es un sujeto, se trabaja con personas. Por lo tanto, la implicancia emocional es un componente fuerte de la docencia que muchas veces se transforma en exigencias. En este contexto de incertidumbre y preocupación, la encuesta muestra dos datos fuertes: un **84% de las y los docentes encuestados extraña generalmente el vínculo directo con sus estudiantes** y un **72% expresa que a veces las y los alumnos tienen dificultades para realizar sus actividades escolares**.

## Tareas de cuidado

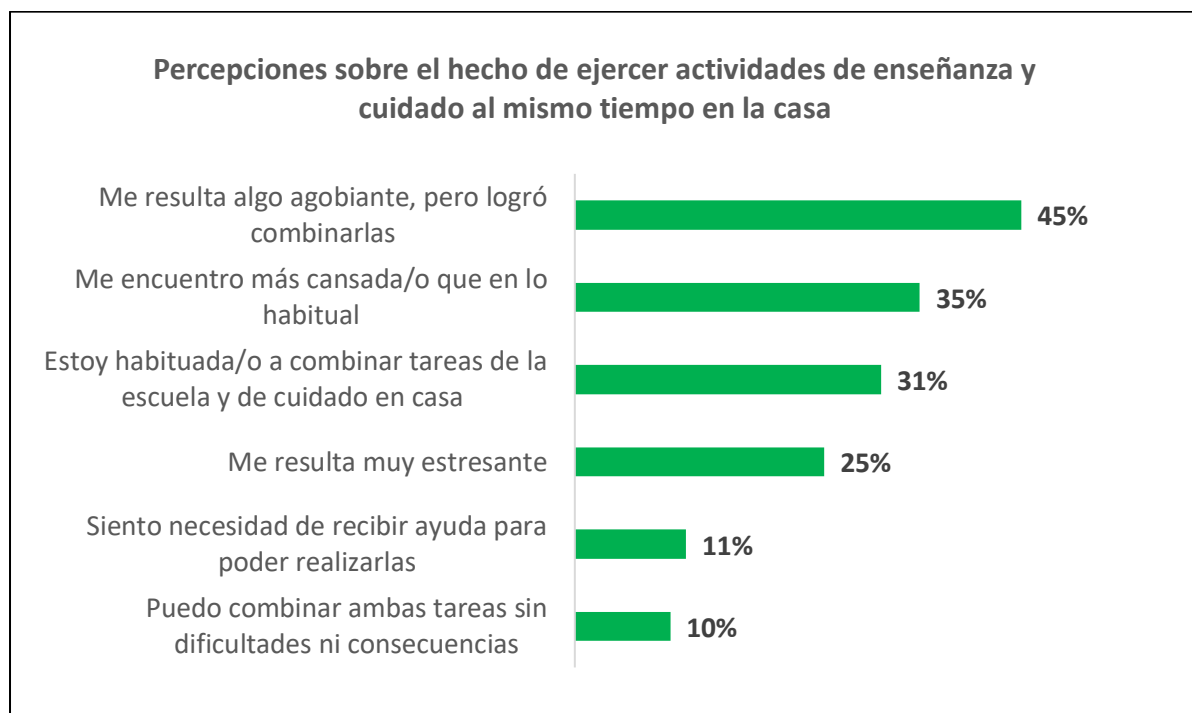
Al trabajar desde la casa, los límites entre lo doméstico y lo laboral se desvanecen y la separación entre lo familiar y lo profesional se vuelve más difícil de lo habitual. Las y los docentes manifiestan tener sus horarios corridos, falta de concentración y de organización, la sensación de incertidumbre y los vínculos exigidos. Esto no es nuevo, para las y los maestros/profesores, la dificultad de conciliar lo familiar y lo laboral siempre está presente

ya que se llevan actividades de la escuela para hacer en sus casas al mismo tiempo que realizan las tareas domésticas y de cuidado de las y los hijos. Esto actualmente se encuentra agravado: **un 74% de las y los docentes encuestados, tiene que combinar las tareas laborales con el cuidado de niños, niñas, adultos mayores y/o enfermos. Dentro de este grupo, un 26% es el único cuidador o cuidadora, un 36% comparte estas tareas de cuidado con otra persona y un 12% hace estas tareas de forma ocasional.**



Fuente: Encuesta Nacional “Contanos para cuidarte”. Dpto. CyMAT -SADOP. 2020

Teniendo en cuenta que **el 82% de docentes encuestados son mujeres**, dato que refleja una nota determinante de este colectivo, el abordaje de todas estas cuestiones que analizamos debe incorporar necesariamente la perspectiva de género. En general, las mujeres trabajadoras se encuentran afectadas por la **dobles presencia**, frase utilizada para señalar que “*durante el tiempo de trabajo remunerado, la persona debe gestionar la organización de sus responsabilidades domésticas y, durante su tiempo privado, debe organizar o gestionar, de alguna manera, sus responsabilidades profesionales*”. (ISTAS). **Esta doble presencia hoy se potencia y multiplica con el aislamiento social obligatorio y el trabajo desde la casa**, ya no se trata de conciliar lo público con lo privado, sino de hacer frente a todas las demandas en el marco del hogar, trabajar más horas, no encontrar tiempo para la desconexión, ejercer el rol de cuidadora de otros miembros de la familia, etc. Todo ello constituye un riesgo para la salud por un fuerte aumento en la carga de trabajo, así como por la dificultad para responder a todas las demandas cuando se producen de manera simultánea.



Fuente: Encuesta Nacional "Contanos para cuidarte". Dpto. CyMAT -SADOP. 2020

**A un 45% de las y los docentes encuestados, le resulta agobiante el hecho de realizar al mismo tiempo y en sus casas las actividades de enseñanza y cuidado, un 35% se encuentra más cansado que lo habitual, a un 25% le resulta muy estresante y un 31% dice estar habituado/a a combinar estas tareas. En este punto es importante señalar que el 10% que dice poder combinar las tareas sin dificultades, así como el 31% que manifiesta estar habituado/a a realizarlas, puede estar naturalizando esta exigencia y por ende esto no implica que no le cause perjuicio o que su salud no se vea afectada.**

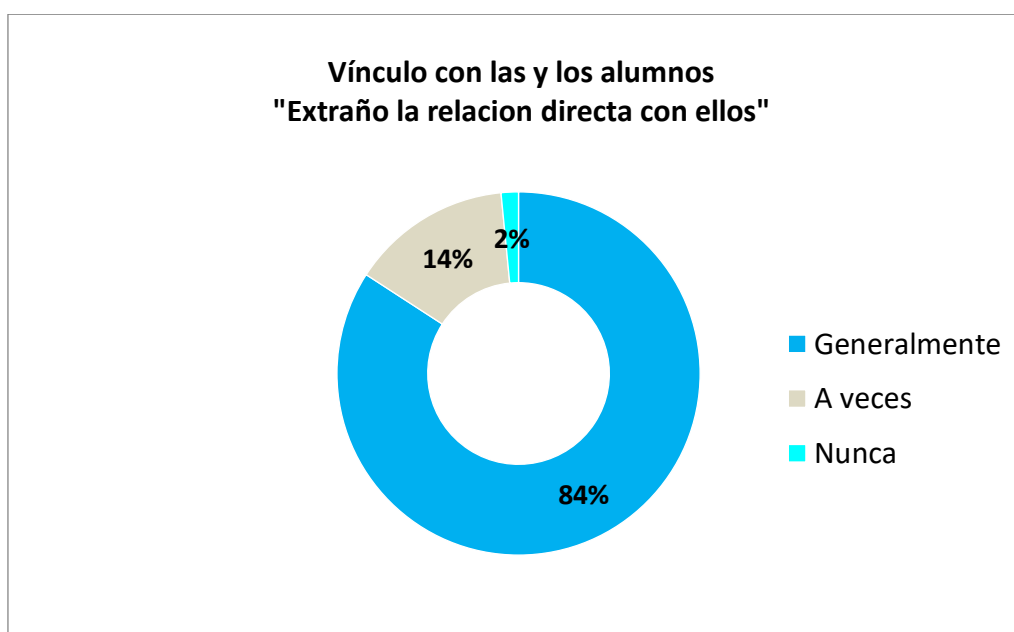
El aislamiento social obligatorio pone a prueba la convivencia, los vínculos, la capacidad de sostener el hogar como espacio privado, el cual históricamente ha estado en manos de las mujeres. El trabajo de las docentes se multiplica de manera exponencial: podemos decir que estamos frente a **una triple jornada: las tareas docentes prescriptas y las tareas reales, más las tareas domésticas y de cuidado**. Toda esta situación se potencia por estos días, donde todo aparece vinculado, de manera constante, aumentando las presiones y las responsabilidades, creciendo la angustia.

Nuestra sociedad es estructuralmente desigual en cuestiones de género. El desafío de analizar y debatir sobre los cuidados implica adentrarse en estructuras y procesos sociales naturalizados e invisibilizados, en una compleja red que establece roles y distribuye responsabilidades, costumbres, trabajos y mandatos sociales del patriarcado. La situación de emergencia por la pandemia, expresa aún con más fuerza, la necesidad de poner en el

centro de la cuestión la organización social del cuidado. Esta crisis se presenta como una oportunidad de analizar, no sólo por estos días, sino hacia adelante y definitivamente lo que está en juego. Creemos que se trata no sólo de repartir más equitativamente el cuidado entre varones y mujeres, sino de reconocer la importancia y el valor de estas tareas. Las medidas y acciones deben tener al cuidado en el centro del debate, rompiendo los modelos tradicionales que repercuten sobre las mujeres, construyendo miradas alternativas en el marco de su dimensión política.

## Los vínculos y el espacio de trabajo en la excepcionalidad

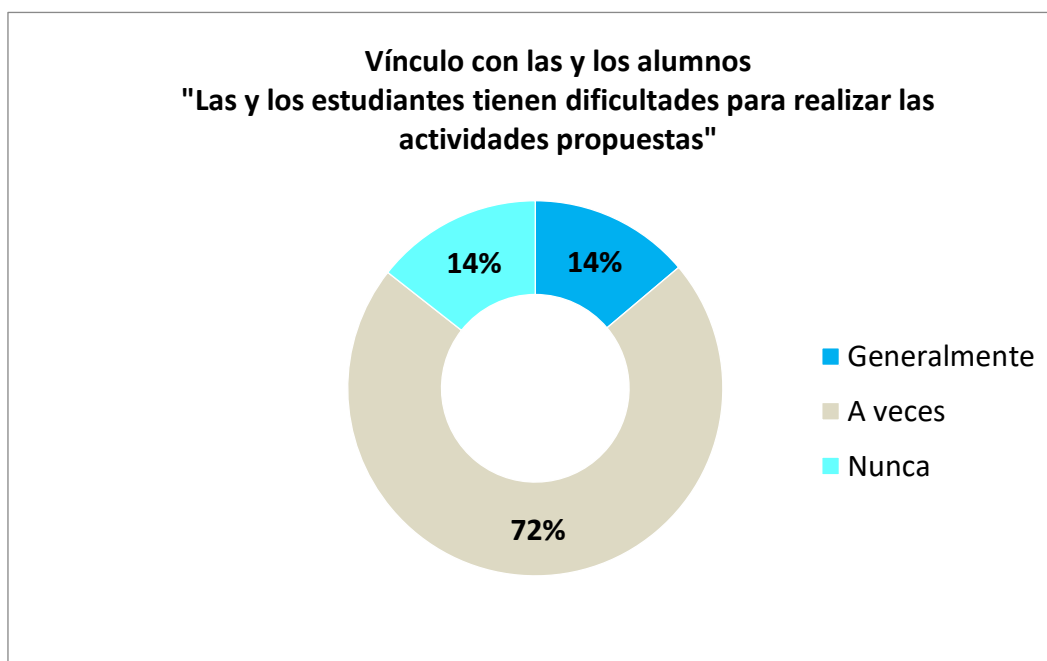
Una de las notas distintivas en el proceso de trabajo docente se pone de manifiesto en la presencialidad, pensada como espacio y tiempo donde se expresa un fuerte enraizamiento vincular, el ida y vuelta imprescindible para poder construir conocimiento entre todas y todos. En nuestra encuesta buscamos indagar cómo están resultando en la distancia el sostenimiento de algunos de estos vínculos entre docentes y otros miembros de la comunidad educativa. Antes señalamos que trabajar con niños y jóvenes conlleva una implicancia emocional y **el 84% de las y los docentes encuestados manifiesta que generalmente extraña el vínculo directo con sus estudiantes**. ¿Qué implica esto? En primer lugar, reafirma por parte del colectivo de trabajo el reconocimiento de lo vincular como un elemento esencial y a su vez, un componente de carga general, ya que pone a las y los docentes a crear nuevas y variadas estrategias de acercamiento con las y los alumnos, para intentar suplir la ausencia de ese estar físicamente presentes.



Fuente: Encuesta Nacional "Contanos para cuidarte". Dpto. CyMAT -SADOP. 2020

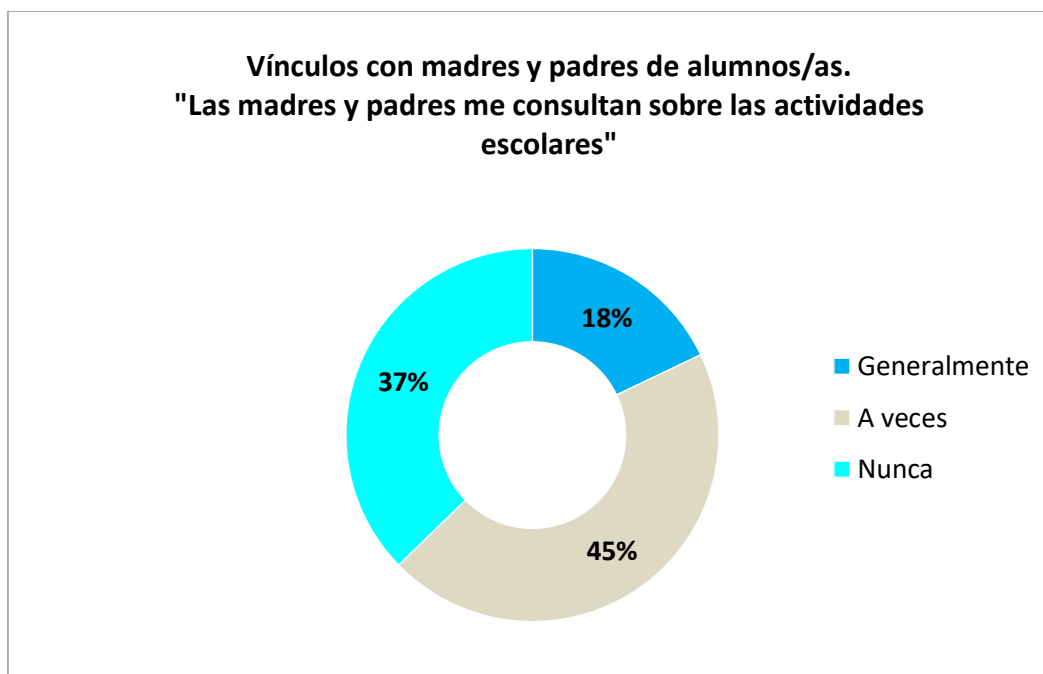


En esta situación de excepción respecto de las exigencias de los procesos de enseñanza y aprendizaje, se modificaron las formas, contenidos y la manera de encontrarse desde la virtualidad. Esto necesariamente conlleva implicancias pedagógicas: **un 72% de docentes percibe que a veces sus alumnos/as tienen dificultades para realizar las actividades escolares.** Esta cuestión también genera sobrecarga porque les exige una constante revisión de sus modos de enseñanza y modificación permanente de recursos improvisados de manera virtual.



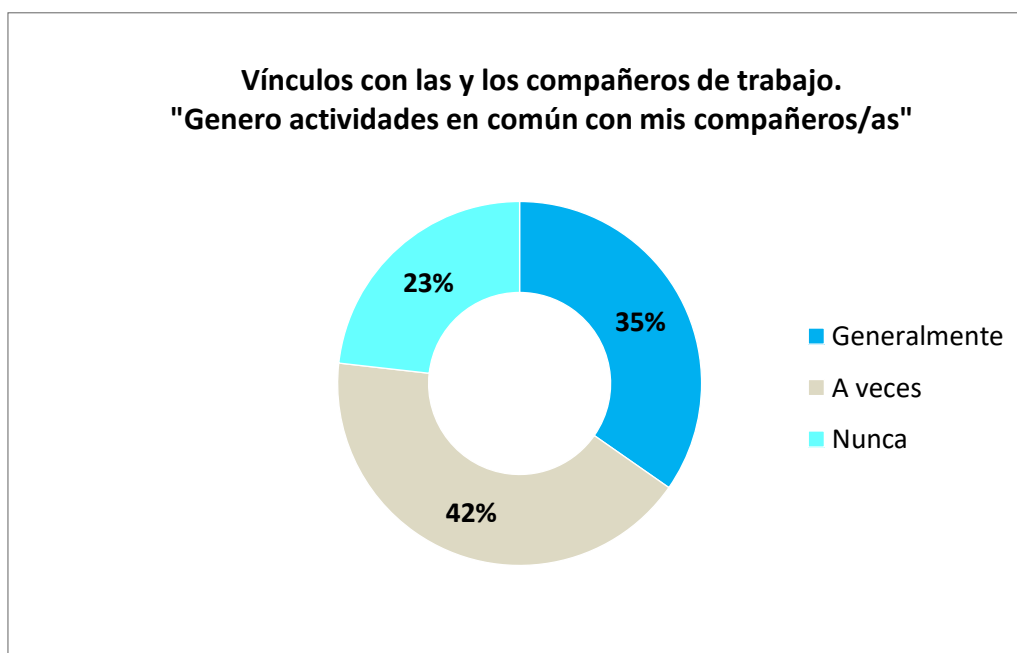
Fuente: Encuesta Nacional "Contanos para cuidarte". Dpto. CyMAT -SADOP. 2020

Hoy las tareas escolares se llevan adelante desde el ámbito del hogar de cada alumno y alumna. Las madres y los padres deben sostener ciertas actividades y dedicar tiempos para que ello sea posible. **Un 63% de las madres y los padres consultan a los y las docentes: un 18% lo hace generalmente mientras que un 45% lo realiza a veces.** ¿Cómo son esas consultas? ¿en qué momentos las realizan? ¿Qué cantidad de llamadas, email, whatsapp reciben por día las y los docentes? ¿cuáles son las reales posibilidades de responder si multiplicamos esto por cantidad de alumnos y escuelas?



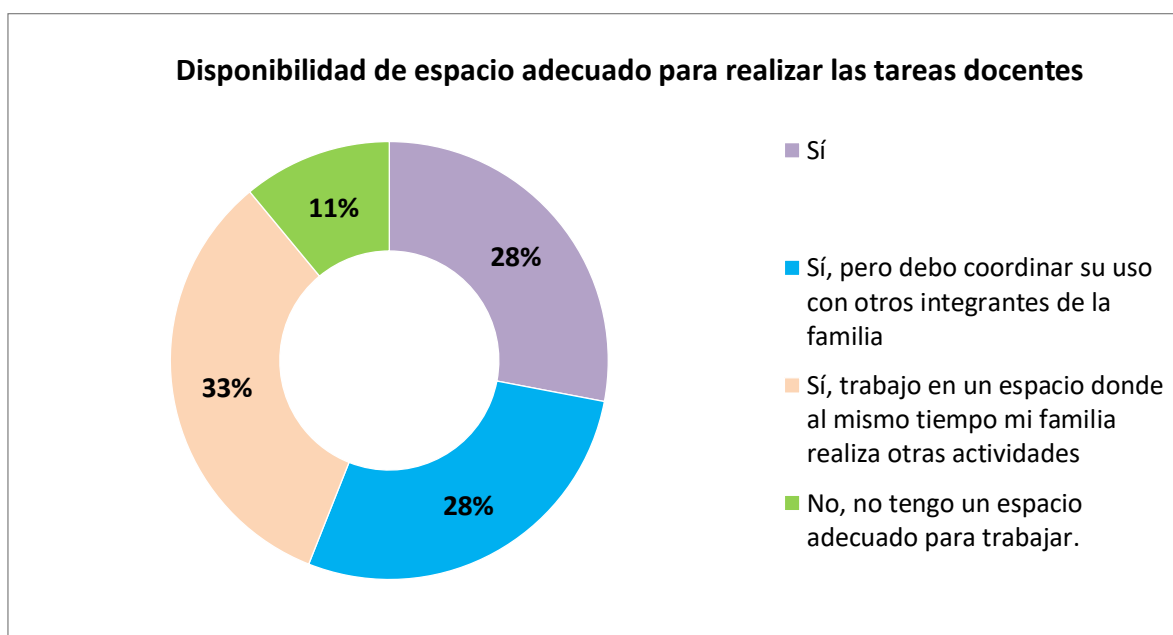
Fuente: Encuesta Nacional "Contanos para cuidarte". Dpto. CyMAT -SADOP. 2020

Al analizar los vínculos al interior de la comunidad educativa también es importante considerar la relación que las y los docentes establecen con sus **compañeros y compañeras de trabajo**. Con sus pares comparten cotidianamente las actividades, las angustias y satisfacciones, tanto laborales como extra laborales. Aún en estos tiempos de aislamiento un **35% manifiesta que generalmente realiza y genera actividades en común con sus compañeros y compañeras de trabajo** y un **42% lo realiza a veces**.



Fuente: Encuesta Nacional "Contanos para cuidarte". Dpto. CyMAT -SADOP. 2020

**Las y los trabajadores docentes están realizando las tareas desde la casa y encuentran dificultades con el espacio físico.** Hoy el ámbito privado del hogar se transformó completamente en el lugar de trabajo, donde transcurren las actividades docentes con ciertas limitaciones. Estos espacios privados no están preparados para el trabajo, los materiales muchas veces no son los adecuados y los tiempos, como dijimos anteriormente son difusos, mientras todas las tareas transcurren en simultáneo. **El 33% de las y los docentes realizan las tareas escolares en un lugar donde al mismo tiempo, las demás personas del hogar hacen otras actividades, un 28% cuenta con un lugar adecuado para trabajar, pero debe coordinar su uso con los demás integrantes de la familia y un 11% de las y los maestros no cuenta con un espacio apropiado para el trabajo. Cabe destacar que sólo un 28% tiene un espacio adecuado, cómodo y tranquilo para realizar las tareas en su casa.**



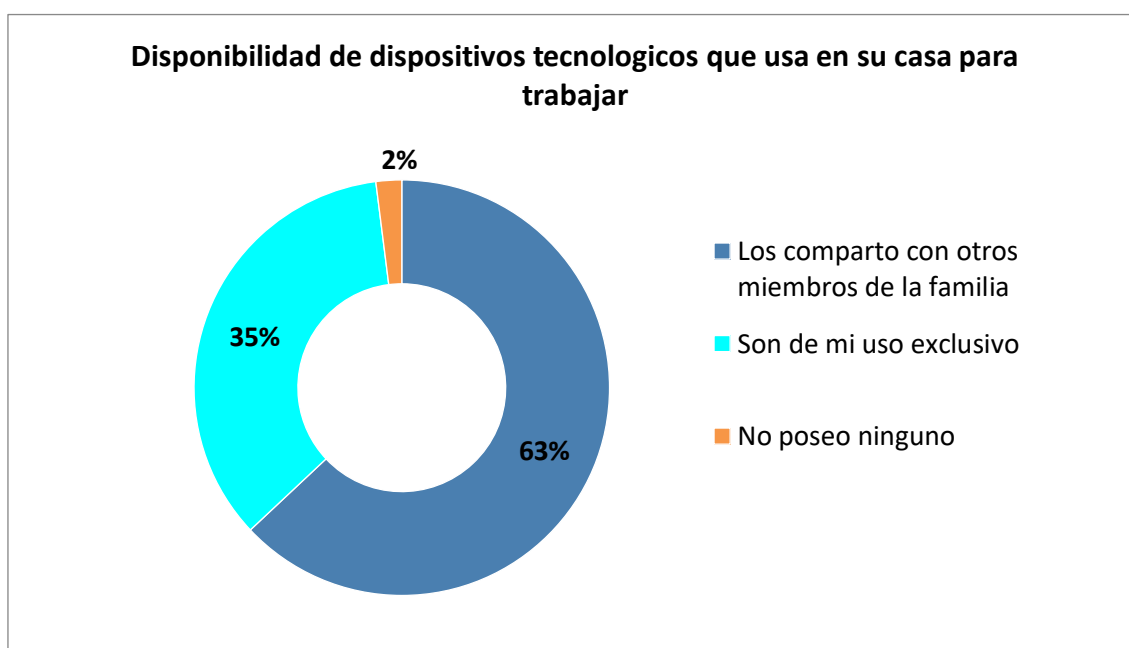
Fuente: Encuesta Nacional "Contanos para cuidarte". Dpto. CyMAT -SADOP. 2020

**Los principales materiales de trabajo que utilizan las y los docentes son la computadora (93%), el celular (86%), y materiales didácticos (40%).**



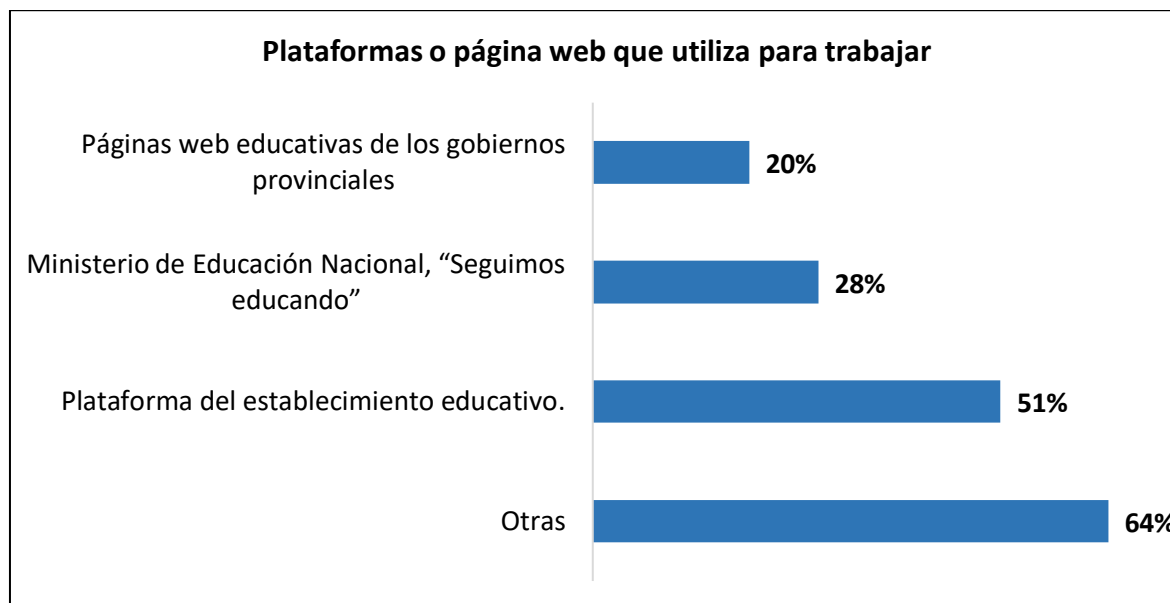
Fuente: Encuesta Nacional "Contanos para cuidarte". Dpto. CyMAT -SADOP. 2020

Al ser consultados acerca del uso de los dispositivos electrónicos (computadora, celular, tablet, impresora, etc.) **un 63% dice que tiene que compartir dichos dispositivos con otros u otras integrantes de la familia.** Esto también dificulta el trabajo y las condiciones en que el mismo se lleva a cabo.



Fuente: Encuesta Nacional "Contanos para cuidarte". Dpto. CyMAT -SADOP. 2020

En relación a las plataformas o páginas web que utilizan para trabajar **el 51% dijo que usa las plataformas del establecimiento educativo, el 28% usa la página web “Seguimos educando” del Ministerio de Educación de la Nación, y un 20% utiliza las páginas educativas de los gobiernos provinciales. Un 64% dijo que utiliza otras páginas web para realizar su trabajo docente.**



Fuente: Encuesta Nacional “Contanos para cuidarte”. Dpto. CyMAT -SADOP. 2020

## Las condiciones de trabajo y su impacto en la salud en tiempos de pandemia

Desde un enfoque de salud laboral, nos interesa conocer cuánto impacta esta situación excepcional en el colectivo de docentes de gestión privada. “El virus” nos afecta no sólo desde el contagio biológico, por la posibilidad de portarlo y enfermar, el virus guarda también un costado semiótico, simbólico, domina el discurso informativo e inunda la esfera pública modificando las prácticas y las respuestas a hacer frente desde la casa. De esta manera, las circunstancias que depara afectan también nuestro bienestar psicosocial.

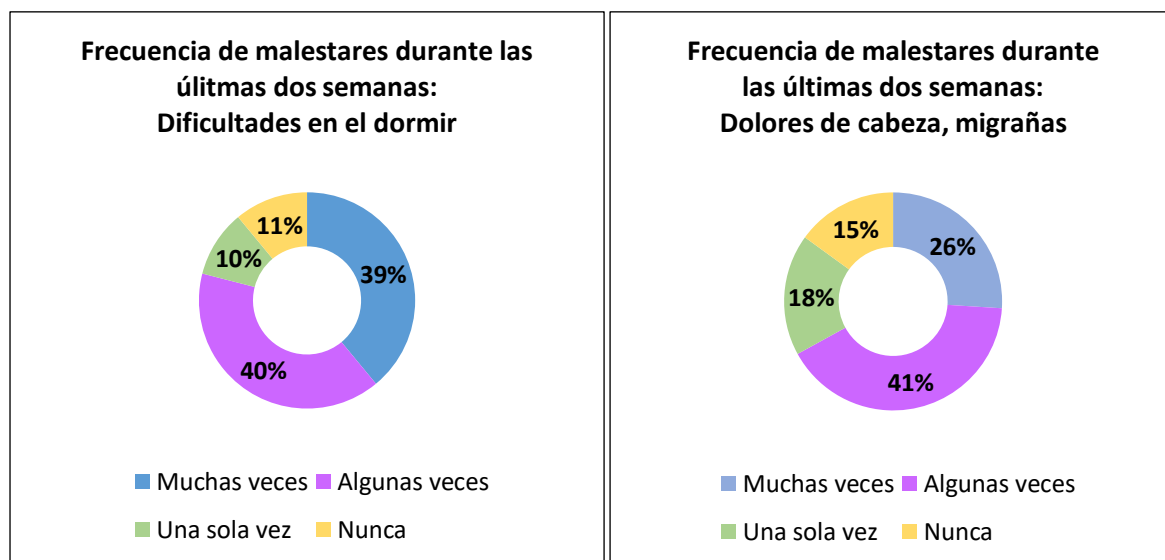
Desde un posible impacto en la esfera de la salud mental, consultamos a las y los docentes respecto de los indicadores que dan cuenta de respuestas anímicas frente a la situación crítica relacionada a la pandemia. Dicha situación estaría representada por la detención o modificación de las rutinas familiares, sociales y laborales, junto a los enunciados de contagio o amenaza a la salud que operan como vértice de las estrategias del aislamiento obligatorio y el impacto que ello genera en el plano emocional.

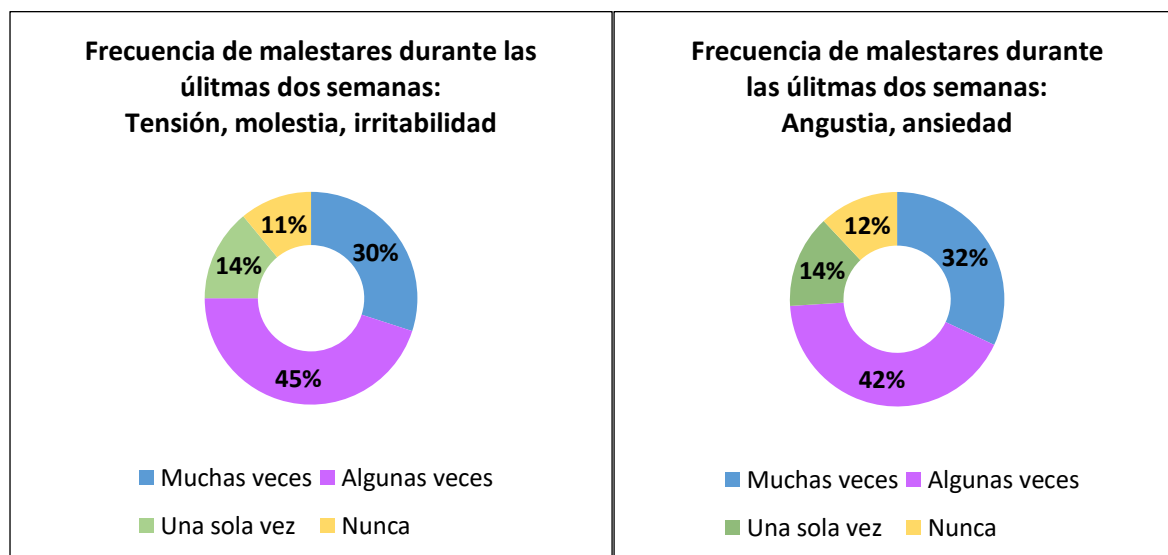
De las y los 8.000 docentes encuestados, **un 96% se encuentra cumpliendo el aislamiento social, preventivo y obligatorio**. Los mismos están en actividad, desempeñando tareas en los distintos niveles educativos para dar continuidad y sostener la educación sin presencialidad. Las y los maestros y profesores hoy se encuentran ante el desafío de enseñar de manera remota, debiendo “inventarse” a diario modos operatorios nuevos frente a la desorganización de su proceso de trabajo.

Con respecto a los malestares físicos, analizamos los problemas digestivos y los dolores musculares, que nos brindan indicios de la **presencia de trastornos músculo esqueléticos (TME) en este colectivo y que están asociados de manera general a la exposición a factores psicosociales de riesgo**. Dos de estos aspectos presentes pueden ser la sobrecarga laboral en términos de ritmo y desorganización del tiempo de trabajo y la percepción de un alto grado de demanda laboral, por encima de las posibilidades que tienen las y los docentes de control del mismo.

Entre los malestares vinculados al impacto en la salud mental, observamos que las “dificultades en el dormir”; “angustia y ansiedad”; “tensión, molestia, irritabilidad” y “dolores de cabeza, migrañas”, se presentan en porcentajes similares.

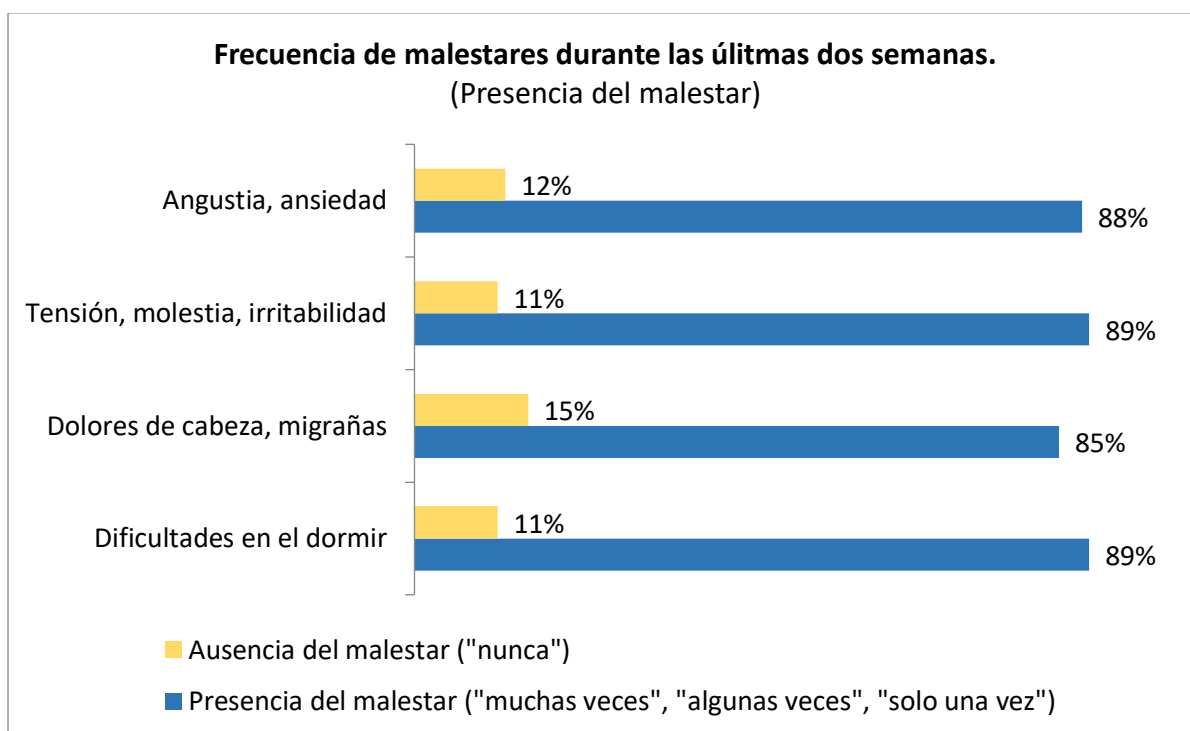
Es importante destacar los docentes que padecieron “muchas veces” estos malestares en las últimas dos semanas: **un 39% tuvo dificultades en el dormir, un 32% angustia y ansiedad, 30% sufrió tensión, molestia, irritabilidad, y un 26% dolores de cabeza, migrañas**.





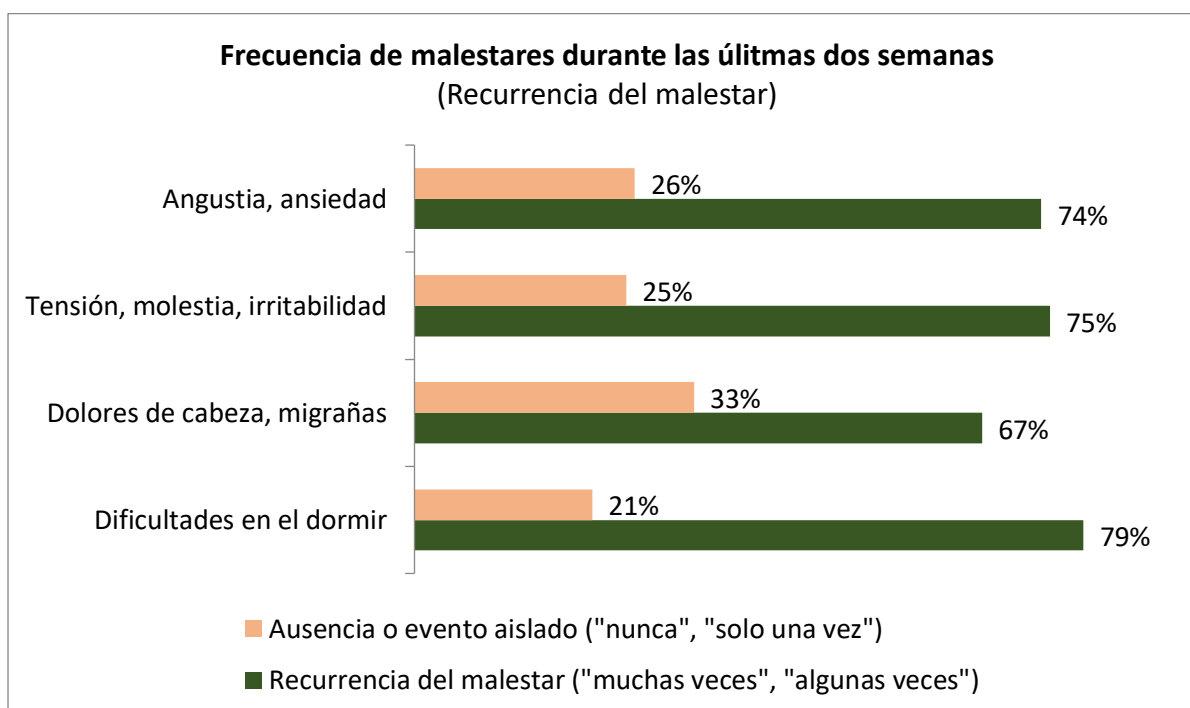
Fuente: Encuesta Nacional “Contanos para cuidarte”. Dpto. CyMAT -SADOP. 2020

**La fuerte presencia de estos indicadores junto a la convergencia de sus datos, nos indican un impacto en la esfera de la salud mental.** Si pensamos en términos de presencia o ausencia de estos malestares, observamos que en **un 88% de los encuestados hay presencia de angustia y ansiedad, en un 89% de tensión, molestia, irritabilidad, en un 85% de dolores de cabeza migraña, y en un 89% de dificultades en el dormir.**



Fuente: Encuesta Nacional "Contanos para cuidarte". Dpto. CyMAT -SADOP. 2020

Asimismo, las respuestas de mayor frecuencia ("muchas veces" y "solo algunas veces"), nos permiten pensar en la **recurrencia de los malestares** en el lapso relevado de estas dos semanas.

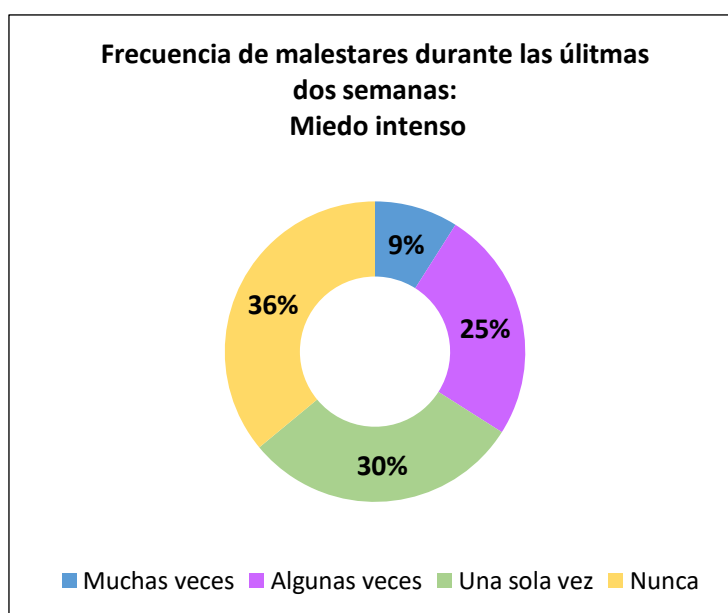




Fuente: Encuesta Nacional “Contanos para cuidarte”. Dpto. CyMAT -SADOP. 2020

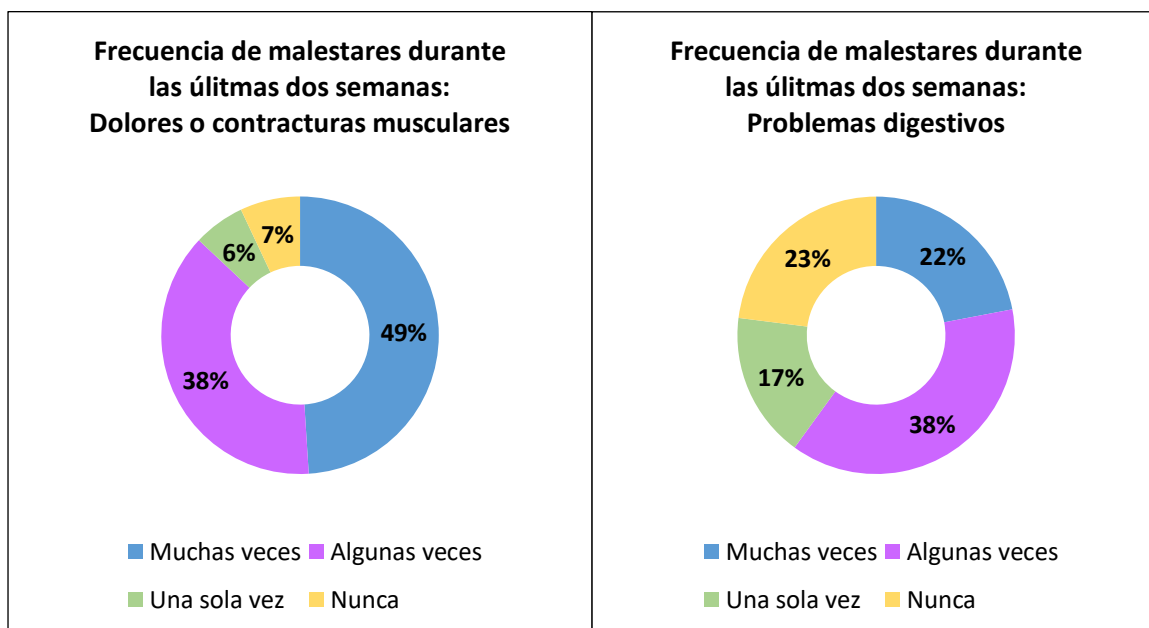
Estos datos **nos permiten pensar en los malestares que han padecido de forma recurrente las y los docentes encuestados: un 74% de los docentes encuestados sufrió angustia y ansiedad entre algunas y muchas veces, un 75% padeció tensión, molestia, irritabilidad, un 67% manifestó que algunas o muchas veces tuvo dolores de cabeza migraña y por último un 79% tuvo dificultades en el dormir con esa misma frecuencia.**

En lo que se refiere a otro indicador de salud mental sobre el cual indagamos, encontramos que maestros y profesores **no han sentido en su mayoría miedo intenso: el 36% nunca los sufrió y un 30% sólo una vez.** Por su parte, un 9% respondió haber sentido miedo intenso muchas veces y un 25% algunas veces.



Fuente: Encuesta Nacional “Contanos para cuidarte”. Dpto. CyMAT -SADOP. 2020

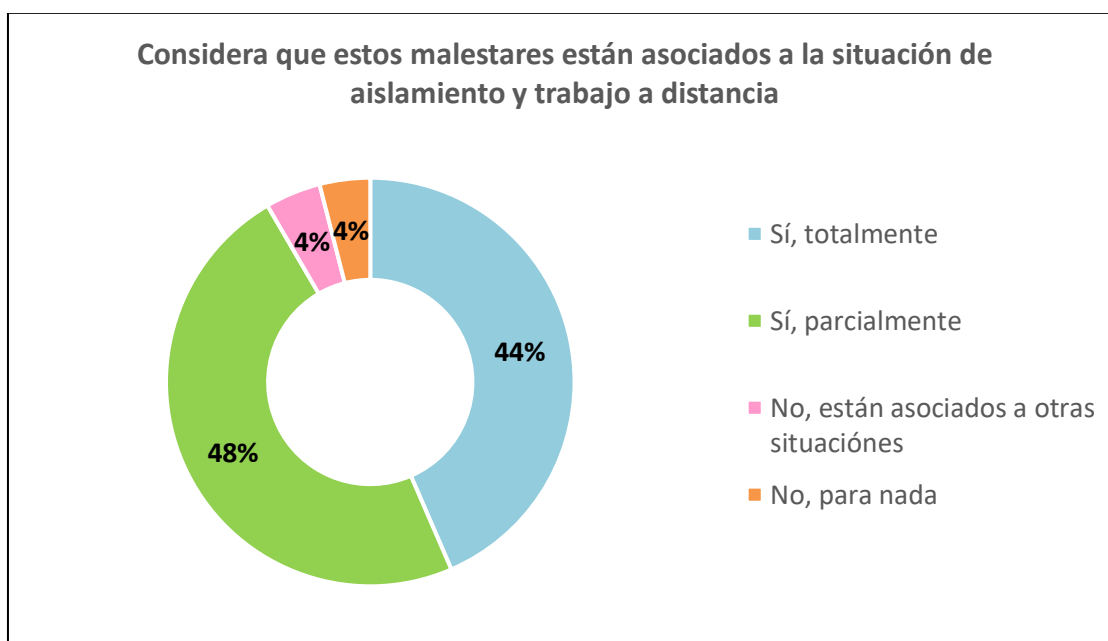
También indagamos sobre malestares físicos, cuyo análisis merece una asociación a factores psicosociales de riesgo. En lo que se refiere a problemas digestivos (acidez, distensión, dolor abdominal, diarrea, constipación), observamos que **un 77% de los docentes encuestados respondió haber padecido dicho malestar: un 22% muchas veces, un 38% algunas veces, y un 17% los padeció solo una vez.** De esta manera, vemos que **el 60% de las y los encuestados algunas o muchas veces sufrieron estos malestares.**



Fuente: Encuesta Nacional “Contanos para cuidarte”. Dpto. CyMAT -SADOP. 2020

Respecto de los **dolores o contracturas musculares**, vemos que las y los docentes encuestados padecieron con mayor frecuencia este malestar, sumando casi el 90% de los casos: un 49% muchas veces y un 38% dijo haberlo padecido algunas veces. Por último, un 6% respondió padecerlo solo una vez y un 7% nunca.

Con el objetivo de relevar ciertas reacciones emocionales y físicas, les consultamos respecto de la relación que establecen entre los malestares sufridos y la situación que están viviendo de aislamiento y trabajo a distancia. **Un 92% aproximadamente expresa que existe asociación entre los malestares presentes que padece y la situación de aislamiento y trabajo a distancia**, mientras que sólo un 8% cree que no están asociados.



Fuente: Encuesta Nacional “Contanos para cuidarte”. Dpto. CyMAT -SADOP. 2020

Como dijimos anteriormente, el colectivo de trabajadores y trabajadoras docentes se encuentra cumpliendo el aislamiento social y obligatorio, pero continuando con su actividad en un escenario de exigencias y dificultades propias del trabajo a distancia, lo que los ha forzado a improvisar respuestas y soluciones para ir ‘resolviendo sobre la marcha’. Desde la esfera de la salud mental, los indicadores son en su mayoría de presencia y frecuencia alta, y al mismo tiempo, concurrentes entre sí. **Específicamente nos referimos aquí a ‘dificultades en el dormir’, ‘dolores de cabeza, migrañas’, ‘tensión molesta, irritabilidad’ y ‘angustia y ansiedad’.** Quedaría por fuera del marco de datos concurrentes el indicador de ‘Miedo intenso’, más ligado a otros enunciados que la situación de la pandemia presenta como los de “miedo al contagio o el miedo a enfermarse”. Esta lectura estaría indicando que lo que afecta al/la docente es la situación de aislamiento en conjunto con la exigencia de trabajo, desorganizado y en exceso, con demandas por encima de las posibilidades de realización.

En referencia a los datos vinculados a malestares físicos (dolores musculares y contracturas, problemas digestivos), vemos que tienen valores de frecuencia también altos. Si recordamos que la elección de estos malestares se relaciona con su fuerte asociación con la presencia de algunos factores psicosociales de riesgo, es dable sostener que la alta demanda y exigencia, relacionada con el debilitamiento de posibilidades, la insuficiencia de recursos y otras variables coadyuvantes, como la doble presencia, son cruciales en una lectura integral de los datos, y abren la puerta a otros análisis posteriores. El peso de los datos presentados nos plantea el desafío de diseñar mecanismos de seguimiento y observación de estos indicadores asociados a la salud psicosocial más allá de la pandemia, elaborando nuevas estrategias para los tiempos que vienen por delante.

## El desafío de protagonizar los cambios

La pandemia, el aislamiento social obligatorio y la continuidad laboral han generado la necesidad de analizar el Proceso de Trabajo Docente en este nuevo contexto. La relación entre Trabajo y Salud se juega claramente en la organización del trabajo y en estos tiempos de excepcionalidad reaparecen los debates pendientes vinculados a la extensión de la jornada laboral, el contenido del trabajo, los riesgos psicosociales presentes y la necesaria participación de las y los trabajadores en la construcción de una Escuela Saludable.

Las voces de nuestros compañeros y compañeras expresadas en la encuesta dan cuenta que la “normalidad” ha sido puesta “patas arriba”, alterada, modificada por la propia fuerza de los hechos, como así también que la adecuación a la urgencia genera intensificación y sobrecarga laboral con el consecuente impacto sobre la salud.

Las desigualdades sociales y educativas existentes se han visto profundizadas y visibilizadas con la crisis actual. Los resultados en análisis muestran realidades muy heterogéneas en el territorio nacional respecto al acceso a los medios y materiales para mantener la continuidad pedagógica. En este sentido, creemos necesario abordar en las distintas instancias de negociación el tema de la provisión de las herramientas de trabajo y el fortalecimiento de la formación en nuevas tecnologías, para posibilitar otras experiencias que permitan ampliar el manejo de las herramientas digitales.

La encuesta muestra claramente los cambios en la jornada laboral: tiempos de trabajo superiores a los habituales, la casa familiar convertida en lugar de trabajo, la superposición de tareas, el descanso y tiempo libre que no parecen fáciles de sostener. Se hace necesario bajar las exigencias para con las y los trabajadores de la educación que como vimos, están realizando su trabajo en formas no adecuadas. Por lo tanto, es importante elaborar protocolos de actuación que contemplen los cambios en la organización del trabajo, a fin de preservar los derechos laborales vigentes y la salud integral de nuestro colectivo.

La crisis sanitaria en curso pone también en evidencia y de manera inédita la importancia de las tareas de cuidado dentro de la sociedad. Se vuelve imprescindible tomar la dimensión política de la vida cotidiana para dar el debate respecto de las tareas de cuidado que realizan mayoritariamente mujeres, darle visibilidad y respuesta a esta problemática. No solo dar la discusión en la esfera pública y plantear la necesidad de políticas de Estado, sino también analizar en la negociación la situación propia de nuestro colectivo que está conformado por un alto porcentaje de mujeres y avanzar hacia una ampliación de derechos que tienda a una distribución más equitativa de las tareas de cuidado y donde la construcción de futuro sea de bienestar y buen vivir para todos y todas.

Otro tema para analizar del trabajo en casa es el aislamiento y los efectos que esto trae, ya que en esta situación las y los trabajadores sienten la pérdida de sus vínculos laborales con el resto de las y los actores de la comunidad educativa y una posición de mayor

vulnerabilidad frente al empleador. Por lo tanto, se presenta como una oportunidad trabajar sobre una de las notas típicas del proceso de enseñanza aprendizaje que es su carácter colectivo. En esto, la organización sindical juega un papel central para rediseñar estrategias, repensar las prácticas durante la pandemia y más allá de ella, hacer visible lo invisible y transformar lo individual en colectivo. Vivimos tiempos inéditos, de cambios profundos y vertiginosos, de futuro incierto, en los que se vuelve muy valioso escuchar y contener, para poder acompañar desde el lugar que a cada uno le toca, en forma organizada, con mucho compromiso y participación de las y los diferentes actores sociales. Hoy debemos cuidar más que nunca los puestos de trabajo, y al mismo tiempo pensar cómo va a ser la vuelta a la escuela y qué condiciones de seguridad deberán garantizarse.

En la Encuesta tanto los datos de salud mental como los de malestares físicos arrojan cifras preocupantes, por lo que sería muy útil poder diseñar nuevos mecanismos de seguimiento, generar nueva información a futuro y por sobre todo una fuerte acción, tanto desde el sindicato como desde nuestra obra social, avanzando hacia un tratamiento integral de la salud laboral con el foco puesto en la prevención.

Por último, creemos que este tiempo de crisis abre, para el conjunto de trabajadores y trabajadoras, nuevos debates a los que las y los docentes no podemos estar ajenos. En la Argentina que viene se van a discutir reglamentaciones de teletrabajo y/o trabajo remoto, como así también la necesidad de impulsar una ley que cree los comités mixtos en todo el territorio nacional, por ser ámbitos imprescindibles de participación para la prevención. El sistema de riesgos del trabajo, que privilegia el lucro por sobre la vida de las y los trabajadores está siendo fuertemente cuestionado y deberán generarse nuevos modos de cobertura y protección integral.

Alcanzar un trabajo seguro, digno y saludable es posible de ser logrado, con un Estado generador de políticas integrales de protección al mundo laboral y con la activa participación de los trabajadores y trabajadoras organizados.

DEPARTAMENTO DE CONDICIONES Y MEDIO AMBIENTE DE TRABAJO  
SECRETARIA GREMIAL SADOP NACIÓN  
Ciudad de Bs.As. a los 4 días del mes de Mayo de 2020.-