

Percepción de la salud mental post-covid en los docentes de la Institución Educativa José

María Bernal del Municipio de Caldas.

Trabajo de Grado II

Jelitza Andrea Bedoya Guerra

Viviana Andrea Metaute Escobar

Mariana Slait Lambraño

Sara Uribe Cardona

Yiseth Johana Zapata González

Jorge Iván Jaramillo Zapata

Docente

Curso Salud Mental Poscovid De Los Docentes Escolares Trabajo de Grado II, Facultad de

Psicología y Ciencias Sociales, Universidad Católica Luis Amigó, Medellín, 2023

Percepción de la salud mental post-covid en los docentes de la Institución Educativa José María Bernal del Municipio de Caldas.

Introducción

Para esta investigación fue relevante iniciar contextualizando lo que fue el inicio de la pandemia, el confinamiento y demás acciones que se tomaron a causa de esta, así mismo los desafíos que surgieron a nivel social en términos de salud mental, por lo que la razón de esta investigación y el interrogante que surge está direccionado hacia los docentes escolares y la percepción que tenían los directivos de la Institución Educativa José María Bernal y se busca darle respuesta a esta sirviéndose de algunos elementos que se desarrollarán a lo largo del presente artículo.

La calidad de la educación es un factor determinante en la formación de ciudadanos competentes y en el progreso de una nación. En Colombia, al igual que en muchas partes del mundo, se ha prestado una atención creciente a la mejora de la educación y al bienestar de quienes la hacen posible: los docentes.

En los últimos años, se ha incrementado el interés por la salud mental de los docentes. Su trabajo puede ser emocionalmente agotador, y la presión que enfrentan en el entorno educativo puede tener un impacto significativo en su bienestar psicológico. Además, la pandemia de COVID-19 agravó aún más las situaciones, ya que introdujo desafíos adicionales en la educación, como la enseñanza a distancia y la adaptación a nuevas tecnologías.

La salud mental de los docentes se ha convertido en un tema crítico, ya que no solo afecta su propio bienestar, sino que también incide directamente en la calidad de la educación que ofrecen a los estudiantes. La interacción entre los líderes educativos y el personal docente

desempeña un papel fundamental en el desarrollo de un ambiente de trabajo saludable y en la promoción del bienestar psicológico de todos los involucrados.

En este contexto, surge la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es la relación entre la percepción de salud mental que tienen los directivos de la Institución Educativa Jose Maria Bernal en los modos de intervención que se desarrollan con los docentes de la institución? Con el fin de dar respuesta a esta pregunta, se propone en esta investigación como objetivo principal identificar cuál es la relación entre la percepción de salud mental que tienen los directivos de la Institución Educativa Jose Maria Bernal en los modos de intervención que se desarrollan con los docentes de la institución.

Para Carbajal, 2023 esto incluye comprender cómo la percepción de Salud mental influye en las prácticas de los directivos; y a su vez, evaluar cómo los docentes perciben su propia salud mental y su relación con las prácticas institucionales. Y por último, analizar las estrategias implementadas para respaldar la salud mental de los docentes durante la pandemia de COVID-19. Con el fin de cumplir dichos objetivos y de darle respuesta a la pregunta y planteamiento inicial se realizó un grupo focal y entrevistas semi estructuradas a los directivos y docentes, de los cuales se darán los resultados más adelante.

Marco conceptual

En el contexto educativo actual, la salud mental se ha convertido en un tema de vital importancia. La interacción entre los líderes de la institución y el personal docente de la misma juegan un papel esencial en el desarrollo de un entorno de trabajo saludable y en la promoción del bienestar psicológico de todos los involucrados. "Carranza (2002), por su parte, sirviéndose de la definición de salud mental que tiene la OMS (referencia), plantea que la salud mental va más allá de la mera ausencia de trastornos psicológicos, implicando un estado de equilibrio emocional, psicológico y social que permite a las personas enfrentar los

desafíos de la vida cotidiana de manera efectiva, mantener relaciones saludables y contribuir de manera plena y significativa a la sociedad.

Por lo anterior fue fundamental identificar las diferentes estrategias de afrontamiento que lograron reconocer los docentes y directivos por medio de las herramientas implementadas que fueron el grupo focal y las entrevistas, en los cuales directivos y docentes tuvieron la oportunidad de compartir dichas estrategias de afrontamiento con las que contaba cada uno, además de detectar las acciones que estaban llevando a cabo a nivel institucional para promover y brindar más de dichas estrategias.

Desde la perspectiva de la psicología, la salud mental se relaciona con el bienestar emocional, psicológico y social de una persona. Esta, según Masterson, citado por Preston (2003), implica la capacidad de funcionar de manera efectiva en diversos aspectos de la vida, mantener relaciones satisfactorias, manejar emociones de manera adecuada y buscar el crecimiento personal y la adaptación.

Para Carranza (2002) el enfoque humanista y la salud mental se aborda de manera holística y positiva. No se limita solo a la ausencia de problemas psicológicos, sino que se refiere a un estado en el cual una persona puede alcanzar su máximo potencial y vivir una vida significativa y auténtica. Desde la perspectiva humanista, la salud mental se trata de mucho más que la ausencia de problemas psicológicos. Se pone énfasis en la capacidad de las personas para crear vidas significativas y satisfactorias a través de la exploración y el desarrollo de su potencial único

En este contexto, esta investigación se centra en comprender la percepción de la salud mental de los docentes y su relación con las prácticas institucionales en la Institución Educativa José María Bernal. A través de la exploración de las percepciones y experiencias

de los directivos y docentes, este estudio tiene como objetivo contribuir al desarrollo de estrategias efectivas para promover la salud mental en el entorno educativo.

Antecedentes

Colombia ha estado trabajando activamente en el fortalecimiento de su sistema educativo y en la promoción de la calidad de la educación. Sin embargo, la pandemia de COVID-19 ha generado una serie de desafíos en el sector educativo, desde la transición a la educación en línea hasta la adaptación a medidas de salud pública. Esta situación ha destacado la importancia de abordar la salud mental de los docentes.

Los docentes son un pilar fundamental en la educación y desempeñan un papel crucial en el desarrollo de los estudiantes. Sin embargo, su trabajo puede ser estresante y agotador, y la falta de apoyo adecuado puede tener un impacto negativo en su salud mental. La promoción de la salud mental en el contexto educativo es esencial para garantizar que los docentes estén en condiciones de brindar una educación de calidad y apoyar el bienestar de los estudiantes.

Autores como Lutnunske, Robinet y Pérez (2020), destacan la importancia de considerar el proceso educativo y el estado de los docentes para crear un ambiente adecuado en el aula. Mencionan que, si bien existe evidencia sobre la calidad de vida de los docentes, hay pocos estudios que investiguen a los docentes escolares de nivel básico y medio.

A la hora de plantearse la pregunta de investigación con la que se plantea darle desarrollo a la investigación, se toma en cuenta la importancia de la inteligencia emocional y el estrés laboral en docentes durante la cuarentena de la pandemia de COVID-19. Se menciona que el factor emocional está relacionado con la aparición de patologías como el estrés y la depresión, lo que afecta la salud y el bienestar. Se destaca la necesidad de políticas y medidas de apoyo a los docentes en este contexto (Perea, 2002, citado en,

Dueñas Buey, 2002). Por último, se presenta un estudio que muestra que la pandemia ha aumentado los niveles de estrés en los docentes.

El perfil del docente es el de un profesional capaz de analizar el contexto en el que se desarrolla su actividad y de planificarla, de dar respuesta a una sociedad cambiante y de combinar la comprensión de una enseñanza para todos, en las etapas de la educación obligatoria, con las diferencias individuales, de modo que se superen las desigualdades pero se fomente al mismo tiempo la diversidad latente en los sujetos. (Estrada, 2013).

La investigación gira entorno al término salud mental, es por esto, que la definición que se abordó fue desde la OMS (2001), que la plantea como el estado de bienestar donde el individuo es consciente de sus capacidades y limitaciones para afrontar las diferentes situaciones problemáticas de la vida, permitiendo ser fructífero y productivo para contribuir a su comunidad.

La salud mental de los docentes escolares es fundamental, no sólo para su bienestar sino para el rendimiento óptimo de la institución educativa para el aprendizaje efectivo de los estudiantes, aunque esta investigación se focalizó en la salud mental de los docentes y las afectaciones que tienen y las implicaciones que estas tienen en su vida cotidiana, haciendo importante también evaluar y develar la manera en que la institución educativa acompaña en este tema a los docentes.

Por otro lado para esta investigación fue importante revisar la categoría de *estrategias de afrontamiento* donde ante un mismo acontecimiento potencialmente estresante las personas presentan diversas reacciones, por tanto, debemos indagar sobre los factores que determinan que los sucesos sean o no estresantes. Lazarus y Folkman (1986) al respecto nos dicen que, en primer lugar, existe una valoración primaria, consiste en analizar si el hecho es positivo o no y, además, valorar las consecuencias presentes y / o futuras del mismo. en segundo lugar, se produce una valoración secundaria en el que el objeto de análisis son las

capacidades del organismo para afrontarlos y serán los que con más probabilidad susciten reacciones del estrés.

Además de esto, se logró evidenciar también que el bienestar constituye un término amplio cuya definición ha sido debatida y abarcada en el marco de múltiples conceptualizaciones y diversos fundamentos teóricos. El mismo puede entenderse como un estado de la persona cuyas condiciones físicas y mentales le proporcionan un sentimiento de satisfacción y tranquilidad (Bermúdez, 2017).

Es por ello que el bienestar empieza a hacerse un estado necesario para que esté presente en la vida de las personas, pues se tiene como base que si alcanza un bienestar físico, junto con el sentimiento de satisfacción y tranquilidad, se puede lograr una mejor vinculación consigo mismo y con el entorno, además dicho bienestar se asocia al cumplimiento de metas y a la realización personal.

El bienestar juega un papel indispensable en esta investigación, debido a que abarca y recoge una parte considerable de los resultados de la investigación, pues es en este donde se manifiestan las estrategias de afrontamiento y la salud mental, dejando como resultado el alcance de bienestar en la vida de los docentes escolares. En esta categoría se tocan temas como el estrés, la carga laboral, el tiempo libre, enfermedades, el agotamiento, relaciones familiares, entre otras, por lo que se hace esencial incluir esta categoría para darle respuesta a la pregunta y los objetivos propuestos inicialmente.

Finalmente se toma en cuenta la *calidad de vida*, que de acuerdo con la OMS la calidad de vida es un concepto de amplio alcance que está atravesado de forma compleja por la salud física de la persona, su estado fisiológico, el nivel de independencia, sus relaciones sociales y la relación que tiene con su entorno.” (OMS, 2002).

La calidad de vida de los docentes escolares se podría tomar como un aspecto central, ya que es donde se debe equilibrar la vida laboral y personal de los docentes, para ellos convergen todas las demás categorías anteriormente desarrolladas, pues tienen gran influencia en aspectos como la salud física, el desarrollo personal, la economía, autoestima, reconocimiento y parte emocional de los docentes escolares para este caso en específico.

Diseño Metodológico

La presente investigación es de tipo no experimental, es decir, que consiste en proveer una referencia general de la temática, a menudo desconocida, presente en la investigación a realizar. Entre sus propósitos podemos citar la posibilidad de formular el problema de investigación, para extraer datos y términos que nos permitan generar las preguntas necesarias. Asimismo, proporciona la formulación de hipótesis sobre el tema a explorar, sirviendo de apoyo a la investigación descriptiva (Morales, 2015).

En esta investigación se trabajó con dos poblaciones, docentes escolares y directivos de la institución José María Bernal, por lo que resulta importante enmarcar el rol de ambos dentro del contexto educativo, los directivos, según el Ministerio de Educación Nacional de la República de Colombia desempeñan las actividades de dirección, planeación, coordinación, administración, orientación y programación en las instituciones educativas se denominan directivos docentes, y son responsables del funcionamiento de la organización escolar.

Se explora entonces la percepción de las experiencias de los directivos y la psicorientadora durante el Covid-19 en términos de salud mental tal cual se manifestaron. Con relación a la población deben ser docentes y directivos de la Institución Educativa José María Bernal del Municipio de Caldas.

Como instrumentos de recolección de datos se implementaron entrevistas semi-estructuradas Alonso (1999) reconoce a la entrevista de investigación como un proceso

comunicativo, en el cual se obtiene información de una persona, la cual se encuentra contenida en su biografía, entendiéndose por biografía el conjunto de las representaciones asociadas a los acontecimientos vividos por el entrevistado.

Además de las entrevistas semi-estructuradas para la recolección de información se implementaron grupos focales debido a que es una técnica de recolección de información en investigaciones cualitativas.

Finalmente, la revisión documental que tiene como objetivo ayudar tanto a el investigador como al lector con el análisis que se quiere obtener en la investigación, ampliando así sus bases teóricas (Chakiñan, 2016).

Para esta metodología se realizó un estudio exploratorio, con una intención empírico – analítica, a partir de un estudio realizado en la institución educativa José María Bernal e caldas especialmente a los directivos y docente con el fin de saber cuál es la percepción que tienen ellos de la salud mental y bienestar, para ello se realizó la división de la población de dicha institución en dos grupos focales, el primero conformado por directivos que consta de un rector y cuatro coordinadores, y el segundo conformado por diez docentes. Con los grupos mencionados anteriormente se realiza cuestionario. Además se realizó una entrevista semiestructurada a la psicorientadora de esta institución.

En la búsqueda de información y recolección de datos que se le realizó a los directivos y docentes de la institución educativa Jose Maria Bernal las respuestas de la entrevista semi estructurada y de una secuencia de preguntas (cuestionario) fueron registradas en una Matriz la cual permitió una triangulación con los conceptos básicos del marco conceptual respecto a las palabras claves de la investigación que fueron sobre la percepción de salud mental. No obstante, las cuestiones se elaboran de forma abierta lo que permite recoger información más rica y con más matices que en la entrevista estructurada. En la entrevista semiestructurada es

esencial que el entrevistador tenga una actitud abierta y flexible para poder ir saltando de pregunta según las respuestas que se vayan dando o, inclusive, incorporar alguna nueva cuestión a partir de las respuestas dadas por la persona entrevistada. (Bertomeu, 2016)

La técnica de recogida de datos denominada grupo focal ha sido empleada en investigaciones de mercado desde los años 50 y, a partir de los años 80, comenzó a despertar el interés de los investigadores de otras áreas del conocimiento, como el área de salud. En ese sentido, esta técnica es de innegable importancia para tratar las cuestiones de salud bajo la perspectiva de lo social al proponer el estudio de representaciones y relaciones de los diferentes grupos profesionales del área, de los diferentes procesos de trabajo y también de la población, por ende para este trabajo se decidió implementar también la técnica o metodología de la revisión documental, dicha revisión tiene como objetivo ayudar tanto a el investigador como al lector con el análisis que se quiere obtener en dicha investigación, ampliando así sus bases teóricas (Gómez, 2017).

Resultados

A continuación se presentan los resultados de la investigación que fueron arrojados mediante el grupo focal elegido. Los cuestionarios realizados a directivos y docentes de la Institución y las entrevistas semiestructuradas, en primer lugar permiten reconocer que, los directivos de la Institución Educativa José María Bernal muestran niveles variables de percepción de salud mental, dando importancia a diferentes dimensiones según sus criterios personales, infiriendo entonces según sus respuestas que dicha percepción en esta investigación tenía gran componente subjetivo de los directivos y ligado a esto surgen las propuestas de intervención institucional.

En primer lugar, la salud mental se concibe como un estado de bienestar físico, mental y social, y esta definición de la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2001) se relaciona con el bienestar emocional, psicológico y social de una persona, así como con su capacidad

para funcionar efectivamente en la sociedad. Lo anterior, se complementa con las respuestas similares que presentaron los docentes, tales como, “Es sentirse bien consigo mismo y con los demás. Saber controlar las emociones.” (P1) , “sería no presentar bajones de ánimo, ni enfermedades que influyen en mi desempeño diario.(D1)”. La carga de trabajo (P1,P5), la satisfacción laboral (P6,P7,P8) y las prácticas de autocuidado (P9,P10).

En segundo lugar, la investigación también evaluó las estrategias de afrontamiento utilizadas por los docentes en la Institución Educativa José María Bernal. Según la definición de Lazarus y Folkman (1986), las estrategias de afrontamiento son las reacciones de las personas ante situaciones potencialmente estresantes, y dependen de la forma en que evalúan esos acontecimientos. El proceso de evaluación consta de dos etapas: valoración primaria y valoración secundaria.

Según lo afirmado, se interpreta que 6 de los 10 profesores no sintieron ningún tipo de apoyo por parte de la institución. Para (P1, P3, P5, P6, P8) su respuesta fue similar reflejando un claro malestar y descontento ante la falta de promoción de la salud mental en la institución.

En tercer lugar, el bienestar de los docentes se define como estado en donde la persona cuyas condiciones físicas y mentales le proporcionan un sentimiento de satisfacción y tranquilidad en torno a su vida (Bermúdez, 2017). El bienestar empieza a hacerse presente en la vida de las personas en su entorno familiar, social y en el caso de la investigación se quería conocer cómo se encontraba el bienestar a nivel laboral, por lo que se preguntó por esta esfera y cómo fue manejo durante y después de la pandemia en la Institución Educativa José María Bernal. Como resultado, 8 de los 10 profesores mencionaron de manera rotunda el poco y nulo apoyo por parte de la institución a su bienestar, y a su vez, se evidenció que sin bienestar dentro de la institución se generan dificultades en cuanto a su crecimiento personal.

En cuarto lugar, la calidad de vida se entiende como un concepto que abarca la salud física de la persona, su estado fisiológico, el nivel de independencia, sus relaciones sociales y su relación con el entorno (OMS, 2002). Entendiendo esta definición se recolectó que los profesores de la institución José María Bernal de Caldas, (P1, P5, P6, P10) hablaron de la calidad de vida y la relacionaron con trastornos psicológicos. Mientras que (P2, P3, P4, P5, P6) mencionaron que su calidad de vida se vió afectada por múltiples factores en la pandemia del COVID-19. Esto deja como muestra la poca presencia de la institución en relación a temas de salud mental y calidad de vida con los docentes.

Quinto y último lugar, un hallazgo importante es que la percepción de salud mental de los directivos influye en las prácticas institucionales destinadas a promover la salud mental de los docentes. Los directivos que valoran la autorrealización y el bienestar emocional son más propensos a implementar prácticas que apoyan la salud mental de los docentes, como capacitación en gestión del estrés y programas de bienestar emocional. Esto destaca la importancia de la percepción y valores de los líderes institucionales en la promoción de la salud mental en el entorno educativo. En la categoría relacionada con la percepción de salud mental por parte de los directivos (D1, D3 y D4), se evidencia que los directivos tienen un conocimiento claro de los desafíos a nivel personal y profesional que pueden impactar la salud mental de los docentes en la institución. Además, son conscientes de la adaptación necesaria para enfrentar los problemas surgidos a raíz de la pandemia por el COVID-19. Han identificado los factores sociales y personales que influyen en la salud mental de los docentes, mostrando una profunda comprensión de este concepto.

En cuanto a las estrategias de afrontamiento mencionadas por los directivos (D1, D2, D3, D4 y D5), se observa que en la institución se han implementado estrategias que ayudan a los docentes a enfrentar situaciones estresantes y desafiantes, tanto en su vida laboral como personal. Estas estrategias se enfocan en el bienestar individual y promueven aspectos

emocionales y la calidad de vida. Además, se destaca una tendencia a relacionar el bienestar y la salud mental con la actividad física, lo que podría sugerir una hipótesis de que esta relación es significativa.

En la categoría de bienestar individual (D1, D2, D3, D4 y D5), las respuestas de los directivos enfatizan la importancia de tener una vida equilibrada en todos los aspectos, incluyendo lo personal y lo profesional. Se mencionan aspectos emocionales y de calidad de vida que son esenciales para sentirse pleno y satisfecho. Esto refleja la importancia de abordar la salud mental considerando múltiples dimensiones de la vida de los docentes.

En general, las respuestas de los directivos (D1, D2, D3, D4 y D5) están en línea con la definición de la Organización Mundial de la Salud (OMS) sobre la influencia de diferentes aspectos, como los, fisiológicos y relaciones físicas sociales en la salud mental y el bienestar. Los directivos reconocen la interconexión entre estos aspectos y su impacto en la vida de los docentes.

Teniendo en cuenta lo anterior, los resultados de esta investigación están directamente relacionados con los objetivos planteados. El primer objetivo era identificar cuál es la relación entre la percepción de salud mental que tienen los directivos de la Institución Educativa Jose Maria Bernal en los modos de intervención que se desarrollan con los docentes de la institución. Los resultados de la investigación muestran que la percepción de salud mental de los directivos influye en las prácticas institucionales destinadas a promover la salud mental de los docentes. Los directivos que valoran la autorrealización y el bienestar emocional son más propensos a implementar prácticas que apoyan la salud mental de los docentes, como capacitación en gestión del estrés y programas de bienestar emocional. Por lo tanto, se establece una relación directa entre la percepción de salud mental de los directivos y los modos de intervención que se desarrollan con los docentes.

El primer objetivo específico se centraba en conceptualizar el término de salud mental desde la OMS y desde los postulados de la psicología humanista. Los resultados de la investigación se basan en la definición de salud mental de la OMS y en cómo esta definición se relaciona con la percepción de salud mental de los docentes y los directivos. Además, se menciona la valoración de la autorrealización y el bienestar emocional por parte de los directivos, lo que se relaciona con los postulados de la psicología humanista.

El segundo objetivo específico buscaba identificar la representación social que tienen los directivos de la Institución Educativa Jose María Bernal acerca de la salud mental. Los resultados de la investigación proporcionan información sobre la representación social de los directivos acerca de la salud mental. Se identifica que los directivos tienen un conocimiento claro de los desafíos a nivel personal y profesional que podrían converger para tener problemas a nivel de salud mental para los docentes de la institución. Esto muestra la relación con la representación social de los directivos.

Finalmente el tercer objetivo específico buscó identificar la percepción de salud mental que tienen los docentes de la Institución Educativa Jose María Bernal y describir las prácticas Institucionales realizadas. Los resultados de la investigación abordan directamente la percepción de salud mental de los docentes en la Institución Educativa José María Bernal. Se describe cómo los docentes tienen percepciones variables de su salud mental, influenciadas por diversos factores, y se mencionan las prácticas institucionales implementadas para apoyar la salud mental de los docentes.

En resumen, los resultados de esta investigación ponen de manifiesto la necesidad de abordar la salud mental de los docentes de manera integral y considerar las particularidades de la comunidad educativa. Los docentes necesitan un mayor apoyo y estrategias de afrontamiento efectivas para mejorar su bienestar y calidad de vida.

Conclusiones

El estudio de la percepción de salud mental post-COVID, en los docentes de la institución educativa José María Bernal del municipio de Caldas ha proporcionado una comprensión profunda de las complejidades asociadas al bienestar psicológico de los docentes en el entorno educativo actual. La percepción de la salud mental entre los docentes es variable, influenciada por factores tanto individuales como institucionales, y resalta la necesidad imperativa de enfoques individualizados y adaptativos para apoyar su bienestar.

Esta investigación revela una serie de hallazgos importantes sobre la percepción de la salud mental que tienen los directivos sobre los docentes en la Institución Educativa José María Bernal y las prácticas institucionales que se llevan a cabo y se reconocen para apoyarla. Dichos hallazgos tienen implicaciones significativas para la promoción de la salud mental en el mismo entorno educativo.

En primer lugar, es evidente que la percepción de la salud mental varía entre los docentes; teniendo como punto de partida las investigaciones y las posturas teóricas abordadas, donde también muestran que dicho término puede tener diversos sentidos, es decir, es tomado desde varias perspectivas teóricas, los directivos de la institución deben unificar un criterio propio institucional que permita organizar un programa de intervención docente, tanto en términos de psicoeducación, como de apoyo y acompañamiento ante las diferentes situaciones que pueden presentarse en dicho entorno y que afectan de manera directa la salud mental y bienestar de los docentes y de la comunidad educativa en general, siendo sensibles a las necesidades individuales de su personal docente y ofrecer apoyo adecuado.

En segundo lugar, se ha observado que las prácticas institucionales, tales como la capacitación en gestión del estrés y los programas de bienestar emocional, son beneficiosas para algunos docentes, sin embargo, pueden no ser efectivas para otros. Esto sugiere que es

necesario un enfoque más integral y diverso para promover la salud mental en la institución. La participación activa de los docentes en el diseño de estas prácticas puede ser esencial.

Finalmente, la influencia de los directivos en la promoción de la salud mental es innegable. Los líderes institucionales desempeñan un papel fundamental en la creación de una cultura que valora la salud mental y el bienestar emocional. Los directivos que priorizan estos aspectos son más propensos a implementar estrategias efectivas para apoyar a sus docentes.

Esta investigación destaca la importancia de comprender y abordar la salud mental de los docentes en el entorno educativo. La percepción de salud mental varía entre los docentes, y las prácticas institucionales deben adaptarse para satisfacer sus necesidades individuales. Además, los líderes institucionales tienen un papel crucial en la promoción de la salud mental. La creación de un entorno de trabajo saludable y de apoyo es esencial para garantizar que los docentes puedan brindar una educación de calidad y promover el bienestar de los estudiantes.

En resumen, esta investigación subraya entonces la necesidad de promover la salud mental de los docentes en el entorno educativo y destaca la importancia de abordarla de manera integral. Los líderes institucionales desempeñan un papel crucial en la creación de una cultura que valore la salud mental y el bienestar emocional. Garantizar un entorno de trabajo saludable y de apoyo es esencial para mejorar la calidad de la educación y el bienestar de los docentes.

Referencias Bibliográficas:

Cárdenas, D. L., Hernández, N. J., & García-Díaz, J. J. (2022). Transformaciones de la práctica pedagógica durante la pandemia por COVID-19: percepciones de directivos y docentes en formación en educación infantil. *Formación universitaria*, 15(2), 21-40.

De Toscano, G. T. (2009). La entrevista semi-estructurada como técnica de investigación. Graciela Tonon (comp.), 46, 45-73.

Gómez, D., Carranza, Y., & Ramos, C. (2017). Revisión documental, una herramienta para el mejoramiento de las competencias de lectura y escritura en estudiantes universitarios. *Revista Chakiñan de Ciencias Sociales y Humanidades*, (1), 46-56.

Luque-Reca, O., Augusto-Landa, J. M., & Pulido-Martos, M. (2014). La relación entre la inteligencia emocional percibida y la salud mental en directivos y mandos intermedios: El papel del estrés percibido como mediador. *Ansiedad y estrés*, 20(1).

MinEducación. (15 de marzo de 2020).

<https://www.mineducacion.gov.co/portal/salaprensa/Comunicados/393933:Gobierno-Nacional-anuncia-medidas-en-materia-educativa-para-ofrecer-garantias-de-salud-publica-a-la-comunidad>. Obtenido de

<https://www.mineducacion.gov.co/portal/salaprensa/Comunicados/393933:Gobierno-Nacional-anuncia-medidas-en-materia-educativa-para-ofrecer-garantias-de-salud-publica-a-la-comunidad>

MinSalud. (12 de marzo de 2020). Presidente Duque declara Emergencia Sanitaria frente a COVID-19. Boletín de Prensa No 061 DE 2020. Bogotá.

OPS. (2020). Organización Panamericana de la Salud. Obtenido de <https://www.paho.org/es/enfermedad-por-coronavirus-covid-19>

OMS. (2022). Organización Mundial de la Salud. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Rosero Morales, E., Córdova Viteri, P., & Balseca Acosta, A. (2021). La Inteligencia Emocional en infantes: Aspectos a considerar en las aulas post pandemia. Revista arbitrada interdisciplinaria Koinonía, 229-245.

Troncoso Araya, J. (2022). ¿DE VUELTA A LA NORMALIDAD? ANÁLISIS PSICOLÓGICO DE LA VUELTA A CLASES EN TIEMPOS DE POSTPANDEMIA COVID-19. Cuad. neuropsicol. vol.16 no.1 Rancagua abr. 2022, 94-99.

Alonso, L. (1999). Sujeto y discurso: el lugar de la entrevista abierta en las prácticas de la sociología cualitativa. En Delgado, J y Gutierrez, J Métodos y técnicas cualitativas de investigación en ciencias sociales. Madrid. Editorial Síntesis. pp. 225-239

Bertomeu, P. F. (16 de mayo de 2016). *La entrevista*. Obtenido de

<http://hdl.handle.net/2445/99003> }

Buss Thofehrn, Maira, López Montesinos, Maria José, Rutz Porto, Adrize, Coelho Amestoy, Simone, Oliveira Arrieira, Isabel Cristina de, & Mikla, Marzena. (2013). Grupo focal: una técnica de recogida de datos en investigaciones cualitativas. *Index de Enfermería*, 22(1-2), 75-78.
<https://dx.doi.org/10.4321/S1132-12962013000100016>

Morales, N. (2015). Investigación exploratoria: tipos, metodología y ejemplos. Recuperado de <https://www.lifeder.com/investigación-exploratoria>.

Herrero Jaén, Sara. (2016). Formalización del concepto de salud a través de la lógica: impacto del lenguaje formal en las ciencias de la salud. *Ene*, 10(2) Recuperado en 27 de agosto de 2023, de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2016000200006&lng=es&tlng=en.

Cristobal Carbajal, M. V. (2023). Salud mental del profesorado universitario por cambios vertiginosos.