



Factores psicosociales de protección y riesgo inmersos en el quehacer investigativo que afectan la salud mental de los profesores de la Facultad Nacional de Salud Pública (FNSP), U. de A, 2023, Medellín. Estudio de caso.

Leydy Johana Navarro Úsuga

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó

Sede Bello (Antioquia)

Programa Psicología

noviembre de 2023

Factores psicosociales de protección y riesgo inmersos en el quehacer investigativo que afectan la salud mental de los profesores de la Facultad Nacional de Salud Pública (FNSP), U. de A, 2023, Medellín. Estudio de caso.

Leydy Johana Navarro Úsuga

Trabajo de Grado presentado como requisito para optar al título de Psicólogo

Asesor(as)

Sandra Luz Herrera Navarro

Psicóloga, Mg. Psicología Comunitaria

Trabajo de Grado 1

2. Laura Paloma Cano Moncada

Psicóloga, Mg. Psicología y salud mental

Trabajo de Grado 2

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó

Sede Bello (Antioquia)

Programa Psicología

noviembre de 2023

Dedicatoria

A mi querida hermana Mariana Upegui Úsuga, mi pilar inquebrantable de apoyo, mi farol de luz y mi constante fuente de inspiración. Su aliento incondicional y sabios consejos han sido la fuerza que me impulsaron a alcanzar este logro tan significativo. A mi familia y amigos, cuyo apoyo y amor constante han sido el sólido sostén de cada paso en este viaje.

Este trabajo de grado, no solo es un testimonio de dedicación, esfuerzo y perseverancia, sino también, el reflejo del profundo orgullo que siento por haber alcanzado un sueño largamente acariciado. A cada uno de ustedes, mi gratitud eterna.

Con cariño y agradecimiento.

Johana Navarro.

Agradecimientos

Quiero expresar mi sincero agradecimiento a John Smith Arenas Murillo, mi guía, asesor y la persona cuyos aportes han sido fundamentales para el desarrollo de este trabajo de grado. Su orientación experta, dedicación y paciencia han sido invaluable, y estoy profundamente agradecida por tu influencia positiva en este proceso.

Asimismo, deseo agradecer a la Facultad Nacional de Salud Pública, no solo por ser el escenario de este trabajo, sino también por ser un espacio de grandes aprendizajes y continuo apoyo. Agradezco infinitamente a cada uno de los profesores que se han preocupado por mi proceso de formación, fomentando un crecimiento tanto académico como personal, gracias por contribuir significativamente a mi desarrollo; gracias a mi equipo CI, les agradezco su paciencia y colaboración.

Agradezco a todos quienes, de alguna manera, han sido parte de este viaje, brindando su apoyo, orientación y aliento. Este logro no hubiera sido posible sin la colaboración de cada uno de ustedes.

"No te rindas, por favor no cedas,
aunque el frío queme, aunque el miedo muerda,
aunque el sol se esconda, y se calle el viento,
aún hay fuego en tu alma, aún hay vida en tus sueños"

Mario Benedetti.

Contenido

Resumen.....	9
Introducción	14
CAPÍTULO I	18
Planteamiento de Problema.....	18
Antecedentes	27
Justificación	30
Pregunta de Investigación	34
Objetivo general.....	35
Objetivos específicos	35
Marco teórico:.....	36
I. Salud	38
I.I. Salud Mental	39
I.II. Salud mental y docencia	41
I.III. Salud laboral y docencia.....	42
II. El quehacer investigativo.....	46
III. Factores Psicosociales laborales:	49
IV. Factores psicosociales de riesgo	53
V. Factores psicosociales de protección	54
Metodología	56
Enfoque Metodológico.....	56
Diseño metodológico	57
Selección de participantes.....	59
Criterios de Inclusión y Exclusión.....	60
Categorías	61
Técnicas y procedimientos de análisis de la información	61
Consideraciones Éticas	68
Resultados:.....	72
Discusión:	86
Recomendaciones para el cuidado de la salud mental:	96

Referencias.....	101
Anexo 1. Entrevista semiestructurada.....	107
Anexo 2. Consentimiento informado	109
Anexo 3. Matriz de análisis	111

Tabla de Ilustraciones

<i>Figura 1. Factores Psicosociales y su relación con el quehacer investigativo.....</i>	<i>49</i>
<i>Tabla 1. Matriz de seguimiento a proyectos Centro de Investigación FNSP</i>	<i>59</i>
<i>Tabla 2. Matriz para definición de técnicas para la recolección de información</i>	<i>63</i>
<i>Tabla 3. Matriz de análisis.....</i>	<i>.65</i>
<i>Tabla 4. Discusión Factores de protección.....</i>	<i>86</i>
<i>Tabla 5. Factores de riesgo</i>	<i>88</i>
<i>Tabla 6. Impacto de los factores psicosociales de protección y riesgo del quehacer Investigativo.</i>	<i>92</i>

Resumen

Los docentes universitarios en la actualidad, enfrentan desafíos debido a la constante transformación académica y la falta de gestión de recursos; en el desempeño de sus propias funciones docentes, también asumen un rol que les obliga a actuar desde la labor investigativa, afrontando las demandas sociales y respondiendo a las mismas, lo que puede derivar en diversos factores psicosociales como el agotamiento físico, psíquico y emocional. Los problemas de salud mental debidos a la sobrecarga de trabajo están aumentando y factores; como asumir múltiples tareas y una remuneración inadecuada, pueden contribuir a daños físicos y cognitivos como enfermedades, ansiedad, depresión y agotamiento. Por lo tanto, es crucial invertir tiempo en la salud de los docentes, especialmente cuando trabajan en proyectos de investigación de alto riesgo que, involucran consideraciones éticas y poblaciones vulnerables.

La estrategia metodológica adoptada se fundamenta en el estudio de caso, empleando la recopilación de datos mediante entrevistas semiestructuradas. A partir de esta aproximación, se han identificado y desarrollado 18 categorías de análisis, las cuales se derivan de los objetivos específicos que respaldan y responden al objetivo general. Estas categorías son las siguientes: contribución a la salud mental; técnicas de afrontamiento; ambiente laboral; práctica investigativa; calidad de tiempo libre; red de apoyo; estrategias para el cuidado de la salud mental; diagnóstico clínico, afectación física o mental; mayor exposición a situaciones de riesgo; investigación vs otras actividades; afectación a la salud mental propia; afectación a la salud mental de un colega; salud mental y el rol en la investigación; esfuerzos emocionales; esfuerzos mentales; esfuerzos físicos y relación con otras actividades institucionales.

Durante las entrevistas con los participantes, surgieron dos categorías emergentes: Vulnerabilidad y Limitaciones durante el quehacer o ejercicio investigativo.

Entre los hallazgos sobresalientes, se evidencia que la investigación es concebida como una acción con el potencial de generar efectos transformadores en diversos ámbitos, tales como la práctica docente, la educación formal y la formación de maestros. No obstante, los resultados de este estudio señalan la presencia de factores psicosociales de riesgo que afectan a los profesores de la FNSP en su labor investigativa; estos factores subrayan la complejidad y los desafíos que enfrentan tanto física como emocionalmente en su trabajo, con posibles repercusiones en su salud mental.

A pesar de estos desafíos, se destaca que el trabajo de investigación en la FNSP tiene un impacto significativo en la salud mental de los profesores; no obstante, existen factores psicosociales de protección que pueden contrarrestar los efectos negativos, como la fatiga emocional y el agotamiento; la pasión por la investigación y el respaldo institucional son dos ejemplos de estos factores, ya que pueden brindar un sentido de propósito y proporcionar recursos y apoyo emocional a los profesores. Al fomentar estos factores de protección, se abre la posibilidad de mejorar la salud mental y promover un entorno de trabajo más saludable en la FNSP.

Los profesores entrevistados resaltan la pasión por su trabajo y la importancia de establecer conexiones con las comunidades de estudio, enriqueciendo así su experiencia y fomentando el amor por su quehacer. Concluyen que trabajar en equipo y con diversas personas les permite asumir diferentes roles en la investigación, aspecto que consideran fundamentales para su labor.

Palabras claves: Salud mental, quehacer investigativo, factores psicosociales de riesgo, factores psicosociales protectores.

Abstract

University teachers currently face challenges due to the constant academic transformation and lack of resource management; in the performance of their own teaching functions, they also assume a role that requires them to act from research work, facing social demands and responding to them, which can lead to various psychosocial factors such as physical, psychological and emotional exhaustion. Mental health problems due to work overload are increasing and factors such as multi-tasking and inadequate pay can contribute to physical and cognitive impairments such as illness, anxiety, depression and burnout. Therefore, it is crucial to invest time in the health of teachers, especially when working on high-risk research projects that involve ethical considerations and vulnerable populations.

The methodological strategy adopted is based on the case study, using data collection through semi-structured interviews. From this approach, 18 categories of analysis have been identified and developed, which are derived from the specific objectives that support and respond to the general objective. These categories are the following: contribution to mental health; coping techniques; work environment; research practice; quality of free time; support network; strategies for mental health care; clinical diagnosis, physical or mental affectation; greater exposure to risk situations; research vs. other activities; affectation to own mental health; affectation to a colleague's mental health; mental health and the role in research; emotional efforts; mental efforts; physical efforts and relationship with other institutional activities.

During the interviews with the participants, two emerging categories emerged: Vulnerability and Limitations during the research task or exercise.

Among the outstanding findings, it is evident that research is conceived as an action with the potential to generate transformative effects in various areas, such as teaching practice, formal education and teacher training. However, the results of this study point to the presence of psychosocial risk factors that affect FNSP teachers in their research work; these factors underscore the complexity and challenges they face both physically and emotionally in their work, with possible repercussions on their mental health.

Despite these challenges, it is highlighted that research work at FNSP has a significant impact on the mental health of faculty; however, there are protective psychosocial factors that can counteract the negative effects, such as emotional fatigue and burnout; passion for research and institutional support are two examples of these factors, as they can provide a sense of purpose and provide resources and emotional support to faculty. By fostering these protective factors, it opens the possibility of improving mental health and promoting a healthier work environment at FNSP.

The teachers interviewed highlight the passion for their work and the importance of establishing connections with communities of study, thus enriching their experience and fostering a love for their work. They conclude that working in a team and with diverse people allows them to assume different roles in the research, an aspect that they consider fundamental for their work.

Key words: Mental health, research work, psychosocial risk factors, psychosocial protective factors.

Introducción

Los seres humanos se esfuerzan constantemente por adquirir y producir conocimiento debido a su curiosidad innata y a su deseo de comprender y mejorar el entorno que los rodea; la búsqueda de conocimiento, les permite a estos resolver problemas, innovar, tomar decisiones y experimentar un crecimiento tanto a nivel personal como colectivo; esta productividad abarca todos los procesos cognitivos internos del individuo y tendrán mayor influencia por su historia, sus necesidades y sus expectativas. Sin embargo, el afán de producir conocimiento y la constante demanda de productividad y éxito en todos los aspectos de la vida, puede encaminar al sujeto a experimentar cambios notorios en su cuerpo, agotamientos físicos y mentales generalizados (Chul Han, 2010), que de no ser manejados adecuadamente pueden ocasionar grandes afectaciones en la salud mental.

En el contexto colombiano, la educación se considera uno de los pilares fundamentales para el desarrollo de las sociedades, es un escenario perfecto para poner a prueba los conocimientos y fomentar la productividad constante; no obstante, la labor docente se convierte en una tarea abrumadora especialmente cuando la práctica se encuentra en un ambiente universitario. Aquí el profesor deberá cumplir exitosamente todas las actividades asignadas dentro del marco de un plan de trabajo, enfocado al cumplimiento de los tres ejes misionales de la institución; investigación, docencia y extensión, hacer frente a los múltiples desafíos derivados por las constantes demandas de nuevos modelos, educativos, pedagógicos, metodológicos y tecnológicos, administrar el tiempo y asumir una carga académica adicional cuando se requiere responder a asuntos relacionados con la investigación, esta última, según lo establecido por la normativa institucional (Universidad de Antioquia. 1994)

En una revisión bibliográfica realizada con el objeto de analizar la carga laboral y efectos en la calidad de vida de docentes universitarios y de enseñanza media, se evidencia la importancia de establecer los escenarios laborales que implican la sobre carga de trabajo en las instituciones de educación superior y su impacto en la calidad de vida de los docentes, los cuales se ven sometidos constantemente bajo situaciones como distrés y repercusión en la vida personal y social y la aparición de patologías del ámbito de la salud física y mental, poseen impactos prolongados en el tiempo, contexto que, de acuerdo a los investigadores Castilla S, Colihuil R, Bruneau J & Lagos R (2021), al considerarse de parte de las instituciones factores para medrar el contexto laboral, a nivel tanto interno (mejorar la percepción de los docentes ante sus tareas), como externo (capacitaciones, suministro de herramientas para el abordaje de factores estresantes), podría no solo mejorar la calidad de vida docente, sino también el mejoramiento de estándares educativos institucionales (p. 166)

Contexto anterior, de acuerdo con Castilla, Colihuil, Bruneau y Lagos, (2021), que evidencia algunos ejemplos de factores de riesgo, que, al no ser manejados a tiempo pueden causar problemas de salud y afectar tanto el bienestar mental como emocional de los profesores, los cuales, se asociación directamente al estrés, siendo este identificado como una condición psicológica con un impacto físico y mental relevante que, según Salanova (2009), se puede comprender bajo tres perspectivas: estímulo, respuesta y transacción, en esta última, la autora manifiesta que:

El estrés se interpreta como la condición que resulta de cómo las transacciones (procesos cognitivos y emocionales) entre una persona y su ambiente son percibidas, y la existencia de una discrepancia o desequilibrio entre las demandas de la situación y los

recursos biológicos, físicos, psicológicos, organizacionales y sociales que la persona posee para afrontar adecuadamente esas demandas, lo que conduce a generar tensiones (Platán Juana, 2019, como se citó a Salanova, 2009, p.3)

Para el año 2009, Rojas, Zapatas y Grisales, publicaron una investigación titulada: *Síndrome de Burnout y satisfacción laboral en docentes de una institución de educación superior, Medellín, 2008*, el estudio reflejó que los profesores vinculados de la Facultad Nacional de Salud Pública, sede Medellín, presentan mayor prevalencia de casos probables de burnout que los docentes contratados bajo la modalidad de ocasionalidad o de cátedra.

Por lo anterior, es importante llevar a cabo un estudio y analizar tanto los factores de protección que pueden mitigar el impacto del estrés y los factores de riesgo, que puedan aumentar la vulnerabilidad de los profesores y ocasionar problemas de salud mental; para ello, se pretende identificar ¿Cuáles son los factores psicosociales de protección y riesgo inmersos en el quehacer investigativo que, afectan la salud mental de los profesores de la Facultad Nacional de Salud Pública (FNSP), U. de A., Medellín, 2023?

Se espera realizar un trabajo detallado y exhaustivo que analice los diferentes aspectos del entorno laboral, las demandas académicas y los factores individuales que pueden influir de manera positiva y negativa en la salud mental de los profesores.

El presente estudio pretende: Analizar los factores psicosociales de protección y riesgo que impactan la salud mental de los profesores de la Facultad Nacional de Salud Pública (FNSP), U. de A.; sede Medellín, derivados de su quehacer investigativo a través de un estudio de caso, 2023.

Durante el desarrollo de este trabajo es importante: a) Identificar los factores psicosociales de protección presentes en el quehacer investigativo de los profesores de la FNSP; Esta acción permitirá identificar y comprender cómo ciertos aspectos pueden representar un beneficio para la salud mental de los profesores; b) Describir los factores psicosociales de riesgo en el quehacer investigativo de los profesores de la FNSP., permitirá comprender cómo ciertos aspectos del trabajo pueden representar desafíos para la salud mental de los profesores, c) Determinar el impacto de los factores psicosociales de protección y riesgo del quehacer investigativo en la salud mental de los profesores de la FNSP, ayudará a establecer los elementos que promuevan el bienestar mental de los profesores y a establecer pautas para que se tomen acciones de fortalecimiento y cuidado, esta acción, ayudará además a identificar oportunidades de intervención y apoyo.

CAPÍTULO I

Planteamiento de Problema

El cuidado de la salud mental, actualmente es un tema de interés principalmente en salud pública, involucra factores en pro del bienestar emocional, social y psicológico de un ser humano; estos tres elementos son esferas claves que determinarán la forma en que se desenvuelve un individuo y, a su vez, generarán un impacto directo en la forma de pensar, sentir y actuar del mismo. En palabras de Cortina (2000) “La salud mental también aborda los factores de las relaciones personales y sociales en las que cada sujeto se establece, se forma y se desarrolla de manera completa y sostenible” (p. 142).

Al respecto, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 1951), refiere que:

La salud mental implica la capacidad que tiene un individuo para establecer relaciones armoniosas con otros y para participar en modificaciones de su ambiente físico y social o de contribuir en ello de modo constructivo. Implica también su capacidad de obtener una satisfacción armoniosa y equilibrada de sus propios impulsos instintivos, (...)

(p.15)

No obstante, la salud mental está estrechamente relacionada con el equilibrio entre las demandas laborales y las necesidades individuales; para el ser humano, el trabajo desempeña un papel fundamental y tiene un impacto significativo en su vida psíquica dado que, representa productividad, utilidad y beneficios. Desde una perspectiva psicológica, suministra una

estructura y un propósito en la vida; también puede contribuir al sentido de identidad y autoestima de una persona, así como a su bienestar emocional.

El trabajo puede brindar oportunidades para el crecimiento personal y profesional, el logro de metas y la adquisición de habilidades; sin embargo, también puede generar estrés, agotamiento y desequilibrio en la vida de un ser humano, si no se maneja adecuadamente.

En investigaciones recientes, autores como Hervis, E (2016), a pesar de la importancia que se tiene sobre el valor de la labor docente, así como el reconocimiento y apogeo que se tiene acerca de la investigación en Colombia, se desconoce en gran medida las implicaciones o los impactos que también pueden influir de manera positiva o negativa en la salud mental, entre ellos, el entorno laboral; las relaciones interpersonales en el trabajo; el ambiente de trabajo, los conflictos internos o la falta de apoyo de parte de sus colegas y/o superiores, el cumplimiento de acciones y tareas que se deberán desarrollar para dar respuesta a las demandas y/o compromisos implícitos en el alcance de objetivos (personales -corporativos); las responsabilidades de tipo académicas; personales; familiares; laborales y demás asuntos, que el sujeto deberá afrontar para garantizar en su vida, un balance tanto físico como emocional.

Representando estos, factores de riesgo, que pueden afectar negativamente la salud mental de los profesores; estos pueden incluir un ambiente laboral negativo, conflictos interpersonales, una alta carga de trabajo, presión por publicaciones y cumplimiento de objetivos, falta de reconocimiento y recompensa, falta de recursos y apoyo institucional, y la dificultad de conciliar la vida laboral con la personal.

Por un lado, existen factores de protección que pueden ayudar a mantener una buena salud mental; esto incluirá un entorno laboral positivo y de apoyo, relaciones interpersonales

saludables con colegas y superiores, un equilibrio adecuado entre las demandas académicas y personales, así como la capacidad de manejar el estrés de manera efectiva.

En Colombia la enseñanza es considerada como una de las ocupaciones más estresantes, debido a su naturaleza de interacciones sociales diarias, “los docentes deben realizar un gran esfuerzo para regular no solo sus propias emociones, sino también las de los estudiantes, padres, colegas y otros actores involucrados” (Villamizar, Padilla y Mogollón, 2015, p.7).

Sumado a esto, en la actualidad, la relación específica entre la práctica pedagógica y la investigación, representa una serie de desafíos para los profesores universitarios; además de las responsabilidades ya pactadas desde su rol como docentes, los profesores deben enfrentar la presión de adaptarse a nuevos modelos educativos, luchar contra el tiempo, administrar eficientemente los recursos y reorganizar constantemente sus planes de trabajo (Barrientos P, 2017).

Para Acuña (2015), el ejercicio investigativo, desempeña un papel esencial en el desarrollo de la práctica pedagógica; por lo tanto, existe una conexión profunda entre la forma en que se enseña y se investiga. Por su parte, Restrepo (2003), alude que

La investigación universitaria es un proceso de búsqueda de nuevo conocimiento, proceso caracterizado por la creación del acto, por la innovación de ideas, por los métodos rigurosos utilizados, por la autocrítica y por la validación y juicio crítico de pares (...) (p.3)

La investigación y la docencia son inseparables y complementarias, su integración es fundamental para la formación de profesionales capaces de enfrentar los retos del mundo actual;

la investigación permite a los docentes estar actualizados y ofrecer una educación de calidad, mientras que la docencia proporciona el contexto y los problemas prácticos necesarios para la investigación. Además, la investigación en la universidad debe ser original, rigurosa y estar orientada a la solución de problemas reales y al desarrollo del conocimiento.

En este sentido y tal como lo expone el Estatuto General Universidad de Antioquia (1994): “La investigación y la docencia constituyen los ejes de la vida académica de la Universidad y ambas se articulan con la extensión para lograr objetivos institucionales de carácter académico o social” (p.4)

En los mismos principios; (cap.3 - art.14), la Universidad señala que:

La investigación, es considerada como fuente del saber, generadora y soporte del ejercicio docente, es parte del currículo; tiene como finalidad la generación y comprobación de conocimientos, orientados al desarrollo de la ciencia, de los saberes, de la técnica, y la producción y adaptación de tecnología, para la búsqueda de soluciones a los problemas de la región y del país (p.4)

En línea con lo anterior, la investigación tiene como objetivo primordial generar conocimiento y buscar soluciones a problemas sociales, sin embargo, llevar a cabo una investigación conlleva a considerar diversos factores, entre ellos; viabilidad, tiempo, recursos económicos y administrativos, liderazgo, compromiso, comunicación, trabajo en equipo y confianza. Estos elementos se manifiestan en primera instancia y al estar enmarcados dentro de un cronograma limitante, pueden generar una carga laboral elevada, ocasionando en gran medida

agotamiento físico, mental y emocional e impidiendo la realización de pausas o un descanso adecuado; ante este panorama, los docentes investigadores, estarían descuidando en gran medida el bienestar propio y el de los demás. Sí estas acciones no son abordadas correctamente, pueden afectar tanto al equipo de trabajo como a las comunidades involucradas en sus estudios.

En consecuencia y en aras de dar alcance a los objetivos planteados en este estudio, es importante explorar si ¿Los docentes vinculados de la Facultad Nacional de Salud Pública que realizan actividades de investigación, reconocen a la hora de llevar a cabo sus proyectos, factores tanto protectores como de riesgo para el cuidado de su salud mental? De esta manera, podría mejorarse el impacto negativo que tal y como lo afirman Villamizar, Padilla & Mogollón (2015):

Las cargas de trabajo académico con las que tienen que lidiar diariamente los docentes muchas veces sobrepasan su capacidad de resistencia física y psíquica. Es sabido que una de las principales causas de malestar en los docentes se debe a un ambiente de trabajo que perciben como hostil y altamente competitivo (p.3)

Para el caso puntual de la investigación, un docente que logra financiar su proyecto, deberá cumplir con los compromisos y plazos establecidos por el ente financiador; su trabajo deberá reflejar la producción de conocimiento tanto científico como social. Esto implicará, realizar actividades que demandan tiempo constante, entre ellas, publicación de artículos, libros, materiales didácticos, participación en espacios académicos, elaboración de informes, apoyo académico a estudiantes en investigación, y realización de trabajos de campo, entre otros.

Descuidar los temas relacionados con la salud mental podría llevar a un importante desgaste físico y emocional para el docente frente a las múltiples tareas mencionadas anteriormente.

Según reportes de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022), ciertamente, se ha notado un incremento en las afecciones de salud mental en el grupo de personas empleadas, manifestándose en una mayor incidencia de crisis de ansiedad, estados depresivos, trastornos del sueño, desafíos en la interacción social, aislamiento e incluso casos de suicidio. En este sentido, la Organización Internacional del Trabajo (OIT, 2021), estima que:

Tres cuartas partes de las muertes relacionadas con el trabajo, se deben a enfermedades del sistema circulatorio (31%), cánceres de origen profesional (26%) y enfermedades respiratorias (17%)”. En investigaciones recientes y en el contexto académico universitario, se observa que para la población docente los principales síntomas de estrés están condicionados por la modalidad de contratación y el tipo de universidad en el que trabajan, para los autores Tacca D, & Tacca A (2019); los cinco síntomas de estrés más comunes reportados por 117 docentes universitarios participantes en su estudio, fueron: Cansancio (45.2%), no poder dormir (36.15), dolores de cabeza (34.4%, falta de concentración (28%) y cambios en el apetito (26.3%) (p.11)

En otro estudio aplicado a 61 docentes de una universidad privada de Colombia, los resultados arrojan mayor alerta en factores de estrés, indicadores de salud mental y presión arterial; (21,3 %) de los profesores presentan niveles significativos de estrés. Así mismo, un 6,6 % de los profesores alcanzaron puntuaciones significativas para depresión y un 9,8 % para ansiedad (Lemos M, Calle G, Roldán T, Orejuela J & Román C, 2019)

Los enunciados anteriores, son el reflejo de algunos factores de riesgo a los que están sometidos los docentes, no obstante, la incorporación de la investigación en las dinámicas educativas debe ser esencial para el desarrollo de conocimientos, habilidades y valores éticos; por ello, deberá orientarse de manera equilibrada y sostenible, priorizando el bienestar propio y el de todos los actores involucrados en el estudio. Esto implicará a su vez, establecer medidas para evitar el agotamiento y promover un ambiente de trabajo saludable, acciones enmarcadas en una cultura de cuidado y apoyo mutuo, es decir, entre los miembros del equipo de investigación y las comunidades con las que se trabaja, de esta manera, se garantizará que la investigación sea efectiva y beneficiosa para todos los implicados.

No obstante, la problemática continuará si no se visualizan los factores mencionados anteriormente y si no se reconocen las múltiples obligaciones y responsabilidades que tiene un docente vinculado a esta institución universitaria (UdeA); en este sentido, se deben comprender también, los factores psicosociales de riesgo y protección involucrados en su práctica, con el fin único de proteger su salud mental.

La complejidad que se relaciona con el quehacer investigativo es un asunto a recalcar, dado que, se deben considerar factores estresantes externos que lo acompañan, tales como los escasos recursos económicos para investigación en Colombia, lo que genera una competencia por desarrollar propuestas de investigación altamente competitivas para recibir financiación; el limitante tiempo, el cual es cada día ajustado, la espera de resultados pertinentes, oportunos y destacados en el menor tiempo posible, bajo la premisa de optimizar recursos económicos, administrativos y de personal, aún en contra de los propios tiempos estimados por los métodos de investigación seleccionados, por ejemplo; etnografías que pasan a llamarse aproximaciones etnográficas para responder tanto al factor financiero como a la teoría de los métodos científicos.

El sistema de incentivos nacional e institucional para medir la calidad de la investigación, el nivel de los investigadores y brindar mayor reconocimiento y oportunidades complementa esta triada de influencias macros que permean el quehacer (Castro et al.,2020)

Sumado a lo anterior, los factores psicosociales de riesgo, podrían estar más latentes y presentar un aumento significativo en la carga laboral de un docente, sí la investigación a desarrollarse cuenta con una población en contexto de vulnerabilidad social, este tipo de proyectos abordan temáticas sensibles e implican riesgos para todos los actores participantes del estudio.

Las implicaciones puestas en pro del quehacer investigativo en proyectos de este tipo, siempre deberán asumir estrategias que garanticen los siguientes aspectos:

La investigación implica tomar decisiones éticas y seguir rutinas y procesos para buscar la verdad y construir conocimiento colectivo; en proyectos de investigación con mayor riesgo, los investigadores tienen una mayor responsabilidad y deben cumplir con protocolos estrictos, especialmente cuando se trata de temas sensibles o que involucran riesgos políticos, económicos, sociales, institucionales o biológicos; también deben prestar especial atención a la población vulnerable, que incluye minorías étnicas, mujeres embarazadas, menores de edad, personas con discapacidad, entre otros.

Es importante abordar los riesgos, prevenir efectos psicosociales y promover acciones preventivas durante la investigación (Comité Ética-Facultad Nacional de Salud Pública, 2020)

Si bien las personas tienen la capacidad de adaptarse y responder a su entorno, existen diversos elementos que pueden influir de manera positiva o negativa en su capacidad de respuesta; estos factores pueden incluir la educación, la experiencia personal, los recursos adquiridos a lo largo de la vida, así como el contexto social y cultural en el que se encuentra cada ser humano. Por lo tanto, es crucial reconocer que, aunque una persona pueda tener estrategias para enfrentar las demandas sociales, también debe establecer límites en cuanto a lo que puede hacer y a las expectativas que los demás tienen hacia ella.

Estos factores de riesgo pueden alterar el ritmo de vida de una persona, como la sobrecarga laboral, el cumplimiento de múltiples actividades diarias y la falta de tiempo para descansar, lo que puede tener consecuencias tanto físicas como mentales.

En este contexto, es importante para esta investigación plantear el siguiente interrogante:

¿Cuáles son los factores psicosociales de protección y riesgo inmersos en el quehacer investigativo que, afectan la salud mental de los profesores de la Facultad Nacional de Salud Pública (FNSP), U. de A., Medellín, 2023?

Antecedentes

Durante el ejercicio del rastreo bibliográfico, se logró observar que existen varios referentes nacionales e internacionales que abordan directamente el tema de la salud mental en docentes empleados de universidades públicas y privadas, sin embargo, muy pocos de estos trabajos académicos, contemplan la asociación de actividades investigativas con el ejercicio docente.

Pese a que existen diversos estudios centrados en el estrés y el burnout, los hallazgos relacionados con el problema que pretende abordarse, se difunden a través de comunicados de prensa, transmisiones de radio, televisión y algunas publicaciones; en cada una de estas fuentes, se evidencia que existen varias causas que contribuyen a los problemas de salud mental experimentados por docentes en su labor diaria, entre ellas, la falta de apoyo social, una sobrecarga laboral constante que implica trabajar más horas de lo pactado y falencias en los espacios de trabajo, factores que se traducen en insatisfacción e inestabilidad laboral.

No obstante, las siguientes investigaciones pueden ser útiles para el desarrollo de este trabajo:

Estos autores (González Y, Ceballos P, & Rivera F, 2021), realizaron una revisión integrativa de la literatura a nivel internacional y la denominaron: *Carga mental en profesores y consecuencias en su salud: una revisión integrativa*, ellos lograron identificar los datos referentes a la carga mental de trabajo percibida por los profesores, sin embargo, abordan la temática desde la educación primaria y secundaria. No obstante, hay datos de interés que pueden servir para el desarrollo de este trabajo, como, por ejemplo, los efectos de la Carga Mental de Trabajo (CMT) y el riesgo psicosocial que se construye a partir de factores propios del quehacer docente.

Por otra parte, los autores (Del Rosario I, & Pérez L, 2019) finalizaron un trabajo investigativo denominado; *Factor de riesgo psicosocial de carga mental en el docente universitario*, cuyo objetivo es; analizar la producción bibliográfica de los riesgos psicosociales, principalmente la carga mental en los docentes universitarios. Esta investigación es apropiada para este trabajo, ya que, en sus resultados:

Se evidenció que los factores de riesgos psicosociales (carga mental, características de la tarea, etc.), pueden desencadenar en el personal docente una alta carga mental y emocional que pueden afectar su salud y el desarrollo de sus actividades y condiciones laborales, conllevando a incapacidades y ausentismo, impactando negativamente el sistema de gestión de seguridad y salud en el trabajo de las Instituciones de Educación Superior del país (p.1)

Otro estudio de gran importancia es el trabajo de Romaña F, García L, & Caraballo K (2019), titulado; *Factores de Riesgo Psicosocial que afectan la Salud Mental en docentes del Oriente Antioqueño*, cuyo objetivo es: determinar la existencia de factores de riesgos psicosocial que pueden afectar la salud mental en los docentes del Oriente Antioqueño, en el contexto de la importancia en la gestión de los servicios educativos; el estudio encontró que los docentes de secundaria en el Oriente Antioqueño están expuestos a factores de riesgo psicosocial como el estrés, el acoso laboral y la carga mental.

Esta investigación puede relévatse, dado que destaca la necesidad de promover ambientes laborales seguros y saludables para los docentes. El artículo también menciona la prevalencia de

trastornos mentales en Colombia y la importancia de abordar la salud mental en el ámbito laboral.

En el año 2018, dos estudiantes de psicología abordan el *Estrés y estrategias de afrontamiento en un grupo de docentes de nueve instituciones educativas del municipio de Apartadó, Antioquia*, en el estudio participaron 60 docentes de diferentes instituciones educativas, de las cuatro comunas del municipio de Apartadó. Si bien la investigación apunta a los niveles de estrés a los que están sometidos los docentes, también realiza una correlación de estos los niveles de estrés con las estrategias de afrontamiento, (Julio Y & Amaya G, 2018), insumos que servirán de guía para el alcance del tercer objetivo específico de esta investigación.

Para 2020, Cali A & Pantoja C, estudiantes de la Facultad Nacional de Salud Pública, realizan su trabajo de grado denominado; *Identificación del nivel de riesgo psicosocial intralaboral y nivel de estrés laboral en docentes de establecimientos educativos oficiales urbanos del municipio de Cauca Antioquia para el año 2018*. En los hallazgos 1 48,9% de los docentes obtuvieron nivel alto de riesgo psicosocial intralaboral y el 59,1% presentaron un nivel alto de estrés. El dominio y la dimensión con mayor número de docentes en nivel de riesgo alto fueron demandas del trabajo, y demandas ambientales y de esfuerzo físico.

Finalmente, La Universidad Lasalle en el año 2014, se realiza una recopilación de investigaciones titulada *Investigaciones y desafíos para la docencia del siglo XXI*, el libro sintetiza en 3 capítulos principales, las nociones de 25 autores que realizaron un ejercicio investigativo, enfocado en la labor docente.

Justificación

Es decisivo el abordar y reconocer elementos que promuevan la salud mental de los profesores que realizan labores investigativas, especialmente, cuando su ejercicio o labor gira en entornos académicos como es el caso de la Facultad Nacional de Salud Pública (FNSP). Lo anterior, implicaría garantizar que los profesores cuenten con habilidades de afrontamiento necesarias para cuidar su salud mental y a la vez, actúen de manera consciente cuando se enfrenten ante situaciones o factores estresantes, las cuales puedan poner en riesgo su bienestar y el de las personas con las que trabajan.

En términos psicológicos, es necesario también destacar la importancia de brindar apoyo y tratamiento a los profesores de la facultad que experimenten dificultades en su salud mental, con el fin de prevenir posibles problemas a largo plazo.

No obstante, para cumplir las recomendaciones anteriores; es imperativo que la Facultad y la Universidad de Antioquia, reconozcan que los docentes vinculados debido a la naturaleza de su trabajo y a el cumplimiento de diversas actividades en pro de los planes misionales, se encuentran expuestos ante situaciones de riesgo que pueden afectar su salud mental y ocasionar múltiples enfermedades.

Si bien, labor investigativa es fundamental para la producción de conocimiento, el mismo ejercicio de investigación (quehacer investigativo) puede representar factores positivos para los individuos, pero también conlleva a riesgos para la salud mental, estos pueden ser cognitivos o fisiológicos y dependerán de las condiciones laborales, las exigencias académicas y los múltiples desafíos que se deban asumir para dar respuesta a los compromisos que fueron previamente pactados por un docente investigador. Por lo tanto, es fundamental comprender, reflexionar y actuar en pro del cuidado de la salud mental, especialmente, cuando en la investigación se

trabaja con poblaciones en contexto de vulnerabilidad social; desde una perspectiva ética de la investigación (unidad encargada de avalar y categorizar los proyectos a inscribirse el Centro de Investigación) se debe asumir un trabajo con condiciones especiales para garantizar el cuidado de todos los participantes en el estudio; para la ejecución del proyecto, el equipo de investigación, deberá incluir estrategias adicionales y garantizar el manejo de información con mayor precaución que en el desarrollo de un proyecto categorizado sin riesgo.

Para la Organización Internacional del Trabajo (OTI), surge una enfermedad laboral si se cumplen los siguientes dos elementos, la relación causal entre la exposición en un entorno de trabajo o actividad laboral específicos, y una enfermedad específica, y el hecho de que, dentro de un grupo de personas expuestas, la enfermedad se produce con una frecuencia superior a la tasa media de morbilidad del resto de la población.

Según la misma organización surge el estrés cuando el individuo se somete a las altas cargas y exigencias múltiples, la (OTI,2016) afirma que el estrés es: la respuesta emocional y corporal de una persona ante diversas presiones y desafíos ocurre cuando las demandas y responsabilidades exceden las necesidades, habilidades y recursos individuales.

Seguido del estrés y abordando el mismo escenario laboral, al atender diversos asuntos académicos y múltiples exigencias propias del quehacer; surgen también los riesgos psicosociales. Para (Moreno, 2011) son:

[...] la consideración de una concepción biopsicosocial de la salud y la necesidad de que esta sea promovida en los lugares de trabajo. Ello ha supuesto una concepción de la

prevención de los riesgos y accidentes laborales que incluye los llamados riesgos ergonómicos y psicosociales. Ha llevado también a la consideración de los daños psicosociales como una de las consecuencias de una inadecuada prevención de riesgos (p. 180)

(Vieco F, & Abello R, 2014), explican el concepto de factores de riesgo psicosocial, y afirman que al igual que los riesgos psicosociales; pueden ocasionar daños de todo tipo.

Ahora bien, Colombia, pese a que es uno de los países con mayores problemáticas psicosociales a causa de las terribles consecuencias que ha dejado la guerra y el conflicto armado, cuenta con pocas políticas que establezcan parámetros para el cuidado y la protección de las comunidades y de sus investigadores, especialmente cuando la mayoría de estudios abordan temáticas de carácter sensible. Si bien, las necesidades de tipo investigativo son claras en nuestro contexto social, es decir, hay varias áreas donde la investigación es necesaria para abordar problemas o cuestiones importantes como la salud; la educación; el medio ambiente y políticas públicas, el país no cuenta con los suficientes recursos administrativos, políticos, laborales, económicos y culturales para proteger no solo a las comunidades participantes en estudios o proyectos que abarcan temáticas sociales; sino también, a los investigadores; para este caso puntual, profesores vinculados a la Universidad de Antioquia, los cuales, realizan su quehacer desde la FNSP y, sus grupos de trabajo que acompañan el desarrollo de actividades propias de la labor investigativa.

Un trabajo cualitativo como este, puede aportar comprensiones y ampliar la mirada sobre las condiciones presentes y/o ausentes de la problemática que se quiere indagar; el descubrir cuáles son factores protectores (elementos que influyen en la calidad de vida de manera positiva,

y que contribuyen con el cuidado de la salud mental; bienestar.), pero también los factores de riesgo (aquellos que influyen en la calidad de vida de manera negativa; afectación o enfermedad) que manifiesten las personas participantes en este estudio, permitirá diseñar estrategias de prevención y promoción que aporte al cuidado de la comunidad académica en general y no solo de los profesores de la Facultad Nacional de Salud Pública.

Este estudio, puede servir como una pauta para los profesionales de diferentes campos del conocimiento de las ciencias de la salud; psicólogos, trabajadores sociales, administradores en salud, médicos, y encargados de la salud y seguridad en el trabajo, a la hora de enfocarse en la labor investigativa y sus implicaciones directas en el empleado y en el trabajo con comunidades, para este caso concreto servirá al equipo directivo de la Facultad para la formulación de políticas específicas que velen por el bienestar de sus profesores investigadores y que contribuyan significativamente a la mejora de sus condiciones laborales y su estado de salud mental.

Pregunta de Investigación

¿Cuáles son los factores psicosociales de protección y de riesgos inmersos en el quehacer investigativo que afectan la salud mental de los profesores de la Facultad Nacional de Salud Pública (FNSP), U. de A., Medellín, 2023?

Objetivo general

Analizar los factores psicosociales de protección y riesgo que afectan la salud mental de los profesores de la Facultad Nacional de Salud Pública (FNSP), U. de A.; sede Medellín, derivados de su quehacer investigativo a través de un estudio de caso, 2023.

Objetivos específicos

1. Identificar los factores psicosociales de protección presentes en el quehacer investigativo de los profesores de la FNSP.
2. Describir los factores psicosociales de riesgo en el quehacer investigativo de los profesores de la FNSP.
3. Determinar el impacto de los factores psicosociales de protección y riesgo del quehacer investigativo en la salud mental de los profesores de la FNSP

Marco teórico:

El entorno; los determinantes sociales y la prevención de la enfermedad, por nombrar algunos ejemplos, son temáticas que abordan el cuidado de la salud e involucran directamente a las poblaciones, múltiples autores exponen el concepto de salud desde una perspectiva que va más allá de lo biomédico y abarcan tanto el componente físico como psicológico y social; tres de las esferas o factores que determinan el comportamiento del ser humano, además, contemplan la salud desde una mirada positiva y en pro del bienestar. Sin embargo, las dinámicas laborales, institucionales, sociales, culturales y económicas, van generando diversas exigencias para el ser humano, que se transforman en factores negativos y que, de no ser abordados a tiempo, pueden llegar a generar afectaciones a nivel cognitivo y conductual. Es aquí, cuando se establece un progresivo interés por las condiciones de salud de los individuos en el ámbito laboral, preocupación que permite la realización de múltiples investigaciones encaminadas a determinar la relación existente entre la salud y el trabajo.

Cada día, aparecen diferentes enfermedades que no solo están contaminando el cuerpo, sino también el alma, enfermedades originadas a causa de los requerimientos del entorno y las dinámicas sociales cambiantes, pero también, a causa de los múltiples sucesos estresantes y la constante presión por el rendimiento, ante esto, (Moreno, 2001) expone dos enfoques: tarea y contexto. El autor hace alusión a la ejecución formal de las actividades laborales y los factores técnicos del trabajo, así como las acciones tomadas para promover un entorno psicosocial de bienestar para tener un día de trabajo más productivo.

Aunque la tarea y el contexto son importantes para alcanzar resultados satisfactorios en el trabajo, también pueden originarse factores negativos asociados con cada uno de ellos; en el caso de la tarea, si la carga de trabajo es excesiva o demasiado compleja, la persona que realiza una

actividad específica puede sentirse abrumada y estresada, lo que puede generar también fatiga y agotamiento; pero, en casos más puntuales, desmotivación, un mal desempeño y afectaciones en la productividad y en la calidad del trabajo.

(Escudero & Pérez, 2019, como se citó en el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, 2010), exponen que:

La carga mental de trabajo se define como; el conjunto de requerimientos mentales, cognitivos e intelectuales a los que se ve sometido el trabajador a lo largo de su jornada laboral, y ésta va a depender de las exigencias del trabajo, de las exigencias mentales de la tarea y de la capacidad de respuesta del trabajador (p.3)

Los factores enunciados anteriormente (tarea y contexto) incluirían también desde una postura positiva, la creación de estrategias que estén orientadas a la prevención y disminución de la enfermedad, entre ellas, la comunicación efectiva, la creación de relaciones interpersonales saludables, el fomento del trabajo en equipo, el reconocimiento y la valoración del trabajo de los demás, entre otros.

En consecuencia, se hacen notorios diversos factores de riesgo que contribuyen de manera negativa, afectando principalmente el componente de salud, cuando nos referimos a las dinámicas que causan desgastes, estrés, ansiedad y que van ligadas específicamente al deterioro de la salud mental y a ocasionar falencias en la calidad de vida de una persona, así mismo, se logran identificar aquellos factores protectores que por la misma dinámica anterior, se convierten potencialmente en estrategias de manejo y mitigación de las afectaciones.

Llegando hasta aquí y en aras de facilitar la comprensión del lector y del investigador frente al problema que se pretende abordar, se realiza una categorización desde una perspectiva teórica y conceptual. Por ende, es crucial abordar en primera instancia variables como salud, salud mental, salud mental y docencia desde una perspectiva de la psicología enfocada en el campo de la salud mental. Es relevante mencionar que también se toman en cuenta las contribuciones de otros autores de diferentes enfoques en relación a los conceptos mencionados anteriormente.

I. Salud

(Oblitas, 2004) define el concepto de salud y expone que: "No es la ausencia de alteraciones y de enfermedad, sino un concepto positivo que implica distintos grados de vitalidad y funcionamiento adaptativo" (p. 3). La Organización Mundial de la Salud (OMS), realiza la siguiente definición; La salud implica el equilibrio y bienestar tanto físico como mental y social, y no se limita únicamente a la falta de enfermedades o dolencias.

Desde las posturas anteriores, la salud puede entenderse entonces, como un estado o equilibrio, pero también, como un proceso cambiante que requiere la reestructuración de diferentes dinámicas funcionales que experimenta el individuo en su entorno, es decir, dependerá de las herramientas mínimas con las que cuente éste, para afrontar adversidades y de esta manera garantizar una vida sana y feliz (estrategias de afrontamiento); de no ser así, se evidenciarían una serie de complicaciones que a mediano o corto plazo afectarían varias de sus esferas y ocasionarían daños a nivel físico, mental y emocional.

I.I. Salud Mental

Cuando hablamos de salud mental, estamos abarcando quizás a uno de los conceptos más importantes en términos psicológicos, cobija varios elementos que están inmersos en la vida del ser humano, incluyendo factores biológicos, psicológicos y sociales; la salud mental, comprende también varias dimensiones que van encaminadas en pro del bienestar emocional, psíquico e interaccional, cuyo propósito principal es que la persona, sea capaz de manejar adecuadamente los desafíos que se presenten en su vida diaria, así como encontrar herramientas que le permitan establecer relaciones saludables con los demás, trabajar de manera efectiva y contribuir a su comunidad.

La salud mental implica la capacidad de adaptarse a las circunstancias cambiantes de la vida, de resolver problemas de manera efectiva, de mantener relaciones interpersonales satisfactorias y de hacer frente a los desafíos emocionales y psicológicos que puedan surgir durante el camino que debe recorrer cada individuo a lo largo de su existencia; representaría armonía, estabilidad emocional, paciencia y sobre todo amor.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define salud mental como:

Un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad (p.1)

Desde el enfoque psicológico, autores de diferentes corrientes teóricas, abordan el concepto de salud mental y exponen lo siguiente:

Sigmund Freud (1939), enlaza la salud mental con la habilidad de amar y trabajar, lo cual implica la capacidad de establecer relaciones emocionalmente saludables y ser productivo en la sociedad. Freud también sostiene que la salud mental está vinculada a la resolución de conflictos internos.

Carl Jung (1935), consideraba que la salud mental implica la integración armónica de los factores conscientes e inconscientes de la personalidad, de modo que el individuo pueda funcionar de manera efectiva en el mundo.

Según Carl Rogers (1951), psicólogo humanista, las características de la Salud Mental se basan en la autenticidad, la autoaceptación y la congruencia entre el yo real y el ideal. Rogers resalta la importancia de la autorregulación emocional y la aceptación incondicional de uno mismo.

El psiquiatra Viktor Frankl (1987), consideraba que la salud mental se alcanza al encontrar un propósito significativo en la vida y al tener la capacidad de encontrar significado incluso en las situaciones más difíciles.

Martín Seligman (1999), psicólogo positivo, describe el cómo podemos fomentar la salud mental en el ámbito laboral mediante la aplicación de la psicología positiva y centrándonos en el bienestar de los empleados. Según Seligman, es importante crear entornos laborales que promuevan la satisfacción y el crecimiento personal de los individuos.

Desde una perspectiva psicológica, la salud mental se refiere a la habilidad de una persona para funcionar de manera óptima en su entorno y en su vida diaria; esto implica mantener un equilibrio emocional, ser capaz de manejar el estrés y las situaciones difíciles de manera efectiva, y tener una autoestima saludable; además, la salud mental, implica la capacidad de establecer relaciones interpersonales positivas y satisfactorias, así como tener una visión

positiva y realista de la vida. Implica la transformación de aspectos que necesitan mejorar en la vida de un individuo que lucha por cuidar de sí mismo para poder cuidar a los demás.

No obstante, si las condiciones antes mencionadas no se cumplen y el sujeto no cuenta con herramientas de afrontamiento, se originará entonces la Enfermedad mental o trastornos mentales; el primero abarca cualquier problema de salud mental, desde trastornos psicológicos hasta problemas emocionales y de comportamiento, mientras que el segundo, según el DSM-5, Hace referencia de manera precisa a un conjunto de pensamientos, acciones o sentimientos que generan malestar importante o impactan la habilidad de una persona para desenvolverse en su rutina diaria, ante esto y según la Defensoría del Pueblo de Colombia (2008):

Los estudios sobre salud mental en el país, señalan la depresión como uno de los problemas de mayor prevalencia (19,6%); otras problemáticas prevalentes son los trastornos de sueño (15%), la dependencia de sustancias psicoactivas (12%), el déficit de atención (12%), el estrés postraumático (6%) y el pánico (3%) (p.2)

I.II. Salud mental y docencia

Díaz-Granados (1999), expone que, la salud mental de los docentes no solo repercute en su propio bienestar, sino que también influye directamente en la calidad de la educación que brindan a sus estudiantes, aquí el autor, expone además que un docente que se encuentra en una buena condición mental puede desempeñar todas sus funciones y además ofrecer un ambiente de enseñanza más efectivo.

Diversas investigaciones han llegado a la conclusión de que la salud laboral de los maestros ha sido históricamente ignorada, ya que la profesión docente se ha caracterizado por su

alto nivel de sacrificio, responsabilidad, compromiso social, vocación espiritual e idoneidad moral. Como resultado, se han descuidado las condiciones laborales adecuadas en este campo (Chávez (2012))

Sin embargo, la (UNESCO, 2005), expone que la creciente importancia que se le da a la calidad educativa en todo el mundo, se ha vuelto cada vez más evidente la importancia del bienestar y la salud de los docentes como agentes claves del proceso enseñanza-aprendizaje y, por ende, de los resultados académicos y el desarrollo de los países.

Ante esto, en el año 2008, el Ministerio de la Protección Social de Colombia, establece el sistema de vigilancia en salud pública y la obligatoriedad de la notificación individual de los trastornos mentales y del comportamiento al sistema de vigilancia en salud pública, mediante la resolución 2646 de 2008, aquí se establece además las disposiciones y define las responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para la determinación del origen de las patologías causadas por el estrés ocupacional.

I.III. Salud laboral y docencia

La definición de salud laboral, inicia con el Comité Mixto de la Organización Internacional del Trabajo (OIT) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) ambas instituciones, proponen que el objetivo de la salud en el trabajo es: promover y mantener el más alto nivel de bienestar físico, mental y social de los trabajadores en todos sus trabajos, así como prevenir daños a su salud causados por las condiciones de trabajo, en general, adaptar el trabajo al hombre y cada hombre a su trabajo.

Por su parte, Parra (2003), propone la necesidad de llevar a cabo investigaciones que permitan identificar los mecanismos causales y las relaciones entre el trabajo y la salud, tanto física como psicosocial. Según el autor, la salud laboral es responsabilidad de las personas que trabajan, de los empleados y profesionales involucrados en el trabajo.

Además, el autor considera que el nivel de salud laboral alcanzado depende de factores como el nivel de empleo y desempleo, las condiciones de vivienda, el acceso a la educación y la salud, la existencia de instituciones promotoras de la salud y el grado de organización de los trabajadores, entre otros factores.

En Colombia, se han realizado diversas investigaciones para comprender la salud de los profesores. Por ejemplo, en 2005 se llevó a cabo un estudio en la ciudad de Medellín que examinó el síndrome de Burnout y la satisfacción laboral de 89 docentes de una Facultad Nacional de Salud Pública de la Universidad de Antioquia. Los resultados revelaron que aproximadamente el 19,1% de los docentes presentaban indicios probables del síndrome de Burnout, mientras que el 49,4% estaba en riesgo de desarrollarlo. Estos factores pueden tener un impacto significativo tanto en la vida personal como profesional de una persona. Por tanto, es crucial que los empleadores adopten medidas para prevenir y mitigar este síndrome, además de proporcionar apoyo emocional, reducir el estrés laboral y ofrecer recursos de salud mental a sus empleados.

Desde la mirada de Wilson, DeJoy, Vandenberg, Richardson y McGrath (2004), ambos autores explican que la organización del trabajo es un tema importante cuando se trata de la relación entre la salud y el trabajo. La organización del trabajo se refiere a cómo se estructuran y manejan procesos como el diseño del trabajo, así como la administración, las políticas y los procedimientos.

Según la definición, la estructura y el funcionamiento de una organización tienen un impacto en el bienestar de los empleados y en la efectividad de la entidad. Los autores proponen el término "organizaciones de trabajo saludables" como una extensión del concepto de "organización del trabajo" y sugieren que es posible distinguir entre organizaciones saludables y no saludables. Sin embargo, considerar una organización saludable implica tener en cuenta diferentes factores relacionados con el trabajo, como el estrés laboral, las características de los sistemas de trabajo de alta ejecución, los factores culturales y el clima organizacional, entre otros.

No obstante, y realizando el enfoque principalmente en el contexto del quehacer investigativo docente, foco de esta investigación, es preciso exponer algunos ejemplos de afectación más comunes a causa de las altas cargas laborales y las dinámicas a las que se ven expuestos:

- La ansiedad laboral: es un trastorno en el que una persona experimenta ansiedad relacionada con su trabajo, puede ser causada por presiones laborales, miedo al fracaso o un ambiente de trabajo estresante.
- El agotamiento emocional: es el resultado de la exposición constante a historias de dolor y sufrimiento, o a una demanda excesiva de atención que supera las capacidades de las personas y los equipos, de no ser abordado adecuadamente, puede llevar a la pérdida de sentido en lo que se hace y la incapacidad de conectarse con el sufrimiento de los demás, lo que resulta en actitudes cínicas o negligentes, o en un exceso de involucramiento que genera daño.
- El síndrome de burnout. es un trastorno psicológico que afecta a los trabajadores de diferentes profesiones; se caracteriza por el agotamiento emocional, la

despersonalización y la falta de realización personal. Los factores que contribuyen al desarrollo del síndrome de burnout incluyen la sobrecarga laboral, la falta de apoyo social, el estrés y la falta de recursos personales para hacer frente a las demandas del trabajo.

- La contratransferencia: entendida como el impacto que tiene en la persona que escucha el relato de la víctima; puede llevar a la persona a revivir sus propias experiencias traumáticas al escuchar sobre abusos o pérdidas. Esto puede ser especialmente relevante en profesiones como la terapia o el trabajo social.
- La depresión laboral: se produce cuando una persona experimenta síntomas de depresión relacionados con su trabajo, como falta de motivación y sensación de que su trabajo carece de sentido; puede ser causada por factores como la falta de reconocimiento, el estrés crónico o la falta de control sobre el trabajo.
- El estrés laboral: se define como una respuesta afectiva negativa en forma de ansiedad o depresión, acompañada de cambios bioquímicos y fisiológicos; puede llevar a la hipertensión arterial, úlceras y enfermedades mentales en los trabajadores. Las causas del estrés laboral pueden incluir una alta carga de trabajo, falta de control sobre el trabajo y conflictos interpersonales.
- La fatiga por compasión: se refiere al impacto negativo que experimentan las personas que se involucran demasiado con el sufrimiento de los demás; esto puede afectar su bienestar y sus relaciones sociales, ya que sus pensamientos, conversaciones y emociones están constantemente relacionados con el tema en el que trabajan. Puede ser causada por la exposición continua al sufrimiento ajeno y la falta de tiempo para cuidarse a sí mismos.

- El trauma vicario: ocurre cuando la persona que brinda ayuda se ve fuertemente afectada por la experiencia de las víctimas con las que trabaja; siente como propias las experiencias de los demás y le resulta difícil tomar distancia. Puede causar síntomas similares a los del trauma directo y puede llevar a problemas de salud mental como la depresión o el trastorno de estrés postraumático (recopilación insumos propios de la estrategia acción sin daño, Facultad Nacional de Salud pública, 2020, s.p)

II. El quehacer investigativo

Desde la postura de autores como Barragán, Giraldo et al. (2019), el quehacer investigativo es representado como: la elaboración del conocimiento que desarrollan los estudiantes y profesores, requiere de ejercicios reflexivos y de consolidar el aprendizaje para que conozca los problemas que acontecen en el mundo y cómo poder aportar en la búsqueda de posibles soluciones.

Por su parte Huayamave, K (2022) expone que: En la investigación universitaria, se le da frecuentemente mayor énfasis al desarrollo de habilidades técnicas y teóricas, pero también es crucial reconocer que las habilidades interpersonales desempeñan un papel igualmente significativo para lograr éxito en el proceso de investigación, sin embargo, cuando la investigación es llevada a cabo por los profesores puede tener como objetivo mejorar su propia práctica docente, así como también contribuir al conocimiento y avance en el campo de la educación. El quehacer investigativo en este contexto se considera un elemento clave en la formación y desarrollo profesional de los profesores, ya que les permite reflexionar sobre su propia práctica y tomar decisiones que van más allá del enfoque de aula.

Para guía teórica del presente estudio, el que hacer investigativo hace alusión al conjunto de labores y actividades que un investigador asume como cumplimiento a su rol, está directamente relacionado con las responsabilidades éticas, científicas, laborales y sociales que se realizan en el marco de una investigación científica o académica; el quehacer investigativo puede variar dependiendo del tipo de investigación, la disciplina académica y los objetivos específicos de cada estudio. En cualquier caso, evidencia un proceso riguroso y sistemático que busca obtener conocimiento nuevo y relevante sobre una temática determinada, implica, además, la aplicación de los principios y métodos de la investigación científica y la comprensión de problemáticas que requieren una pronta solución.

No obstante, este proceso requiere de múltiples tareas que se deben realizar antes, durante y después de la ejecución de una investigación, teniendo claras tres etapas; diseño, ejecución y finalización, a continuación, se precisan lo que aborda cada una de estas. Diseño; esta etapa requiere que quien investiga, aparte de su interés por un tema en específico debe considerar su pertinencia, viabilidad y factibilidad, aquí se construye el documento escrito (protocolo) que respaldará la construcción de la propuesta; identificación del problema, justificación, revisión de la literatura (antecedentes y teorías), fuentes de información, metodología, técnicas de recolección, consideraciones éticas y presupuesto. Esta etapa se complementa con el proceso de búsqueda de recursos, negociaciones, participación en convocatorias, sometimiento a evaluaciones de calidad, acuerdos y compromisos que se derivaran de los apoyos recibidos, así mismo es la etapa donde se gestiona todo lo relacionado con la contratación de personal, equipos y compra de elementos necesarios para el desarrollo del proyecto. Los insumos que requiere el investigador en esta etapa son principalmente intelectuales acompañado de su capacidad de gestionar los respectivos trámites.

La siguiente etapa es ejecución; y precisamente hace alusión al momento en que entra en marcha el proyecto, en esta se vela por el cumplimiento de la calidad técnica y ética de los procesos. Y es en el contacto con el objeto o sujeto de estudio donde convergen todo tipo de situaciones, riesgos y eventos adversos, inherentes al proceso investigativo, y que pueden complejizarse de acuerdo a la categoría de riesgo de los proyectos de investigación, considerando la sensibilidad de la temática, las condiciones de vulnerabilidad de los sujetos involucrados y las influencias, políticas, sociales y económicas de los contextos. Dichas situaciones a resolver requieren un alto grado de responsabilidad de los investigadores, dado que las soluciones a estas situaciones se enmarcan en la capacidad resolutoria y administrativa de quien investiga, para saber atender inmediatamente y direccionar según sea el caso, reconociendo su responsabilidad, pero también identificando las de los demás actores involucrados, relacionamiento que está inmerso en las tres etapas.

La última etapa es finalización, en esta se hace referencia al cumplimiento de los compromisos con los entes financiadores, con los sujetos de investigación (devolución de resultados) y demás acuerdos preestablecidos, comunicación de resultados, realización de informes, socialización, producción de material científico y académico; libros, capítulos de libro, artículos, ponencias, cartillas, videos, eventos, entre otros, propios de la gestión social del conocimiento.

Es de aclarar que lo que implica cada una de estas tres etapas mencionadas anteriormente, no siempre son secuenciales, sino que sus tareas pueden darse de manera simultánea y complementaria, por ende, quien investiga se ve enfrentado en un mismo momento a atender varias tareas de las tres etapas y las situaciones complejas que se derivan de cada una de estas, dando respuesta, tomando decisiones y realizando prácticas que pueden afectar no solo

la calidad de la investigación sino también, la salud física y mental del investigador, su equipo y las personas involucradas en el proyecto según sea el caso.

Hasta aquí el quehacer investigativo se ha presentado como el conjunto de acciones enfocadas a la producción de nuevo conocimiento, que no solo responden a tareas propias de los métodos de investigación sino a la administración de la propia investigación. En cuestión de responsabilidades para los investigadores es importante precisar que detrás de la generación de nuevo conocimiento hay un factor clave que es la formación académica continua, como el compromiso social de generar conocimiento verídico, oportuno y pertinente para la comunidad académica y la sociedad en general. Quienes investigan están sujetos a periodos extensos de revisión de literatura, participación en espacios académicos de reflexión, socialización e identificación de avances y novedades en los procesos, así como el estudio formal de competencias para complementar sus procesos investigativos.

III. Factores Psicosociales laborales:

Para este estudio, es fundamental realizar una mirada desde el enfoque laboral, por ello, es importante recalcar que los factores psicosociales contienen elementos y características propias de lo psicológico y social; estos factores pueden influir en la salud mental y física de los trabajadores y, por lo tanto, en su calidad de vida y en su desempeño laboral.

En 1984, el Comité Mixto de la Organización Internacional del Trabajo y la Organización Mundial de la Salud (OIT/OMS) definió los factores psicosociales en el trabajo como: “las percepciones y experiencias de los empleados que involucran interacciones entre el trabajo, el ambiente laboral, la satisfacción en el trabajo, las condiciones de la organización y las capacidades, necesidades, cultura y situación personal fuera del trabajo del empleado”.

Estos factores influyen en la salud y el rendimiento de los empleados a través de percepciones y experiencias; por su parte, Beltrán A, 2012, como se citó a Sanín & Valencia (2010), expone que los factores psicosociales laborales son:

Aquella condición presente en el trabajo, de carácter tecnológico, empresarial, socio-económico o personal, con la que se encuentra relacionado una persona y que puede afectar de manera positiva o negativamente, la salud, el bienestar, el desempeño o el desarrollo individual o colectivo, es decir, los efectos positivos o negativos organizacionales que ejercen los factores psicosociales, pueden impactar no solo al trabajador como un individuo sino a la organización misma representada por su colectividad (p.16)

La Organización Internacional del trabajo (OIT, 1986). Propone que los factores psicosociales en el trabajo son aquellas; interacciones entre el trabajo, su medio ambiente, la satisfacción en el trabajo y las condiciones de su organización, por una parte, y por la otra, las capacidades del trabajador, sus necesidades, su cultura y su situación personal fuera del trabajo, todo lo cual, a través de percepciones y experiencias, pueden influir en la salud y en el rendimiento y la satisfacción en el trabajo.

La misma organización, expone que: los factores psicosociales en el trabajo, representan un conjunto de percepciones y experiencias del trabajador e incluyen: Factores individuales o personales del trabajador; condiciones, medio ambiente de trabajo y, factores externos que incluyen las condiciones económicas y sociales fuera del lugar de trabajo y que repercuten en él. (OIT, 1986)

Por su parte Villalobos, G (2005) afirma que son; la condición o condiciones del individuo, del medio extralaboral o del medio laboral que bajo determinadas condiciones de intensidad y tiempo de exposición generan efectos negativos en el trabajador o trabajadores, en la organización y en los grupos y, por último, producen estrés, el cual tiene efectos a nivel emocional, cognoscitivo, del comportamiento social y laboral y, fisiológico.

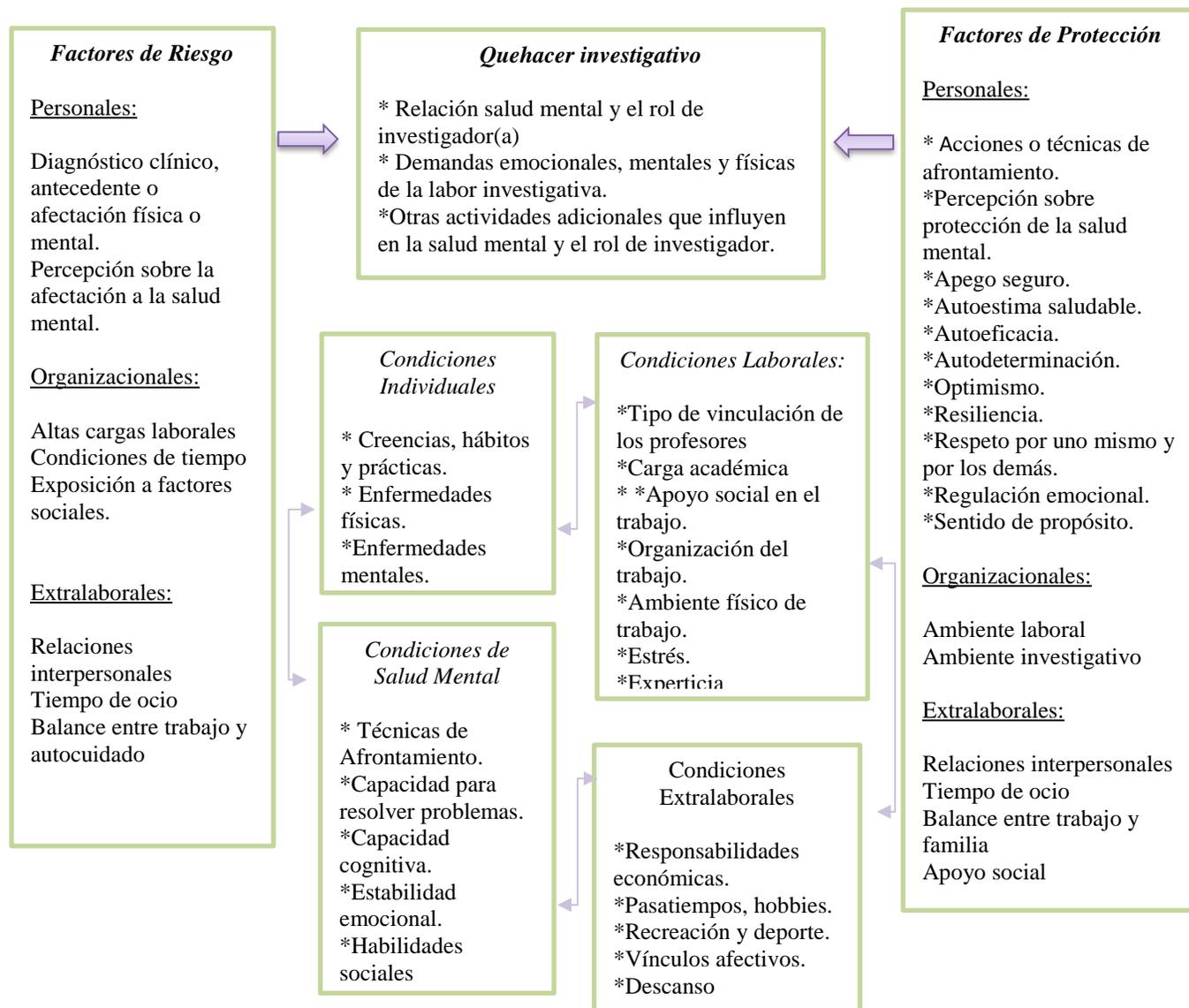
Según las Normas Oficiales Mexicanas NOM 035 (2018) los factores Psicosociales son:

Aquellos que pueden provocar trastornos de ansiedad, no orgánicos del ciclo sueño-vigilia y de estrés grave y de adaptación, derivado de la naturaleza de las funciones del puesto de trabajo, el tipo de jornada de trabajo y la exposición a acontecimientos traumáticos severos o a actos de violencia laboral al trabajador, por el trabajo desarrollado (p.3)

Los factores psicosociales pueden incluir factores como la organización del trabajo, el clima laboral, las relaciones interpersonales, la comunicación, la carga de trabajo, el apoyo social, la autonomía, el grado de responsabilidad, la satisfacción laboral, entre otros. También pueden incluir factores de la vida personal de los trabajadores, como su entorno social y familiar, sus valores, sus expectativas y sus habilidades para manejar el estrés, en esta línea, Vieco y Abello (2014), manifiestan que hay relación entre los factores psicosociales, el trabajo y la salud no es tan clara como los riesgos químicos, ya que con los riesgos psicosociales se debe comprobar la relación entre las condiciones laborales y efectos en la salud psicológica.

Figura 1.

Factores Psicosociales y su relación con el quehacer investigativo.



Elaboración propia tomando como referencia el trabajo titulado; “Modelo analítico de factores psicosociales en contextos laborales (Toro, F., Londoño, E., Sanín, A., & Valencia, M. 2010, p.9)

Los factores psicosociales pueden tener un impacto significativo en la salud y el bienestar de los trabajadores, y es importante que los empleadores y los profesionales de las áreas de la salud, presten atención a estos factores y los aborden adecuadamente para mejorar la calidad del trabajo y la salud de los trabajadores.

IV. Factores psicosociales de riesgo

Según la NOM 035 (2018), los factores Psicosociales de riesgo, son aquellos que pueden provocar trastornos de ansiedad, no orgánicos del ciclo sueño-vigilia y de estrés grave y de adaptación, derivado de la naturaleza de las funciones del puesto de trabajo, el tipo de jornada de trabajo y la exposición a acontecimientos traumáticos severos o a actos de violencia laboral al trabajador, por el trabajo desarrollado.

Existen diversos factores psicosociales en el trabajo que pueden aumentar el riesgo de desarrollar trastornos mentales relacionados con el trabajo. Estos factores se conocen como factores psicosociales de riesgo laboral y se refieren a las condiciones del trabajo que pueden afectar la salud mental y el bienestar de los trabajadores. A continuación, se exponen algunos de ellos:

- Las demandas psicológicas: se refieren al nivel de exigencia mental y emocional requerido en el trabajo; cuando estas demandas son excesivas, pueden aumentar el estrés y el riesgo de desarrollar trastornos mentales relacionados con el trabajo.
- El control en el trabajo: hace alusión al grado de control que tiene un trabajador sobre su trabajo y sus tareas; la falta de control puede aumentar el estrés y generar una sensación de falta de autonomía en el trabajo.

- El apoyo social en el trabajo: está orientado al apoyo emocional y social que reciben los trabajadores de sus compañeros y supervisores; la falta de este apoyo puede aumentar el estrés y generar una sensación de aislamiento en el trabajo.
- La organización del trabajo: se refiere a la forma en que se estructura el trabajo, incluyendo la carga de trabajo y la cantidad de tiempo disponible para completar las tareas; una organización del trabajo inadecuada puede aumentar el estrés y generar una sensación de estar abrumado.
- El ambiente físico de trabajo: abarca a las condiciones físicas del entorno de trabajo, como la iluminación, la temperatura y la calidad del aire. Un ambiente físico de trabajo inadecuado puede aumentar el estrés y la fatiga.
- El estrés: es una respuesta natural del cuerpo ante situaciones que requieren adaptación o cambio. Es una reacción fisiológica que prepara al organismo para enfrentar situaciones amenazantes o demandantes, ya sean físicas o psicológicas; el estrés puede ser agudo o crónico, y si no se maneja adecuadamente, puede tener consecuencias negativas para la salud física y mental. Algunos síntomas comunes del estrés incluyen tensión muscular, ansiedad, irritabilidad, fatiga, dificultad para concentrarse e insomnio.

V. Factores psicosociales de protección

Los factores psicosociales de protección son aquellos factores del entorno y de la persona que pueden ayudar a prevenir o reducir el impacto negativo de situaciones estresantes o adversas sobre la salud mental y el bienestar emocional. Estos factores pueden actuar como "escudos" que protegen a las personas frente al estrés y a los riesgos psicosociales, promoviendo su resiliencia y su capacidad para afrontar las dificultades. Los factores psicosociales de protección pueden ser

internos o externos y pueden incluir el apego seguro, el apoyo social, la autoestima, la autoeficacia, la autodeterminación, la capacidad para resolver problemas y la capacidad cognitiva.

Desde una perspectiva psicológica, los factores psicosociales de protección se refieren a aquellos que promueven el bienestar psicológico y ayudan a prevenir o reducir los efectos negativos del estrés y la adversidad; estos factores son fundamentales para promover la resiliencia y la capacidad de enfrentar situaciones difíciles. Algunos de los factores psicosociales de protección más estudiados incluyen: apego seguro, apoyo social, autoestima saludable, autoeficacia, autodeterminación, capacidad para resolver problemas, capacidad cognitiva, estabilidad emocional, habilidades sociales, optimismo, resiliencia, respeto por uno mismo y por los demás, regulación emocional y sentido de propósito.

Todos estos factores pueden ayudar a reducir el impacto negativo del estrés y la adversidad, promoviendo una buena salud mental y emocional.

Es importante destacar que estos factores psicosociales de protección no garantizan que las personas no experimenten situaciones estresantes o problemas emocionales, pero pueden ayudar a reducir su impacto y promover la resiliencia y el bienestar emocional. En general, los factores psicosociales de protección pueden ser considerados como un conjunto de recursos personales y sociales que las personas pueden utilizar para enfrentar situaciones estresantes y adversas. Estos factores pueden ser aprendidos y desarrollados a lo largo del tiempo, lo que significa que las personas pueden trabajar en su desarrollo para mejorar su capacidad de enfrentar situaciones difíciles.

Metodología

Enfoque Metodológico

En cumplimiento del objetivo general: Analizar los factores psicosociales de protección y riesgo que impactan la salud mental de los profesores de la Facultad Nacional de Salud Pública (FNSP), U. de A.; sede Medellín, derivados de su quehacer investigativo a través de un estudio de caso, 2023. Esta investigación abordará enfoque cualitativo desde la metodología de investigación; estudio de caso.

La investigación cualitativa se enfoca en comprender los fenómenos de estudio a través de una exploración reflexiva y profunda, centrándose en las dinámicas presentes en los entornos en los que se encuentra el sujeto u objeto de investigación. En lugar de depender únicamente de datos numéricos, se observa desde una perspectiva vivencial, teniendo en cuenta la experiencia y la subjetividad.

(Guerrero M, 2016, como se citó en Bernal, C, 2010, p.1) define que:

Los investigadores que utilizan el método cualitativo buscan entender una situación social como un todo, teniendo en cuenta sus propiedades y su dinámica. En su forma general, la investigación cuantitativa parte de cuerpos teóricos aceptados por la comunidad científica, en tanto que la investigación cualitativa pretende conceptuar sobre la realidad, con base en la información obtenida de la población o las personas estudiadas (p.1)

Sandoval (2016), expone que: en la investigación cualitativa, el conocimiento se construye a través de la interacción entre el investigador y la persona que está siendo

investigada; en este proceso, los valores desempeñan un papel importante y afectan la forma en que se construye el conocimiento. Por lo tanto, la subjetividad y la intersubjetividad son esenciales para comprender las realidades humanas.

Diseño metodológico

Esta investigación se realizará con una propuesta metodológica de estudio de caso; este enfoque la investigación se puede describir como un enfoque en el cual se examina exhaustivamente y de manera holística una entidad mediante métodos cuantitativos, cualitativos y/o mixtos. Su objetivo principal es resolver un problema planteado, probar hipótesis y desarrollar teorías (Hernández S & Mendoza, 2008).

Otros autores como (Elger, 2009 & Thomas, 2011), exponen que un estudio de caso es un:

Análisis de personas, eventos, decisiones, periodos, proyectos, políticas, instituciones u otros sistemas que son estudiados holísticamente por uno o más métodos. El caso que es objeto de la indagación será una instancia de una clase de fenómenos que proporciona un marco analítico dentro del cual se lleva a cabo el estudio. Dentro de este, el caso contribuye a iluminar y explicar el fenómeno (su clase o a este) (p.1)

En psicología, los estudios de caso son relevantes para entender a las personas, sus experiencias, sus percepciones y sus emociones; Starke y Strohschneider (2009) señalan que:

Este tipo de estudio, ofrecen varios beneficios, entre los que se destacan que proporcionan una base de datos enriquecedora e información completa sobre el fenómeno o unidad considerada y revelan diferencias entre expresiones de dicho fenómeno o los casos analizados (p.3)

Thomas (2010), indica que “el estudio de caso, cuando es implementado con respeto al proceso de investigación, ejemplifica el conocimiento o la teoría a través de sustraer manifestaciones reveladoras” (p.3).

El estudio de caso además, consiste en dar respuesta a un fenómeno que está ocurriendo en un lugar específico y con unas condiciones particulares, para esta investigación, el caso es la Facultad Nacional de Salud Pública de la Universidad de Antioquia, que cuenta con un aproximado de 120 profesores contratados bajo diferentes modalidades, entre ellos, ocasionales, vinculados y de cátedra, los cuales, están sometidos a ciertas cargas académicas y responsabilidades que impactan su salud mental y que pueden presentar riesgos de tipo psicosocial, inmersos en su quehacer investigativo.

Selección de participantes

Para la recolección de la información de esta investigación, se toma como base la matriz de seguimiento administrativo de proyectos registrados en el Centro de Investigación de la FNSP...

Tabla 1. *Matriz de seguimiento a proyectos Centro de Investigación FNSP*

*Elaboración propia

Código	Tipo de proyecto	Tipo de contrato/convenio	Número de contrato/convenio	Nombre de entidad contratante	Nombre completo del proyecto	Estado actual del proyecto	N° acta de inicio	Fecha de inicio del proyecto	Fecha de finalización del proyecto	Grupo Inv.	Investigador principal	CC	Dedicación horas/s	Vinculación Inv. Ppal.	Coinvestigadores
INV 631-19	Investigación	Contrato de financiamiento RC Código 111580763685	699 de 2018	Colciencias	Evaluación de...	En ejecución	2019-25230	31/01/2019	31/01/2022	Epidemiología	Pepito Pérez	1234	8	Docente vinculado tiempo completo	1. Jesús 2. Marta 3. Francisco 4. Juan 5. Dilan 6. Luz 7. Carmen

... Allí, se realiza un filtro para visualizar el número de profesores que tienen proyectos de investigación activos bajo su responsabilidad durante los tres primeros trimestres del año 2023, la matriz arroja un total de 65 profesores.

Teniendo en cuenta la cifra del total de profesores, se realizará un muestreo por conveniencia hasta obtener saturación de información que como lo expresa Galeano (2004): en la investigación cualitativa, la selección de muestra se realiza de manera progresiva y se basa en los descubrimientos obtenidos durante la investigación. Las muestras no son predefinidas y el proceso de selección es secuencial y teóricamente impulsado. No se utiliza un enfoque aleatorio ni se basa en fórmulas matemáticas para determinar la muestra.

El tamaño de una muestra adecuada en la investigación cualitativa es aquella conformada por los participantes que estén en la capacidad de proveer la mayor cantidad de información posible sobre el fenómeno de estudio. Por lo tanto, el muestreo no cesa hasta que no se hayan

explorado todas las diferentes de fuentes de información pertinentes a cada categoría y se haga evidente que continuar entrevistando o realizando observaciones es redundante. En esta investigación se utilizará la técnica de muestreo intencional hasta que se considere que la información es repetitiva o que se presente la saturación de las categorías (Bonilla Castro y Rodríguez Sehk, 2005).

Autores como Otzen, T. & Manterola C, 2017, exponen que la técnica de muestreo no probabilístico, intencional:

Permite seleccionar casos característicos de una población limitando la muestra sólo a estos casos. Se utiliza en escenarios en las que la población es muy variable y consiguientemente la muestra es muy pequeña. Por ejemplo, entre todos los sujetos con CA, seleccionar a aquellos que más convengan al equipo investigador, para conducir la investigación (p.4)

Para el caso puntual de este estudio, se presentó una saturación de las categorías luego de entrevistar a 5 profesores que participan voluntariamente en la construcción de esta investigación.

Criterios de Inclusión y Exclusión

Como criterios de inclusión para invitar a algunos de los 65 profesores a participar se tendrán en cuenta:

- Tipo de vinculación laboral; vinculado, ocasional o cátedra externo medio tiempo, tiempo completo.

- Ser investigador de un proyecto activo durante los primeros tres trimestres del año 2023.
- Aceptar participación en el estudio

Serán excluidos los profesores que presenten la siguiente condición:

- Tipo de vinculación laboral como contratista.

Categorías

Para darle cumplimiento a los objetivos planteados en esta investigación se tendrán en cuenta las siguientes categorías de análisis: condiciones individuales, condiciones laborales, condiciones de salud mental, condiciones extralaborales.

Técnicas y procedimientos de análisis de la información

En el estudio se llevará a cabo una entrevista semiestructurada compuesta por 14 preguntas orientadas al cumplimiento de los objetivos de esta investigación (Anexo1), la técnica de la entrevista en palabras de Sabino (1992) se refiere a “una forma específica de interacción social que tiene por objeto recolectar datos para una investigación” (p.170). Para esta investigación se adoptará una entrevista semiestructurada en tanto permite flexibilidad en la interacción con los participantes y al mismo tiempo, alternar preguntas previamente establecidas y preguntas espontáneas resultantes de la conversación.

La entrevista tiene un tiempo de duración de 30 minutos y será aplicada a los profesores previamente identificados, contactados, y que posteriormente a la lectura del consentimiento informado acepten participar.

Antes de la aplicación del instrumento se realizó la validación del mismo en dos momentos; el primero mediante una consultoría con un especialista en investigación social, quien revisó su estructura y pertinencia. El segundo mediante la aplicación de la entrevista a un antropólogo experto en investigación cualitativa quien cumplió el rol de primer entrevistado, con el fin de revisar desde la experiencia el diseño, desarrollo y tiempo de la aplicación del instrumento. Los resultados de dicho ejercicio considerados como prueba piloto serán incluidos dentro del análisis de información, teniendo en cuenta la responsabilidad ética de la investigadora frente a la información brindada por el participante y sus aportes significativos al tema de estudio.

El proceso que se llevará a cabo para el análisis de la información será el siguiente:

- Transcripción y revisión de las entrevistas: Técnica de transcripción verbatim. Siendo fiel a las expresiones e ideas de los investigadores participantes.
- Diseño y registro de la matriz de análisis: Se construyó una matriz donde inicialmente se visualizan los objetivos específicos y las preguntas que daban respuesta a estos; luego, se preestablecieron categorías acorde a los resultados esperados en cada pregunta, luego, se identificaron desde el cuerpo del proyecto las subcategorías inmersas dentro de cada categoría macro., nutriendo por cada uno de los participantes y finalizando con la interpretación de la investigadora (ver anexo N°3).
- Clasificación de la información analizada en las categorías del estudio: Teniendo como insumo la transcripción de las entrevistas, se recopila información y se codifica según las categorías preestablecidas.

- Interpretación de los resultados: Con base en la matriz de análisis, se procedió a la escritura de resultados dando respuesta a cada una de las categorías preestablecidas enmarcadas en los factores psicosociales de protección y de riesgo.

Tabla 2.

Matriz para definición de técnicas para la recolección de información

<i>Objetivos Específicos</i>	<i>Categorías nivel 1 (Primer y segundo objetivo)</i>	<i>Categorías Nivel 2 (Primer y segundo objetivo)</i>	<i>Categoría Nivel 3</i>	<i>Técnica a utilizar</i>
1. <i>Identificar los factores psicosociales de protección presentes en el quehacer investigativo de los profesores de la FNSP</i>	Personales	Acciones o técnicas de afrontamiento. Percepción sobre protección de la salud mental. Apego seguro. Autoestima saludable. Autoeficacia. Autodeterminación. Optimismo. Resiliencia. Respeto por uno mismo y por los demás. Regulación emocional. Sentido de propósito.		Entrevista semiestructurada
	Organizacionales	Ambiente laboral Ambiente investigativo		
	Extralaborales	Relaciones interpersonales Tiempo de ocio Balance entre trabajo y familia Apoyo social		
2. <i>Describir los factores psicosociales de riesgo en el quehacer investigativo de los profesores de la FNSP</i>	Personales	Diagnóstico clínico, antecedente o afectación física o mental. Percepción sobre la afectación a la salud mental.		Entrevista semiestructurada
	Organizacionales	Altas cargas laborales Condiciones de tiempo Exposición a factores sociales.		
	Extralaborales	Relaciones interpersonales Tiempo de ocio Balance entre trabajo y autocuidado		

<p>3. <i>Determinar el impacto de los factores psicosociales de protección y riesgo del quehacer investigativo en la salud mental de los profesores de la FNSP</i></p>	Condiciones individuales	<p>Creencias, hábitos y prácticas. Enfermedades físicas. Enfermedades mentales.</p>	<p>Entrevista semiestructurada</p>
	Condiciones laborales	<p>Tipo de vinculación de los profesores Carga académica Apoyo social en el trabajo. Organización del trabajo. Ambiente físico de trabajo. Estrés. Experticia</p>	
	Condiciones de salud mental	<p>Técnicas de Afrontamiento. Capacidad para resolver problemas. Capacidad cognitiva. Estabilidad emocional. Habilidades sociales</p>	
	Condiciones extralaborales	<p>Técnicas de Afrontamiento. Capacidad para resolver problemas. Capacidad cognitiva. Estabilidad emocional. Habilidades sociales *Elaboración propia</p>	

Tabla 3.
Matriz de análisis

Matriz de análisis			
Objetivo	Preguntas guías de la entrevista	Categorías preestablecidas	Subcategorías
Identificar los factores psicosociales de protección presentes en el quehacer investigativo de los profesores de la FNSP	1. ¿Considera usted que el quehacer investigativo contribuye a su salud mental? ¿Por qué?	Contribución a la salud mental	Apoyo seguro Autoestima saludable Autoeficacia Autodeterminación Optimismo Resiliencia
	2. ¿Qué acciones o técnicas de afrontamiento utiliza usted cuando se ve expuesto a factores psicosociales de riesgo a causa del quehacer investigativo?	Técnicas de afrontamiento	Respeto por uno mismo y por regulación emocional. Sentido de propósito. Capacidad para resolver problemas. Capacidad cognitiva. Estabilidad emocional. Habilidades sociales
	3. ¿Qué factores psicosociales de protección identifica usted en el ambiente laboral o durante su práctica investigativa?	Ambiente laboral	Tipo de vinculación de los profesores Carga académica Apoyo social en el trabajo. Organización del trabajo. Ambiente físico de trabajo. Estrés. Experticia
	4. ¿Considera usted que la calidad en tiempo de relaciones interpersonales, ocio, balance entre trabajo y autocuidado contribuye a su quehacer investigativo? ¿Por qué?	Práctica investigativa	Trabajo de campo Actividades y compromisos del proyecto Experticia
	5. ¿Tiene usted una red de apoyo a la que pueda recurrir en caso de que así lo requiera?	Calidad del tiempo libre	Relaciones interpersonales Tiempo de ocio Balance entre trabajo y familia Apoyo social
	6. ¿Desde su trayectoria académica y experiencia investigativa, que estrategias para el cuidado de su salud mental les recomienda a los investigadores colegas?		

		Red de apoyo	Familia amigos Vínculos protectores Hobbies Mascotas
		Estrategias para el cuidado de la salud mental	Protección de la salud mental Acciones para la higiene mental
Objetivo			
Describir los factores psicosociales de riesgo en el quehacer investigativo de los profesores de la FNSP	<p>1. ¿Tiene usted o identifica algún diagnóstico clínico, antecedente o afectación física o mental a causa de su quehacer investigativo?</p> <p>¿Por qué?</p> <p>2. ¿En qué etapa de su quehacer investigativo identifica usted que hay mayor exposición a factores psicosociales de riesgo? ¿Por qué?</p> <p>3. ¿Considera que, como investigador(a), a diferencia de profesores que solo realicen labores de docencia y extensión, tiene mayor exposición a factores psicosociales de riesgo? ¿Por qué?</p> <p>4. ¿Considera usted que el quehacer investigativo afecta su tiempo de relaciones interpersonales, ocio, balance entre trabajo y autocuidado? ¿Por qué?</p> <p>5. ¿Cree usted que a largo</p>	<p>Diagnóstico clínico</p> <p>Afectación física o mental</p> <p>Mayor exposición a situaciones de riesgo</p> <p>Investigación VS otras actividades</p> <p>Afectación a la salud mental propia</p>	<p>Enfermedad física Enfermedad mental</p> <p>Sintomatologías presentes</p> <p>Factores socioculturales Factores demográficos</p> <p>Altas cargas laborales Condiciones de tiempo Exposición a factores sociales. Relaciones interpersonales Tiempo de ocio Balance entre trabajo y autocuidado</p> <p>Sintomatologías presentes</p>

plazo el ejercicio investigativo podría afectar la salud mental propia, de un colega o de integrante del equipo investigativo?

Afectación a la salud mental de un colega

Sintomatologías presentes

Categorías emergentes

Vulnerabilidad

Exposición en territorios
Entornos desfavorables

Limitaciones durante el quehacer o ejercicio investigativo

Factores Organizacionales

Objetivo	Preguntas guías de la entrevista	Categorías Preestablecidas	Subcategorías
Determinar el impacto de los factores psicosociales de protección y riesgo del quehacer investigativo en la salud mental de los profesores de la FNSP	1. ¿Encuentra usted relación entre la salud mental y su rol de investigador? ¿Por qué? 2. ¿Considera que la labor investigativa requiere mayores esfuerzos a nivel emocional, mental y físico? 3. ¿Realiza usted otras actividades institucionales diferentes a la investigación?	Salud mental y el rol de investigación Esfuerzos emocionales Esfuerzos mentales	Percepciones de la práctica investigativa Agotamiento emocional Estrés laboral Fatiga por compasión Contratransferencia Trauma vicario Síndrome de burnout Concentración

Esfuerzos físicos	Horas de sueño Alimentación
Relación con otras actividades institucionales	Relacionamiento estratégico

*Elaboración propia

Consideraciones Éticas

Esta investigación considera las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud contenidas en la Resolución 8430 de 1993; la normatividad vigente para la evaluación de factores de riesgo psicosocial establecida por el Ministerio de la Protección Social en la Resolución 2646 de 2008; la Ley 1090 del 2006 por la cual se estipula el Código deontológico y bioético para el ejercicio de la profesión de Psicología; los lineamientos dispuestos por el Comité de Ética de la Facultad Nacional de Salud Pública de la Universidad de Antioquia y, el Decreto 1317 de 2013, que reglamenta parcialmente la Ley 1581 de 2012 correspondiente al Régimen General de Protección de Datos Personales.

Así mismo, contempla la normatividad internacional sobre investigación con humanos estipulada en la Declaración de Helsinki (World Medical Association, 1964); el informe Belmont (National Institutes of Health, 1979), que considera tres principios éticos fundamentales en la investigación a) respeto, b) beneficencia y c) justicia; las pautas éticas internacionales para la investigación relacionada con la salud con seres humanos, publicadas por la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y Consejo de Organizaciones Internacionales de las Ciencias Médica (CIOMS) (OPS/CIOMS, 2016); y, las Normas éticas para investigaciones con sujetos

humanos establecidas por la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y por la oficina regional de la Organización Mundial de la Salud (OMS) (1996).

De acuerdo a las disposiciones de la Resolución 8430 de 1993, este estudio, se cataloga en la categoría sin riesgo, debido a que no tiene ningún tipo de intervención biomédica. Sin embargo, al realizarse un estudio con profesores que tienen altas cargas laborales y múltiples compromisos académicos, en algún momento, las actividades a realizarse o las preguntas que se realicen durante la entrevista, pueden llegar a aflorar, situaciones de estrés emocional, que serán tramitadas desde el respeto, el diálogo y la comprensión. Por lo anterior, este trabajo, puede representar un riesgo mínimo, tanto para la población de estudio, como para la psicóloga en formación que realiza el estudio.

Otro aspecto de riesgo que se debe considerar en el desarrollo del estudio son los riesgos institucionales ante la estigmatización a la Facultad por visualización de posibles afectaciones a la salud mental de sus investigadores, por lo cual el presente proyecto se anida en un macroproyecto que cuenta con el aval del Comité de Ética de la misma institución, donde se ha notificado sobre el estudio de la salud mental de los profesores de la institución. Así mismo, se ha garantizado la anonimización de los participantes del estudio, con el fin de evitar riesgos laborales por resultados en la investigación no deseados por la institución.

Para salvaguardar la información producto del estudio, se han establecido pautas para el archivo, custodia y manejo de la información, la entrevista se realizará de manera individual en las oficinas laborales de los profesores o en el lugar que ellos se sientan cómodos dentro de la Facultad, teniendo en cuenta que el diálogo sea privado, no se presenten posibilidades de interrupciones y donde el ruido ambiente esté controlado, se hará en el tiempo libre que los profesores invitados destinen para ello, la información será registrada en el celular y libreta de la

investigadora, quien posteriormente almacena la información en la nube de su correo personal al cual solo ella tiene acceso, para el manejo de la información utilizará un computador privado y realizará respaldos continuos en la nube, de todos los datos manipulados para evitar su perdida.

En caso de presentarse alguna situación que amerite una intervención psicológica inmediata, se direccionará a la persona, inicialmente a Bienestar institucional; se solicitará apoyo al psicólogo que acompaña la estrategia de acción sin daño de la Facultad, o, en caso de ser necesario, se remitirá la persona en crisis, a la Red de prestación de servicios de la EPS. Igualmente, la investigadora al ser Psicóloga en formación, con perfeccionamiento en Atención Primaria en Salud mental y Primeros auxilios psicológicos; cuenta con elementos, que le permiten realizar una contención de ser indispensable y luego redireccionar a una atención más puntual, si así se requiere.

Ahora bien, teniendo en cuenta los principios de la investigación del reporte Belmont, el cual incluye el respeto por las personas, la beneficencia, no maleficencia, y la justicia, se aplicarán en esta investigación de la siguiente manera:

- a) Respeto: Es uno de los factores más importantes en la realización de investigaciones con seres humanos, por ello, se respetará la autonomía de decidir si participar o no en la investigación, se explicará a cada participante la finalidad de este estudio, así como los derechos y las posibles estrategias a implementar, lo anterior, bajo un consentimiento informado.
- b) Justicia: realizará un trato igual, justo y equitativo a todos los participantes de la investigación, para ello se aplicarán los criterios de inclusión y exclusión basados en el cumplimiento de objetivos.

- c) **Beneficencia:** La participación en la investigación permitirá a los profesores de la Facultad, expresar sus ideas, contextualizarse sobre el concepto de Salud mental y las principales afectaciones que pueden ser derivadas desde el quehacer investigativo. Por medio de los resultados se tendrán insumos para eventuales propuestas de estrategias, planes o programas de intervención en salud mental.
- d) **No maleficencia:** En ningún caso se va a irrumpir en temas que atenten contra la integridad, si alguna persona se siente incómoda con alguna pregunta de la entrevista, tendrá la oportunidad de informar al entrevistador su situación y la razón por la cual se encuentra inconforme. No se causará daño físico ni psicológico, en casos de presentarse un desborde emocional, se hará uso del protocolo de primeros auxilios psicológicos.
- e) **Confidencialidad:** La información obtenida será confidencial y solamente será usada para efectos de la investigación. La información recolectada será anonimizada y será custodiada por la investigadora en su respectivo equipo de cómputo y adicionalmente en un disco duro extraíble, la cual, al momento de terminar la investigación, se guardarán la información durante diez (10) años, los primeros cinco (5) de manera física y electrónica y los cinco (5) años siguientes sólo de manera electrónica (Informe Belmont, 1979, p. 2-5)

Resultados:

Factores psicosociales de protección

De acuerdo con los hallazgos del estudio, se pueden identificar 7 categorías principales que tienen como propósito; Identificar los factores psicosociales de protección presentes en el quehacer investigativo de los profesores de la FNSP. A continuación, se presentan los resultados correspondientes a esta primera parte de la investigación:

1. **Contribución a la salud mental:** Durante el ejercicio investigativo los profesores entrevistados manifiestan varios asuntos de suma importancia, entre ellos, sostienen que la investigación puede ser considerada como un ocio, ya que brinda espacios para el autocuidado y el desarrollo personal; cuando se trabaja con poblaciones en condición de vulnerabilidad, se debe realizar un trabajo responsable, esto implica también, una comodidad y establecer una relación de confianza y empatía con las personas a las que se brinda atención, por ello, el deseo de evitar el sufrimiento en otros, muestra una actitud compasiva y humanitaria.

Un investigador, vela por garantizar mejores condiciones de vida para la población, busca soluciones y acciones de mejoras para el beneficio y su bienestar. La investigación puede convertirse en una adicción, impulsada por la pasión de conocer y comprender diferentes contextos y experiencias, pero implica una responsabilidad y cuidado extremo con el otro, aspectos que permiten garantizar la integridad y el respeto en la investigación; es fundamental, ser claro en la comunicación de información científica y seguir los principios del método científico, así como tener planes de trabajo definidos, acciones que permiten equilibrar la investigación con la vida cotidiana.

2. **Técnicas de afrontamiento:** Para los docentes participantes en este estudio, es importante trabajar con personas que compartan afinidad con el tema de investigación que están abordando; construir lazos de afecto, solidaridad y compañía es crucial, y esto se logra al formar parte de un grupo interno en lugar de trabajar con personas externas desconocidas; conversar con colegas y compartir experiencias fuertes, así como escuchar y brindar apoyo mutuo, es una forma efectiva de desahogarse y protegerse emocionalmente.

3. **Ambiente laboral:** En términos institucionales, la Facultad y la Universidad fomenta un ambiente respetuoso que permite el desarrollo de investigaciones en el ámbito laboral; la relación con los colegas de trabajo es positiva, lo que contribuye a un ambiente colaborativo; los proyectos de investigación brindan oportunidades de formación a estudiantes de pregrado y posgrado; el trabajo en equipo fortalece a los docentes y les proporciona un entorno de protección y cuidado; el trabajo de investigación es exigente y aunque se cuenta con cierto tiempo proporcionado por la facultad, suele ser insuficiente. Aunque la Facultad brinda estrategias de apoyo, existe una falta de confianza para compartir aspectos personales debido al conocimiento generalizado en el entorno, lo cual impide que muchos de los profesores participen activamente de las actividades que se proponen.

Durante la fase de ejecución de un proyecto, surgen múltiples dificultades, entre ellas; retiros inesperados de personas que se esperaba contratar; problemas en la aprobación de contrataciones, complejidades administrativas que causan estrés, especialmente para la compra de insumos y legalizaciones, lo cual genera retrasos y obstáculos.

La presentación final o cierre del proyecto también genera estrés al materializar productos intangibles y planificar su presentación; además del exigente trabajo de investigación, obtener financiación es aún más difícil, lo que implica la constante redacción de propuestas, cada una diferente, para asegurar los recursos necesarios. Los profesores de la facultad, no solo se dedican a asumir actividades relacionadas con la docencia, también se enfocan a cumplir con los ejes misionales de la Universidad de Antioquia para contribuir con la Investigación y la extensión.

4. Práctica investigativa: La pasión por el trabajo realizado se refiere a tener un fuerte interés y motivación por la labor que se desempeña; esta pasión actúa como un motor que impulsa el superar obstáculos y dificultades, incluso cuando parezca imposible. Esta es la percepción que tienen los 5 docentes entrevistados; para ellos, salir de la academia y establecer conexiones con diversas comunidades, enriquece su experiencia, su trayectoria y su sentido de vida. Durante la práctica investigativa, el trabajar con diferentes personas, asumir no solo el rol de investigador si no de pares, superiores, colaboradores y miembros de la comunidad, se vuelve fundamental; estas relaciones se convierten en un factor protector importante y el vínculo con la comunidad funciona de manera similar al trabajo en equipo, adicional a esto, los profesores refieren que es esencial, hacer lo que les haga sentir bien, de esta manera se trabaja con amor y no por obligación, encontrando así, un gusto y satisfacción en su quehacer.

5. Calidad del tiempo libre: En un contexto universitario, es poco probable para un docente lograr administrar el tiempo y distribuirlo de manera que le dé importancia tanto al tiempo personal como a las responsabilidades que implican la constante interacción y comunicación; equipos de trabajo, familia, amigos y la población con la que se trabaja. A

pesar de tener múltiples tareas, como preparar clases, estudiar, asistir a reuniones híbridas, organizar salidas de campo y sistematizar experiencias, etc, es importante encontrar un equilibrio y dedicar tiempo de ocio para compartir con familiares y amigos; durante la ejecución de un proyecto, se pueden presentar momentos en los que se pierdan ciertas experiencias y situaciones familiares, pero es importante resaltar que desde las nociones adquiridas, esto no es exclusivo de los investigadores, sino que también puede ocurrir en otras profesiones.

6. **Redes de apoyo:** Las relaciones interpersonales son fundamentales para el bienestar emocional y psicológico de las personas, ya que nos brindan un sentido de pertenencia, apoyo y acceso a nuevas perspectivas, es por ello que mantener una comunicación efectiva y unas conexiones sólidas con amigos, familiares y compañeros de trabajo puede ser muy beneficioso para nuestra salud mental. Además, el tiempo de ocio es importante para desconectar de las responsabilidades y dedicarlo a actividades que nos hagan sentir bien; aunque a veces puede ser limitado, es importante encontrar espacios para disfrutar de este tiempo libre y lograr un equilibrio entre el trabajo y la familia.

El apoyo social, tanto de amigos, familiares como de compañeros de trabajo, puede ser especialmente valioso en momentos de dificultad o estrés, contar con una red de apoyo sólida nos ayuda a superar obstáculos y enfrentar situaciones difíciles de manera más efectiva. Estas relaciones interpersonales también pueden mejorar la productividad y la salud en general.

Es importante encontrar un equilibrio entre nuestros compromisos profesionales y nuestra vida personal para promover el bienestar. El tiempo de ocio y la desconexión de las obligaciones diarias son cruciales para recargar nuestras energías; también es

fundamental reconocer el valor que nuestras relaciones interpersonales aportan a nuestra vida y continuar nutriéndolas. En el caso de los profesores de la Facultad se evidencia un apoyo constante de equipos de trabajo, familiares, amigos y la propia comunidad de estudio.

7. **Estrategias para el cuidado de la salud mental:** Dadas las nociones de los investigadores entrevistados, se puede inferir que tienen un enfoque holístico hacia su bienestar físico, mental y espiritual. Ellos, mencionan varios aspectos de su rutina que contribuyen a un estilo de vida saludable y equilibrado, como caminar, evitar el alcohol y los cigarrillos, mantener buenas relaciones, buscar apoyo psicológico, practicar la meditación y el yoga, y tener a alguien con quien hablar. Estas prácticas reflejan una mentalidad consciente y un compromiso con su salud en general.

Factores psicosociales de riesgo

Este apartado responde a la categoría dos que tiene como objetivo: Describir los factores psicosociales de riesgo en el quehacer investigativo de los profesores de la FNSP, según los hallazgos se identifican 6 categorías de análisis previo y 2 categorías más emergentes:

1. **Diagnóstico clínico:** Los profesores entrevistados mencionan diversas situaciones y experiencias que han generado un impacto en su salud física y mental. Uno de ellos, relata haber sufrido una hemorragia nasal después de escuchar historias impactantes de mujeres que han vivido situaciones de pobreza, violencia y abuso, su médico bioenergético le explicó que el estrés puede manifestarse en síntomas como vómitos, diarrea y sangrado,

que no tienen una causa física directa, sino que son una forma de expresar el dolor emocional.

Otra Investigador, menciona haber experimentado síntomas de estrés y ansiedad sin buscar atención médica, debido a su trabajo en el campo y los cambios en la alimentación y el consumo de agua no muy potable en la zona de estudio. Además, durante la pandemia, un profesor relata que desarrolló niveles altos de ansiedad y comenzó a consumir sustancias psicoactivas como el alcohol y el cigarrillo; lo cual atribuye a la carga de trabajo intensa que enfrenta.

- 2. Afectación física o mental:** Las experiencias compartidas, revelan que el trabajo de campo puede generar afectaciones emocionales y físicas significativas; los sucesos inesperados, como la muerte de un niño o la violencia hacia ellos, pueden causar ansiedad, depresión e irritabilidad; los investigadores pueden sentir dificultades para cumplir con todas sus responsabilidades y pueden somatizar el dolor y la carga emocional de las víctimas, lo que lleva a síntomas físicos y fatiga crónica. El trabajo de campo también implica realizar múltiples actividades y trabajar con las emociones propias y de otras personas, lo que puede ser complejo.

Algunas personas pueden experimentar lesiones físicas debido a la carga física del trabajo, como cargar maletas. Además, durante el aumento de la carga laboral, se pueden presentar niveles desbordantes de ansiedad, lo que se manifiesta en somatizaciones, estrés, fatigas e inclinación de sustancias psicoativas como el caso de licor o cigarrillo.

- 3. Mayor exposición a situaciones de riesgo:** Los docentes exponen que en el trabajo de campo y dada la complejidad de las temáticas abordadas y el trabajo con grupos

vulnerables, pueden enfrentarse a situaciones tensas y potencialmente peligrosas, especialmente en ciertas zonas y horas del día, argumentan también que por paradójico que parezca, deben incluso cuidarse de la policía cuando su trabajo incluye grupos poblacionales como niños en situación de calle, las autoridades pueden malinterpretar acciones investigativas y agredir física y verbalmente.

Manifiestan también, que durante el ejercicio de investigación, es común invertir mucho tiempo personal, sacrificando aspectos familiares, amistades, recreación y cultura para dedicarlo exclusivamente a la investigación; afirman que esta dedicación puede generar estrés y manifestarse con dolores de cabeza, cansancio, fatiga, insomnio y pensamientos negativos sobre la capacidad de llevar a cabo el proyecto.

Argumentan que siempre habrán preocupaciones relacionadas con la obtención de información, la seguridad de los estudiantes y los recursos financieros. Además, sostienen que trabajar con personas de diferentes niveles y resolver problemas emocionales y de trabajo puede ser desafiante, Sin embargo, exponen que también puede ser frustrante, lidiar con las dinámicas institucionales que muchas veces son manejadas por personas sin experiencia en investigación.

4. **Investigación VS otras actividades:** Los profesores de la Facultad, apuntan al cumplimiento de los ejes misionales de la Universidad de Antioquia, llevan a cabo actividades de docencia, investigación y extensión en el ámbito académico. Sin embargo, mantienen un cúmulo de actividades que pueden ser desbordantes, para todos la labor más importante debe estar ligada a la docencia, que incluye dar cursos a estudiantes de pregrado y posgrado, dirigir tesis de maestría y acompañar asuntos de interés de posgrado en general; a estas actividades se le suman la participación en

conferencias, el asistir a reuniones programadas por la facultad y por los equipo de trabajo; realizar investigación y enfocarse en la formación de investigadores y en el desarrollo de proyectos de investigación sobre tematicas que contribuyan a la salud pública.

5. **Afectación a la salud mental propia:** Trabajar con personas que han sufrido traumas, como víctimas de conflicto armado, abuso sexual y violencia de género, puede causar un gran desgaste emocional, mental y físico; estas experiencias pueden generar angustia, dolor e impotencia en el investigador, ya que se enfrenta a historias dolorosas y situaciones difíciles de presenciar; además, el investigador también enfrenta desafíos al tener que cumplir con las expectativas de las comunidades, la academia, los financiadores y los gobernantes de turno. Esta presión adicional, puede contribuir al desgaste emocional y mental del investigador.
6. **Afectación a la salud mental de un colega:** Las nociones de los docentes sobre esta categoría, permite afirmar que, el impacto emocional de trabajar en contextos difíciles o con poblaciones vulnerables a menudo se pasa por alto; en muchas investigaciones o trabajos realizados, a menudo se habla de estrés y síndrome de burnout, pero se prestan pocos estudios a las personas que se convierten en "vasijas emocionales" o contenedores de dolor; por ello, es fundamental reconocer y abordar este aspecto, ya que puede llevar a problemas de salud mental y física, condicionados con sintomatologías comunes como es el caso de migrañas, cansancio, angustia y cambios de humor.

Es importante también, el destacar que algunos investigadores pueden llegar a sentirse abrumados por las demandas administrativas y burocráticas que acompañan a la labor

de investigación; esto puede llevar a sentimientos de angustia, estrés e incluso a la pérdida de interés en seguir realizando investigaciones o escribir propuestas.

Muchos colegas investigadores llegan a el punto de optar por no embarcarse en nuevos proyectos, debido al desgaste administrativo que experimentan.

Categorías emergentes:

7. **Vulnerabilidad:** Para los docentes, el trabajar con comunidades vulnerables puede generar miedo, especialmente cuando se enfrentan a grupos armados que los condicionan, amenazan y señalan; estas situaciones son difíciles y pueden involucrar injusticias, personas heridas y enfermedades.

Muchos de los investigadores de la facultad tienen un campo de conocimiento orientado a la epidemiología, a la salud pública, sin embargo, desde el rol de investigador, es posible que se cuente con los recursos emocionales suficientes para brindar un apoyo adecuado a personas que comparten historias de vida complejas, de corta o mediana duración. Por ejemplo, uno de los investigadores narra la experiencia de una visita al Chocó en el año 2022, manifiesta que la población estaba confinada debido a la orden de grupos armados, lo que generaba pánico, en su narración, el participante concluía que en el campo de la investigación sobre salud mental, es fundamental tener la capacidad de sobrellevar estas situaciones.

Los demás participantes concidieron en que trabajar con temas de salud mental en poblaciones vulnerables requiere una responsabilidad y cuidado extremo, para garantizar el bienestar de los participantes y evitar causar daño adicional, cuando se

sumergen en realidades complejas de violencia, pobreza, marginación, estigma y discriminación puede afectar la forma de pensar, actuar y ver el mundo.

8. **Limitaciones durante el quehacer o ejercicio investigativo:** La investigación en el campo de la salud mental puede presentar desafíos, pero también desde las nociones de los entrevistados, complicaciones en términos de las dinámicas cambiantes y asuntos administrativos, factores que generan un desgaste emocional, pero también, la reorganización de cronogramas y actividades que se habían planeado inicialmente. Las barreras administrativas, pueden dificultar la comprensión de las complejidades y desafíos que surgen en proyectos de investigación, lo que puede generar alteración y riesgos para el desarrollo de la misma.

Los trabajos de investigación suelen enfrentar contingencias, como situaciones inesperadas y retrasos imprevistos, lo que puede incluir dificultades para encontrar participantes adecuados; además, los investigadores deben someterse a evaluaciones de expertos y pares, lo que puede generar presión adicional y exigencias sobre el alcance y la calidad del trabajo.

Otro factor limitante que se refleja es el tema de los procesos burocráticos involucrados en la investigación, estos también pueden resultar frustrantes, especialmente cuando un proyecto no es aprobado, lo que puede llevar a sentimientos de decepción y agotamiento.

Impacto de los factores psicosociales de protección y riesgo del quehacer investigativo

Este apartado tiene como objetivo Determinar el impacto de los factores psicosociales de protección y riesgo del quehacer investigativo en la salud mental de los profesores de la FNSP, durante el análisis de la información recolectada, surgen 5 categorías:

1. **Salud mental y el rol de investigación:** La investigación es una parte fundamental de la vida de cada docente entrevistado y aporta gran valor y sentido a la misma; las nociones compartidas por ellos, reflejan los siguientes aspectos: la investigación se transforma en una pasión, trabajar en proyectos complejos y abordar temas novedosos relacionados con las luchas sociales, las inequidades en salud y demás problemáticas que vinculan la salud pública, permite al docente emociones direccionadas a la plenitud y a la satisfacción. Los participantes coinciden en que investigar, requiere de mucho esfuerzo, que puede ser exigente en algunos momentos; pero expresan también que, si se disfruta, especialmente el sentarte a escribir propuestas y planificar las investigaciones, se puede lograr una buena gestión y enfrentar manejar los desafíos que represente la misma sin perder la cordura, ya que, si investigas con unas condiciones laborales favorables, no hay efectos negativos para la salud mental.
2. **Esfuerzos emocionales:** Estas nociones reflejan los desafíos emocionales y físicos que enfrentan los investigadores al trabajar en contextos difíciles, factores como la compasión, la fatiga emocional y la irritabilidad, son respuestas naturales a la exposición constante al sufrimiento ajeno, reflejan el impacto emocional y físico que puede tener el trabajo con personas que han experimentado dolor y sufrimiento; el dolor de los demás, puede afectar profundamente a los investigadores, generando estrés, ansiedad, depresión

e impotencia al no poder atender todas las situaciones de las víctimas. Esta carga emocional se ve agravada al presenciar la miseria y la vulnerabilidad de las personas en contextos de conflicto armado, abuso sexual, violencia de género y desplazamiento.

A nivel emocional, se evidencian en los relatos de los participantes, unas señales de alerta, dada la sensación que ellos manifiestan de impotencia, ante situaciones en las que se tiene una capacidad de acción limitada, así como la preocupación por el bienestar de las personas, los participantes exponen, que este tipo de situaciones, pueden generar angustia y dudas acerca de la efectividad de los proyectos que realizan.

Otro asunto clave que surge en esta categoría es que la repetición de actividades a largo plazo puede tener efectos tanto positivos como negativos en la salud mental del investigador; en las narrativas, los participantes afirmaron que, al presenciar situaciones de sufrimiento y carencias, es natural que se genere una sensación de agotamiento y tristeza que afecta la forma en que se percibe la realidad cotidiana.

La irritabilidad y la fatiga por compasión también puede surgir como respuesta a la exposición constante a situaciones dolorosas. El contraste entre la realidad del territorio y la vida en la facultad puede generar sentimientos de frustración y dificultad para participar en actividades rutinarias.

3. **Esfuerzos mentales:** Los desafíos que mencionan los profesores participantes en este estudio, parecen ser comunes en la investigación; todas las nociones apuntan a que el involucrarse en la comunidad y adaptarse a sus dinámicas, implica un esfuerzo físico y mental.

Desde las narrativas, uno de los esfuerzos que implicaban mayor concentración y desgastes mentales era el encontrar de manera rápida una bibliografía para la elaboración de una discusión, actividad que demandaba tiempo y podía ser frustrante.

Los docentes concordaron que se siente gran frustración cuando un proyecto no es aprobado, ya que implica un desgaste emocional y mental.

Los participantes también manifiestan que, en el trabajo de campo, es común encontrar resistencia por parte de las personas, falta de confianza en el investigador, desconfianza en el Estado y una gran preocupación por la confidencialidad de la información.

4. Esfuerzos físicos: En esta categoría se establecen las siguientes premisas entorno al quehacer investigativo; La investigación universitaria implica una serie de premisas y desafíos, en primer lugar, hay que invertir tiempo y recursos en el diseño del proyecto, lo que puede generar estrés debido a la carga de trabajo y la búsqueda de apoyos. Existe el riesgo de no obtener la aprobación si no se cumplen todos los requisitos establecidos; además, el desarrollo del proyecto conlleva una gran responsabilidad para alcanzar los objetivos y obtener recursos externos o propios.

La capacidad de resolución y ejecución es fundamental; desde las nociones de los participantes, también, se debe equilibrar el trabajo en el proyecto con las actividades académicas, lo que puede generar tensión, especialmente cuando se involucra a estudiantes en su formación.

Trabajar en comunidades en condiciones extremas implica adaptarse a diferentes contextos y realidades, incluso cambiar hábitos alimentarios y enfrentarse a situaciones físicas desafiantes, así como establecer relaciones estratégicas puede ser exigente y frustrante en ocasiones.

4. **Relación con otras actividades institucionales:** La búsqueda de financiamiento externo implica explorar diferentes fuentes de financiamiento tanto dentro como fuera de la facultad; esto puede incluir participar en convocatorias relevantes o colaborar con organizaciones externas para obtener fondos adicionales.

Trabajar con otros profesores que forman parte de grupos de investigación , puede ser beneficioso para compartir conocimientos y experiencias, lo que puede llevar a proyectos más sólidos y con una puesta a mayor intervención comunitaria.

El respaldo del equipo de investigación y de la facultad es crucial para acceder a convocatorias y obtener financiamiento; contar con este apoyo y confianza, brinda las oportunidades necesarias para aprovechar al máximo las oportunidades de financiamiento y aumentar la intervención comunitaria.

La extensión al igual que la docencia, implica establecer relaciones y colaborar con la Universidad de Antioquia, lo cual puede abrir puertas a proyectos conjuntos y oportunidades de crecimiento profesional.

La incidencia política implica establecer relaciones con instituciones que definen políticas públicas, lo cual puede tener un impacto significativo en la promoción de la salud mental y la implementación de intervenciones comunitarias. Al establecer vínculos con estas instituciones, se puede influir en la toma de decisiones y abogar por políticas que beneficien a la comunidad

Discusión:

1. Factores protectores:

Durante el análisis de información, se obtienen mediante las categorías en pro del cuidado de la salud mental de los profesores, los siguientes hallazgos:

Tabla 4. Discusión Factores de protección

<i>Hallazgos identificados</i>	<i>Postura de autores</i>	<i>Análisis y discusión estudiante</i>
<p>Contribución a la Salud Mental: Los profesores entrevistados destacan que la investigación puede ser beneficiosa para la salud mental en varios aspectos; ven la investigación como una forma de ocio que fomenta el autocuidado y el desarrollo personal. Además, enfatizan la importancia de establecer relaciones de confianza y empatía con las poblaciones vulnerables con las que trabajan, lo que refleja una actitud compasiva y humanitaria hacia su trabajo. La investigación también se ve como una pasión que impulsa a los investigadores a mejorar la vida de la población y buscar soluciones para su bienestar. Finalmente, los profesores concluyen que la claridad en la comunicación científica y el seguimiento de los principios del método científico son esenciales para garantizar la integridad en la investigación.</p>	<p>Pastrana L, (sf), expone que la relación planteada entre docencia e investigación, debe asumirse como una nueva forma de pensar, los procesos académicos de formación en investigación de los docentes; para ello, se deben definir estrategias didácticas para la realización investigativa de docentes.</p> <p>El rol de maestro, investigador va más allá de modelos o enfoques investigativos, pues supone como profesional una postura ideológica, ética y política que se devela frente a la forma de cómo concibe la realidad social y educativa. Es decir, se asume la investigación como una acción capaz de producir unos efectos que pueden ser tipificados de acuerdo con los distintos ámbitos de resonancia de lo que el investigar produce: a) ámbito local, en el cual el producto o el resultado de una investigación es un</p>	<p>La investigación puede tener un impacto positivo en la salud mental de los profesores en varios aspectos, los profesores consideran la investigación como una forma de ocio que promueve el autocuidado y el desarrollo personal. También reconocen la importancia de establecer relaciones de confianza y empatía con las poblaciones vulnerables con las que trabajan, reflejando una actitud compasiva y humanitaria hacia su labor. Ven la investigación como una pasión que impulsa a los investigadores a mejorar la vida de la población y buscar soluciones para contribuir con su bienestar.</p> <p>Acorde al rastreo bibliográfico, la relación entre docencia e investigación implica una nueva forma de pensamiento y requiere estrategias didácticas para fomentar la investigación entre los docentes.</p> <p>El autor de referencia y la postura de los docentes</p>

acontecimiento con potencialidad para transformar las prácticas o el sentido de ellas;

b) ámbito educativo, en el cual el acontecimiento, tiene potencia para transformar la producción discursiva relativa a la organización, regulación y control de procesos de la educación formal en cualquiera de sus niveles, y c) ámbito de la formación de maestros, donde lo producido tiene potencia para renovar los discursos y las prácticas correspondientes (p.71-72)

entrevistados, asumen nociones similares, entre ellas, la premisa del papel del maestro e investigador, la cual va más allá de los enfoques investigativos, ya que implica una postura ideológica, ética y política frente a la realidad social y educativa. La investigación se percibe como una acción con el potencial de producir efectos transformadores en diferentes ámbitos, como la práctica docente, la educación formal y la formación de maestros.

Práctica Investigativa: Los profesores entrevistados destacan la pasión por su trabajo y la importancia de establecer conexiones con las comunidades de estudio, lo que enriquece su experiencia y fomenta el amor por su quehacer. Concluyen que trabajar en equipo y con diversas personas, les permite asumir diferentes roles en la investigación y esto para ellos es fundamental.

Elaboración propia

En general, los resultados de este primer apartado sugieren que los profesores participantes valoran su salud mental y emplean estrategias para cuidarla. Además, reconocen la importancia de las relaciones interpersonales y el apoyo social para su bienestar. Estos hallazgos pueden ser útiles para informar políticas y prácticas que promuevan la salud mental y el

bienestar tanto de los profesores como de otros profesionales en entornos académicos e investigativos.

2. Factores de riesgo:

Los resultados de este estudio indican que existen factores psicosociales de riesgo que afectan a los profesores de la FNSP en su labor investigativa. Estos factores resaltan la complejidad y los desafíos que enfrentan tanto física como emocionalmente en su trabajo, y cómo esto puede tener un impacto en su salud mental. A continuación, se llevará a cabo una discusión detallada de estos hallazgos:

Tabla 5. Factores de riesgo

<i>Hallazgos identificados</i>	<i>Postura de autores</i>	<i>Análisis y discusión estudiante</i>
<p>Diagnóstico Clínico y Afectación Física o Mental: Los resultados indican que los profesores entrevistados experimentan una variedad de problemas de salud física y mental relacionados con su trabajo investigativo; estas afectaciones van desde sintomatologías físicas como vómitos, diarrea y sangrado hasta afectaciones de tipo emocionales significativas, como la ansiedad, la depresión, el estrés e irritabilidad, que pueden surgir a raíz de situaciones traumáticas o impactantes durante el trabajo de campo. La exposición a historias dolorosas y experiencias traumáticas, también, puede tener un costo emocional y</p>	<p>Manassero et al. (1994), afirman que el estrés tiene consecuencias perjudiciales en la salud, que se pueden agrupar en tres niveles:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Enfermedades, principalmente crónicas o adaptativas, causadas por el estilo de vida del estresado. El grupo principal es el de enfermedades cardiovasculares (hipertensión, cardiopatías), dolores de cabeza (migrañas, jaquecas), cáncer, alteraciones gastrointestinales (úlceras, colitis) -Alteraciones psicológicas del bienestar y la salud mentales que incluyen: ansiedad, depresión, 	<p>Los profesores e investigadores participantes en el estudio confirman que enfrentan problemas de salud física y mental debido a su trabajo investigativo, se concluye que esta labor, puede generar estrés debido a la carga de trabajo diversa y la articulación entre la docencia y la investigación; el estrés puede tener consecuencias perjudiciales en la salud a nivel físico, psicológico. A nivel físico, puede causar enfermedades crónicas o adaptativas como enfermedades cardiovasculares, dolores de</p>

físico significativo en los profesores e investigadores de la Facultad.

Nociones similares son abordadas en la categoría de

Investigación VS Otras Actividades:

Los docentes mencionan que tienen múltiples roles, incluyendo la docencia, la investigación y la extensión; esta carga de trabajo diversa puede ser abrumadora y puede generar estrés, agotamiento y afectar su salud mental.

Sumado a lo anterior, la importancia de la docencia, a menudo compite con las demandas de la investigación, lo que añade una presión adicional y un cúmulo de emociones negativas.

Mayor exposición a situaciones de

Riesgo: Los profesores señalan que su trabajo de investigación los lleva a situaciones potencialmente peligrosas, especialmente, cuando trabajan con grupos vulnerables y su estadía, incluye ciertas zonas restringidas y de difícil acceso, pero también, ciertos momentos del día, donde las alertas se hacen más notorias; esto incluye la preocupación por la seguridad personal y la posibilidad de enfrentar malentendidos con las autoridades. Los profesores entrevistados concluyen que el compromiso extremo con la investigación, en muchas ocasiones, puede llevar a una carga adicional de estrés y a largo plazo, podría afectar considerablemente su física y mental.

insatisfacción, pérdida de autoestima, irritabilidad, desmotivación e incluso suicidio.

-Deterioro de la conducta y el rendimiento en el trabajo, que comprenden: disminución del rendimiento, vulnerabilidad a los accidentes, rotación de puestos, ineficacia de las decisiones y abuso de drogas (alcohol, tabaco, café y psicofármacos) (p.148)

Según a Deleuze (1989), el acontecimiento es del afuera, no porque ocurra en el mundo exterior, sino porque ocurre en la esfera de lo que es posible decir y ver: ocurre en la esfera del lenguaje y el sentido, cuando se desencadenan procesos de razón que, justamente por ser procesos de razón, incluyen la sensibilidad e invocan las pasiones. Pero el acontecimiento por sí mismo, como pura afectación, no basta; es necesario que se pongan en juego conceptos con los cuales se pueda dar cuenta de su ocurrencia y sentido (p.74)

cabeza y alteraciones gastrointestinales; a el nivel psicológico, puede llevar a alteraciones del bienestar y la salud mental, como ansiedad, depresión, pérdida de autoestima e incluso suicidio. Además, puede provocar un deterioro en la conducta y aunque los entrevistados no lo expresan, en concordancia con el autor, podría llegar a interferir con el rendimiento en el trabajo, incluyendo disminución del mismo, vulnerabilidad, pérdida de sentido y dificultades para la toma de decisiones.

Según la postura de los profesores entrevistados, los factores de riesgo más latentes surgen al realizar trabajos con grupos vulnerables; el tener acceso restringido a ciertas zonas, puede generar preocupación por la seguridad personal y del equipo de trabajo. Además, el compromiso extremo con la investigación puede resultar en una carga adicional de estrés, lo cual a largo plazo puede tener un impacto significativo en su salud física y mental.

De acuerdo con la postura del autor Deleuze, los acontecimientos que ocurren en el trabajo de investigación no solo tienen lugar en el mundo exterior, sino también en la esfera del lenguaje y el sentido; estas situaciones

potencialmente peligrosas desencadenan reacciones emocionales y afectan tanto la sensibilidad como las pasiones de los profesores. Sin embargo, para comprender plenamente estos acontecimientos, es necesario utilizar conceptos que permitan dar cuenta de su ocurrencia, de su comprensión y de su significado.

Afectación a la Salud Mental

Propia: Trabajar con personas que han sufrido traumas y enfrentar situaciones difíciles, puede causar un desgaste emocional significativo en los profesores. La presión para cumplir con las expectativas de múltiples partes interesadas, incluyendo las comunidades, la academia y los financiadores, también puede afectar y poner en riesgo la salud mental de los investigadores.

Afectación a la Salud Mental de un Colega:

Los docentes a menudo experimentan un impacto emocional al trabajar en contextos difíciles o con poblaciones vulnerables. La noción que más se resalta es la expresión de “se habla mucho del estrés y el síndrome de burnout, se presta poca atención a las emociones y el dolor que estas personas pueden experimentar”. Esto puede tener un efecto negativo en su salud mental y física, manifestándose en síntomas como migrañas, cansancio, angustia y cambios de humor. Además, los investigadores pueden sentirse abrumados por las demandas administrativas y burocráticas asociadas a su trabajo, lo

Albert Bandura (1977) estableció la relación de mutua influencia entre pensamientos, acciones y emociones:
 a) las cogniciones de los individuos influyen en lo que estos perciben y hacen, y, a su vez, estas cogniciones se ven modificadas por los efectos de sus acciones y por la acumulación de consecuencias observadas en los demás, y
 b) la creencia o grado de seguridad que tiene un sujeto en sus propias capacidades determinarán el empeño que pondrá para conseguir sus propios objetivos y la facilidad o dificultad en conseguirlos, al igual que ciertas reacciones emocionales, como la depresión o el estrés, que acompañan a la acción. Dentro de esta teoría se inscribe la autoeficacia como mecanismo cognitivo mediador del impacto de las condiciones ambientales sobre la conducta (p.150)

Los resultados de las nociones de los participantes, reflejan que el trabajo con personas que han sufrido traumas y enfrentan situaciones difíciles, puede tener un impacto significativo en la salud mental de los profesores; se pone de manifiesto dentro de los factores psicosociales de riesgo, la presión asumida al cumplir con las expectativas de múltiples partes interesadas, incluyendo las comunidades, la academia y los financiadores, también puede poner en riesgo la salud mental de los investigadores, cuando experimentan un impacto emocional al trabajar en contextos difíciles o con poblaciones vulnerables, lo que puede transformar en síntomas físicos y emocionales como migrañas, cansancio, angustia y cambios de humor. Los investigadores también pueden sentirse abrumados por las demandas

que puede llevar a sentimientos de angustia y estrés, e incluso a perder el interés en seguir investigando o presentando propuestas. Muchos colegas investigadores optan por no embarcarse en nuevos proyectos debido al desgaste administrativo que experimentan

Vulnerabilidad: Trabajar con comunidades vulnerables puede generar miedo y preocupación debido a la exposición a situaciones potencialmente peligrosas; los investigadores enfrentan la responsabilidad de brindar apoyo y posibles soluciones a personas que han experimentado traumas, lo que puede ser emocionalmente desafiante y agotador

administrativas y burocráticas asociadas a su trabajo, lo que puede llevar a sentimientos de angustia y estrés.

Trabajar con comunidades vulnerables puede generar miedo y preocupación, ya que los investigadores enfrentan la responsabilidad de brindar apoyo y posibles soluciones a personas que han experimentado traumas, lo que puede ser emocionalmente desafiante y agotador. Es importante resaltar que esta premisa surge de una categoría emergente (vulnerabilidad) Los sentimientos que exponen los participantes, están en línea con lo establecido por Albert Bandura; una relación de mutua influencia entre pensamientos, acciones y emociones, y la autoeficacia como mecanismo cognitivo mediador del impacto de las condiciones ambientales sobre la conducta.

Elaboración propia

Los resultados de este apartado, destacan que los investigadores pueden experimentar emociones negativas y sufrir en entornos difíciles o con poblaciones vulnerables, lo que puede afectar su salud mental y física, manifestándose en síntomas como migrañas, cansancio, angustia y cambios de humor. Además, los investigadores pueden sentirse abrumados por las demandas administrativas y burocráticas asociadas a su trabajo, lo que puede generar angustia, estrés e

incluso pérdida de interés en la investigación, ante esto, muchos investigadores optan por no embarcarse en nuevos proyectos debido al desgaste administrativo.

3. Impacto de los factores psicosociales de protección y riesgo del quehacer investigativo

La discusión de las nociones relacionadas con el impacto de los factores psicosociales de protección y riesgo en el quehacer investigativo de los profesores de la FNSP, es fundamental para comprender cómo estas influencias afectan la salud mental de los docentes.

Tabla 6.
Impacto de los factores psicosociales de protección y riesgo del quehacer investigativo

Hallazgos identificados	Postura de autores	Interpretación estudiante
<p>Esfuerzos emocionales: La exposición constante al sufrimiento ajeno puede generar fatiga emocional, irritabilidad y compasión. Los investigadores se enfrentan a la impotencia cuando no pueden atender todas las situaciones de las víctimas, lo que puede llevar a sentimientos de angustia y dudas sobre la efectividad de los proyectos. Además, la repetición de actividades a largo plazo puede generar agotamiento y tristeza, afectando la percepción de la realidad cotidiana. La irritabilidad y la fatiga por compasión pueden surgir en respuesta a situaciones dolorosas.</p>	<p>Según Mendoza J, (s.f), los profesionales guiados por la voluntad de servicio a los demás tienen un mayor nivel de empatía y sufren más con los problemas, los cuales toman contacto y, en consecuencia, experimentan un mayor desgaste emocional y sufrimiento en el ejercicio de la profesión. Este sentido vocacional de servicio amplifica en ellos los efectos de una labor que está centrada en la persona, ya que son asumidos con mayor intensidad. En otras palabras, de manera consciente o inconsciente, cargan sobre sus espaldas los problemas de los otros y dicha carga se hace más pesada cuando sienten que tales problemas son irresolubles (p.148-149)</p>	<p>Para los participantes entrevistados reflejan que los esfuerzos emocionales en la investigación pueden generar fatiga emocional, irritabilidad y fatiga por compasión, por nombrar algunas afectaciones; la exposición constante al sufrimiento ajeno, puede también generar el sentir impotencia al no poder atender todas las situaciones de las víctimas, lo que puede originar a su vez, angustia y dudas sobre la efectividad de los proyectos que desarrollan. Los investigadores concluyen que la repetición de actividades a largo plazo, puede generar agotamiento y tristeza, afectando la percepción de la realidad</p>

Esfuerzos mentales:

La investigación implica esfuerzos mentales, como encontrar bibliografía rápidamente o lidiar con la frustración de proyectos no aprobados. Además, el trabajo de campo a menudo implica resistencia por parte de las personas y preocupaciones sobre la confidencialidad de la información que ellos entregan; estos desafíos pueden llevar a un desgaste emocional y mental significativo.

Esfuerzos físicos: La investigación universitaria requiere tiempo y recursos tanto para el diseño del proyecto, como la búsqueda de apoyos; asuntos que pueden generar estrés.

También, existe el riesgo de no obtener aprobación si no se cumplen todos los requisitos.

Los participantes concluyen que la capacidad de resolución y ejecución es fundamental, pero es complicado en algunas ocasiones, el equilibrar el trabajo actividades académicas, acciones que también puede generar tensión. Sin embargo, la noción que más hace sentido ante esta categoría es el “trabajar en condiciones extremas puede requerir adaptación

Al analizar el problema del burnout docente, diversos estudios han partido de la conceptualización del estrés que plantean los modelos transaccionales o interactivos, que asumen que se trata de un proceso dinámico de interacción entre el sujeto y el ambiente constituido por las situaciones de estrés o estresores (variables antecedentes), variables mediadoras (del sujeto) y respuestas o reacciones de estrés.

Este trabajo se sitúa desde la perspectiva interaccional (Mendoza J, como se citó en Bermejo y Prieto, 2005, p.149).

cotidiana, adicional a esto, el estar expuestos ante situaciones dolorosas pueden dar lugar a lo que expone Mendoza, experimentan un mayor desgaste emocional y sufrimiento en el ejercicio de la profesión.

La investigación también implica esfuerzos mentales, como la búsqueda rápida de bibliografía o lidiar con la frustración de proyectos no aprobados, Otras nociones que establecen el impacto de los factores psicosociales de protección y riesgo; son la vivencia del trabajo de campo, la cual, a menudo implica resistencia y preocupaciones sobre la confidencialidad de la información, así como la sensación de estar expuesto, lo que puede llevar a un desgaste emocional y mental significativo.

En cuanto a los esfuerzos físicos, la investigación universitaria requiere tiempo y recursos para el diseño del proyecto y la búsqueda de apoyos, lo cual puede generar estrés, al existe el riesgo de no obtener aprobación por parte de los evaluadores o demás actores involucrados en la revisión técnica y ética de las propuestas, o el solo hecho de no cumplir todos los requisitos.

a diferentes contextos y realidades”, acciones que implican mayor grado de exigencia y frustración.

El equilibrio entre el trabajo y las actividades académicas puede generar tensión y frustración; trabajar en condiciones extremas puede requerir adaptación a diferentes contextos y realidades, lo que implica mayor grado de exigencia y frustración.

Las nociones de los profesores investigadores, apuntan a los manifiestos del autor, teniendo en cuenta que, en su quehacer, hay voluntad de servicio a los demás puede aumentar el nivel de empatía y sufrimiento en el ejercicio de la profesión. Los profesionales pueden cargar sobre sí mismos los problemas de los demás, lo que puede aumentar el desgaste emocional y el sufrimiento.

Finalmente, al analizar las nociones de los docentes y comparar con la visión del autor, el quehacer investigativo, puede generar factores psicosociales de riesgo como el burnout docente, entendido como el proceso dinámico de interacción entre el sujeto y el ambiente y constituido por situaciones que impliquen un cúmulo de estrés.

Relación con otras actividades institucionales:

La colaboración con otros profesores y la búsqueda de financiamiento externo son aspectos beneficiosos. Trabajar en equipo y contar con el apoyo de la facultad son cruciales para el éxito en la obtención de financiamiento y la participación en proyectos de investigación. La extensión y la incidencia política pueden abrir puertas para la colaboración en proyectos conjuntos y la promoción de la salud mental a través de políticas públicas.

Pastrana L, (sf), expone que la apertura de espacios es fundamental para la reflexión colectiva por parte de los sujetos. En este ejercicio, los sujetos objetivan su quehacer y toman distancia de él para dar paso al proceso de crítica y autocrítica, requisitos sustantivos a la construcción de todo tipo de conocimiento en la comunidad científica. Si bien es cierto, estamos planteando en este proceso el valor de la autonomía como ejercicio de poder, lo cual solo se hace posible y se potencia en la construcción colectiva (p.74)

Desde las nociones recopiladas, se establece la precisa de que la colaboración con otros profesores y la búsqueda de financiamiento externo son aspectos beneficiosos para la investigación; trabajar en equipo y contar con el apoyo de la facultad, son acciones cruciales para el éxito en la obtención de financiamiento y la participación en proyectos de investigación. La extensión al igual que la investigación, también contribuye a la incidencia política, la cual, puede abrir puertas para la colaboración en proyectos conjuntos, así como la promoción de la salud mental a través de políticas públicas. Los investigadores apuntan a la noción de Pastrana, teniendo en cuenta las relaciones institucionales y la apertura de espacios, aspectos fundamentales para la reflexión colectiva y la construcción de conocimiento en la comunidad científica. Adicional a lo anterior, se concluye que la autonomía y el poder se potencian en la construcción colectiva y fomentan la apropiación social de conocimiento.

Elaboración propia

El trabajo de investigación en la FNSP tiene un impacto significativo en la salud mental de los profesores. Sin embargo, existen factores psicosociales de protección que pueden contrarrestar los efectos negativos, como la fatiga emocional y el agotamiento. La pasión por la investigación y el apoyo institucional son dos ejemplos de estos factores, ya que pueden brindar un sentido de propósito y proporcionar recursos y apoyo emocional a los profesores. Al fomentar estos factores de protección, es posible mejorar la salud mental de los profesores y promover un entorno de trabajo más saludable en la FNSP.

Recomendaciones para el cuidado de la salud mental:

Se considera pertinente acoger las recomendaciones dadas por quienes participaron en este estudio, sus aportes son producto de su trayectoria y experiencia investigativa:

1. Investigar temas que realmente lo apasionen y le permitan disfrutar de la actividad que realiza, en lugar de centrarse únicamente, en consideraciones financieras o convocatorias atractivas, pero poco relacionadas con los intereses personales.
2. Tener un alto grado de tolerancia a la frustración, ya que los proyectos de investigación suelen tener circunstancias inesperadas.
3. Reconocer y expresar las emociones negativas y compartir experiencias con colegas, amigos y profesionales preparados para ello.
4. Fomentar la flexibilidad administrativa en proyectos de investigación.
5. Practicar el autorreconocimiento para comprender y abordar el estrés, la tristeza y la frustración como parte de la labor de investigación.
6. Organizar eficientemente el tiempo, para equilibrar la vida personal, familiar y profesional.

7. Definir claramente las disciplinas y actividades que le proporcionan estabilidad, bienestar y que contribuyan al cuidado de la salud mental, ejemplo, el ejercicio o la meditación.
8. Mantener una red de apoyo con la que pueda dialogar y compartir sus experiencias y preocupaciones.
9. Planificar el trabajo de campo y las acciones de investigación para evitar interrupciones abruptas en su vida cotidiana.
10. Practicar una alimentación saludable y cuidar la higiene mental, incluyendo tiempo para actividades que le generen bienestar.
11. Mantener una comunicación efectiva con su equipo de trabajo y generar alianzas.
12. Realizar ejercicios constantes de introspección para saber cuándo se debe pedir ayuda
13. Ser flexible en la adaptación de formas para ayudar a otros, esto promueve la solidaridad y la salud mental.

Conclusiones

Los esfuerzos emocionales que conlleva la investigación pueden provocar cansancio emocional, irritabilidad y fatiga por compasión entre los investigadores. La exposición constante al sufrimiento ajeno puede generar sentimientos de impotencia, angustia y dudas sobre la eficacia de sus proyectos.

La participación prolongada en actividades de investigación puede generar agotamiento y tristeza, lo que afecta a largo plazo la percepción que los investigadores tienen sobre la realidad cotidiana.

La exposición a situaciones dolorosas puede aumentar el agotamiento emocional y el sufrimiento en la profesión docente y el ejercicio investigativo.

La investigación implica esfuerzos mentales como la búsqueda de bibliografía y la frustración asociada a proyectos no aprobados. Factores psicosociales como la experiencia del trabajo de campo, la resiliencia, la preocupación por la confidencialidad y la sensación de estar expuesto pueden provocar un importante agotamiento emocional y mental.

Los esfuerzos físicos en la investigación universitaria, como el diseño del proyecto y la búsqueda de apoyos, pueden generar estrés y desgastes adicionales, sobre todo cuando existe el riesgo de no obtener la aprobación para la financiación del proyecto, dependería de la postura de evaluadores o partes involucradas que participan en la revisión tanto técnica científica, como ética.

Las relaciones institucionales y la apertura de espacios, son fundamentales para la reflexión colectiva y la construcción de conocimiento en la comunidad científica.

La autonomía y el poder se fortalecen en la construcción colectiva y fomentan la apropiación social del conocimiento.

El trabajo investigativo de los profesores e investigadores conlleva un alto nivel de estrés, que puede tener consecuencias perjudiciales para su salud física y mental. Esto incluye enfermedades crónicas, problemas cardiovasculares, dolores de cabeza, trastornos gastrointestinales, ansiedad, depresión y pérdida de autoestima.

El estrés generado por la carga de trabajo diversa y la integración de la docencia y la investigación puede interferir con el rendimiento en el trabajo, aumentar la vulnerabilidad y dificultar la toma de decisiones.

Los factores de riesgo más prominentes se relacionan con la investigación con grupos vulnerables, incluyendo preocupaciones por la seguridad personal y del equipo.

El compromiso extremo con la investigación puede aumentar la carga de estrés, con impactos a largo plazo en la salud física y mental.

Según la perspectiva de Deleuze, los eventos en la investigación no solo ocurren en el mundo exterior, sino que también influyen en la esfera del lenguaje y el sentido, lo que desencadena reacciones emocionales y afecta la sensibilidad y las pasiones de los profesores.

La presión para cumplir con las expectativas de múltiples partes interesadas, como comunidades, la academia y financiadores, puede afectar la salud mental de los investigadores al trabajar en contextos difíciles o con poblaciones vulnerables, manifestándose en síntomas físicos y emocionales.

Las demandas administrativas y burocráticas asociadas al trabajo investigativo también contribuyen al estrés, generando angustia y desafíos adicionales.

Trabajar con comunidades vulnerables implica una responsabilidad emocional y mental, ya que los investigadores deben brindar apoyo a personas que han sufrido traumas, lo que puede resultar agotador y emocionalmente desafiante.

Las nociones de los participantes se alinean con la teoría de Albert Bandura, que destaca la relación mutua entre pensamientos, acciones y emociones, así como la influencia de la autoeficacia como mecanismo mediador en el impacto de las condiciones ambientales sobre la conducta.

Referencias

Álvarez Gallego, E., Fernández Ríos, L. (1991). El síndrome de "Burnout" o el desgaste profesional (I): revisión de estudios. *Revista de la Asociación española de Psiquiatría*, 11(39) p. 257-265. Recuperado de <http://www.revistaaen.es/index.php/aen/article/view/15231/15092>

Aldana de Becerra, G. M., & Mora Bejarano, E. (2012). El quehacer investigativo: enseñanza, modalidades, presupuestos y evaluación de la investigación. *Fundación Universitaria del Área Andina*.

Alonso, J. C. (2004). La psicología analítica de Jung y sus aportes a la psicoterapia. *Universitas psychologica*, 3(1), 55-70.

Aquín, N. (agosto de 2003). El Psicología y la Identidad Profesional. Recuperado el 5 de mayo de 2013, de <http://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/10893/1183/1/Prospectiva%208,p.99-110,2003.pdf>.

Ayestarán, S. (2012). Facilitación de equipos de trabajo. Departamento de Psicología social y Metodología de las Ciencias del Comportamiento Universidad del País Vasco. Recuperado de http://cvc.cervantes.es/ensenanza/biblioteca_ele/aepe/pdf/congreso_41/congreso_4_1_34.pdf.

Castilla-Gutiérrez, S., Colihuil-Catrileo, R., Lagos-Hernández, R., & Bruneau-Chávez, J. (2021). Carga laboral y efectos en la calidad de vida de docentes universitarios y de enseñanza media. *Chakiñan, Revista De Ciencias Sociales Y Humanidades*, (15), 166–179. <https://doi.org/10.37135/chk.002.15.11>

Cáceres Villarroel, n., Campillay Lira, j., Cvitanic Vergara, C. & Bargsted Aravena, m. (2015). Los factores de riesgo psicosocial del trabajo afectan la salud mental de los profesores según el tipo de financiamiento del establecimiento. *Salud & sociedad*, 6 (1),50-75. ISSN:

Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=439742477004>

Gutiérrez, P. B. (2018). Modelo educativo y desafíos en la formación docente. *Horizonte de la Ciencia*, 8(15), 175-191.

Castro Arroyave, D. M. (2012). La psicología como una práctica social comunitaria y su lugar en la construcción colectiva.

Cantero-Téllez, E. A., & Ramírez-Páez, J. A. (2009). Factores psicosociales y depresión laboral: una revisión. *Revista médica del instituto mexicano del seguro social*, 47(6), 627-636.

Cortes, L. C. M. (2019). Factores de riesgo psicosocial en docentes del sector rural del municipio de Saboya Boyacá (Doctoral dissertation, Universidad Externado de Colombia).

Díaz-Granados, F. I. (1999). La salud mental del docente como mediación del proceso de enseñanza-aprendizaje. *Psicología desde el Caribe*, 24-38.

Del Rosario Escudero-Sabogal, I., & Pérez-Cervantes, L. E. (2019). Factor de riesgo psicosocial de carga mental en el docente universitario. *Libre Empresa*, 16(2), 165-170.

Duque, A. V. (2013). Metodologías de intervención social: Palimpsestos de los modelos en Psicología. Manizales, Colombia: Epi- logos.

Fernández, V (2014). Evaluación de la Salud Laboral Docente: Estudio Psicométrico del Cuestionario de Salud Docente. Universitat Ramon Llull: Barcelona.

Foucault, M. (1999). Estética, ética y hermenéutica. (A. Gabilondo, Trad.). Buenos Aires: Editorial Paidós. (Obra original publicada en 1994).

Galeano Marín, M. E. (2004). Estrategias de investigación social cualitativa: el giro en la mirada. Medellín: La Carreta.

Galeano, M. E. (2020). Diseño de proyectos en la investigación cualitativa. Universidad Eafit.

Garcés Giraldo, G., Giraldo Zuluaga, C. (2013). El cuidado de sí y de los otros en Foucault, principio orientador para la construcción de una bioética del cuidado. *Discusiones filosóficas*, 14(22), 187-201. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/difil/v14n22/v14n22a12.pdf>

Gómez, B. R. (2003). Investigación formativa e investigación productiva de conocimiento en la universidad. *Nómadas (col)*, (18), 195-202.

Gómez, I. C. (2007). Salud laboral: una revisión a la luz de las nuevas condiciones del trabajo. *Universitas psychologica*, 6(1), 105-114.

Gómez-Ortiz, V., & Moreno, L. (2009). Factores psicosociales del trabajo (demanda-control y desbalance esfuerzo-recompensa), salud mental y tensión arterial: un estudio con maestros escolares en Bogotá, Colombia. *Universitas Psychologica*, 9(2), 393-407.

González-Palacios, Y. L., Ceballos-Vásquez, P. A., & Rivera-Rojas, F. (2021). Carga mental en profesores y consecuencias en su salud: una revisión integrativa. *Cuadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, 29.

Escolar, C., & Travi, B. (diciembre de 2010). Prácticas profesionales, modelos de intervención y proceso de producción de conocimiento. *PSICOLOGIA UNAM Número 1*, 74 - 89.

Escribano Hervis, E. (2018). El desempeño del docente como factor asociado a la calidad educativa en América Latina. *Revista educación*, 42(2), 717-739.

Esteras, J., Choró, P., & Sandín, B. (2014). Predicción del Burnout en los docentes: papel de los factores organizacionales, personales y sociodemográficos. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, DOI: <http://dx.doi.org/10.5944>.

Hernández, F. (1994). Aproximación al concepto de orientación psicológica. *Revista educación y ciencia*, 3(10), 51-61. Recuperado de <http://www.educacionyciencia.org/index.php/educacionyciencia/article/view/87/pdf>

Huayamave, K. G. (2022). Reflexionando en las competencias interpersonales desde el quehacer investigativo universitario. *Apuntes Universitarios*, 12(3), 397-411.

Lillo, N., & Roselló, E. (2004). Manual para el Psicología Comunitario. Recuperado el 7 de 5 de 2014, recuperado de <http://www.biblioteca-pdf.com/2011/09/manual-para-el-trabajo-social.html>.

Martínez, R., Pando, M., León, S., González, R., Aldrete, M. & López, L. (2015). Validez y confiabilidad de la escala de salud mental positiva. *Psicogente*, 18(33), 78-88.

Mebarak, M., De Castro, A., Salamanca, M. D. P., & Quintero, M. F. (2009). Salud mental: un abordaje desde la perspectiva actual de la psicología de la salud. *Psicología desde el Caribe*, (23), 83-112.

Moreno & Jiménez, (2010). Factores de riesgo psicosociales, formas, consecuencias, medidas y buenas prácticas. Universidad Autónoma de Madrid: Madrid.

Múnera-palacio, Mónica Sáenz-Agudelo, M. L., & Cardona-Arango, D. (2013). Nivel de riesgo psicosocial intralaboral de los docentes de la Facultad de Medicina, Universidad CES. Medellín, 2011. *CES Medicina*, 27(2), 163-175.

Noticias, O. N. U. (2019). El estrés, los accidentes y las enfermedades laborales matan a 7500 personas cada día. Noticias ONU. Recuperado de

<https://news.un.org/es/story/2019/04/1454601>

Núñez, A., Tobón, S., Arias, D., Hidalgo, C., Santoyo, F., Hidalgo, A., & Rasmussen, B. (2010). Calidad de vida, salud y factores psicológicos asociados. *Perspectivas en Psicología*, 13, 11-32.

Perspectivas Sociales y del Empleo en el Mundo: Tendencias 2022. Ginebra: Organización Internacional del Trabajo; 2022. Recuperado de (https://www.ilo.org/global/research/global-reports/weso/trends2022/WCMS_848464/lang--es/index.htm)

Oviedo, P. E., & Armírola, L. H. P. (Eds.). (2014). *Investigación y desafíos para la docencia del siglo XXI*. Universidad de La Salle.

Quaas, C., Born, M. M., Davis, C., & Young, F. (2002). Salud mental de los docentes: Investigaciones realizadas sobre el síndrome de burnout. *Psicoperspectivas*, 1, 1.

Rojas, M. L., Zapata, J. A., & Grisales, H. (2009). Síndrome de Burnout y satisfacción laboral en docentes de una institución de educación superior, Medellín, 2008. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 27(2), 198-210.

Romaña Rentería, F., García Arango, L., & Caraballo de Luque, K. J. (2019). Factores de Riesgo Psicosocial que afectan la Salud Mental en docentes del Oriente Antioqueño (Doctoral dissertation, Corporación Universitaria Minuto de Dios).

Rossi, R. R. O. R. (2005). El hombre como ser social y la conceptualización de la salud mental positiva. *Investigación en salud*, 7(2), 105-111.

Salud mental en el trabajo 2022- Organización Mundial de la Salud; 2022, recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-at-work>

Sandoval, C. (1996). Investigación cualitativa. Especialización en teoría, métodos y técnicas de investigación social. Bogotá: Icfes.

Segura Cardona, A. M. (2008). ¿La docencia y la investigación son factores complementarios? Investigaciones andinas, 10(17), 46-57.

Tacca Huamán, D. R., & Tacca Huamán, A. L. (2019). Factores de riesgos psicosociales y estrés percibido en docentes universitarios. Propósitos y representaciones, 7(3), 323-338.

Valbuena Duarte, S., Conde Carmona, R., & Berrio Valbuena, J. (2018). Investigación educativa y la práctica pedagógica, una mirada desde el currículo. Revista Espacios, 39(52), 1-20.

Vasallo, L. M. (2018). Factores de riesgo psicosocial en el trabajo.

Vieco Gómez, G. F., & Abello Llanos, R. (2014). Factores psicosociales de origen laboral, estrés y morbilidad en el mundo. Psicología desde el Caribe, 31(2), 354-385.

Anexo 1. Entrevista semiestructurada



Objetivo: Analizar los factores psicosociales de protección y riesgo que impactan la salud mental de los profesores de la Facultad Nacional de Salud Pública (FNSP), U. de A.; derivados de su quehacer investigativo a través de un estudio de caso, Medellín, 2023.

Investigadora: Leidy Johana Navarro Úsuga, estudiante de psicología.

Entrevista semiestructurada

Quehacer investigativo y salud mental

1. ¿Encuentra usted relación entre la salud mental y su rol de investigador? ¿Por qué?
2. ¿Considera que la labor investigativa requiere mayores esfuerzos a nivel emocional, mental y físico?
3. ¿Realiza usted otras actividades institucionales diferentes a la investigación?

Factores psicosociales de riesgo

4. ¿Tiene usted o identifica algún diagnóstico clínico, antecedente o afectación física o mental a causa de su quehacer investigativo? ¿Por qué?
5. ¿En qué etapa de su quehacer investigativo identifica usted que hay mayor exposición a factores psicosociales de riesgo? ¿Por qué?

(Diseño, obtención de recursos, avales institucionales, ejecución, asuntos administrativos, cumplimiento de compromisos, cronograma, presupuesto)

6. ¿Considera que, como investigador(a), a diferencia de profesores que solo realicen labores de docencia y extensión, tiene mayor exposición a factores psicosociales de riesgo? ¿Por qué?
7. ¿Considera usted que el quehacer investigativo afecta su tiempo de relaciones interpersonales, ocio, balance entre trabajo y autocuidado ¿Por qué?
8. ¿Cree usted que a largo plazo el ejercicio investigativo podría afectar la salud mental propia, de un colega o de integrante del equipo investigativo?

Factores psicosociales de protección

9. ¿Considera usted que el quehacer investigativo contribuye a su salud mental? ¿Por qué?
10. ¿Qué acciones o técnicas de afrontamiento utiliza usted cuando se ve expuesto a factores psicosociales de riesgo a causa del quehacer investigativo?
11. ¿Qué factores psicosociales de protección identifica usted en el ambiente laboral o durante su práctica investigativa?
12. ¿Considera usted que la calidad en tiempo de relaciones interpersonales, ocio, balance entre trabajo y autocuidado contribuye a su quehacer investigativo? ¿Por qué?
13. ¿Tiene usted una red de apoyo a la que pueda recurrir en caso de que así lo requiera?

Recomendaciones sobre salud mental

14. ¿Desde su trayectoria académica y experiencia investigativa, que estrategias para el cuidado de su salud mental les recomienda a los investigadores colegas?

Anexo 2. Consentimiento informado



Introducción

El presente trabajo de investigación tiene como título Factores psicosociales de protección y riesgo inmersos en el quehacer investigativo que afectan la salud mental de los profesores de la Facultad Nacional de Salud Pública (FNSP), U. de A, 2023, Medellín. Estudio de caso. Su objetivo es precisamente analizar mediante la identificación, descripción y determinación, los factores que influyen en la salud mental de los y las investigadoras, considerando qué, se contempla la hipótesis de que el quehacer investigativo expone a quienes lo desempeñan a condiciones de riesgos físicos, mentales, laborales y sociales.

El estudio está bajo la coordinación de Leidy Johana Navarro Úsuga, estudiante de la Corporación Universitaria Minuto de Dios y cuenta con el respaldo académico de la asesora Laura Paloma Cano, en caso de requerir mayor información lo podrá hacer en los siguientes contactos:

Leydy Johana Navarro, correo lnavarrousu@uniminuto.edu.co, contacto: 3113401098

Asesora; Laura Paloma Cano, correo laura.cano.mo@uniminuto.edu.co, contacto 3178450881

El proyecto corresponde a un trabajo de grado que tiene 4 meses para su ejecución, sin embargo, la participación de los profesores entrevistados solo corresponde a 30 minutos de diálogo directo mediante una entrevista semiestructurada. La información recolectada será de uso exclusivamente académico, no pretende exponer ningún dato que afecte la integridad de los

participantes, y aunque se han identificado posibles riesgos de desborde emocional o estigmatización institucional se han generado estrategias de mitigación como el acompañamiento en primeros auxilios psicológicos y el respaldo de la institución donde se realiza.

Lo anterior ubica esta investigación en la categoría de riesgo mínimo, bajo el cumplimiento de lineamientos nacionales e internacionales de ética de la investigación.

Los participantes serán escogidos teniendo en cuenta como criterios de inclusión ser profesor(a) vinculado(a) medio o tiempo completo, tener un proyecto activo en los tres trimestres que van del año 2023 y aceptar la participación en el presente estudio, la cual es voluntaria y en caso de considerarlo puede retirarse de la investigación en cualquier momento. Usted no recibirá ningún tipo de incentivo o reconocimiento económico o en especie por su participación, sin embargo; su contribución al estudio aportará significativamente a la generación de nuevo conocimiento, y brindará insumos para la comprensión y toma de decisiones frente a la salud mental del profesorado que investiga en el país.

Los datos sensibles o de identificación personal serán anonimizados para efectos de salvaguardar la confidencialidad de la información brindada por los participantes, una vez finalizado el estudio, se realizará una serie de sustentaciones académicas en el marco del proceso formativo de la estudiante y se enviará un resumen de los principales hallazgos de manera generalizada a cada uno de los participantes.

Para constancia de su aprobación diligencie y firme;

¿Acepta participación en el estudio? Si_ No_

¿Acepta grabación de audio durante la entrevista? Si_ No_

Nombre _____	Firma _____

Anexo 3. Matriz de análisis



The banner features the logo of UNIMINUTO (Corporación Universitaria Minuto de Dios) at the top center, with the tagline 'Educación de calidad al alcance de todos' and 'Vigilada MinEducación'. Below the logo, there are three illustrations: a man sitting at a desk with a laptop looking stressed, a large QR code, and two women sitting in chairs talking. At the bottom, there is a call to action in Spanish: 'POR FAVOR, ESCANEA EL CÓDIGO PARA INGRESAR A LA MATRIZ DE ANÁLISIS'.

UNIMINUTO
Corporación Universitaria Minuto de Dios
Educación de calidad al alcance de todos
Vigilada MinEducación

POR FAVOR, ESCANEA EL CÓDIGO PARA INGRESAR
A LA MATRIZ DE ANÁLISIS