



## FICHA TÉCNICA

**AUTOR:** PÉREZ SORIANO, Javier.

**TÍTULO:** ¿Es seguro el trabajo docente?

**FUENTE:** *Gestión Práctica de Riesgos Laborales*, nº 71, pág. 18, mayo 2010.

**RESUMEN:** Aunque parezca un trabajo seguro, la labor docente no está exenta de riesgos que posteriormente pueden materializarse en accidentes de trabajo. Durante el periodo comprendido entre los años 2000 y 2008 se han producido 76.147 accidentes de trabajo con baja laboral en el sector de la educación, a pesar de que muchos otros no han sido registrados. También existe un gran número de situaciones que generan multitud de bajas entre el profesorado y que no están contabilizadas dentro de dichas estadísticas. Las patologías más comunes entre los docentes responden principalmente a problemas del aparato respiratorio y fonador (afonías, disfonías, gripes, etc.), que suponen el 30% de las bajas; los problemas traumatológicos y reumatológicos, provocados por posturas forzadas y movimientos repetitivos, que generan el 20% de las bajas del profesorado; y los motivos psicológicos, tales como estrés, *burn-out* e insatisfacción laboral, que están detrás del 15% de las mismas.

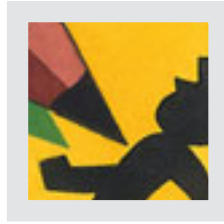
### DESCRIPTORES:

- Salud laboral
- Accidentes de trabajo
- Alteraciones de la voz
- Problemas respiratorios
- Patologías vocales
- Trastornos musculoesqueléticos
- Patologías psicosociales

# ¿Es seguro el trabajo docente?

Jornada laboral breve, buen sueldo, largos periodos vacacionales y un trabajo que no requiere excesivo esfuerzo. Estas son las etiquetas que han definido la imagen de la labor del docente. Sin embargo, no es oro todo lo que reluce. El profesorado está expuesto a una serie de riesgos laborales que van desde trastornos psicológicos a problemas traumatológicos y reumatológicos y disfuncionalidades del aparato fonador, además de los accidentes “*in itinere*”. Para evitar estas y otras contingencias, se deben poner en marcha medidas preventivas y apostar por la formación docente en materia de prevención de riesgos laborales.

**Javier Pérez Soriano**, profesor de Enseñanza Secundaria y autor del portal web [www.prevenciondocente.com](http://www.prevenciondocente.com)



Si se formula la pregunta "¿Es seguro el trabajo docente?" entre técnicos de prevención probablemente la respuesta sea positiva, siendo ese porcentaje mayor en el caso de que los encuestados sean los propios educadores (la falta de cultura preventiva en este colectivo es alarmante). Aunque parezca un trabajo seguro, la labor docente no está exenta de riesgos que posteriormente pueden materializarse en accidentes de trabajo. Aunque en España sólo representan el 8,5% del total de contingencias laborales, el número resulta preocupante.

Durante el periodo comprendido entre los años 2000 y 2008 se han producido en el sector 76.147 accidentes de trabajo con baja laboral (Gráfico 1, página 20), sin olvidar que hay muchas "lesiones corporales que el trabajador sufre con ocasión o por consecuencia del trabajo" que, suponiendo baja laboral, no son registradas como tal. Como se puede comprobar en la Tabla 1 (página 20), la mayor parte de las contingencias que terminaron en baja por incapacidad temporal protagonizadas por los docentes fueron leves, con minoría de incidentes con resultado de muerte. Si se realiza un estudio de los datos que ofrecen estas tablas, diferenciando los accidentes que ocurren durante la jornada de trabajo y los que tienen lugar durante el desplazamiento para ir o volver del mismo, podemos concluir que uno de cada cuatro accidentes que sufren los profesores son "in itinere" (Tabla 2, página 21).

Es evidente que el número de accidentes de trabajo en el sector educativo va incrementándose año tras año, no vislumbrándose todavía dónde puede estar el techo. Así, la media de contingencias laborales ha aumentado en un 63% entre el año 2000 y 2008, duplicándose el número de accidentes "in itinere" (Gráficos 2 y 3, páginas 21 y 22 respectivamente). En este tipo de incidentes, la mayoría suelen ser leves en lo que a gravedad se refiere, aunque es considerable la cantidad de accidentes "in itinere" graves. Muy pocos suelen resultar mortales, pero aún así es importante tener en cuenta estos datos dada su fatal resolución (Tabla 3, página 22).

El origen de la mayor parte de este tipo de accidentes está relacionado con la situación personal del trabajador, que suele recorrer grandes distancias a diario para desplazarse desde su domicilio particular al centro de trabajo, y al contrario. Esto se ve agravado por una planificación

Entre los años 2000 y 2008 el número de contingencias laborales en el ámbito educativo se ha incrementado en un 63%, siendo los accidentes de trabajo "in itinere" los que han experimentado un mayor aumento

errónea del trayecto, que provoca que se realicen los viajes con el tiempo demasiado justo, sin poder hacer frente a cualquier imprevisto o incidente que pueda surgir durante el camino. A esto ha contribuido la Ley 7/2007, de 12 de abril, del Estatuto Básico del Empleado Público, que anula mediante Disposición Derogatoria Única el artículo 77 de la Ley de Funcionarios Civiles del Estado. Éste obligaba al trabajador a residir en el lugar donde prestara sus servicios.

En consecuencia, actualmente muchos docentes viven en municipios y localidades que están a kilómetros de distancia de los colegios, centros o institutos donde trabajan, provocando ese incremento del número de accidentes de trabajo "in itinere". Es decir, se facilita la conciliación entre la vida familiar y laboral pero aumentan las contingencias laborales.

#### Contingencias no contabilizadas como accidente laboral

Según un estudio reciente del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales del Departamento de Educación del Gobierno Vasco, en base a las contingencias laborales que han supuesto baja en el curso 2007/2008, el perfil del docente accidentado sería el siguiente: mujer que imparte enseñanza en infantil o primaria, edad comprendida entre 30 y 50 años, con más de 10 años de tiempo de servicio, en situación de interinidad, sufre el accidente en el centro de trabajo (un lunes o viernes entre las 10 y las 12 de la mañana), producido principalmente por choques o golpes tanto con objetos móviles como inmóviles, así como por sobreesfuerzos, sufre dislocaciones, esguinces y torceduras, así como heridas y lesiones superficiales que afectan a extremidades inferiores y superiores, cuello, cervicales y espalda.

Los incidentes enunciados en este estudio generan sólo una parte de las bajas declaradas entre el profesorado. Existe, además, un importante número de situaciones que generan multitud de IT entre los docentes y que no están contabilizadas dentro de las estadísticas de los accidentes de trabajo. Las principales patologías que sufre el profesorado durante su vida profesional responden principalmente a problemas del aparato respiratorio y fonador (30%), problemas traumatológicos y reumatológicos (25%), seguidos de los motivos psicológicos (15%).

GRÁFICO 1



TABLA 1

Accidentes con baja según gravedad

AÑO	TOTALES	LEVES	GRAVES	MORTALES
2000	6.627	6.449	165	13
2001	7.133	6.909	207	17
2002	7.170	6.960	193	17
2003	8.011	7.847	152	12
2004	8.433	8.280	139	14
2005	8.768	8.624	133	11
2006	9.370	9.250	108	12
2007	9.844	9.715	116	13
2008	10.818	10.714	97	7
TOTAL	76.147	74.748	1.310	116

Como media, los días de baja que suelen suponer este tipo de patologías oscilan entre los 50 y 70 días en caso de diagnosticarse trastornos psicológicos, entre 20 y 40 días para los problemas traumatológicos y reumatológicos, entre 10 y 15 días cuando se trata de disfuncionalidades del aparato fonador, y 6 días cuando se padece la gripe. Actualmente, los expertos también avisan de un incremento de dolencias oftalmológicas en el ámbito laboral, fundamentalmente producidas por el uso continuado de los ordenadores en la práctica docente diaria.

**Problemas en la voz.** Uno de los principales problemas que sufre el profesorado a lo largo de su vida profesional deriva del continuado uso de la voz, pues para este colectivo es su principal herramienta de trabajo. La Organización Internacional del Trabajo destaca que la clase docente es la categoría profesional con más riesgo de contraer enfermedades relacionadas con la voz.

Según estudios realizados, el 80% de los casos de afonía o disfonía en los maestros se deben a un mal uso o a un abuso de la voz. En España,

el 30% del profesorado sufre alguna afectación vocal (lo que equivale a 195.000 docentes en la actualidad), frente al 20% como media en los países de nuestro entorno. Según Rosa Bermúdez de Alvear, médico fonoiatra del Departamento de Otorrinolaringología de la Facultad de Medicina de la Universidad de Málaga, el inicio de los problemas de voz se produce casi al comienzo de la carrera profesional, aumentando significativamente a partir de los cinco primeros años de ejercicio. Estas contingencias van aumentando progresivamente entre los 26 y 35 años. Hasta los 55 años la proporción es similar.

A grandes rasgos, se puede decir que el perfil del docente con problemas de voz responde al de una mujer que imparte clases en Educación Infantil, con poca antigüedad en el puesto y que achaca sus problemas a un uso continuado de la voz. Dentro de las patologías relacionadas con ésta, hay que diferenciar entre la afonía, que supone su pérdida total de forma temporal, y la disfonía, que es la alteración de una o más de las características acústicas de la voz (timbre, intensidad y altura tonal). Dentro de este tipo de alteraciones, las disfonías funcionales son las más frecuentes—entre el 65% y el 75% de los casos corresponden a una alteración de la voz sin llegarse a producir una lesión en los órganos fonatorios, estando generalmente causadas por un mal uso o por un cierto abuso vocal—.

Además de las patologías relacionadas con el aparato fonador indicadas anteriormente, también son destacables entre los docentes la faringitis, laringitis, pólipos y nódulos en las cuerdas vocales, debidos a una mala higiene vocal, así como a una predisposición congénita. *"Los nódulos de las cuerdas vocales a causa de los esfuerzos sostenidos de la voz por motivos profesionales"* son la única patología docente reconocida dentro del cuadro de Enfermedades Profesionales en el Sistema de la Seguridad Social, aunque curiosamente ha sido incluida en dicho listado no por los problemas que sufre el profesorado, sino por ser afecciones propias de los cantantes.

Los principales factores de riesgo que influyen en los problemas de voz del profesorado son: personales (edad, existencia de patologías vocales previas, hábitos alimenticios y de sueño, etc.), nivel de ruido en el aula, número de alumnos por clase, mala acústica de las instalaciones, inadecuadas condiciones termohigrométricas, polvo en

el ambiente de trabajo, estrés y posturas inadecuadas a la hora de hablar. En concreto, una gran mayoría de los problemas relacionados con el mal uso vocal del docente son debidos a la confluencia de dos de estos factores: el nivel de ruido en el aula y la mala acústica de las clases.

Se ha pasado de sistemas educativos con clases meramente transmisivas por parte del profesorado, con alumnos que normalmente guardaban silencio, a clases donde los estudiantes trabajan en grupo durante una gran parte del tiempo, lo que supone un mayor nivel de ruido. A esto habría que sumar los actuales problemas de disciplina y la dificultad de mantener un silencio mínimo en las exposiciones del profesor.

Si bien estos niveles no son superiores a los límites marcados por el Real Decreto 286/2006 contra los riesgos relacionados con la exposición al ruido, en algunas especialidades –por ejemplo, la educación infantil (escolarización de niños y niñas de 3 a 6 años)– se alcanzan unos niveles casi siempre muy altos. Este ejemplo se puede ilustrar mediante los siguientes niveles de ruido que se dan en las distintas fases de una clase: durante la explicación de la actividad, de 75 dB a 100 dB; durante el trabajo individual, de 85 dB a 95 dB; en periodos de actividades libres (juegos), de 85 dB a 100 dB; durante la recogida de juegos, de 90 dB a 100 dB; durante el desayuno, de 80 dB a 95 dB; trabajando técnicas de relajación, de 65 dB a 80 dB.

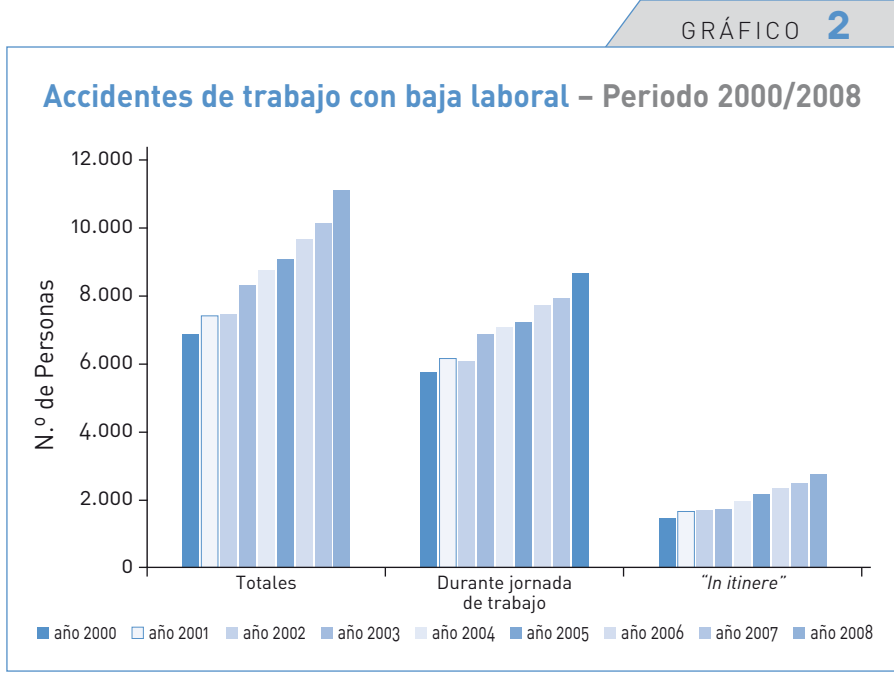
Para que un docente se haga oír es necesario que su voz supere en 10 dB el nivel de ruido existente en el aula. Si bien estos niveles en aulas normales oscilan entre los 60 y los 80 dB de nivel de pico, como se puede ver se disparan en aulas específicas, como la reflejada en el caso anterior, debiendo hablar el profesorado en muchos casos en rangos de 90/110 dB.

Otro problema que se debe añadir al señalado anteriormente está relacionado con la deficiente acústica que presentan una mayor parte de las aulas y clases, debido a que se suelen utilizar materiales de construcción inapropiados que provocan reverberaciones que dificultan las explicaciones del profesorado. Las normativas internacionales recomiendan unos tiempos de reverberación de entre 0,4 y 0,6 segundos, ya que estos niveles son los adecuados para que el mensaje sea escuchado de forma nítida por

TABLA 2

### Accidentes de trabajo con baja laboral – Periodo 2000/2008

AÑO	TOTALES	DURANTE JORNADA DE TRABAJO	"IN ITINERE"
2000	6.627	5.491	1.136
2001	7.133	5.824	1.309
2002	7.170	5.803	1.367
2003	8.011	6.616	1.395
2004	8.433	6.764	1.669
2005	8.768	6.916	1.852
2006	9.370	7.378	1.992
2007	9.844	7.632	2.212
2008	10.818	8.365	2.453
<b>TOTAL</b>	<b>76.147</b>	<b>60.789</b>	<b>15.385</b>



parte del alumnado. En España, los tiempos de reverberación son superiores a 1 segundo, lo que provoca que los mensajes emitidos por el profesorado sean más difíciles de comprender por parte del alumnado, generando a su vez un mayor esfuerzo vocal por parte del docente al intentar contrarrestar dicho efecto. Estas situaciones multiplican su efecto en espacios mayores, como pueden ser aulas técnicas, salón de actos, gimnasios, laboratorios, patios, etc.

**Problemas respiratorios.** Las principales causas de los problemas respiratorios que padecen los docentes están relacionadas con las patologías asociadas a la exposición a agentes biológicos en el lugar de trabajo. Dicha exposición no proviene de la propia actividad que se realiza en los centros educativos, sino por el contagio por parte de otros trabajadores o alumnado en general. Por ello no le es aplicable el RD 664/1997 sobre la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados



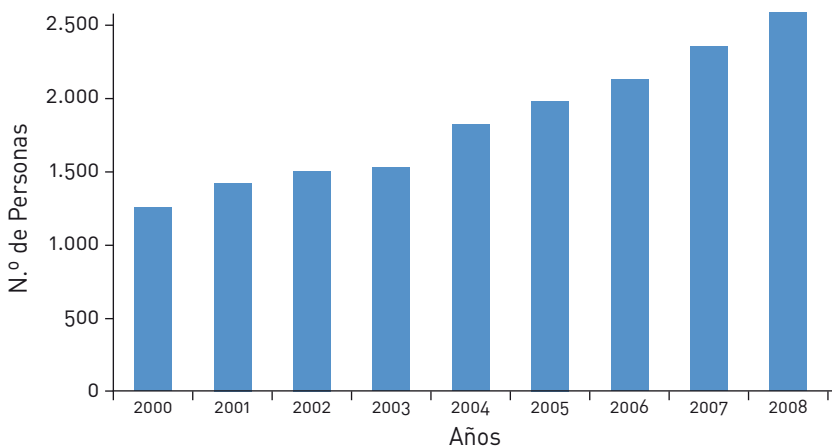
TABLA 3

Accidentes "in itinere" con baja según gravedad

AÑO	TOTALES	LEVES	GRAVES	MORTALES
2000	1.136	1.074	58	4
2001	1.309	1.225	75	9
2002	1.367	1.285	72	10
2003	1.395	1.341	47	7
2004	1.669	1.611	48	10
2005	1.852	1.798	47	7
2006	1.992	1.946	41	5
2007	2.212	2.162	42	8
2008	2.453	2.410	38	5
TOTALES	12.932	12.442	430	65

GRÁFICO 2

Accidentes "in itinere" con baja



con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo. La posibilidad de contagio en colegios e institutos es mayor debido a que en un espacio reducido y cerrado conviven de forma habitual un número elevado de personas, lo que favorece la existencia de virus y bacterias de forma frecuente en el ambiente de trabajo.

Los principales agentes biológicos a los que puede estar sometido un docente en un centro educativo son la gripe, tétanos, varicela, sarampión, meningitis, gastroenteritis vírica, hepatitis,

tuberculosis y sida. De todos ellos, el que se transmite con una mayor frecuencia es el virus de la gripe. Esta enfermedad es la principal causa de baja en el profesorado durante el periodo invernal. La fácil transmisión del virus (en las manos permanece activo varios minutos, varias horas en superficies porosas y más de un día en superficies no porosas) y la difícil adopción de medidas preventivas efectivas (salvo extremar las medidas higiénicas), hace que en dicho periodo la enfermedad en los centros se extienda como un reguero de pólvora silencioso.

Un caso que resulta llamativo es el de la gripe A. Aunque en una primera valoración tanto los docentes como el alumnado fueron considerados grupos de riesgo (sobre todo por la facilidad de transmisión de la enfermedad), en una posterior definición de grupos de riesgo aprobada por el Gobierno quedaron excluidos ambos colectivos. Sin embargo, paradójicamente, los docentes siguen siendo un grupo de riesgo en el caso de la gripe estacional, recomendándoles vacunarse frente a esta segunda.

**Trastornos musculoesqueléticos.** Otro problema consustancial al trabajo docente son los trastornos musculoesqueléticos provocados por posturas forzadas, que suponen que una o varias regiones anatómicas dejan de estar en una posición natural de confort para pasar a una posición que genera hiperextensiones, hiperflexiones o hiperrotaciones osteoarticulares. Se padecen en consecuencia lesiones por sobrecarga muscular, así como por movimientos repetitivos que, mantenidos durante un trabajo que implica la acción conjunta de los músculos, los huesos, las articulaciones y los nervios de una parte del cuerpo, provoca en esta misma zona fatiga muscular, sobrecarga, dolor y, por último, lesión.

Las posturas forzadas, al igual que los movimientos repetitivos, en el docente pueden generar trastornos musculoesqueléticos en distintas regiones del cuerpo –cuello, hombros, columna vertebral, extremidades superiores y en menor medida, en extremidades inferiores–. El principal problema de este tipo de alteraciones es que, al producirse de forma gradual, el docente, no presta atención a los síntomas hasta que estos se hacen crónicos.

La postura más utilizada por el profesorado es permanecer de pie, andando frecuentemente por el aula, con giros y flexiones de tronco. Otros docentes, sin embargo, pasan casi toda la hora sentados, lo que provoca estatismo postural. La necesidad de estar periodos prolongados en la misma postura genera fatiga postural, así como gran cantidad y variedad de trastornos musculoesqueléticos. Destacan la ciática, lumbago, trastornos de la región cervical, trastornos articulares, esguinces de tobillo y pie.

Las principales posturas que pueden afectar de una forma negativa a la columna de un docente son las siguientes:

- > Hiperextensión de la espalda. Se suele producir generalmente por la costumbre de escribir en la pizarra a una altura superior a los hombros/cabeza, intentando aprovechar al máximo la superficie de la misma.
- > Flexión sostenida. Muchas veces, mientras el docente se desplaza por el aula cuando el alumnado está trabajando, es preguntado por éste sobre alguna cuestión relacionada con el trabajo que realiza, produciéndose la característica flexión de tronco, mantenida durante todo el periodo de tiempo que dura la consulta.
- > Torsión del tronco. Una postura muy utilizada por el profesorado en general que proviene de hablar mientras se escribe en la pizarra. No se gira el cuerpo completo 180° y se habla, sino que, sin girar los pies, se gira el tronco 90°.
- > Transporte de un peso sobre un solo brazo. Habitualmente, el docente transporta una maleta repleta de libros y material para las clases del día sobre un solo brazo, generando posturas forzadas en las zonas del cuello y del hombro (deltoídes, trapecios, etc.) que dan lugar a las más que habituales contracturas.

**Patologías psicosociales.** La labor de educador tiene una características específicas que suponen una alta exigencia mental. Desde una visión exterior del problema se tiene la percepción de que el trabajo docente es una labor con un buen horario, un buen sueldo y muchas vacaciones. Sin embargo, muy pocas veces se ahonda en una serie de aspectos (secundarios para los que tienen esa versión tan simplista del trabajo que realiza el profesorado) que suponen una enorme fuente de insatisfacción laboral.

Son muchos los factores que provocan que, en el ámbito docente, sean cada día más palpables los problemas de estrés, ansiedad y depresión, que se traducen en frecuentes bajas laborales (la insatisfacción laboral está detrás de muchas de estas bajas). Se podrían destacar los siguientes: escaso nivel de reconocimiento del trabajo realizado, necesidad de un alto nivel de implicación personal, mantenimiento de un excesivo nivel de atención de forma continuada durante la mayor parte de la jornada laboral, tener que enseñar a alumnos sin motivación para el aprendizaje, estar últimamente más pendiente de lo que hacen los alumnos en el aula que de la propia explicación,

masificación de clases, conductas antisociales por parte de un sector de los estudiantes, existencia de niveles distintos en el aula, numerosos conflictos derivados de las relaciones con los alumnos, padres y madres de estudiantes, compañeros, administraciones educativas, etc.

Entre las patologías relacionadas con factores psicológicos figuran las depresiones, síndromes adaptativos y el estrés. Este tipo de afecciones psicológicas son un fenómeno emergente que supone una de las principales preocupaciones actuales en la educación<sup>1</sup>. Actualmente, uno de cada tres profesores sufre un nivel alto de estrés que muy probablemente desemboca en *burn-out* (algunos estudios muestran que tres de cada cuatro docentes dicen sentirse “quemados” por el trabajo).

Esta patología se caracteriza por un elevado desgaste después de llevar desempeñando la labor docente durante muchos años (actualmente, el profesorado, junto con los profesionales sanitarios, es uno de los colectivos que más se “queman” en el trabajo). Esto puede desembocar, y desemboca, en algunos casos en una situación de estrés crónico que genera agotamiento, malestar general, insomnio, pérdida de apetito, depresión, ansiedad y trastornos digestivos, respiratorios, cardiovasculares, musculoesqueléticos, pudiendo llegar incluso a desarrollar una incapacidad total para volver a trabajar.

Otros riesgos psicosociales directamente relacionados con la labor docente son la violencia laboral (verbal y física), como reflejo de la violencia que se vive en la sociedad actual, así como el *mobbing*. Es conocido que son precisamente los funcionarios y el personal contratado por las Administraciones Públicas quienes más sufren este tipo de hostigamiento. Junto a la profesión médica, es el docente de enseñanzas primarias, secundarias y universitarias quien más acoso psicológico sufre en su empleo.

<sup>1</sup> Según estudios recientes, la profesión docente es aquella que soporta mayor nivel de estrés (las bajas por este motivo triplican a las de otras profesiones), seguido muy de cerca de médicos y enfermeros. Además se ha observado que las bajas por enfermedad entre el profesorado se disparan en fechas donde es mayor el nivel de exigencia del curso académico.

## Abordar el problema

Un aspecto que se debería abordar con la máxima seriedad por parte de las distintas Administraciones Públicas es el coste de las bajas laborales y, sobre todo, cómo buscar una solución a las mismas. Muchos de los accidentes y de las patologías que sufre el profesorado podrían llegar a evitarse mediante la adopción de las medidas preventivas correspondientes.

La falta de asistencia del docente a su puesto de trabajo puede suponer un gasto anual de más de 50 millones de euros en todo el Estado. Esta enorme cantidad de dinero a desembolsar por parte de las distintas Administraciones Educativas ha dado lugar a que se generalice por parte de la mayoría de ellas la actuación tendente a sustituir al docente a partir de la segunda semana de ausencia. Así, además de dejar desatendido al alumnado en esa materia durante dicho periodo, provoca una sobrecarga para el resto del profesorado que redundará en un empeoramiento de su salud laboral.

Sin embargo, al contrario de lo que se cree, el absentismo en los docentes no es mucho mayor que en cualquier otro trabajo (las bajas del profesorado tienden a sobredimensionarse normalmente por la tardanza en su cobertura). La media de absentismo laboral en España (habiéndose duplicado en los últimos cuatro años), roza el 6% (frente al 4,5% de Europa), con tasas que oscilan entre el 3% y el 12% en función de las distintas comunidades. Otro de los problemas de salud laboral es el paulatino envejecimiento de las plantillas, lo que está suponiendo un considerable y lógico incremento de las bajas.

Para dar solución a los problemas expuestos, es fundamental que las Administraciones Educativas asuman que es necesaria una mayor inversión en medidas preventivas y formación del profesorado en esta materia. Esto redundaría en un ahorro de costes en personal y, sobre todo, en que el profesorado ejerza su derecho al trabajo con una mayor seguridad y en mejores condiciones laborales. Un claro ejemplo que pone de manifiesto lo anterior es el uso, por parte de los docentes con patologías vocales previas, de micrófonos en las clases. Esta simple medida puede llegar a reducir hasta en un 70% las bajas relacionadas con determinadas patologías asociadas a la voz. ||