

PREFACIO

M.Sc. Pedro Cabrera
pedro.cabrera@floridaglobal.university
USA

IMPACTO DE LA ERGONOMÍA EN EL TRABAJO DOCENTE

De acuerdo a los estudiosos del tema, la ergonomía en el contexto docente no solo está referida al diseño físico de los espacios de trabajo, sino también a la organización de las tareas, los factores psicosociales y herramientas pedagógicas. En tal sentido, al centrarse en la mejora de las condiciones laborales, la ergonomía tiene el potencial de mejorar el rendimiento, reducir enfermedades ocupacionales y aumentar la satisfacción laboral de los docentes o facilitadores del aprendizaje.

Siendo importante señalar que, en el trabajo docente, los problemas ergonómicos suelen derivarse de largas horas de trabajo en posturas estáticas, uso intensivo de dispositivos electrónicos y la presión psicológica asociada con la responsabilidad pedagógica. Por ello, se considera que sin una adecuada atención a estos factores, los docentes pueden llegar a desarrollar trastornos musculoesqueléticos, fatiga visual y estrés crónico, lo que impacta directamente en su capacidad de enseñar de manera efectiva.

Enfatizando en un aspecto bien importante, la incidencia de problemas ergonómicos en el trabajo docente es alta. Un estudio realizado por Böckelmann y Pfister (2017), concluyó que más del 80% de los profesores en escuelas alemanas experimentan problemas musculoesqueléticos, especialmente en la zona lumbar y el cuello, como consecuencia de mobiliario inadecuado y posturas prolongadas. También Gómez y Martínez (2019), realizaron un estudio en Colombia que demostró que más del 70% de los docentes universitarios sufrían estrés derivado del uso prolongado de tecnologías digitales y fatiga ocular.

Por otro lado, se ha demostrado que los efectos ergonómicos negativos en el trabajo docente no solo impactan la salud física, sino también la mental. Con respecto a este planteamiento, Johnson et al., (2021), realizaron un metaanálisis en el cual encontró que

los profesores con condiciones ergonómicas inadecuadas reportaban mayores niveles de estrés, lo que impactaba su capacidad para manejar el aula y su desempeño pedagógico.

En cuanto al impacto en la salud física, es posible mencionar que la falta de ergonomía adecuada en las aulas afecta principalmente la salud musculoesquelética de los docentes. Al respecto, Fernández et al., (2022), analizaron los efectos de la falta de ergonomía en escuelas chilenas y encontraron que el 65% de los docentes reportaban problemas de espalda y cuello debido a mobiliario inadecuado y posturas estáticas durante largas horas de enseñanza.

Concluyendo que la ergonomía en el trabajo docente, es esencial a los fines de garantizar la salud y el bienestar de los facilitadores del aprendizaje, lo que impacta directamente en su capacidad de enseñar y en su satisfacción laboral. Los estudios recientes demuestran que las intervenciones ergonómicas adecuadas pueden reducir significativamente los problemas de salud física y mental, mejorar el rendimiento docente y disminuir los niveles de estrés. Por lo tanto, las mejoras en el diseño del entorno de trabajo, junto con estrategias de capacitación ergonómica, son esenciales para promover entornos educativos saludables y sostenibles.

Referencias

- Böckelmann, I., & Pfister, E. A. (2017). *Musculoskeletal disorders among teachers: An ergonomic analysis. Journal of Occupational Health, 59*(2), 123-135.
- Gómez, L., & Martínez, P. (2019). *Ergonomía y fatiga ocular en profesores universitarios: Un estudio en Colombia. Revista Latinoamericana de Salud Ocupacional, 21*(3), 89-103.
- Johnson, M., Carter, L., & Smith, D. (2021). *Work-related stress in secondary education: The role of ergonomic factors. Educational Psychology Review, 33*(4), 789-808.
- Fernández, R., Soto, J., & Vargas, A. (2022). *Ergonomía en las aulas chilenas: Impacto en la salud física de los docentes. Salud y Educación Latinoamericana, 29*(2), 134-150.