



## INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN FRANCISCO DE ASÍS

Aprobado por resolución número 16263 del 27 de noviembre de 2002 para los niveles de preescolar, básica primaria, básica secundaria de educación formal. Aprobado por resolución 0716 del 22 de noviembre de 2004 para el nivel de media académica. Aprobado por resolución 201850055483 del 8 de agosto de 2018 y modificado por la resolución 202350058972 del 28 de julio de 2023 nivel media técnica

Secretaría de Educación Medellín

DANE: 105001002780 NÚCLEO: 924 NIT: 811034828-1

### CIRCULAR NÚMERO 17

(01 ABRIL DE 2024)

**De:** Rectoría

**Para:** Directivos y docentes

**Asunto:** Jornada de bienestar laboral y salud mental directivos, docentes y profesionales de apoyo

La salud mental del personal directivo, docente y de apoyo de la Institución Educativa San Francisco de Asís es de vital importancia y tiene un impacto significativo en el bienestar individual y en la calidad de los procesos de enseñanza. Asimismo, el cuidado en el ámbito de los riesgos laborales es de suma importancia, ya que los docentes a diario se enfrentan una serie de riesgos específicos en su entorno profesional. Aquí hay algunas consideraciones importantes:

- **Salud física:** Los docentes pueden estar expuestos a riesgos ergonómicos debido a largas horas de trabajo en escritorios, levantamiento de objetos pesados o posturas incorrectas al enseñar. Es importante que tengan un entorno de trabajo ergonómico y adopten prácticas saludables para prevenir lesiones musculoesqueléticas.
- **Salud emocional:** El estrés y la sobrecarga emocional son riesgos comunes para los docentes, especialmente debido a la presión por cumplir con las expectativas académicas, manejar comportamientos desafiantes de los estudiantes y situaciones conflictivas en el aula. Es importante que los docentes cuenten con apoyo emocional y recursos para gestionar el estrés, como programas de bienestar y acceso a servicios de salud mental.
- **Seguridad en el aula:** Los docentes pueden enfrentarse a situaciones de violencia o comportamiento disruptivo en el aula, lo que puede poner en riesgo su seguridad física y emocional. Es esencial que cuenten con capacitación en técnicas de gestión de conflictos y estrategias para mantener un entorno seguro y respetuoso en el aula.
- **Accidentes y emergencias:** Los docentes deben estar preparados para responder a situaciones de emergencia, como incendios, evacuaciones o lesiones en el lugar de trabajo. Es importante que estén familiarizados con los protocolos de seguridad de la escuela y reciban capacitación en primeros auxilios y respuesta a emergencias.

En resumen, el cuidado en el ámbito de los riesgos laborales para los docentes implica abordar una variedad de aspectos relacionados con la salud física, emocional y la seguridad en el trabajo. Es fundamental que las instituciones educativas proporcionen un entorno de trabajo seguro y apoyen el bienestar integral de sus docentes mediante la implementación de políticas y programas de prevención y cuidado. En este sentido, se hace relevante desde el equipo directivo con acompañamiento de la secretaría de educación realizar jornadas pedagógicas para fortalecer el bienestar laboral y salud mental de los docentes, tomando como referente algunos de los siguientes aspectos:



## INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN FRANCISCO DE ASÍS

Aprobado por resolución número 16263 del 27 de noviembre de 2002 para los niveles de preescolar, básica primaria, básica secundaria de educación formal. Aprobado por resolución 0716 del 22 de noviembre de 2004 para el nivel de media académica. Aprobado por resolución 201850055483 del 8 de agosto de 2018 y modificado por la resolución 202350058972 del 28 de julio de 2023 nivel media técnica

Secretaría de Educación Medellín

DANE: 105001002780 NÚCLEO: 924 NIT: 811034828-1

- **Bienestar personal:** Los docentes son seres humanos y también experimentan estrés, ansiedad, fatiga y otras preocupaciones relacionadas con la vida personal y profesional. Priorizar la salud mental les permite mantener un equilibrio entre el trabajo y la vida personal, lo que contribuye a su bienestar general.
- **Desempeño laboral:** La salud mental influye directamente en el desempeño laboral de los docentes. Cuando los docentes se sienten mentalmente saludables, tienen más energía, concentración y motivación para planificar y llevar a cabo clases efectivas, lo que beneficia directamente a sus estudiantes.
- **Relaciones interpersonales:** La salud mental afecta las relaciones interpersonales en el entorno educativo. Los docentes que están emocionalmente estables son más capaces de establecer relaciones positivas y efectivas con sus estudiantes, colegas y padres de familia, lo que favorece un ambiente escolar saludable y de apoyo.
- **Resiliencia:** La salud mental fortalece la capacidad de los docentes para enfrentar los desafíos y adversidades en el entorno laboral. La resiliencia mental les permite manejar el estrés, la presión y las situaciones difíciles de manera constructiva, lo que les ayuda a mantenerse comprometidos y motivados en su trabajo a largo plazo.
- **Modelo a seguir:** Los docentes son modelos a seguir para sus estudiantes. Al priorizar su salud mental, están enviando un mensaje importante sobre la importancia del autocuidado y la búsqueda del bienestar emocional, lo que puede inspirar a sus estudiantes a hacer lo mismo en sus propias vidas.

En resumen, la salud mental de los docentes es esencial para su bienestar personal, su desempeño laboral, sus relaciones interpersonales, su resiliencia y su capacidad para servir como modelos a seguir para sus estudiantes. En este sentido, es importante que desde el equipo directivo se reconozca y apoye el cuidado de la salud mental de los docentes como parte integral de la comunidad educativa.

Para finalizar, con la intención de promover el bienestar y salud mental de las personas que laboran en la Institución Educativa San Francisco de Asís, se organizará una jornada pedagógica en convenio con la Secretaría de Educación de Medellín el día 19 de abril del año 2024, que permita reflexionar en torno a la seguridad en el trabajo y la importancia de un buen clima laboral.

Cualquier inquietud al correo: [rectoria@iesanfranciscocodeasis.edu.co](mailto:rectoria@iesanfranciscocodeasis.edu.co)

Visite nuestra web institucional: <https://www.iesanfranciscocodeasis.edu.co/>

Cordial saludo

Efraín Darío Ochoa Londoño  
Rector