NOTA DE **PRENSA**

ANPE

ANPE alerta del impacto del entorno laboral en la salud mental del profesorado

Con motivo del Día Mundial de la Salud Mental, el sindicato pide planes de mejora de las condiciones laborales que incluyan prevención, apoyo y formación ante riesgos psicosociales

10 / 10 / 2025. Coincidiendo con el Día Mundial de la Salud Mental, **ANPE**, el sindicato mayoritario del profesorado no universitario, ha alertado sobre un problema creciente y, a menudo, invisibilizado: el impacto de las condiciones laborales en la salud mental del personal docente.

Según la organización sindical, los riesgos psicosociales presentes en el ámbito educativo —como la sobrecarga de trabajo, el estrés continuado, la falta de autonomía o el escaso apoyo institucional y social— están afectando de manera significativa al bienestar psicológico, físico y emocional del personal docente. Esta situación, unida a la complejidad cada vez mayor del contexto escolar, está provocando un aumento de los casos de estrés, ansiedad, burnout (síndrome del trabajador quemado) y otras patologías asociadas.

Ante esta realidad, **ANPE** reclama la implantación de planes integrales de mejora de las condiciones laborales del profesorado que incluyan medidas de prevención de riesgos psicosociales, protocolos de apoyo emocional y programas de formación en gestión del estrés y autocuidado.

El **Defensor del Profesor**, servicio gratuito que **ANPE** pone a disposición de todos los docentes que necesiten ayuda, apoyo y orientación ante cualquier tipo de situación de conflictividad escolar, constata que estos factores están estrechamente relacionados con los problemas de convivencia en los centros educativos, que tienen un impacto directo en la salud mental del profesorado.

NOTA DE PRENSA

El sindicato subraya que la Organización Internacional del Trabajo (OIT) identifica la enseñanza como una de las profesiones con mayor riesgo de estrés laboral, debido a la elevada carga de trabajo, la responsabilidad que implica la labor educativa y los desafíos constantes dentro del aula.

En este contexto, **ANPE** destaca la importancia del modelo Demanda–Control–Apoyo Social, propuesto por el sociólogo y psicólogo Robert Karasek, que establece que el equilibrio entre las exigencias laborales, la autonomía profesional y el respaldo institucional resulta clave para el bienestar docente. Según este modelo, un entorno laboral saludable propicia demandas razonables y estimulantes, capacidad de decisión y apoyo por parte de equipos directivos, compañeros y familias. Por el contrario, en un entorno laboral negativo las demandas son excesivas, el control sobre el propio trabajo es mínimo y el apoyo social inexistente, lo que genera frustración, desmotivación y riesgo de burnout.

En este sentido la organización sindical advierte de que las condiciones desfavorables se traducen en altas tasas de estrés, ansiedad y desmotivación, lo que repercute no solo en el bienestar del profesorado, sino también en la calidad educativa, por lo que considera necesaria la puesta en marcha de planes integrales destinados a mejorar las condiciones laborales del profesorado.

ANPE recuerda que cuidar la salud mental del profesorado es esencial para garantizar una educación de calidad, ya que el bienestar emocional del docente constituye un pilar fundamental de un sistema educativo saludable.

Para más información o apoyo, los docentes pueden contactar con el **Defensor del Profesor** a través de la sede de **ANPE** de su comunidad autónoma o provincia.

NOTA DE PRENSA