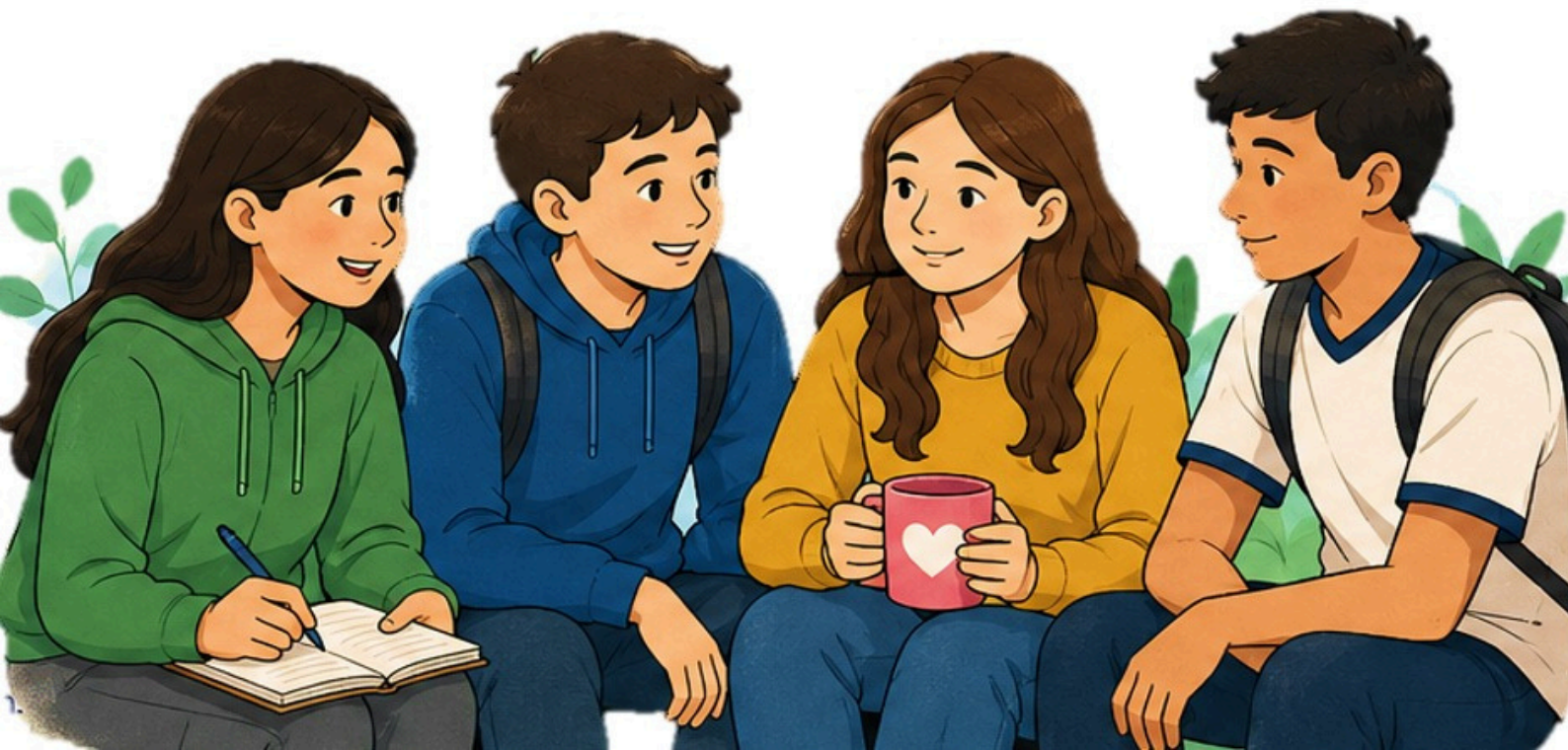


# Salud mental del personal docente de Educación Media Superior ante los retos de las adecuaciones curriculares en la Nueva Escuela Mexicana.



**Dr. M. A. Flores Mejia**

Centro de Estudios Tecnológicos del Mar No.18. Acapulco,  
Gro.

**Dr. R. González Cruz**

Centro de Bachillerato Tecnológico y Agropecuario No.185.  
San Miguel la Toma, Puebla.

## Abstract

The implementation of the curricular adjustments proposed by the Nueva Escuela Mexicana (NEM) has brought about profound transformations in the educational practices of upper secondary education (EMS) teachers. This article analyzes how these changes have impacted teachers' mental health, considering factors such as increased workload, professional uncertainty, and the constant need for updating. The results of a qualitative study with teachers from various EMS subsystems are presented, exploring their perceptions, emotions, and coping strategies. The study seeks to highlight the need for emotional support and institutional assistance during educational change processes.

The methodology followed a quantitative, descriptive approach. A structured survey was applied to upper secondary teachers from the DGETAYCM. The questionnaire included Likert-type scales to assess perceptions regarding emotional burden, institutional support, clarity in communication, and pedagogical adaptation. The data were analyzed statistically to identify trends, correlations, and areas for improvement. Informed consent, confidentiality, and instrument validity were ensured through a pilot test.

The study's results revealed that the implementation of the Nueva Escuela Mexicana has generated a significant workload and emotional burden on upper secondary teachers. Although some institutional support is perceived, it is insufficient in meeting the real needs for accompaniment. Despite the professional commitment shown, feelings of exhaustion, uncertainty, and ambivalence toward the model persist. The study concludes that the

success of the reform depends on a comprehensive strategy that prioritizes both pedagogical training and the emotional well-being of teachers, with structures that are sensitive to the school context.

**Keywords:** Mental health, teachers, higher secondary education and NEM.

## Resumen

La implementación de las adecuaciones curriculares propuestas por la Nueva Escuela Mexicana (NEM) ha supuesto transformaciones profundas en la práctica educativa del personal docente de Educación Media Superior (EMS). Este artículo analiza cómo estos cambios han impactado la salud mental de los docentes, considerando factores como el aumento de carga laboral, incertidumbre profesional y necesidad de actualización constante. Se presentan los resultados de una investigación cualitativa con docentes de distintos subsistemas de EMS, explorando percepciones, emociones y estrategias de afrontamiento. El estudio busca visibilizar la necesidad de acompañamiento emocional y propuestas de apoyo institucional durante los procesos de cambio educativo.

La metodología se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo. Se aplicó una encuesta estructurada a docentes de educación media superiores pertenecientes a la DGETAYCM. El cuestionario incluyó escalas tipo Likert para medir la percepción sobre carga emocional, apoyo institucional, claridad en la comunicación y adecuación pedagógica. Los datos se analizaron estadísticamente para identificar tendencias, correlaciones y áreas de mejora. Se garantizó el consentimiento

informado, la confidencialidad y la validez del instrumento mediante prueba piloto.

Los resultados del estudio revelaron que la implementación de la Nueva Escuela Mexicana ha generado una fuerte sobrecarga laboral y emocional en docentes de nivel medio superior. Aunque se percibe cierto apoyo institucional, este es insuficiente frente a las necesidades reales de acompañamiento. Pese al compromiso profesional mostrado, persisten sentimientos de agotamiento, incertidumbre y ambivalencia ante el modelo. Se concluye que el éxito de la reforma depende de una estrategia integral que priorice tanto la capacitación pedagógica como el bienestar emocional del profesorado, con estructuras sensibles al contexto escolar.

**Palabras clave:** Salud mental, docentes, educación media superior y NEM.

### Introducción

La Nueva Escuela Mexicana plantea un enfoque educativo centrado en el humanismo, la equidad y la formación integral del estudiante. Para lograrlo, se han diseñado nuevas adecuaciones curriculares que transforman los contenidos, métodos de enseñanza y formas de evaluación. Aunque estas reformas buscan mejorar la calidad educativa, su implementación ha generado un impacto significativo en los docentes de Educación Media Superior, quienes enfrentan presiones para adaptarse en plazos breves, con recursos limitados y muchas veces sin el acompañamiento adecuado. En este contexto, es fundamental analizar cómo estos retos afectan su salud mental y bienestar.

La salud mental del personal docente es un factor determinante en la calidad educativa, el clima laboral y la eficacia de los procesos de enseñanza-aprendizaje. Diversas investigaciones han señalado que el entorno educativo, especialmente cuando está en constante transformación, puede impactar negativamente en el bienestar emocional del profesorado (Álvarez-García *et al.*, 2020).

Los modelos educativos que promueven un cambio curricular significativo, como ha ocurrido en México con la implementación de la Nueva Escuela Mexicana (NEM), representan un desafío complejo para los docentes de EMS. Estos cambios requieren una rápida adaptación a nuevas metodologías, tecnologías educativas y criterios de evaluación, lo que puede generar estrés laboral, ansiedad, agotamiento emocional y sentimientos de desbordamiento profesional (López-Cabarcos *et al.*, 2021; Barragán *et al.*, 2023).

La teoría del estrés laboral de Karasek (1979) es útil para comprender este fenómeno, ya que plantea que altos niveles de exigencia combinados con bajo control o poca autonomía provocan altos niveles de tensión y desgaste. En este contexto, los docentes enfrentan un aumento de la carga administrativa, ambigüedad de roles, escasa capacitación y, en algunos casos, falta de apoyo institucional, lo cual puede derivar en síntomas de agotamiento, desmotivación y desgaste profesional o burnout (Maslach & Leiter, 2016).

Asimismo, el modelo de demandas y recursos laborales (Demerouti *et al.*, 2001) destaca que cuando las demandas del trabajo superan los

recursos personales y organizacionales disponibles, el equilibrio psicoemocional del trabajador se ve comprometido. Esta situación es frecuente en procesos de transición curricular, donde los docentes deben cumplir con nuevas exigencias sin recibir el acompañamiento formativo ni emocional adecuado (Sánchez-Hernández & Arcos-Vega, 2022).

Los efectos negativos en la salud mental docente también pueden reflejarse en su desempeño profesional, relaciones interpersonales, sentido de pertenencia institucional y permanencia en el sistema educativo. Por tanto, es indispensable que los nuevos modelos pedagógicos se diseñen e implementen considerando mecanismos de apoyo emocional, capacitación continua y espacios de participación para los educadores (Organización Mundial de la Salud, 2022; INEE, 2019), la promoción del bienestar mental en el ámbito escolar no solo debe atender al estudiante, sino que debe incluir políticas que visibilicen y fortalezcan la salud psicoemocional del profesorado, garantizando condiciones laborales dignas, reconocimiento profesional y una gestión del cambio pedagógico inclusiva y gradual (UNESCO, 2021).

Por lo tanto, el objetivo general de este trabajo fue explorar y analizar el impacto que las adecuaciones curriculares de la Nueva Escuela Mexicana tienen en la salud mental del personal docente de Educación Media Superior, los objetivos específicos fueron, identificar los principales factores de estrés relacionados con la implementación de las adecuaciones curriculares, explorar las percepciones, emociones y actitudes del personal docente ante los cambios curriculares, documentar estrategias personales e

institucionales utilizadas para afrontar el impacto emocional y finalmente, proponer recomendaciones para apoyar la salud mental del personal docente durante procesos de cambio educativo.

### **Materiales y métodos**

Este estudio empleó un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo y transversal (Hernández-Sampieri *et al.*, 2014), con el objetivo de analizar la percepción docente sobre la implementación del nuevo modelo educativo bajo el enfoque de la Nueva Escuela Mexicana (NEM) en planteles de la DGETAyCM a nivel nacional. La población objetivo estuvo conformada por docentes en activo en los subsistemas CBTA 110 "Profr. Luis Córdova Reyes.<sup>en</sup> Tecamatlán, Puebla, estimando un universo aproximado de 26 docentes.

Se utilizó un muestreo probabilístico estratificado por entidad federativa y tipo de plantel, obteniéndose un tamaño mínimo de muestra de 372 docentes con base en la fórmula para poblaciones finitas (95% de confianza, 5% de error). El instrumento de recolección consistió en un cuestionario estructurado tipo Likert, validado mediante juicio de expertos y prueba piloto, el cual abordó tres dimensiones: carga emocional, apoyo institucional y percepción pedagógica (Figura 1).

La recolección de datos se realizó en línea mediante formularios digitales (el cuestionario se distribuyó **en línea** por Google Forms o Microsoft Forms), con apoyo logístico de coordinadores regionales. El análisis estadístico incluyó estadística descriptiva (medias, frecuencias, desviaciones estándar), así como pruebas inferenciales como t de Student, ANOVA y chi-cuadrada, para explorar diferencias significativas entre

grupos. Se garantizó la confidencialidad, principios éticos de la investigación anonimato y consentimiento informado social. de todos los participantes, siguiendo



Figura 1: Diagrama de la metodología. Elaboración propia.

### Resultados y discusión

La muestra analizada estuvo conformada por 25 docentes de educación media superior, adscritos en su mayoría al Centro de Bachillerato Tecnológico Agropecuario No. 110 (CBTA 110) del estado de Puebla, con un caso proveniente del CBTA 134, en Tlaxcala. La composición del grupo incluyó tanto hombres como mujeres, con rangos de edad y años de experiencia profesional diversos.

El análisis se centró en tres dimensiones fundamentales: carga laboral y emocional asociada a la implementación del nuevo modelo educativo (Nueva Escuela Mexicana), percepción del apoyo institucional recibido durante el proceso de transición, y actitudes personales frente al cambio curricular. Asimismo,

se incluyeron observaciones cualitativas que complementan la interpretación de los datos.

En cuanto a la dimensión emocional y de carga laboral, 19 de los 25 participantes (76%) reportaron sentirse sobrecargados y/o emocionalmente agotados, lo cual evidencia un nivel significativo de tensión derivado de las nuevas exigencias administrativas y pedagógicas. Pese a este contexto, se destaca que el 72% de los encuestados (18 docentes) manifestó mantener una actitud positiva hacia la transición, lo que sugiere la presencia de mecanismos personales de afrontamiento o compromiso profesional (Figura 2).

Figura 1. Análisis general de percepciones docentes frente a la NEM

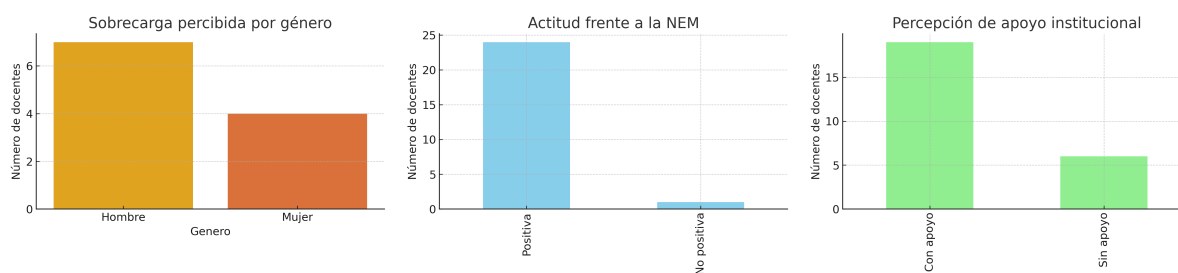


Figura 2: Análisis general de percepciones docentes frente a la NEM.

Respecto al apoyo institucional, 17 docentes (68%) afirmaron contar con respaldo por parte de sus superiores o haber tenido acceso a espacios de acompañamiento emocional o capacitación, mientras que una proporción menor, 12 docentes (48%), señaló sentirse adecuadamente orientada o preparada para aplicar las adecuaciones curriculares en su práctica cotidiana.

El análisis cualitativo de las respuestas abiertas permitió identificar una gama de emociones asociadas al proceso de cambio. Las más recurrentes fueron estrés, ansiedad, inseguridad e incertidumbre, lo cual coincide con

los hallazgos cuantitativos sobre la sobrecarga emocional. No obstante, también se identificaron expresiones con tono propositivo, tales como “innovación y mejora”, “interesante” o “receptivo y con disposición”, que evidencian la apertura de algunos docentes a resignificar la transición como una oportunidad de desarrollo profesional.

Este panorama revela una comunidad docente tensionada, pero no exenta de resiliencia, que enfrenta el desafío del nuevo modelo con una mezcla de agotamiento e iniciativa transformadora (Figura 3).

Figura 2. Análisis por años de antigüedad docente

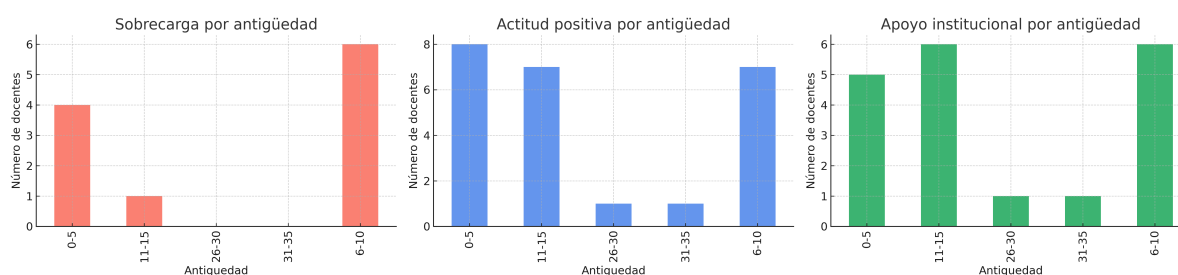


Figura 3: Análisis por años de antigüedad docente.

Los resultados obtenidos en este estudio confirman una tendencia ya documentada en investigaciones previas respecto al impacto emocional y profesional que generan los procesos de reforma educativa en el personal docente. La mayoría de los participantes manifestaron altos

niveles de **sobrecarga emocional y administrativa**, una percepción también reportada por Rodríguez y Pérez (2022), quienes concluyeron que el principal efecto inmediato de las políticas educativas recientes ha sido el aumento del estrés laboral, especialmente en planteles de educación

media superior con recursos limitados.

En este trabajo, se evidenció un **desfase entre las exigencias del nuevo modelo educativo y el acompañamiento institucional**, un fenómeno que coincide con lo descrito por Ramírez-Macías y López (2021), quienes subrayan que la implementación de la Nueva Escuela Mexicana (NEM) ha carecido de una estrategia sólida de capacitación contextualizada y continua. A pesar de que algunos docentes reportan recibir apoyo de sus directivos, este parece estar limitado a aspectos logísticos o administrativos, sin incidir directamente en el fortalecimiento de la práctica pedagógica frente a las nuevas directrices curriculares.

Asimismo, la presente investigación revela una **resistencia silenciosa pero reflexiva** por parte de algunos docentes, quienes cuestionan la pertinencia del modelo respecto a las necesidades reales del país. Esta postura crítica ha sido documentada también por Flores (2020), quien sostiene que muchos docentes experimentan un conflicto entre su experiencia profesional acumulada y la constante modificación de políticas sin consulta participativa. De hecho, la percepción de que las decisiones curriculares provienen de entornos alejados del aula es una constante que afecta el sentido de pertenencia y vocación, como también lo afirma Cano (2023) en su estudio sobre narrativa docente y reformas educativas.

No obstante, cabe destacar que una **proporción significativa de docentes en este estudio mantiene una actitud positiva frente al cambio**, identificando la transición como una oportunidad para mejorar sus prácticas. Esta dualidad entre el agotamiento institucional y la resiliencia

profesional también fue observada por Aguilar y Vargas (2021), quienes proponen que la respuesta docente a los cambios depende en gran medida del acompañamiento pedagógico recibido y de la posibilidad de generar redes colaborativas.

Por lo tanto, estos hallazgos reafirman la necesidad urgente de diseñar procesos de transformación educativa que **no solo estén sustentados en la innovación curricular, sino también en el cuidado de la salud mental docente, la capacitación situada y el respeto a la experiencia profesional**, elementos que inciden directamente en el éxito o fracaso de cualquier reforma.

### Conclusión

Los hallazgos del presente estudio permiten identificar una serie de patrones relevantes en la percepción docente ante la implementación de la Nueva Escuela Mexicana (NEM) en el nivel medio superior. En primer lugar, se constató un **consenso generalizado respecto a la sobrecarga laboral**, atribuida principalmente al aumento de las exigencias administrativas y pedagógicas vinculadas al nuevo modelo. Esta situación ha generado un desgaste emocional significativo entre los docentes, afectando su bienestar integral y su desempeño profesional.

En segundo lugar, si bien **el apoyo institucional es percibido como un elemento positivo**, este resulta insuficiente para responder a las necesidades reales de capacitación y acompañamiento durante el proceso de transición. La brecha entre las expectativas del modelo y las condiciones materiales e institucionales ha contribuido a una sensación de desamparo en parte del profesorado.

En tercer lugar, se evidenció que **una mayoría de los docentes mantiene un compromiso profesional elevado**, a pesar del contexto adverso. No obstante, esta disposición coexiste con manifestaciones de agotamiento emocional y estrés, lo que podría comprometer la sostenibilidad del cambio si no se atienden dichas afectaciones con prontitud.

Asimismo, se observó una **actitud ambivalente frente a la NEM**. Mientras algunos educadores reconocen oportunidades de mejora en su práctica pedagógica, otros expresan sentimientos de ansiedad, incertidumbre y frustración ante la falta de claridad en los lineamientos y la continuidad de los procesos de reforma educativa.

Finalmente, se concluye que **la implementación exitosa de un modelo educativo transformador exige una estrategia de acompañamiento integral**, que considere no solo la capacitación técnica y curricular, sino también el fortalecimiento del bienestar emocional del profesorado, mediante recursos adecuados, espacios de escucha activa y estructuras organizacionales sensibles al contexto escolar.

## Referencias

- [1] Aguilar, M., & Vargas, D. (2021). *Resiliencia docente y adaptación curricular en contextos de cambio*. Revista Latinoamericana de Educación, 23(2), 55–72.
- [2] Álvarez-García, D., Rodríguez, C., & González-Castro, P. (2020). Bienestar psicológico y factores asociados en docentes de secundaria. Revista de Educación, 388, 145–172. <https://doi.org/10.4438/1988-592X-RE-2020-388-456>
- [3] Cano, L. (2023). *Narrativas docentes y percepción del cambio en educación media superior: una mirada crítica al modelo NEM*. Estudios Educativos, 39(1), 31–49.
- [4] Barragán, G., Solís, M., & Contreras, L. (2023). Cambios educativos y su impacto emocional en docentes de bachillerato en México. Revista Mexicana de Investigación Educativa, 28(97), 189–213.
- [5] Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F., & Schaufeli, W. B. (2001). The job demands-resources model of burnout. Journal of Applied Psychology, 86(3), 499–512. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.86.3.499>
- [6] Flores, G. (2020). *Imposición y resistencia: el papel de los docentes ante las reformas educativas en México*. Revista Iberoamericana de Política y Educación, 15(3), 114–130.
- [7] Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación (INEE). (2019). Condiciones laborales y salud del profesorado en México. INEE.
- [8] Karasek, R. A. (1979). Job demands, job decision latitude, and mental strain: Implications for job redesign. Administrative Science Quarterly, 24(2), 285–308. <https://doi.org/10.2307/2392498>
- [9] Ramírez-Macías, A., & López, C. (2021). *Implementación de la Nueva Escuela Mexicana en bachillerato: desafíos institucionales y percepción docente*. Perfiles Educativos, 43(171), 102–123.
- [10] Rodríguez, J., & Pérez, S. (2022). *Reformas educativas y carga*

- emocional en docentes de nivel medio superior*. Revista Mexicana de Investigación Educativa, 27(94), 78–101.
- [11] López-Cabarcos, M. Á., Piñero-Chousa, J., & Vázquez-Suárez, M. J. (2021). La salud mental en el sector educativo: causas, consecuencias y estrategias de intervención. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 37(2), 93–101. <https://doi.org/10.5093/jwop2021a12>
- [12] Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). *Burnout: El precio del éxito*. Paidós.
- [13] Organización Mundial de la Salud (OMS). (2022). Salud mental en el lugar de trabajo. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-at-work>
- [14] Sánchez-Hernández, J. L., & Arcos-Vega, C. (2022). Transiciones curriculares y desgaste docente: análisis desde el modelo de recursos laborales. *Educación y Futuro*, 46, 81–102.
- [15] UNESCO. (2021). Marco de referencia para el bienestar docente. <https://unesdoc.unesco.org/>