



Una historia de **20** años y más de 46.000 razones para seguir defendiendo la Educación.



ARAGÓN



El valor de la profesión docente

Ansiedad, *burnout* y malestar emocional: el Defensor del Profesor de ANPE Aragón constata un preocupante incremento de los riesgos psicosociales en los centros educativos aragoneses

Aragón detecta un aumento de casos con sintomatología de ansiedad, depresión y agotamiento extremo entre el profesorado. El servicio alerta de que la Administración sigue sin activar medidas eficaces para frenar el deterioro emocional docente.

Zaragoza, 27 de noviembre de 2025.

El Defensor del Profesor de ANPE Aragón ha presentado hoy su balance correspondiente al curso 2024-2025, un informe que confirma un **agravamiento de los riesgos psicosociales** que afectan al profesorado de la Comunidad. La tendencia coincide con la del conjunto del Estado, pero en Aragón muestra un repunte especialmente inquietante de casos vinculados a **ansiedad, sintomatología depresiva —previa incluso a una baja médica— y síndrome de *burnout***, lo que evidencia un deterioro persistente del bienestar emocional docente.

La presidenta de ANPE Aragón y coordinadora estatal del servicio, **Teresa Hernández**, ha subrayado que *«los docentes aragoneses que contactan con el Defensor lo hacen, cada vez con mayor frecuencia, en un estado de tensión emocional sostenida, con un claro desgaste psicológico asociado a la sobrecarga, a la falta de apoyos y a un clima laboral que no termina de mejorar pese a los reiterados avisos de los últimos años»*.

Incrementan en Aragón las consultas por ansiedad y síntomas depresivos

El estudio constata un **aumento de las atenciones relacionadas con ansiedad intensa**, episodios de desregulación emocional y manifestaciones compatibles con estados depresivos, aunque sin diagnóstico clínico previo en la mayoría de casos. Para ANPE Aragón, este dato resulta especialmente relevante: el profesorado acude al Defensor **antes de solicitar una baja médica**, buscando apoyo y orientación en una fase de evidente desbordamiento.

El número de docentes que finalmente han acabado en **baja laboral** tras exponerse a estas situaciones continúa siendo significativo. Hernández recuerda que *«la carga emocional acumulada, sobre todo cuando no existen apoyos efectivos en el centro ni respuestas administrativas ágiles, termina derivando en bajas que podrían haberse evitado con una política de prevención y acompañamiento mucho más sólida»*.

El **síndrome de burnout**, que combina agotamiento extremo, desmotivación y sensación de ineficacia, aparece en un número creciente de atenciones. Los casos son, además, más complejos y prolongados, con profesores que han soportado durante meses una sucesión de conflictos, burocracia y demandas que desbordan sus posibilidades reales.

Un malestar docente estructural y sin respuestas suficientes por parte de la Administración

El informe destaca que el **malestar docente en Aragón se ha convertido en un fenómeno estructural**, sostenido en la última década y sin que se hayan adoptado medidas de profundidad capaces de revertirlo. La **sobrecarga burocrática**, la **falta de personal docente y no docente**, las **ratios elevadas**, la **atención creciente al alumnado con necesidades educativas especiales** y la continua **improvisación normativa** siguen conformando, un año más, el núcleo de los factores de tensión.

Según Hernández, *«la Administración educativa conoce desde hace tiempo esta situación, pero continúa sin activar una estrategia verdaderamente potente que mejore el contexto laboral en los centros. La prevención de riesgos psicosociales no puede seguir siendo un asunto accesorio»*.

Conflictos persistentes: familias, alumnado y desgaste acumulado

Aunque el eje central del estudio aragonés se sitúa este año en la afectación emocional, el Defensor del Profesor constata también la continuidad de los conflictos habituales:

- **Problemas con el alumnado**, especialmente faltas de respeto y dificultades para mantener el clima de aula.
- **Conflictos con familias**, incluidas presiones para modificar calificaciones y cuestionamientos directos de la labor docente.
- **Acosos o actuaciones que derivan en un desgaste prolongado**, que incrementa el estrés y contribuye a agravar los cuadros de ansiedad o burnout.

Estos conflictos, sumados a una **sensación de insuficiente apoyo institucional**, terminan configurando un escenario que potencia la aparición de problemas de salud mental.

ANPE Aragón reclama medidas urgentes

ANPE Aragón exige a la Administración educativa establecer de forma inmediata un plan integral que incluya:

- **Refuerzo real de plantillas docentes** y de personal de administración y servicios.
- **Reducción y simplificación drástica de cargas burocráticas** en todos los niveles educativos.
- **Protocolos específicos de prevención de riesgos psicosociales** con seguimiento profesional y apoyo psicológico accesible.
- **Reconocimiento de las patologías asociadas al desgaste emocional como enfermedades profesionales del profesorado.**
- **Ratios más bajas**, especialmente en etapas con alta diversidad o necesidades de apoyo.
- **Estabilidad normativa**, que permita planificar el trabajo docente sin cambios continuos que incrementan la presión.

Para Hernández, *«sin una inversión decidida y coherente es imposible mejorar el trabajo cotidiano en las aulas. El profesorado aragonés está respondiendo con enorme profesionalidad a un contexto cada vez más complejo, pero no puede hacerlo en solitario»*.