

Descanso de profesores: ¿Demasiadas vacaciones o demasiada indiferencia?

Cada verano, Chile vuelve a sospechar del descanso docente. Enero y febrero aparecen en el imaginario público como un exceso, como una concesión injustificada, como si enseñar fuera un trabajo liviano que no deja huellas en el cuerpo ni en la mente. Esta mirada, repetida con ligereza, revela algo más profundo: un país que exige resultados educativos, pero que sigue negándose a hablar seriamente del bienestar de quienes sostienen la escuela día a día.

El descanso docente no es un privilegio estacional; es una necesidad estructural. La evidencia internacional ha sido clara y persistente. La OCDE ha advertido que el estrés laboral y la sobrecarga emocional de los profesores impactan directamente en la calidad de la enseñanza, el clima escolar y la permanencia en la profesión (OCDE, 2020). Sin embargo, la política pública chilena ha preferido responder al desgaste con licencias médicas antes que con prevención y cuidado sistemático.

La paradoja es cruel: se exige a los docentes que contengan emocionalmente a estudiantes, que innoven, que evalúen, que administren conflictos sociales cada vez más complejos, mientras el sistema les niega espacios reales de recuperación. La UNESCO ha señalado que no puede haber educación de calidad sin docentes emocionalmente saludables, y que el bienestar docente debe ser un pilar central de cualquier reforma educativa seria (UNESCO, 2021). En Chile, sin embargo, este

principio sigue siendo más discurso que acción.

Autores como Rafael Bisquerra han sido categóricos: la educación emocional no puede recaer solo en la vocación individual del profesor; requiere condiciones institucionales que protejan la salud mental y emocional de quienes enseñan (Bisquerra, 2020). Cuando estas condiciones no existen, el agotamiento se normaliza y el malestar se vuelve parte del paisaje escolar. Como advierte Mercedes Yeomans, el desgaste docente no es un problema personal, sino el síntoma de un sistema que exige sin cuidar (Yeomans, 2022).

En este contexto, *Habilidades para la Vida* aparece como una política valiosa, pero incompleta. Diseñado para el bienestar socioemocional de estudiantes, deja fuera —paradójicamente— a quienes median, contienen y acompañan esos procesos todos los días: los docentes. ¿Cómo sostener el bienestar estudiantil con profesores emocionalmente exhaustos? ¿Por qué no pensar *Habilidades para la Vida* como una política nacional de bienestar docente, transversal y obligatoria, que reconozca que cuidar al profesor es cuidar la escuela?

La OEI ha insistido en que los sistemas educativos de la región deben transitar desde una lógica de control hacia una cultura del cuidado profesional docente (OEI, 2022). Chile aún no da ese paso. Prefiere discutir las vacaciones antes que asumir la deuda histórica con la salud mental de sus profesores.

Defender el descanso en enero y febrero no es romanticismo ni corporativismo. Es una posición



Juan Pablo Catalán, académico de Educación UNAB.

ética. Porque un docente que descansa no evade su responsabilidad: la renueva. Y porque una sociedad que sospecha del reposo de sus maestros difícilmente entiende que educar no es resistir, sino sostener humanidad. Mientras la política pública siga sin comprenderlo, el verano seguirá siendo el único refugio para un profesorado que ya ha dado demasiado.

CÓMO LE EXPLICO



Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl

Este espacio es una columna escrita por profesionales de la educación que comparten sus experiencias y reflexiones sobre temas relevantes para el sector.

Si tienes un tema que deseas que se trate en esta sección, puedes enviar un correo electrónico a columnav@litoralpress.cl.

Esperamos tus sugerencias y nos comprometemos a publicar tu columna en el próximo número de LITORALPRESS.

Atentamente,

Equipo de LITORALPRESS

www.litoralpress.cl