



UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA

La Universidad Católica de Loja

**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES, EDUCACIÓN Y
HUMANIDADES**

CARRERA DE PSICOLOGÍA

**Salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en
docentes de Quito-Ecuador**

Trabajo de integración curricular previo a la obtención del título de:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

Autor: Carlosama López, Valeria Nathaly.

Director: López Acevedo, Nelcy Viviana, Mgtr.

CENTRO UNIVERSITARIO QUITO

AÑO 2023



Esta versión digital, ha sido acreditada bajo la licencia Creative Commons 4.0, CC BY-NC-SA: Reconocimiento-No comercial-Compartir igual; la cual permite copiar, distribuir y comunicar públicamente la obra, mientras se reconozca la autoría original, no se utilice con fines comerciales y se permiten obras derivadas, siempre que mantenga la misma licencia al ser divulgada. <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.es>

2023

Aprobación del director del Trabajo de Integración Curricular

Quito, 25 de junio de 2023

Magister,

David Mauricio Ortega Jiménez

Director de la carrera de Psicología

Ciudad. –

De mi consideración:

Me permito comunicar que, en calidad de director del presente Trabajo de Integración Curricular denominado: Salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en docentes de Quito-Ecuador realizado por Valeria Nathaly Carlosama López del autor (a) ha sido orientado y revisado durante su ejecución, así mismo ha sido verificado a través de la herramienta de similitud académica institucional, y cuenta con un porcentaje de coincidencia aceptable. En virtud de ello, y por considerar que el mismo cumple con todos los parámetros establecidos por la Universidad, doy mi aprobación a fin de continuar con el proceso académico correspondiente.

Particular que comunico para los fines pertinentes.

Atentamente,

Director (a): Nelcy Viviana López Acevedo. Magister en psicología clínica mención en psicología de la salud

C.I.: 096064994-5

Correo electrónico: vnlopez@utpl.edu.ec

Declaración de autoría y cesión de derechos

Yo, Valeria Nathaly Carlosama López, declaro y acepto en forma expresa lo siguiente:

Ser autor (a) del Trabajo de Integración Curricular denominado: Salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en docentes de Quito-Ecuador, de la carrera de Psicología, específicamente de los contenidos comprendidos en: Marco Teórico, Diseño Metodológico, Análisis e Interpretación de resultados y discusión, Conclusión y Recomendaciones, siendo Psi. Nelcy Viviana López Mgtr., la directora del presente trabajo; también declaró que la presente investigación no vulnera derechos de terceros ni utiliza fraudulentamente obras preexistentes. Además, ratificó que las ideas, criterios, opiniones, procedimientos y resultados vertidos en el presente trabajo investigativo, son de mi exclusiva responsabilidad. Eximo expresamente a la Universidad Técnica Particular de Loja y a sus representantes legales de posibles reclamos o acciones judiciales o administrativas, con relación a la propiedad intelectual de este trabajo.

Que la presente obra, producto de mis actividades académicas y de investigación, forma parte del patrimonio de la Universidad Técnica Particular de Loja, de conformidad con el artículo 20, literal j), de la Ley Orgánica de Educación Superior; y, artículo 91, del Estatuto Orgánico de la UTPL, que establece: "Forman parte del patrimonio de la Universidad la propiedad intelectual de investigaciones, trabajos científicos o técnicos y tesis de grado que se realicen a través, o con el apoyo financiero, académico o institucional (operativo) de la Universidad", en tal virtud, cedo a favor de la Universidad Técnica Particular de Loja la titularidad de los derechos patrimoniales que me corresponden en calidad de autor/a, de forma incondicional, completa, exclusiva y por todo el tiempo de su vigencia.

La Universidad Técnica Particular de Loja queda facultada para ingresar el presente trabajo al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública, en cumplimiento del artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Autor (a): Valeria Nathaly Carlosama López

C.I.: 172176334-8

Correo electrónico: vncarlosama@utpl.edu.ec

Dedicatoria

Dedico esta tesis a mi amada mamá, eres mi mayor motivación y ejemplo a seguir, gracias por tu incansable apoyo y por alentarme a salir adelante. Tu amor incondicional ha sido el motor que me impulsa a alcanzar mis sueños.

Comparto este logro a Carlitos, por ser mi cómplice en esta travesía académica, agradezco su generosidad y dedicación para ayudarme con mis estudios. Sin usted, no habría podido continuar mi carrera con tanta determinación.

Celebro esta experiencia de vida junto a mi hermano, mi cuñada y a mi preciosa sobrina, gracias por estar siempre presentes, por brindarme amor, alegría y apoyo.

A mi persona especial, Jhosue, por tu amor, comprensión, paciencia, mi compañero en los buenos y malos momentos. Aunque ahora estés lejos, quiero agradecerte con todo mi amor y cariño por tu inquebrantable apoyo, tu ayuda ha sido fundamental. Me ayudaste hasta donde te era posible, incluso más que eso, tu presencia en mi vida ha sido un regalo.

Y no puedo olvidar a mis fieles amigos felinos, Mocca y Negro, mi mejor compañía en las noches de desvelo, gracias por la lealtad que me han demostrado, por estar a mi lado en alegrías y tristezas.

Desde lo más profundo de mi corazón, les agradezco a cada uno de ustedes infinitamente, son mi pilar, mi inspiración y mi mayor motivación. Este logro es también suyo, porque han sido parte fundamental en mi camino.

Finalmente quisiera dedicar este trabajo a la Lic. Cecilia Puente por haberme ayudado a generar los vínculos institucionales para poder alcanzar los objetivos de esta investigación, Su apoyo fue perenne durante todo el proceso de la realización de esta tesis.

Agradecimiento

Quiero expresar mi más profundo agradecimiento a las personas que han sido fundamentales en mi vida y en mi trayectoria académica. A mi mamá, a Carlitos, a Jhosue, a mi hermano, mi cuñada y mi sobrina, les agradezco de corazón por su constante apoyo, amor y comprensión. Su aliento incondicional ha sido mi fuerza motivadora y su presencia ha sido mi refugio en los momentos más difíciles. No hay palabras suficientes para expresar lo agradecida que estoy por tenerlos como mi familia.

Retribuyo de manera especial a mis docentes, cuyo conocimiento, dedicación y pasión por la enseñanza han sido una inspiración constante. Su guía y apoyo académico han sido fundamentales para mi crecimiento personal y profesional. También gratifico a mis compañeros de universidad, quienes han sido parte de un viaje compartido lleno de aprendizaje, colaboración y amistad.

Quisiera agradecer infinitamente a la Lic. Cecilia Puente y a la institución que me permitieron recolectar la información para llevar a cabo esta investigación. En especial agradecer a todas las personas que han creído en mí, me han brindado su apoyo y palabras de aliento, les doy las gracias de todo corazón

Índice de contenido

Carátula	I
Aprobación del Director del Trabajo de Integración Curricular.....	II
Declaración de autoría y cesión de derechos.....	III
Dedicatoria	V
Agradecimiento.....	VI
Resumen.....	1
Abstract	2
Introducción	3
Capítulo uno	5
Marco teórico	5
1.1 Conceptualización y etiología de las variables de salud mental	5
1.1.1 <i>Indicadores de las variables de salud mental</i>	10
1.2 Salud mental en docentes	15
1.2.1 <i>Repercusiones de las variables de la salud mental</i>	18
1.2.2 <i>Investigaciones previas en la salud mental</i>	22
1.3 Capital psicológico y satisfacción laboral en docentes	29
1.3.1 <i>Conceptualización y etiología del capital psicológico y satisfacción laboral</i> . 29	
1.3.2 <i>Importancia del capital psicológico y satisfacción laboral</i>	34
1.3.3 <i>Investigaciones previas del capital psicológico y satisfacción laboral</i>	35
Capítulo dos	37
Diseño metodológico.....	37
2.1 Objetivos.....	37
2.1.1 <i>General</i>	37
2.1.2 <i>Específicos</i>	37
2.2 Preguntas de Investigación	37
2.3 Enfoque, tipo, diseño y muestra de investigación.....	37

2.3.1	<i>Enfoque de investigación</i>	37
2.3.2	<i>Tipo de investigación</i>	38
2.3.3	<i>Diseño</i>	38
2.4	Población y muestra	38
2.4.1	<i>Muestra participante</i>	39
2.4.2	<i>Criterios de inclusión y exclusión</i>	39
2.5	Instrumentos para recolección de información	40
2.6	Procedimiento	41
2.7	Tabulación de resultados	42
	Capítulo tres	43
	Análisis e Interpretación de Resultados y Discusión	43
3.1	Análisis de resultados	43
3.2	Discusión	45
	Conclusiones	48
	Recomendaciones	49
	Justificación	50
	Referencias	51
	Apéndice	62
	Apéndice A. Solicitud a la institución	62
	Apéndice B. Formulario de consentimiento informado	62
	Apéndice C. DASS-21	66
	Apéndice D. UCLA-R	67
	Apéndice E. Escala de satisfacción laboral	70
	Apéndice F. Capital psicológico PCQ-24	71
	Apéndice G. Cuestionario sociodemográfico	72

Índice de tablas

Tabla 1. Características Sociodemográficas y Laborales	37
Tabla 2. Percepción de Salud Mental de Docentes.....	43
Tabla 3. Capital Psicológico en Docentes	44
Tabla 4. Satisfacción Laboral en Docentes	44

Índice de apéndice

Apéndice 1.....	66
Apéndice 2.....	67
Apéndice 3.....	68
Apéndice 4.....	70
Apéndice 5.....	71
Apéndice 6.....	72

Resumen

El estudio se enfocó en determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y la satisfacción laboral en docentes del sector norte de Quito durante el año 2022. Se utilizó un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, descriptivo y transversal. La muestra consistió en 50 docentes de secundaria seleccionados de manera no probabilística y casual. Entre los instrumentos utilizados se encuentra el DASS-21 mismo que evalúa la presencia e intensidad de estados afectivos de depresión, ansiedad y estrés, el cuestionario PCQ-24 que evalúa el capital psicológico y la satisfacción laboral, y el cuestionario AD HOC para recopilar datos sociodemográficos y laborales. Los datos fueron analizados utilizando SPSS. Los resultados refieren que los docentes experimentaron niveles leves de estrés (92.0%), ansiedad (76.0%) y depresión (92.0%). Además, puntuaron en los componentes de eficacia (32.26), esperanza (34.38), resiliencia (33.78) y optimismo (31.44), respectivamente. Respecto a la satisfacción laboral, los docentes obtuvieron para la satisfacción intrínseca (34.34), para la satisfacción extrínseca (33.90) y para la satisfacción general (68.24), lo que indica que experimentan recompensas tanto internas como externas en su trabajo.

Palabras clave: Salud Mental, Capital Psicológico, Satisfacción Laboral, Docencia

Abstract

The study aimed to determine the prevalence of mental health, psychological capital, and job satisfaction among teachers in the northern sector of Quito during the year 2022. A quantitative approach was used, employing a non-experimental, descriptive, and cross-sectional design. The sample consisted of 50 high school teachers selected through non-probabilistic and casual sampling. Among the instruments used was the DASS-21, which assesses the presence and intensity of affective states such as depression, anxiety, and stress. The PCQ-24 questionnaire was used to evaluate psychological capital and job satisfaction, while the AD HOC questionnaire collected sociodemographic and employment data. The data were analyzed using SPSS. The results indicated that the teachers experienced mild levels of stress (92.0%), anxiety (76.0%), and depression (92.0%). In terms of psychological capital, they scored on the components of efficacy (32.26), hope (34.38), resilience (33.78), and optimism (31.44), respectively. Regarding job satisfaction, the teachers obtained scores of (34.34) for intrinsic satisfaction, (33.90) for extrinsic satisfaction, and (68.24) for overall satisfaction, indicating that they experience both internal and external rewards in their work.

Keywords: Mental Health, Psychological Capital, Job Satisfaction, Teaching

Introducción

La presente investigación se centró en explorar la salud mental, el capital psicológico y la satisfacción laboral en docentes de una institución secundaria del sector norte de Quito - Ecuador, el estudio se llevó a cabo con el objetivo de comprender la prevalencia de estas variables y sus posibles interrelaciones en este grupo específico de profesionales de la educación debido a que, en el pasado, la salud mental de los docentes ha sido objeto de preocupación psicológica por los desafíos y demandas inherentes a su labor, así como a factores relacionados con el entorno de trabajo como la presión académica, la eficacia, la esperanza, la resiliencia, el optimismo y la satisfacción laboral de los docentes como aspectos cruciales que puede influir en el rendimiento, motivación y compromiso con la profesión.

A pesar de la importancia de estos factores en el ámbito docente, existe una necesidad de investigar más a fondo las variables psicológicas que puedan influir en el desempeño del rol profesional, considerando las particularidades de los participantes y su entorno laboral. Debido a que la literatura en el Ecuador aún no está lo suficientemente madura respecto a estas variables, se abordaron antecedentes generales sobre la salud mental, centrándose en los trastornos de ansiedad, depresión y estrés en población docente. Llegando a encontrar que, la pandemia de COVID-19 ha tenido un impacto significativo en la salud mental (Bassani y Messias, 2020), aumentando la prevalencia de estos trastornos en personal docente de diversos niveles de educación (Brianna et al., 2022). No obstante, se encontró que, estos trastornos afectan a diferentes grupos de población, especialmente a las docentes mujeres, siendo Brasil, el país que lidera en casos de ansiedad y depresión en América Latina, debido a las condiciones laborales y los cambios en la educación (Matute et al., 2020). Por ejemplo, en Ecuador se registró que, la virtualidad supuso un aumento significativo de los niveles de estrés debido a la complejidad de los sistemas informáticos a los que tuvieron que adaptarse de golpe (Cid et al., 2020).

Con relación al contenido de la investigación, la estructura del trabajo, consta de varios capítulos. En el capítulo uno de este trabajo de investigación, se abordó el marco teórico con la conceptualización de las variables de salud mental, así como su relación con la docencia.

A la vez, se analizaron las repercusiones y se revisaron investigaciones previas sobre ansiedad, depresión y estrés en docentes. Además, se abordó teóricamente al capital psicológico y la satisfacción laboral. Mientras que, en el capítulo dos se describió el diseño metodológico utilizado en este estudio, incluyendo el objetivo general y los objetivos específicos, las preguntas de investigación, el enfoque, tipo, diseño de investigación, así como la población y muestra seleccionada. Se detallaron los instrumentos utilizados para la recolección de información y se describió el procedimiento. Igualmente, se presentó la tabulación de resultados. Posteriormente, el capítulo tres se dedicó al análisis e interpretación de los resultados y a su posterior discusión. Se examinaron los hallazgos encontrados con relación a la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y la satisfacción laboral en docentes, se discutieron los actuales resultados en el contexto de investigaciones previas, se realizaron las conclusiones y recomendaciones.

Hay que mencionar, la relevancia de este trabajo de investigación, radica en su contribución al conocimiento sobre la salud mental, el capital psicológico y la satisfacción laboral en docentes del sector norte de Quito, debido a las implicaciones sociales que significaría. En primer lugar, al evidenciar los niveles de salud mental, el capital psicológico y la satisfacción laboral en docentes se conocería un poco la realidad de esta población y por lo cual se podrán implementar estrategias según sus demandas y necesidades laborales y psicológicas. En segundo lugar, se alcanzaría una mejor calidad de vida para todos los actores involucrados en el sistema educativo donde se implementen cambios respecto a sus niveles de salud mental.

Respecto al proceso de investigación se alcanzaron los objetivos planteados en este estudio debido a la metodología seleccionada y a los análisis estadísticos apropiados para evaluar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y la satisfacción laboral en los docentes. Sin embargo, se encontraron limitaciones debido a la disponibilidad y accesibilidad limitada de la literatura científica local respecto a las variables de satisfacción laboral docente, lo que pudo afectar la exhaustividad de la revisión.

Capítulo uno

Marco Teórico

1.1 Conceptualización y etiología de las variables de salud mental

En cuanto a la historia de la salud mental, muchas culturas han visto la enfermedad mental como una forma de castigo religioso, en los antiguos escritos egipcios, indios, griegos y romanos, se clasificaba como un problema religioso o personal (Knapp et al., 2017). Durante la Edad Media, se creía que los enfermos mentales estaban poseídos o necesitaban ayuda religiosa. Las actitudes negativas hacia las enfermedades mentales persistieron hasta el siglo XVIII en los Estados Unidos, lo que llevó a la estigmatización de las enfermedades mentales y al confinamiento antihigiénico de los individuos que las padecían (Martínez et al., 2016). Por su parte, Giorgi et al. (2017) mencionan los avances logrados por las presiones realizadas en el año 1840 por la activista Dorothea Dix quien exigía mejores condiciones de vida para los enfermos mentales después ya que había presenciado las condiciones peligrosas e insalubres en las que vivían muchos pacientes, convenciendo al gobierno de los EE. UU. para que financiara la construcción de 32 hospitales psiquiátricos estatales.

Con respecto al modelo institucional de atención hospitalaria, en el que muchos pacientes vivían en hospitales y eran atendidos por personal profesional, se consideró la forma más eficaz de atención a los enfermos mentales. Aunque, a mediados del año de 1950, comenzó en muchos países un impulso para la desinstitutionalización y el tratamiento ambulatorio, facilitado por el desarrollo de una variedad de medicamentos antipsicóticos. Los esfuerzos han reflejado un movimiento mayoritariamente internacional para reformar el sistema de atención de salud mental y avanzar hacia una atención orientada a la comunidad, basada en la creencia de que los pacientes psiquiátricos tendrían una mejor calidad de vida si fueran tratados en sus comunidades en lugar de en hospitales psiquiátricos grandes, indiferenciados y aislados (Prins, 2017). Por otro lado, los grandes hospitales psiquiátricos para pacientes hospitalizados son un elemento fijo en ciertos países, particularmente en Europa Central y del Este, aunque el movimiento de desinstitutionalización se ha

generalizado, cambiando drásticamente la naturaleza de la atención psiquiátrica moderna. Donde se aprobaron normas estrictas para que solo las personas que representaran un peligro inminente para sí mismas o para otra persona pudieran ser internadas en hospitales psiquiátricos estatales, en lugar de atención institucionalizada, la atención de salud mental basada en la comunidad se desarrolló para incluir una variedad de instalaciones de tratamiento, desde centros comunitarios de salud mental y casas residenciales supervisadas más pequeñas hasta equipos psiquiátricos basados en la comunidad (Martínez et al., 2016).

Sin embargo, a pesar de que el debate sobre la desinstitucionalización continúa, muchos profesionales de la salud, familias y defensores de los enfermos mentales han pedido una combinación de más programas de tratamiento comunitario de alta calidad y una mayor disponibilidad de atención psiquiátrica a mediano y largo plazo para pacientes hospitalizados que necesitan un entorno de atención más estructurado, muchos expertos esperan que al mejorar los programas comunitarios y ampliar la atención hospitalaria para satisfacer las necesidades de los pacientes con enfermedades mentales graves, que permita lograr mejores resultados de tratamiento, mayor acceso a servicios de salud mental, cuidado de la salud y una mejor calidad de vida para estos enfermos (Knapp et al., 2017).

Por otra parte, la Organización Mundial de la Salud [OMS] (2022) define a la salud mental como un estado de bienestar por medio del cual cada ser humano es capaz de desarrollar su potencial, puede confrontar las tensiones de la vida, laborar fructífera y productivamente, aportando algo a la comunidad donde vive. Además, define el apoyo psicosocial y en materia de salud mental como todo apoyo externo o local cuyo propósito es promover o proteger el bienestar psicológico y social para la prevención o tratamiento de los trastornos de salud mental. No obstante, el concepto de salud mental no se define únicamente como la ausencia de alguna patología psicológica, sino a que cada individuo puede darse cuenta de su propio potencial, manejar el estrés normal de la vida diaria, funcionar de manera productiva y contribuir a su comunidad (OMS, 2017).

Los factores que influyen en la salud mental de un individuo pueden tener diversos orígenes, desde sobrecarga y presión laboral, perder un trabajo importante, perder a alguien cercano, entre otros (Mehul y Benedict, 2022). De igual modo, esta definición incluye el bienestar del ser humano en los ámbitos a nivel psicológico y emocional donde todas las capacidades cognitivas de la persona puedan desarrollarse como también desenvolverse con total libertad dentro de los parámetros normales que nos exige la sociedad (Brianna et al., 2022). Así mismo Jenkins, indica que la salud mental es algo más que la ausencia de síntomas o angustia, debe referirse a la existencia de una sensación positiva, de bienestar y la capacidad de creer en nuestro propio valor, dignidad y el valor de las demás personas (Jenkins, 2021).

Además, existen factores que afectan la salud mental e impiden que las personas se puedan desenvolver de manera adecuada en diferentes ámbitos, como el familiar, el laboral entre otras (Bairero, 2017). De acuerdo con Franco y Sánchez (2021), existen estados que afectan a la salud mental de cualquier individuo, tales como sentimientos de tristeza, ansiedad y estrés. En el contexto laboral, existen varios factores que pueden desencadenar niveles de malestar psicológico en los empleados, por algunas causas como la pérdida de empleo, malas condiciones de trabajo o incluso sobrecarga horaria. Dichos factores que afectan la salud mental son denominados los trastornos mentales más frecuentes en esta población como lo son la depresión, ansiedad, estrés, etc., estimándose que alrededor del 20% de los trabajadores presentan síntomas de estas patologías (Zelalem et al., 2021).

Con relación a la prevalencia a nivel mundial, el 15% de los adultos que aún se encuentran laborando viven con un trastorno mental y otras condiciones de salud mental a raíz de las condiciones laborales, presentando diferentes dificultades y niveles de angustia. También se evidencia que estas personas no cuentan con estructuras efectivas y apoyo en sus puestos de trabajo, dichas condiciones de trabajo afectan su de salud mental en general, la autoconfianza, el disfrute del trabajo, la capacidad para trabajar y la posibilidad de obtener un mejor empleo (OMS, 2022).

Por otro lado, se puede definir a la salud mental como un estado dinámico de equilibrio interno que permite a las personas utilizar sus capacidades en armonía con los valores universales de la sociedad. Habilidades cognitivas y sociales básicas; capacidad para reconocer, expresar y modular las propias emociones, así como empatizar con los demás; flexibilidad y capacidad para hacer frente a eventos adversos de la vida y funcionar en roles sociales; la relación armoniosa entre el cuerpo y la mente representan componentes importantes de la salud mental que contribuyen, en diversos grados, al estado de equilibrio interno (Galderisi et al., 2015). De la misma forma, es importante tomar en consideración que algunos autores han relacionado a la salud mental con los trastornos de ansiedad, depresión, y estrés, entre otros, de este modo, la hipótesis de que las exposiciones a estos factores juegan un papel clave en el desarrollo de las personas. Por ello, muchos estudios han tratado de identificar la relación de estos factores con la salud mental (Ding y Niu, 2020).

Es conveniente destacar que algunos de los componentes importantes de la salud mental son las destrezas cognitivas y sociales básicas ya que tienen un gran impacto en todos los aspectos de la vida cotidiana de las personas ayudando a su efectivo desenvolvimiento en el entorno. En cuanto a las destrezas cognitivas incluyen la capacidad de prestar atención, recordar y organizar información, resolver problemas y tomar decisiones; por otro lado, las destrezas sociales implican la capacidad de usar el propio repertorio de pericias verbales y no verbales para comunicarse e interactuar con los demás (Cao et al., 2022).

De la misma forma, la regulación emocional, se considera un componente importante de la salud mental, debido a que actúa como un mediador del ajuste al estrés (Zhang, et al., 2020). Mientras que, la flexibilidad y la capacidad para hacer frente a los eventos adversos también se consideran importantes para el mantenimiento de la salud mental (Cao et al., 2022). Por otro lado, la capacidad básica para funcionar en roles sociales y participar en interacciones sociales significativas es un aspecto importante de la salud mental y contribuye particularmente a la resiliencia frente a la angustia; sin embargo, la exclusión social y la estigmatización a menudo perjudican la participación social (Qiu, 2021).

Así mismo, la relación entre mente, cuerpo y el entorno repercute en la percepción que el individuo sienta, esta experiencia puede clasificarla como satisfactoria o no satisfactoria (Fidelis, 2016). Por consiguiente, las perturbaciones de esta interacción pueden dar lugar a experiencias psicóticas, trastornos alimentarios, autolesiones, trastorno dismórfico corporal o mala salud física (Chen et al., 2021).

Sin embargo, en la última década se ha visto una proliferación de investigaciones sobre las enfermedades mentales, pero la falta de consistencia y claridad tanto en la conceptualización como en la medición de ellas ha limitado la acumulación de conocimientos científicos (Demir, 2018). Además, se puede señalar que el bienestar mental es un factor psicológico que se ve reflejado en el comportamiento, ya que afecta al desarrollo normal de una persona. Por otra parte, puede estar asociado con funciones del cerebro o del sistema nervioso. Cabe destacar que, los problemas de salud mental como la depresión, ansiedad, estrés, etc. surgen en la infancia o al menos en la adolescencia, inclusive en los primeros años de la edad adulta. (Pillay, 2018).

Es decir que, la conceptualización y etiología de las variables de salud mental han evolucionado a lo largo de la historia, superando antiguas creencias religiosas y actitudes negativas hacia las enfermedades mentales. En el pasado, se consideraba la enfermedad mental como un castigo religioso o una posesión demoníaca, lo que llevaba al confinamiento y la estigmatización de los afectados. Sin embargo, a partir del siglo XVIII y gracias a los esfuerzos de activistas como Dorothea Dix, se lograron avances en el trato y las condiciones de vida de los enfermos mentales, promoviendo la construcción de hospitales psiquiátricos estatales.

En definitiva, una buena salud mental motiva a las personas a rendir al máximo, aumentando el bienestar subjetivo, la autoeficacia, la autonomía y la autorrealización. Además, el bienestar personal indica un enfoque en la capacidad de uno para hacer frente a las tensiones normales de la vida, ser productivo y contribuir a la sociedad.

1.1.1 Indicadores de las variables de salud mental

Ansiedad

Según la OMS (2022), la ansiedad puede definirse como aprensión, tensión o malestar que surge de la anticipación de un peligro, que puede ser interno o externo. Aunque algunas definiciones distinguen entre el miedo como una reacción emocional a una amenaza real y conscientemente reconocida y la ansiedad como una respuesta de miedo cuando la realidad no justifica tal respuesta, es importante recordar que las manifestaciones de ansiedad y miedo en el cuerpo son los mismos.

Se estima que entre el 2% y el 4% de la población mundial tiene síntomas relacionados con algún trastorno de ansiedad. Por otro lado, la ansiedad se define como un estado emocional de expectativa ante la posibilidad de que suceda algo malo, considerándose un trastorno cuando sus niveles son excesivos o persisten durante un período prolongado. Adicionalmente, son varios los factores que pueden desencadenar la ansiedad, desde desequilibrios químicos cerebrales, características de personalidad, vulnerabilidad genética, además de eventos traumáticos (Peng et al., 2018).

Así mismo, se caracteriza por una respuesta emocional, positiva o negativa a un estímulo de diferentes fuentes, tales como ambientales, sociales o psicológicos, con diferente intensidad en cada individuo, así como su respuesta a la ansiedad (Corcione, 2016). Por lo tanto, la ansiedad es un subproducto de una emoción que surge de la suma de todos los estímulos percibidos por un individuo, totalmente variable y ajustable a las disposiciones emocionales, autocontrol, motivaciones, al autoconocimiento y, en definitiva, al condicionamiento de la conducta humana (Sepúlveda et al., 2018).

De igual modo, todos los trastornos de ansiedad implican miedo, preocupación y conductas de evitación o corrección. Los trastornos de ansiedad son comunes en jóvenes y adultos. Además, sus síntomas tienden a cambiar durante la niñez, pero los niños suelen permanecer ansiosos de una forma u otra cuando son adultos. Cabe indicar que, la ansiedad

posiblemente se vuelve más estable con la edad, particularmente desde la adolescencia hasta la edad adulta (Giorgi et al., 2017). A la par, los trastornos de ansiedad con frecuencia comienzan entre los 20 y los 30 años y pueden ser desencadenados por eventos traumáticos en la vida del individuo o los individuos.

El curso a menudo se caracteriza por una cierta cronicidad que se manifiesta en síntomas residuales y deterioro leve en los roles sociales incluso después de muchos años y tiende a complicarse (Pappa et al., 2020). Se puede señalar que, la ansiedad provoca una sensación de aprensión difusa y desagradable, a veces acompañada de síntomas autonómicos como dolor de cabeza, transpiración, palpitaciones, entre otros. En un nivel leve, es una señal de advertencia, permite al individuo tomar medidas para hacer frente a la amenaza interna o externa y tiene una función adaptativa. Si se agrava, puede afectar el pensamiento, la memoria y la percepción, produciendo confusión mental y cambios sociales, comprometiendo las relaciones y el desempeño (Bassani y Messias, 2022).

De la misma forma, esta variable se ha caracterizado también como un síndrome producto de una alteración clínicamente significativa en la cognición, la regulación emocional o el comportamiento de un individuo que refleja una disfunción en los procesos psicológicos, biológicos o de desarrollo subyacentes al funcionamiento mental (Zelalem et al., 2021). De ahí que, en esta perspectiva, la ansiedad es consecuencia de circuitos cerebrales anormales, neurotransmisores, genes y/u otras anomalías biológicas. Por tal motivo, se supone que las intervenciones farmacológicas y/o psicológicas pueden ser tratamientos efectivos para corregir dichas condiciones patológicas (García et al., 2022).

De acuerdo con los datos de la OMS (2017) la prevalencia mundial del trastorno de ansiedad es del 4%, siendo más frecuentes en las mujeres que en los hombres 5% frente a 3% mundialmente. Alcanzando porcentajes mayores en el continente americano llegando al 6% de la población. Con respecto al contexto ecuatoriano, los datos indican una prevalencia de ansiedad de 9% en la población. De igual modo, el número total considerado de individuos a vivir con ansiedad a nivel mundial es de 264 millones. Reflejando un incremento del 15%

en el 2015 desde el 2005, como consecuencia del envejecimiento y aumento poblacional (OMS, 2018). Por otra parte, a nivel mundial, se estima que sufren de trastorno de ansiedad: 23% del Territorio de Asia Sudoriental, 21% en la región de las Américas, 20% en las zonas del Pacífico Occidental, 14% de la Región Europea, 12% en el Mediterráneo y 10% de África.

Por su parte, Oliveira y Cobucci (2020) manifiestan que la prevalencia mundial de ansiedad durante la pandemia del COVID-19 fue del 35%. Es decir que, los autores identificaron mayor riesgo de ansiedad en mujeres en comparación con hombres y en docentes. Por lo tanto, se puede decir que, existe la necesidad de medidas encaminadas a su prevención, así como la provisión de un tratamiento temprano y adecuado a aquellos con ansiedad moderada y severa.

Por tanto, podemos decir que, la ansiedad es una sensación de nerviosismo, preocupación o malestar que forma parte de la experiencia humana normal y se cree que afectan aproximadamente al 15% de los adultos. Debido a la presencia de esta afectación, los individuos sienten temor en situaciones en las que otros pueden estar analizándolos, evaluándolos o juzgándolos,

Depresión

Con respecto a la depresión, la OMS (2017) menciona que esta constituye un trastorno de salud mental común, que afecta aproximadamente al 5% de los adultos en todo el mundo. Se presenta impactando a los estados de ánimo dando como resultado una mezcla entre tristeza y la falta de interés en las actividades que antes realizaban. Así mismo puede reducir el apetito y el dormir empeorando aún más la salud tanto fisiológica como mental, lo que acompaña a la depresión es la incapacidad para concentrarse y constante fatiga. Además, sus efectos pueden ser repetitivos o duraderos, y pueden afectar significativamente la capacidad de la persona que lo padece evitando así llevar una vida plena. Fundamentalmente, es una alteración de las emociones que afectan a la vida de un individuo. Sobre todo, este término abarca muchas formas diferentes de trastornos afectivos o del

estado de ánimo. Pero, todos ellos comparten ciertas características. Sin embargo, la depresión unipolar o depresión mayor se manifiesta únicamente por síntomas depresivos, mientras que la bipolar representa la presencia de alguna manía (Coryell, 2022).

Por otra parte, los médicos han descrito durante mucho tiempo una relación entre los acontecimientos de la vida y la aparición de la depresión. Varios estudios encontraron evidencia de una relación entre los eventos estresantes de la vida y la aparición de esta. Así pues, un estudio informó que los eventos que involucran pérdidas, como el divorcio o la muerte, están asociados con estados depresivos del individuo. Celine et al. (2019) han informado índices elevados entre pacientes con varias enfermedades médicas generales; estas incluyen, cardiovasculares, SIDA, trastornos respiratorios, cáncer y varias afecciones neurológicas como el Parkinson, enfermedades cerebrovasculares. De acuerdo con la OMS (2022), la depresión sigue ocupando la posición principal entre los trastornos mentales, siendo dos veces más habituales en el sexo femenino que en el masculino. Encontrándose que, sufren depresión durante el embarazo en países industrializados del 10 y 15% de las mujeres y en los países en desarrollo entre 20 y 40% de las mujeres (Ashok, 2016).

Es importante resaltar, que la depresión origina angustia mental, afectando la capacidad de los individuos para realizar las labores periódicas más simples y en el peor de los casos, puede ocasionar el suicidio (Zelalem et al., 2021). De acuerdo con la OMS (2022), en el mundo viven más de 300 millones de individuos con depresión; esta afecta en mayor medida a personas de 60 a 64 años de edad, y es la segunda causa de muerte entre los jóvenes de 15 a 29 años de edad. Cabe destacar, que existen tratamientos farmacológicos y psicológicos para este trastorno.

Aunque, en los países de bajos y medianos ingresos los servicios para la asistencia y el tratamiento de individuos depresivos siguen siendo inexistentes o deficientes. Se estima que, más del 75% de las personas en estos países con trastornos de salud mental no reciben ningún tipo de tratamiento (OMS, 2022). Por otra parte, en Ecuador la depresión afecta en gran medida a las mujeres. Según el Ministerio de Salud Pública [MSP] (2022) se registra

que, en las atenciones ambulatorias, el número de casos de las féminas es significativamente mayor al de los varones. En el 2015 hubo 50.379 personas con diagnóstico presuntivo y definitivo por depresión; entre los cuales el 36.631 fueron mujeres y 13.748 hombres.

Esto quiere decir que, la depresión es una enfermedad común y grave que afecta negativamente la manera de sentir, pensar y actuar en todos los ámbitos de la vida, incluidas las relaciones familiares, de amistad y las comunitarias, y puede disminuir la capacidad para funcionar en el trabajo y en el hogar.

Estrés

En cuanto al estrés, la OMS (2022) lo define como una serie de reacciones fisiológicas capaces de preparar el cuerpo para la acción. Se trata de un sistema de alerta biológico preciso para la supervivencia del individuo (Brandon, 2020). Cualquier circunstancia que se presente en la vida de una persona, como cambio laboral o de residencia, presentarse a una entrevista, hablar en público, puede originar estrés. No obstante, dependerá también del estado psíquico y físico de cada persona. Por su parte Redolar (2019), lo define como un proceso de tensión física o emocional en el que se involucran pensamientos, sentimientos y sensaciones al cual el cuerpo reacciona ante desafíos o demandas de las actividades de la vida cotidiana, que inciden en el desenvolvimiento y acciones que realiza cada persona.

Por tanto, el inconveniente surge cuando la presión sobre el individuo se mantiene y este entra en un estado de resistencia. Cuando circunstancias diversas, como la sobrecarga laboral, las presiones sociales o económicas, o un entorno competitivo, se distinguen insensiblemente como una amenaza, se empieza a tener una sensación de incomodidad, que cuando se mantiene en el tiempo, puede llegar a un estado de agotamiento, con posibles alteraciones orgánicas y funcionales (Cao et al., 2022). Por otra parte, algunos estudios han demostrado que incluso varios eventos de estrés pueden provocar cambios biológicos secundarios en las estructuras cerebrales, de ahí que, el estrés es un sentimiento de tensión física o emocional. Es decir, puede provocar sentimientos de frustración, ira o nerviosismo,

logrando la reacción de su cuerpo a un desafío o demanda. Ahora bien, esta tensión se puede dar en pequeños episodios estresantes que pueden ser positivos, como cuando le ayuda a evitar el peligro o amenaza. Sin embargo, cuando dura mucho tiempo, puede dañar la salud del individuo (Salguero, 2020).

Se puede señalar que, el estrés es la respuesta del cuerpo a la presión. Muchas situaciones diferentes o eventos de la vida pueden causarlo, a menudo se desencadenan cuando se experimenta algo nuevo o inesperado que amenaza el sentido de identidad o cuando se percibe poco control sobre una situación. Al final, la capacidad para hacer frente a las amenazas puede depender de la genética, eventos tempranos de la vida, personalidad, circunstancias sociales y económicas. Así pues, cuando el individuo se encuentra estresado, su cuerpo produce hormonas que desencadenan una respuesta de lucha o huida y activan el sistema inmunológico (Stress, s.f.). A nivel mundial la prevalencia del estrés fue del 40% fundamentalmente en las personas adultas, siendo las más afectadas las mujeres con niños, unido a la ira, la tristeza y la preocupación. Además, se encontró que con la pandemia del COVID-19 alrededor de 190 millones de individuos experimentaron un estrés significativo más que en años anteriores (LaMotte, 2021).

En resumen, se puede concluir mencionando que, el estrés es una respuesta natural del cuerpo ante situaciones que se perciben como desafiantes o amenazantes. Conjuntamente puede tener diversas consecuencias en la salud física y mental. Puede afectar el sistema inmunológico, aumentar el riesgo de enfermedades cardiovasculares, causar trastornos del sueño, disminuir la concentración y el rendimiento, y contribuir al desarrollo de trastornos de ansiedad y depresión. Finalmente, es importante considerar cada uno de los diferentes tipos de estrés que existen, puesto que, cada uno de ellos maneja sus propias características y consecuencias.

1.2 Salud mental en docentes

En cuanto a la salud mental, se menciona que influye sobre el pensamiento, la percepción y la conciencia del individuo sobre sí mismo, los demás y el mundo. Además, puede

derivar en trastornos mentales como la psicosis, los trastornos bipolares y en un grado menor, aunque significativo, en la ansiedad, el estado de ánimo, la alimentación y otros trastornos como, depresión y estrés (Lozano, 2020).

Por otro lado, los psiquiatras, psicólogos y profesionales afines han aprendido mucho sobre los factores de riesgo y protección relacionados con la salud mental que se podría acarrear a enfermedades mentales, mismas que traen como consecuencia costos médicos más altos, mayores necesidades, autocuidado y adherencia deficientes a los regímenes médicos, por lo tanto, una mayor morbilidad y mortalidad por enfermedades médicas (Kanapathy et al., 2016).

Adicionalmente, las actividades que desempeñan los docentes son un factor que puede vulnerar los estados de bienestar, por lo que la docencia se ha catalogado como uno de los trabajos más estresantes (Guerrero et al., 2018). Recientemente se ha encontrado que la transición al aprendizaje en línea, los debates sobre la reapertura y las preocupaciones de seguridad individual están empeorando la salud mental de los maestros (Mental Health, 2022).

Según Miller y Wiltse (1979) un profesional de la educación con problemas de salud mental puede tener un efecto perjudicial sobre los estudiantes a su cargo. Por lo que es importante que se tomen medidas para ayudar a los docentes con problemas emocionales. Como indica Bairero (2017), no siempre es una tarea fácil, pero es necesaria para que el ambiente de enseñanza-aprendizaje sea positivo. Los directivos escolares, los programas de preparación didáctica, los compañeros docentes y el autoanálisis deben desempeñar un papel importante en la salud mental. Aunque a menudo se siente como un tema incómodo con el que lidiar, todos los educadores deben ser cada vez más conscientes del problema y estar dispuestos a trabajar para mejorar su salud emocional.

Así pues, las instituciones educativas representan un ambiente de trabajo que, por sus condiciones, requieren que los docentes enfrenten situaciones complejas con alta

participación, dichas demandas están marcadas por la carga de trabajo, la falta de apoyo social e institucional y dificultades de gestión del aula. Al estrés ya experimentado por maestros, se agregó un nuevo factor, la pandemia mundial de COVID-19, después de lo cual en toda la enseñanza el personal tuvo que adaptarse rápidamente para brindar acceso a materiales educativos en línea para los estudiantes y tomar medidas para prevenir la propagación de la enfermedad en el aula (Pacheco et al., 2019). Por consiguiente, los maestros han informado altos niveles de estrés y extenuación que conducen al síndrome de agotamiento, caracterizado por un conjunto de síntomas y signos como respuesta al estrés, con elevadas consecuencias sobre la salud, el bienestar psicológico y físico del individuo. Provocando efectos como el abandono del trabajo, aumento del ausentismo laboral y deterioro del desempeño (Muñoz et al., 2020).

En lo que respecta a los síntomas físicos, cabe mencionar al dolor de cabeza, mialgia e hipertensión. Por otro lado, en los síntomas conductuales se encuentran el déficit de atención, la agresividad, la inflexibilidad, la rigidez, la incapacidad para relacionarse con los demás, y el aislamiento. Adicionalmente, como parte de los síntomas emocionales están la irritabilidad, ansiedad, desorientación, impaciencia y hostilidad. Finalmente, existen síntomas cognitivos, como baja autoestima, bajo rendimiento en el trabajo, fracaso profesional, etc. (White et al., 2018). En consecuencia, dicho desgaste dificulta la consecución de objetivos, disminuyendolos sentimientos de autoeficacia en los docentes y con el tiempo se da a lugar al síndrome de agotamiento.

Sin embargo, a pesar de las consecuencias psicológicas negativas de la excesiva carga de trabajo a la que están sometidos los educadores y las consecuencias que genera y ha generado el COVID-19, existen una serie de mecanismos psicológicos internos que facilitan la adaptación y superación del individuo ante las posibles vicisitudes que surgen, entre los que se encuentra la inteligencia emocional, la cual juega un papel fundamental en la convivencia escolar, el nivel del profesor y su capacidad para controlar las emociones en el aula (Silva et al., 2020). Dicho de otra manera, al poner a los docentes en la primera línea

del sistema educativo, el Estado debe considerar su salud física, mental, bienestar social y psicológico (Bairero, 2017). Por otro lado, los maestros a menudo se enfocan en cuidar y apoyar a los demás, pero sin priorizar su bienestar, así sus niveles de estrés no desaparecerán. De esta manera, la salud mental no solo es importante para los docentes, sino también para la estabilidad de las escuelas y el rendimiento de los estudiantes (García et al., 2022).

En definitiva, tener una buena salud mental garantiza un óptimo desempeño en el ámbito laboral y personal de los docentes. Lo que les permitiría transmitir a los estudiantes el bienestar académico necesario para un aprendizaje adecuado. Adicionalmente, la salud mental juega un papel fundamental para el desarrollo personal y profesional de los educadores. Finalmente, cabe indicar que la docencia durante la pandemia COVID-19 tuvo que adaptarse casi instantáneamente a una realidad para la que nadie estaba preparado.

1.2.1 Repercusiones de las variables de la salud mental

Ansiedad

Con respecto a la ansiedad, se puede mencionar que son trastornos que difieren de los sentimientos normales de nerviosismo e implican miedo o ansiedad excesivos. Son los más comunes de los trastornos mentales y afectan a casi el 30% de los adultos en algún momento de sus vidas. Sin embargo, son tratables y hay varios tratamientos efectivos disponibles. El tratamiento ayuda a la mayoría de las personas a llevar una vida productiva normal (Bassani y Messias, 2020).

En cuanto a las investigaciones sobre la ansiedad se ha determinado que muchas personas que luchan en contra la ansiedad, pueden tener problemas de salud. En estas situaciones el cuerpo puede liberar grandes cantidades de hormonas como el cortisol y la norepinefrina cuando se siente ansioso. La liberación prolongada y frecuente de estas hormonas puede provocar graves problemas de salud si no se trata (Rossy, 2019).

Los síntomas psicológicos son: miedo a la evaluación negativa de los demás;

pensamientos, imágenes mentales o recuerdos aterradores, percepción de irrealidad o desapego, poca concentración, confusión, distracción, hipervigilancia ante la amenaza y mala memoria. Los síntomas fisiológicos son: aumento del ritmo cardíaco, palpitaciones, dificultad para respirar, respiración rápida, dolor o presión en el pecho, sudoración, náuseas, hormigueo o entumecimiento en brazos y piernas; debilidad, músculos tensos y boca seca. Los síntomas conductuales son: evitación situaciones de amenaza; huida, inquietud, agitación y dificultad para hablar (Chand et al., 2022).

Adicionalmente, se puede indicar que un individuo que presenta un patrón de respuesta emocional discierne o descifra una situación de peligro o amenaza, aunque la realidad sea otra, esta manera de percibir le provoca que la ansiedad sea dañina por ser excesiva y repetitiva. Debido a esto, es posible que se produzcan ciertos cambios químicos en el cuerpo, preocupación, miedos ante ciertas situaciones cotidianas (Gojny, 2019). Por otro lado, Forcadell et al. (2022) manifiesta que la ansiedad puede ser normal en situaciones amenazantes como hablar en público o realizar pruebas por eso es considerado una enfermedad subyacente más cuando los sentimientos se vuelven obsesivos. Sus repercusiones físicas pueden ser taquicardia, respiración agitada, sudoración y sensación de cansancio. Así pues, la presencia de miedo o temor que está fuera del alcance de las circunstancias de la vida se puede expresar de varias maneras, como estrés incontrolable, miedo intenso, sueños perturbadores o recuerdos de un evento traumático (Ashok, 2016). De igual forma, los trastornos de ansiedad pueden hacer que las personas traten de evitar situaciones que desencadenan o empeoran sus síntomas. El desempeño laboral, el trabajo escolar y las relaciones personales pueden verse afectados (Nigussie et al., 2021).

Es decir que, la ansiedad es un trastorno que va más allá de los sentimientos normales de nerviosismo y puede causar un miedo o ansiedad excesivos. Sin embargo, por fortuna, los signos y los síntomas de la ansiedad son tratables y existen varios tratamientos psicoterapéuticos efectivos disponibles, los cuales ayudan a la mayoría de las personas a llevar una vida productiva y normal.

Depresión

En cuanto a la depresión, se menciona que es una alteración del estado de ánimo caracterizada por pérdida de interés, temperamento desanimado, influencia perturbadora del sueño, problemas en el apetito y la acción psicomotora, dificultad para concentrarse o tomar decisiones, sentimientos de culpabilidad, cansancio fácil y reiteradas consideraciones de muerte o suicidio (Compton, 2021).

Adicionalmente, los docentes son un grupo vulnerable al trastorno depresivo debido al exceso y sobrecarga de tareas que realizan, lo cual les ocasiona sentimientos de inseguridad e inestabilidad dentro del área laboral y provoca el deterioro de su imagen; esto los conduce a situaciones que obstaculizan el desarrollo de su actividad, lo que tiene un impacto indeseable en los alumnos ante quienes, lejos de observarlos como figura representativas en su vida escolar, pasan totalmente inadvertidos, lo que causa efectos negativos en el estado emocional del profesor (Romero et al., 2020). Por consiguiente, interfiere con la vida diaria, la capacidad para trabajar, dormir, estudiar, comer y disfrutar de la vida (Chacon et al., 2021). Además, el Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades [CDC] (2022) menciona que, a diferencia de la ansiedad, la depresión puede provocar una baja autoestima de la persona y una tristeza profunda (Bains y Abdijadid, 2022).

En definitiva, considerando lo que mencionan los autores, las características comunes de todos los trastornos depresivos son la tristeza, el vacío, el estado de ánimo irritable, acompañados de cambios somáticos y cognitivos que afectan significativamente la capacidad de funcionamiento del individuo, lo que disminuye la calidad de vida de quien le padece.

Estrés

Con relación al estrés, se menciona que es provocado por cualquier estímulo físico o psicológico que interrumpa la homeostasis. Los estímulos se denominan estresores y los cambios fisiológicos y de comportamiento en respuesta a la exposición a los estresores constituyen la respuesta al estrés, que puede estar mediada por una interacción compleja de

mecanismos nerviosos, endocrinos e inmunitarios que implica la activación del eje simpático-adrenal-medular (SAM), el eje hipotálamo-pituitario-suprarrenal (HPA) y el sistema inmunitario (Ashok, 2016). Sin embargo, la respuesta al estrés es adaptativa, para empezar, prepara al cuerpo para manejar los desafíos presentados por un estímulo ambiental interno o externo (factor estresante), por ejemplo, las respuestas fisiológicas del cuerpo al trauma y la cirugía invasiva sirven para atenuar más daño tisular. Pero, si la exposición a un factor estresante es real o percibida como intensa, repetitiva (estrés agudo repetido) o prolongada (estrés crónico), que se vuelve desadaptativa y perjudicial para la fisiología, por ejemplo, la exposición a factores estresantes crónicos puede causar reacciones desadaptativas que incluyen depresión, ansiedad, deterioro cognitivo y enfermedad cardíacas (Brianna et al., 2022). Adicionalmente, el estrés en los docentes es identificado como un grupo de reacciones emocionales, psicológicas, cognitivas y conductuales ante exigencias profesionales que sobrepasan los conocimientos y habilidades del trabajador para desempeñarse de forma óptima. Por ejemplo, puede sentir tensión muscular, aumento de presión sanguínea y ritmo cardíaco; miedo, irritabilidad, enojo; presentar atención disminuida, dificultad para solucionar problemas, disminuir su productividad, mala memoria, dolor de cabeza, falta de energía y concentración, cansancio, entre otros (Brianna et al., 2022).

Por otro lado, cabe mencionar que hay dos tipos de estrés. El agudo que se manifiesta a corto plazo se siente ante una situación como una pelea con la pareja. También se encuentra el crónico, este dura por un periodo de tiempo prolongado se manifiesta cuando hay problemas familiares, económicos y laborales. Este tipo de estrés puede continuar por semanas o meses sin que el individuo se dé cuenta que es un problema y más aún si no se encuentra la manera de controlarlo, este podría provocar problemas de salud causando daños físicos y emocionales (Brandon, 2020).

Las repercusiones de las variables de la salud mental, como la ansiedad, la depresión y el estrés, tienen un impacto significativo en la vida de las personas. La ansiedad, un trastorno común que afecta a los individuos en algún momento de la vida puede

desencadenar cambios químicos en el cuerpo y provocar problemas de salud graves si no se trata adecuadamente. Por otro lado, la depresión, caracterizada por una pérdida de interés, tristeza profunda y alteraciones del sueño y el apetito, puede afectar la capacidad para llevar a cabo actividades diarias, disminuir la autoestima y generar consideraciones suicidas. Los docentes, en particular, son vulnerables a la depresión debido a la sobrecarga de tareas y la presión laboral, lo que afecta negativamente su estado emocional y su desempeño en el aula.

Concluimos este apartado mencionando que, las variables de salud mental, como la ansiedad, la depresión y el estrés, tienen repercusiones significativas en la vida de las personas. Por una parte, la ansiedad se caracteriza por una sensación de nerviosismo y preocupación constante, lo cual puede afectar la calidad de vida y las relaciones interpersonales. Por otro lado, la depresión es un trastorno grave que provoca sentimientos de tristeza, pérdida de interés y dificultades para funcionar en el trabajo y en el hogar. La depresión puede ser desencadenada por eventos emocionalmente angustiosos, pero también puede aparecer sin una causa aparente. Además, el estrés, que es una respuesta natural del cuerpo ante situaciones desafiantes o amenazantes, puede tener consecuencias negativas en la salud física y mental.

En resumen, el estrés es una respuesta natural del cuerpo ante estímulos que interrumpen la homeostasis. En su forma adaptativa, el estrés prepara al cuerpo para enfrentar desafíos. Sin embargo, cuando el estrés es crónico y abrumador, puede tener efectos perjudiciales en la salud física y mental, por tanto, es importante reconocer los factores estresantes y buscar estrategias efectivas para proteger la salud y bienestar.

1.2.2 Investigaciones previas en la salud mental

Ansiedad

Hay que mencionar, que en el mes de diciembre de 2019 inició la pandemia, la prevalencia mundial de la ansiedad y la depresión aumentó en un 25%, según un informe científico publicado por la Organización Mundial de la Salud [OMS] (2022). El reporte también

destaca quiénes han sido los más afectados y resume los efectos de la pandemia en la disponibilidad de servicios de salud mental y cómo ésta ha cambiado durante la pandemia. De igual manera, se estima que 264 millones de adultos en todo el mundo padecen ansiedad, 179 millones son mujeres (63%) y 105 millones son hombres (37%), se estima que el 31% de todos los adultos experimentarán un trastorno de ansiedad en algún momento de su vida. Por otro lado, los trastornos de ansiedad son más frecuentes en mujeres que en hombres en los Estados Unidos y en todo el mundo (OMS, 2017).

En el contexto sudamericano la ansiedad se presenta en todos los países y se detalla el porcentaje que tiene aproximadamente cada uno de ellos iniciando con Brasil al ser el mayor representante en población y territorio presentando así más casos de desórdenes de ansiedad, con un 9,3%; continuando con Paraguay que indica un 7,6%; le sigue Chile con 6,5%; Uruguay siendo el país más pequeño en Sudamérica un 6,4%; Argentina con 6,3%; Cuba con 6,1%, Colombia con 5,8%; Perú y República Dominicana con 5,7%; Ecuador con 5,6%; Bolivia con 5,4%; Costa Rica y El Salvador con 4,6%; Nicaragua y Panamá con 4,5%; Venezuela con 4,4%; Honduras con 4,3%; Guatemala con 4,2% y finalizando con México con 3,6%. (Edición Médica, 2017).

También, en Latinoamérica particularmente en México, Constantino y Balcázar (2021) aplicaron el DASS 21 a 349 docentes, para identificar los factores que contribuyen a la ansiedad durante el confinamiento por COVID-19 y encontraron que la ansiedad se manifestaba en mayor grado, además, por haber hallado un impacto considerable. En este estudio propusieron una intervención psicológica para las personas. Adicionalmente, en el año 2020 se realizó un estudio observacional, descriptivo y analítico, de corte transversal que tenía como objetivo identificar los niveles de ansiedad, depresión y estrés en la población ecuatoriana. El estudio buscó a personas que tenían edades entre los 20 a 64 años, tomando como muestra a 838 ciudadanos ecuatorianos. Se aplicó el Test Psicológico DASS-21 que valora el nivel de estrés, ansiedad y depresión. Con el programa estadístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), mismo que reflejó que el 41% de la población

ecuatoriana sufrió de estrés, un 39% padeció depresión y 46% de ansiedad (Namcela, 2022).

Por otra parte, en una investigación realizada a 70 docentes en Ecuador con el objetivo de analizar su estado emocional frente a la pandemia, como resultados se obtuvieron que 9,85% de ellos no presentaban ansiedad, 46,97% presentó ansiedad mínima a moderada, 30,30% presentó ansiedad marcada severa y 12,88% presentó un grado máximo de ansiedad (Mora et al., 2021). Por su parte, Soto y Gabino (2021) quienes realizaron una encuesta a 353 educadores con la finalidad de identificar los niveles de ansiedad producidos por la pandemia del COVID-19 en los docentes del Colegio Yanahuaanca de la ciudad de Pasco. Según la encuesta CAS, solo el 10,8% sintió ansiedad leve, mientras que el 89,2% no tuvo ningún nivel de ansiedad. La encuesta encontró que, en su muestra, los maestros no presentaban síntoma de ansiedad Algo que se podría considerar en el resultado, sería el factor zona geográfica donde se encuentran, la cual no está, tan poblada como la capital.

Así mismo, un estudio realizado a docentes ecuatorianos compuesto por 112 educadores, entre ellos 88 mujeres y 32 hombres de los cuales 26 pertenecían a preescolar, 36 a primaria y 50 a secundaria, con el objetivo de identificar los niveles de ansiedad dio como resultado que 28 personas de 36 que equivale al 77.8%, puntuaron entre 17 o menos que indica leve severidad de ansiedad. 3 personas, equivalente al 8.3%, puntuaron entre 18-24 que indica severidad leve a moderada de ansiedad. 5 personas, equivalente al 13.9%, puntuaron entre 24-30 que indica un nivel de ansiedad moderada a severa (Patiño, 2021).

Es decir que, la ansiedad es un trastorno de salud mental que ha aumentado a nivel mundial, especialmente ha aumentado significativamente desde el inicio de la pandemia de COVID-19. En el contexto pedagógico, se ha evidenciado que los docentes de instituciones públicas y privadas han experimentado un mayor grado de ansiedad debido a los desafíos y cambios en la forma de enseñanza, así como a la incertidumbre y el estrés asociados con la situación actual. Los estudios antes presentados han encontrado niveles significativos de ansiedad entre los docentes durante el confinamiento, que los que se registraban antes del inicio de la pandemia.

Depresión

La depresión continúa ocupando la principal posición entre los trastornos mentales, y es dos veces más frecuente en mujeres que hombres. Entre el 10 y 15% de las mujeres en países industrializados y entre 20 y 40% de las mujeres en países en desarrollo, sufren de depresión durante el embarazo o el puerperio (OMS, 2022). Prosiguiendo, Jakubowski y Sitko-Dominik (2021) dieron seguimiento al estudio de la salud mental de los docentes durante la primera y segunda ola de la pandemia de COVID-19, teniendo como objetivo encontrar la asociación entre la educación a distancia y el bienestar de los maestros teniendo a 285 docentes del nivel primario y secundario de Polonia, usando la Escala de depresión, ansiedad y estrés – DASS 21. La encuesta que se realizó se obtuvo como resultado a la depresión que el 14.48% presentó un nivel leve, el 16.55% presentó un nivel moderado, el 6.21% presentó depresión severa y el 6.9% muy severa, además se observó que no existen diferencias significativas según género.

La encuesta europea de la salud la cual se encarga de conocer el estado de salud de las personas ubicada en España a mediados de 2020, dio a conocer que en Europa 2,1 millones de personas padecían un cuadro depresivo. Asimismo, el IV estudio de salud y estilo de vida de Argón estima que uno de cada cinco españoles presenta síntomas de depresión, conllevando a que el 20,6% de la población presenta síntomas compatibles con un posible caso de depresión (Sánchez, 2022). Por lo que respecta a la depresión, las lagunas en la cobertura de los servicios son amplias en todos los países: incluso en los de ingresos altos, solo un tercio de las personas con depresión recibe cuidados de salud mental formales y se estima que el tratamiento contra la depresión mínimamente adecuado oscila desde el 23% en los países de ingresos altos hasta el 3% en los países de ingresos bajos y medianos bajos (OMS, 2022).

Por otro lado, en los últimos 10 años ha aumentado la depresión un 18% en toda la humanidad al mismo tiempo las personas que padecen trastornos de ansiedad crecieron un 15%. Adicionalmente, en el mundo hay cerca de 7.888 millones de personas y

estudios reflejan que al menos 322 millones de personas en el mundo sufren depresión. Así mismo, contrastando datos en la edad adulta se presentan características determinadas en este caso la dolencia es la depresión empezando con las mujeres entre 55 y 74 años la sufren esto es el 7,5% mientras que hombres en el mismo rango de edad se evidencia una disminución ya que es el 5,5% (Edición Médica, 2017).

Para la OMS, la depresión se ha convertido en la enfermedad que más casos se presentan a nivel mundial y continuará aumentando con el tiempo, con una prevalencia de 7,5% en la población. Además, la depresión es la primera causa entre las muertes por suicidio: 800.000 al año (OMS, 2021). En este sentido, Brasil como es el país con más habitantes en Latinoamérica es el país que más casos de depresión presenta, tiene una prevalencia de 5,8%; le sigue Cuba con porcentaje de 5,5%; Paraguay con 5,2%; Chile y Uruguay presentan el mismo 5%; Perú con 4,8%; Argentina, Colombia, Costa Rica y República Dominicana con 4,7% Bolivia, El Salvador y Panamá con 4,4%; México, Nicaragua y Venezuela con 4,2%; Honduras con 4% y Guatemala con 3,7% (Edición Médica, 2017).

De igual forma, se realizó un estudio a 70 docentes en Ecuador para analizar su estado emocional frente a la pandemia, los resultados obtenidos indicaron que 21,21% de ellos no presenta depresión, mientras que un 50,76% presentó un desorden emocional y finalmente un 26,52% presentó depresión situacional (Mora et al., 2021). A la par, un estudio realizado en Ecuador a 112 maestros de preescolar con el objetivo de analizar los niveles de depresión, indicó que 9 personas de 26 que equivale al 34.6%, puntuaron entre 0-7 que indica un estado normal, 6 personas, equivalente al 23.1%, puntuaron entre 8-12 que indica depresión menor, 5 personas, equivalente al 19.2%, puntuaron entre 13-17 que indica menos que depresión mayor, 6 personas, equivalente al 23.1%, puntuaron entre 18-29 que indica depresión mayor y 0 personas, equivalente al 0%, puntuaron entre 30-52 que indica más que depresión mayor (Patiño, 2021).

En conclusión, la depresión es un trastorno mental común y preocupante que afecta a nivel mundial. Tanto la población en general como los docentes enfrentan desafíos en

términos de acceso a la atención y servicios de salud mental. Lo que refiere que es esencial abordar la depresión como un problema de salud pública y promover la conciencia, la detección temprana y el tratamiento adecuado para mejorar la calidad de vida de las personas que la padecen.

Estrés

Cabe destacar que, el año que marcó un antes y un después en el mundo será la pandemia del 2019 que pasará a la memoria de todos los que vivimos esa dura realidad. Si nos ponemos en perspectiva sobre salud mental podemos decir que fue devastador ya que esta provocó altos niveles de estrés, preocupación, ira y tristeza sin importar el género. Los niveles de estrés estuvieron a flor de piel durante mucho tiempo es lógico que estos mismos fueron los que más aumentaron y afectaron a toda la humanidad, dando una prevalencia del 40% de los adultos. No sería un error afirmar el nivel de estrés en esos tiempos fue el que rompió todos los esquemas de salud mental porque refleja que en los últimos 15 años fue el que tuvo un impacto récord (Gallup, 2021).

Del mismo modo, Turna et al. (2021) quienes realizaron una encuesta transversal de diseño y tipo sin prueba a 632 maestros en Canadá y de los Estados Unidos para determinar los niveles de estrés durante la pandemia de COVID-19 a través de escalas de estrés, el 63% informó niveles de estrés significativamente mayores.

Por otra parte, Domagalska et al. (2021) ejecutaron una investigación para encontrar los niveles de estrés, en profesores de nivel secundaria en Polonia, evaluados mediante una escala de estrés cognitivo de 412 participantes por género, el 45,5% de los cuales tenían niveles altos de estrés relacionado con la personalidad. En conclusión, el % está moderadamente estresado 9,2% es un indicador bajo, y encontramos que este rango es significativamente mayor en mujeres, 22,8% más que en hombres, 14% más.

Al mismo tiempo, el mundo pasaba una enfermedad que no tenía una cura y no se mostraba alguna esperanza la cual sea rápida para aliviar todo el estrés acumulado por las

muerres a causa de covid-19, estas fueron el detonante de las emociones negativas, relacionado con el desempleo y el impacto económico que reflejo en las personas que vivían del día a día. Todas las personas que trabajaban o tenían un trabajo en el momento la pandemia les dio un giro de 180 grados y esa misma población se dividió en dos mitades, por un lado, estaban los que tenían su trabajo que indicaron que ganaban menos dinero a causa del covid-19, y el resto de las personas dijeron que habían perdido su empleo (Gallup, 2021).

Otro estudio interno es el de Quispe y García (2021) quienes investigaron los efectos psicológicos de 74 docentes de tres niveles de educativos en Huancavelica, Ica y Junín. Después, se aplicó una adaptación del instrumento de Balluerka, teniendo como resultados: el 53% menciona tener problemas de estrés y ser más susceptible, así también que, entre hombres y mujeres, estas últimas son más afectadas que los hombres. Se observa que la mayor parte de docentes presentan un elevado porcentaje y afectaciones las cuales requieren atención profesional y ocurren con mayor frecuencia en mujeres.

Por otro lado, un estudio realizado en la Universidad Central del Ecuador a 46 docentes de la Carrera de Enfermería que conformaron la población encuestada, cuyo objetivo de identificar los niveles de estrés se observó que el 35% percibió “Estrés laboral ligero”, seguido de un porcentaje importante de 33% que presentó “Moderado”, y finalmente el 4% tiene una percepción de estrés laboral “Severo”, mientras que el 28% no percibe estrés en ninguno de los grados mencionados (Ramos et al., 2020). Así mismo, se realizó una investigación con el objetivo de evaluar los niveles de estrés laboral en maestros ecuatorianos, el 61% de los docentes manifestó tener mucho estrés; los síntomas más frecuentes fueron las dificultades para conciliar el sueño, las pesadillas, intranquilidad y la irritabilidad. Como conclusiones se identificó que el salario es inadecuado; el mucho trabajo que hacer; la introducción de cambios en el sistema de enseñanza y el déficit de recursos materiales, acentuado por las características del teletrabajo (Guayasamín y Ramos, 2020).

Se concluye esta sección mencionando que, las investigaciones previas en salud mental han revelado importantes hallazgos sobre las repercusiones de la ansiedad, la

depresión y el estrés. Algunos de los resultados destacados son los siguientes: (1) La pérdida del empleo es uno de los principales factores de riesgo para problemas de salud mental como la ansiedad y el insomnio; (2) Las personas que padecen enfermedades crónicas, incluyendo niños y adolescentes, tienen un mayor riesgo de experimentar depresión. Sin embargo, la depresión se puede tratar incluso en presencia de otras condiciones médicas: (3) Los trabajadores de la salud están expuestos a problemas de salud mental, como el estrés, el desgaste profesional, la depresión y la ansiedad. Más de 20 millones de trabajadores de la salud en Estados Unidos corren el riesgo de tener problemas de salud mental debido a las condiciones de trabajo exigentes

1.3 Capital psicológico y satisfacción laboral en docentes

1.3.1 *Conceptualización y etiología del capital psicológico y satisfacción laboral*

El término capital psicológico surgió en el campo de la psicología positiva y generalmente se refiere a una situación de desarrollo psicológico positivo, el concepto se ha convertido en un fenómeno psicológico generalizado, especialmente en la vida laboral (Guo et al., 2022). Sin embargo, su surgimiento tuvo como objetivo fortalecer la idea de que los seres humanos son recursos importantes y extremadamente valiosos para las organizaciones y en el que todas las instituciones deben invertir, con el fin de potenciar sus capacidades y obtener mejores resultados, reforzando que se debe mirar a las personas, más allá de lo que son en el presente, enfocándose en lo que puede llegar a ser en el futuro (Fidelis, 2016).

Por ende, el capital psicológico positivo es una construcción multidimensional, el mismo se basa en fuerzas psicológicas, en una valencia positiva, donde el foco es llegar a un estado en el que el individuo puede, por sí mismo, cambiar sus cogniciones, emociones y conductas (Lucas, 2015). De esta manera, el individuo puede tener la confianza para tomar la iniciativa de realizar una tarea y tener éxito en esa acción, así como tener un pensamiento positivo sobre el presente y el futuro, ser capaz de definir objetivos y demostrar preocupación por alcanzarlos, ante las dificultades y presentar la capacidad de superación de las adversidades (Nunes, 2017).

En consecuencia, Woo y Park (2017) expresan que en el capital psicológico incluye principalmente cuatro dimensiones que pueden ser desarrolladas a lo largo de toda la vida del individuo: autoeficacia, esperanza, optimismo y resiliencia. Se debe agregar que Corcione (2016) sostiene que debe haber una definición muy explícita de cada dimensión, para que ninguna definición se confunda con la otra y para que el constructor y la validez de la variable sean sólidos. Por otra parte, Gojny (2019) también argumenta que estas dimensiones, a pesar de estar relacionada, presentan una independencia conceptual. Después, se profundizará teóricamente en cada una de estas subdimensiones, fundamentales para la conceptualización del capital psicológico positivo:

La autoeficacia se deriva de la teoría social de Bandura (1986, citado por Nunes, 2017), la autoeficacia es vista con base en el desempeño individual, prediciendo cómo reaccionará el ser humano ante una determinada situación de su vida. Este factor está relacionado con el contexto organizacional de Stajkovic y Luthans (1998, citado por Nunes, 2017), donde la motivación, los recursos cognitivos, las acciones específicas y necesarias que deben tomarse en cuenta para lograr el éxito en una tarea, cualquiera que sea el contexto, son consecuencias directas del pensamiento positivo y autoconfianza en las capacidades.

Sin embargo, acreditando que las acciones humanas son consecuencia de la interacción cognitiva y ambiental, Fidelis (2016), de acuerdo con la teoría sociocognitiva, confirma que, ante un problema, los individuos presentan un papel primordial en su resolución. En otras palabras, son los mecanismos que utiliza para superar el problema, que se adquieren a través de sus experiencias y el entorno, así como sus capacidades cognitivas.

Por lo tanto, el ser humano tiene la capacidad de evaluar sus propias acciones, así como la conducta de terceros, discerniendo si existe o no, capacidades para alcanzar los objetivos propuestos. Son las capacidades cognitivas y las experiencias, donde se ha logrado el éxito o el fracaso, que van a predecir los niveles de autoeficacia y, en consecuencia, la motivación para lograr el éxito en una determinada tarea (Márquez, 2020).

En relación con la esperanza, Márquez (2020) asegura que es una de las bases de la psicología positiva, que puede tener varias implicaciones en el contexto organizacional. Derivada de un modelo teórico propuesto por Snyder (1991, citado por Bayona, 2019), como un estado motivacional positivo necesario para lograr el éxito. Se cree que las personas que tienen altos niveles de esperanza son capaces de afrontar mejor las adversidades, así como definir objetivos más realistas, al seguir todos los pasos necesarios para alcanzar y lograr una actitud proactiva, apuntando el camino del logro. En la dimensión esperanza, es importante señalar que las personas tienen la capacidad de iniciar una acción con la finalidad de alcanzar una meta y hacer lo posible para conseguirlo, aunque surja la adversidad (Bayona, 2019).

Aunque, el optimismo y la autoeficacia se centran en la explicación del comportamiento positivo del individuo, en un momento dado en el que se ejerce una acción, la dimensión de la esperanza mira hacia el futuro y pretende esclarecer el origen de los objetivos y cuál es su finalidad, motivación y orientación, mientras que el optimismo se orienta hacia una línea de tiempo centrada en el presente (Márquez, 2020).

En cuanto al optimismo, proveniente de las teorías acerca del locus de control e interpretación de los acontecimientos de Seligman (1991, citado por Teixeira et al., 2015), se encuentra estrictamente relacionado con el desempeño organizacional, donde es fundamental contar con un enfoque positivo, para alcanzar la felicidad y la satisfacción con la vida (Teixeira et al., 2015). Por su parte, Nunes (2017) caracteriza el optimismo como una aptitud emocional y cognitiva que se relaciona con las expectativas que tiene el individuo sobre su presente y su futuro, lo que repercutirá en la determinación para cumplir una tarea y alcanzar el éxito.

Por tanto, el optimismo se caracteriza por las atribuciones causales positivas que el individuo tiene hacia un evento dado en el presente, y se puede esperar que ocurra nuevamente en el futuro. Las investigaciones indican que las personas que se consideran optimistas tienen en consecuencia, altos niveles de ambición y una mayor persistencia, con respecto a las metas definidas. De esta manera, presentan mayor motivación para seguir este

camino, así como esperanza y optimismo (Fidelis, 2016).

Finalmente, es fundamental mencionar que la dimensión esperanza y optimismo pueden confundirse, debido a que tienen en mente la expectativa positiva, sin embargo, la diferencia radica en la capacidad de elegir diferentes caminos para alcanzar las metas, desde la atribución que se hace a un determinado evento y la experiencia extraída de la situación de fracaso, pues un optimista mirará al contexto permitiendo el aprendizaje, algo que en la otra dimensión no existe (Brandon, 2020).

En cuanto a la resiliencia, se la define como la capacidad para hacer frente a obstáculos y situaciones de gran adversidad. La resiliencia es la última dimensión del capital psicológico positivo, que refuerza la necesidad de tener flexibilidad mental para afrontar las diferentes situaciones y adaptarse a ellas Luthans et al. (2017). Adicionalmente, se la caracteriza como la capacidad psicológica positiva para recuperarse de las dificultades y situaciones de riesgo, actuar frente a la incertidumbre del fracaso y obstáculos (Nunes, 2017).

Sin embargo, las investigaciones muestran que las personas resilientes tienden a presentar mayores niveles de adaptación, elasticidad y una enorme capacidad para lidiar con sus emociones, que tiene todas las características necesarias para ser brillante en el ambiente organizacional, manteniendo siempre una alta motivación y ambición de éxito (Luthans, 2017). Otra característica de las personas resilientes es la creatividad, porque estas personas, en situaciones de adversidad, logran improvisar recursos que para otros no son visibles y de esta manera, hacer todo lo posible para superar los obstáculos (Fidelis, 2016).

En definitiva, aunque estas cuatro variables son estados psicológicos positivos que, a través de la formación y la experiencia se puede desarrollar, pueden ser conceptualmente confusa, ya que la autoeficacia puede ser considerada creencia, el optimismo puede considerarse un estilo de atribución, la esperanza puede confundirse con un estado motivacional y la resiliencia como la capacidad o característica personal (López, 2019).

Por último, después de terminar la descripción detallada y completa en cuanto a las

cuatro dimensiones del capital psicológico donde la escala que evalúa el capital psicológico positivo, fue utilizada comprobando la existencia de sus antecedentes y consecuencias. De este modo, a nivel individual, se pueden identificar la personalidad, proactividad y autoestima como antecedentes de esta variable. Como consecuencias se puede evidenciar un aumento significativo del bienestar psicológico, satisfacción, mejora en las relaciones interpersonales, mayor capacidad de adaptación, aumento de las emociones positivas y mayor compromiso (Cid et al., 2020).

En consecuencia, los docentes que poseen los factores psicológicos mencionados tienen la confianza para enfrentar los desafíos y terminar bien las tareas y, por lo tanto, es más probable que perciban el significado y el valor de los trabajos, lo que lleva a la satisfacción laboral (Tang et al., 2019).

Se tiene por tanto que, la mejora del capital psicológico depende del desarrollo de recursos psicológicos positivos y la resolución de problemas psicológicos. De acuerdo con la teoría de la congruencia mental, la psicología positiva es beneficiosa para aprovechar al máximo el potencial y mejorar la capacidad laboral de los docentes, aumentando así la confianza en sí mismo, la esperanza y la resiliencia, que son sus componentes importantes (Pappa et al., 2020). Por lo tanto, el componente positivo de la salud mental es un estado psicológico positivo, que puede nutrir efectivamente el capital psicológico del individuo y mejorar la satisfacción laboral (Xu et al., 2019).

Se debe agregar que, el capital psicológico estaría relacionado con la satisfacción laboral docente a través del papel mediador de las conductas prosociales que son las acciones de ayuda voluntaria destinadas a beneficiar a otros. Estos comportamientos pueden manifestarse en las actividades diarias y aceptarse como comportamientos de ciudadanía organizacional. Las instituciones necesitan varios patrones de comportamiento para funcionar con eficacia, que incluyen acciones de colaboración, ayuda, trabajo en equipo y la unidad (Celine, 2019).

Por consiguiente, la satisfacción con el trabajo se refiere a la discontinuidad entre los elementos que generan satisfacción e insatisfacción en el trabajo. Según esta teoría, la satisfacción laboral surge de elementos relacionados con los factores intrínsecos asociados al contenido de cada profesión, es decir, la productividad, el trabajo en sí, las responsabilidades, el reconocimiento promoción de la diligencia, los beneficios, la superación personal, la carrera etc... (Rodríguez, 2019).

Sin embargo, Locke (1969, citado por Guo et al., 2022) define la satisfacción laboral como un estado emocional placentero basado en los logros laborales obtenidos. Además de sus componentes emocionales, la satisfacción laboral también abarca los juicios críticos generales y las creencias de los individuos con respecto a su trabajo. Por lo tanto, se puede postular que la satisfacción de los docentes con su trabajo también podría considerarse como un juicio positivo y también una evaluación emocional favorable para su trabajo (Guerrero et al., 2018).

1.3.2 Importancia del capital psicológico y satisfacción laboral

En relación con la satisfacción laboral cabe indicar que es la actitud específica de los empleados hacia el trabajo que están realizando. Se relaciona con la diferencia entre las necesidades de un empleado, y sus obligaciones o entre la expectativa y el valor real percibido. Todos los investigadores contemporáneos coincidieron en que esta es una función relacionada con la relación percibida entre lo que la gente quiere de su trabajo y lo que perciben cuando sucede (Trung, 2021).

Así mismo, en relación tanto a los aspectos objetivos como subjetivos, la satisfacción laboral es el estado interno de un empleado expresado por una evaluación racional y/o emocional de una experiencia laboral con algunos niveles de apoyo o no. Este trae varios comportamientos deseables/positivos, como el rendimiento, el compromiso, y restringe los comportamientos indeseables/negativos de los empleados, como el ausentismo, la rotación, entre otros. Es decir, es el conjunto de todos los comportamientos relacionados con el trabajo que una organización espera que realicen sus individuos (Cao et al., 2022).

De acuerdo con lo anterior, los estudios apuntan a varios factores cruciales que explican la satisfacción entre los docentes. Aquellos que están bien con su trabajo tienen sentimientos más positivos y tienen menos vulnerabilidad al estrés y al agotamiento (Ashok, 2016). Además, el placer de los magistrales con su trabajo tiene conexiones positivas con el compromiso organizacional, la autoeficacia y menor tendencia a abandonar la profesión docente. Además, los educadores satisfechos brindan una instrucción más calificada y apoyan el aprendizaje de los estudiantes, demostrando un mayor entusiasmo por asignar energía y tiempo para impartir clases (Brandon, 2020).

De esta manera, es sumamente importante que los docentes cuenten con el capital psicológico para mejorar sus resultados de desempeño en las organizaciones educativas, este influye positivamente en todos los integrantes de la escuela. Los educadores desarrollarán y apoyarán las actitudes positivas de sus colegas y estudiantes, como la competencia, la esperanza, la motivación y la productividad (Kurt, 2018).

De igual modo, a medida que aumenta el capital psicológico de los docentes, sus niveles de estrés disminuyen, este tiene un impacto negativo en los niveles de ansiedad de los educadores a través del efecto de mediación total del estrés, termina afectando negativamente los niveles de agotamiento, lo que llega a tener un efecto positivo en la satisfacción laboral (Demir, 2018).

Por consiguiente, publicaciones recientes han destacado la importancia del nivel de capital psicológico en las conductas y actitudes relacionadas con el trabajo de los empleados. Así mismo, los docentes se afectarán positivamente a todos los integrantes de la escuela. Este tipo de docente desarrollará y apoyará a sus colegas y estudiantes, como la competencia, la esperanza, la motivación y la productividad (Elcicek et al., 2022).

1.3.3 Investigaciones previas del capital psicológico y satisfacción laboral

De acuerdo con Guo et al. (2022) investigaron el capital psicológico y bienestar en el trabajo mediando el impacto del compromiso laboral entre los maestros de educación

especial en China. Este estudio examina si el capital psicológico positivo (PsyCap) predice indirectamente el bienestar ocupacional entre los maestros de educación especial chinos a través del compromiso laboral. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de Bienestar Ocupacional de los Docentes de Educación Especial y la Escala de Compromiso Laboral de Utrecht. En cuanto a los resultados obtenidos indicaron que existía una asociación entre PsyCap, el compromiso laboral y el bienestar ocupacional, lo que puede ayudar a los administradores educativos y trabajadores sociales a ayudar con la educación especial y a los maestros de educación especial a desarrollar y mantener buenas condiciones de trabajo.

De la misma forma se realizó un estudio en España con el objetivo de sondear la satisfacción laboral y capital psicológico en 647 docentes de infantil y primaria, dando como resultados obtenidos que considera que su remuneración es media 60,20%, tiene una opinión negativa del sistema educativo 54,50%, la percepción del nivel de estrés es alto 51%. Piensa que su formación inicial es media 53,80% y se siente medianamente reconocido por la sociedad 64,20% (Güell, 2015).

Por otro lado, una investigación realizada a 300 docentes de las instituciones educativas de Lima-Perú, constituyendo la muestra el total de participantes tuvo como objetivo identificar los niveles de capital psicológico y los niveles de satisfacción laboral. Los resultados obtenidos indicaron que la mayoría presentó un nivel alto de capital psicológico 94%, en tanto que el 58.67% de la muestra presentó un nivel regular de satisfacción laboral. Además, se obtuvo como resultado que el 42.1% de docentes tenían un nivel regular de satisfacción laboral. Por lo que se entiende que los docentes perciben que poseen adecuados niveles de capital psicológico que ha permitido que puedan realizar un buen desempeño frente a las clases a distancia y a su vez evidenciar satisfacción (Alarcón et al., 2022).

Además, se realizó un estudio transversal, descriptivo y correlacional, la muestra fue de accesibilidad-accidental, 100 docentes del sur de Ecuador cumplieron los criterios de elegibilidad (Bocciollesi et al., 2021).

Capítulo dos

Diseño Metodológico

2.1 Objetivos

Proporciona las herramientas y la información para realizar investigaciones basadas en evidencia y proporciona un marco para interpretar, discutir y presentar los resultados.

Para el desarrollo del presente trabajo se han planteado los siguientes objetivos:

2.1.1 *General*

- Determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos en el sector norte de la ciudad de Quito durante el año 2022.

2.1.2 *Específicos*

- Determinar la prevalencia de las variables de salud mental (ansiedad, depresión, estrés) en docentes del sector norte, Av. 6 de diciembre de la ciudad de Quito.
- Identificar el capital psicológico en los docentes de la muestra.
- Determinar la satisfacción laboral en los participantes de la ciudad de Quito.

2.2 Preguntas de Investigación

- ¿Cuál es el estado de salud mental de los docentes en relación con el estrés, ansiedad y depresión?
- ¿Cuáles son los niveles del capital psicológico con base en las dimensiones de autoeficacia, esperanza, resiliencia y optimismo?
- ¿Cuál es el nivel de satisfacción laboral en la muestra de estudio?

2.3 Enfoque, tipo, diseño y muestra de investigación

2.3.1 *Enfoque de investigación*

La presente investigación ha tomado como base el enfoque cuantitativo el cual consiste en una serie de procesos consecutivos que se utilizan para desarrollar planes con el fin de comprobar la hipótesis. Este enfoque es de tipo no empírico porque permite que las variables de investigación se midan en un contexto específico, se analicen de manera estadística y se formulen hipótesis para sacar conclusiones (Sampieri, 2017).

A su vez, en el transcurso de la investigación se utiliza herramientas estadísticas y matemáticas con el fin de cuantificar el problema, ayudando a mejorar así la toma de decisiones para que estas sean precisas e informadas para alcanzar los objetivos establecidos. (Ortega, 2022).

2.3.2 Tipo de investigación

Con respecto a, este estudio no experimental las variables no fueron manipuladas, sino observadas y descritas en su entorno natural ya que no se puede controlar directamente porque, al igual que sus efectos, ya han ocurrido (Hernández et al., 2014). Además, en el estudio no experimental se observó situaciones ya existentes, no provocadas. El investigador no altera ninguna de las categorías, variables y comunidades (Instituto de Educación Técnica Profesional [INTEP], 2021). Lo que se realizó en la investigación no experimental es observar fenómenos tal y como se dan en su contexto natural, para después analizarlos.

2.3.3 Diseño

El diseño de la investigación presentó las siguientes características: cuantitativa, transversal y descriptiva las cuales limitaremos su información correspondientemente; cuantitativa como se menciona antes es el análisis numérico con la medición de variables sujeta a instrumentos confiables y precisos, no a experimentos; transversal se analizará los datos recopilados de las variables en un momento dado de la población; descriptiva se utilizó en la recolección de información para la investigación, esto permitirá describir tendencias y cambios en las variables salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en los docentes ecuatorianos para realizar un mejor trabajo. (Hernández y Mendoza, 2018).

2.4 Población y muestra

La población de este estudio fueron 53 docentes de instrucción secundaria quienes laboran en una unidad educativa municipal ubicada en el norte de la ciudad de Quito. Considerando que la población cumpla con ciertas características comunes que puedan observarse en un lugar y momento determinados (Hernández et al., 2014). Y, que la muestra esté enfocada en la selección de participantes que tengan relevancia para lo que se desea investigar (Gallay, 2022).

2.4.1 Muestra participante

La muestra recolectora de información fueron 53 profesionales de la docencia, sin embargo, en el proceso de depuración de los resultados la muestra procesadora de datos fue de 50 docentes seleccionados de forma no probabilística y casual, quienes cumplieron con los criterios de inclusión. Cabe mencionar que la investigación se adecuó a las normas éticas y se garantizó absoluta confidencialidad de los datos personales de los participantes.

Como se observa en la tabla 1, el 66.0% de los participantes correspondían al género femenino y el 34.0% al masculino, con una edad media de 41 años y en cuanto al estado civil el 66.0% se encontraban casados/ unión libre. Con respecto al tipo de institución el 94.0% laboraban en instituciones públicas, el 92.0% indicó cumplir tiempo completo, realizando sus funciones con una media de 8 horas diarias.

Tabla 1

Características Sociodemográficas y Laborales

		N	%		
Género	Masculino	17	34.0%		
	Femenino	33	66.0%		
	Otro	0	0.0%		
Estado civil	Soltero/a	14	28.0%		
	Casado/unión libre	33	66.0%		
	Viudo/a	1	2.0%		
	Divorciado/a	2	4.0%		
Tipo de trabajo	Tiempo completo	46	92.0%		
	Tiempo parcial	4	8.0%		
Tipo de institución	Pública	47	94.0%		
	Privada	3	6.0%		
		M	Máx.	Min.	DT
Edad		41	60	24	9.31
Horas de trabajo por día		8	14	4	2
Experiencia laboral		15	38	2	9

Nota: Cuestionario Ad-Hoc (M media; DT desviación típica)

2.4.2 Criterios de inclusión y exclusión

En el presente trabajo de investigación se han propuesto los siguientes criterios de

inclusión y exclusión:

Criterios de inclusión

- Encontrarse en situación laboral activa.
- Firmar el consentimiento informado.
- Tener como mínimo 1 año laborando dentro de la organización pública o privada.
- Ser un profesional cualificado (título de tercer nivel o superior).

Criterios de exclusión

- No aceptar participar en este estudio.
- No encontrarse laborando en la institución por maternidad o enfermedad.
- No cumplir con alguno de los criterios de inclusión.

2.5 Instrumentos para recolección de información

Los instrumentos fueron utilizados para recolectar la información que permitió cumplir con los objetivos trazados.

- **Cuestionario Ad Hoc sociodemográfico y laboral**

Se aplicó un cuestionario sociodemográfico y laboral con la finalidad de obtener información sociodemográfica de los docentes (género, edad, número de hijos, etnia, estado civil, ingresos mensuales, experiencia profesional, sector de trabajo, tipo de contrato, turnos, número de pacientes, recursos institucionales y clima laboral).

- **Escalas de depresión, ansiedad y estrés (DASS – 21)**

El cuestionario DASS 21 es un instrumento que se aplicó para medir el factor predominante de malestar emocional en los profesores con el fin de conocer como es la depresión, la ansiedad y el estrés (Lovibond y Lovibond, 1995).

Los ítems se contestan en una escala tipo Likert con un rango de respuesta del 0 al 3 (nada aplicable en mí, aplicable a mí en algún grado, aplicable en mí en alto grado, muy aplicable en mí). Las escalas de depresión y estrés presentaron un alfa de 0.85 y 0.83 respectivamente, mientras que en la escala de ansiedad se obtuvo un alfa de 0.73. En conjunto, los ítems que componen el DASS - 21 presentaron un alfa de 0.91 según los autores

(Antúñez et al., 2012).

Capital psicológico: este instrumento consta de un total de 24 ítems que nos permiten realizar la evaluación del constructo capital psicológico, así como cada una de sus dimensiones: esperanza, autoeficacia, resiliencia y optimismo (el cuestionario contiene 6 preguntas para cada dimensión). Cada afirmación es evaluada con opciones de respuesta en escala de Likert que oscilan en puntuaciones desde 1 (muy en desacuerdo) hasta 7 (muy de acuerdo). Un ejemplo de ítem es el siguiente: “En este momento estoy cumpliendo con las metas que me había fijado en mi trabajo”. El instrumento ha demostrado contar con propiedades psicométricas adecuadas con un $\alpha > .70$ (Luthans et al., 2007).

Satisfacción laboral: Esta escala refleja claramente como se mide la satisfacción laboral, la experiencia de los trabajadores de un empleo remunerado y considerando la respuesta afectiva ante el propio trabajo. Este cuestionario consta de un total de 15 ítems con opciones de respuesta en una escala de Likert que oscila con puntuaciones desde “muy insatisfecho” hasta “muy satisfecho”, incluye dimensiones que revelan puntuaciones de satisfacción general, factores intrínsecos y factores extrínsecos. Su aplicación puede ser realizada por un evaluador, o de manera individual y colectiva (Warr et al., 1979). El coeficiente alfa obtenido en la validación al español fue de 0.76 (Boluarte, 2014).

2.6 Procedimiento

El desarrollo de esta investigación se realizó siguiendo el siguiente orden:

- Primero, se realizó una investigación bibliográfica, permitiendo la recolección de información para conformar el marco teórico sobre la problemática que se estudia. En el caso de este estudio se realizará un análisis detallado correspondiente a salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral de los docentes, con el propósito de dar una solución al problema. Bajo este panorama se realizó un marco teórico con conceptos que permiten presentar una información suficiente para el desarrollo del tema por parte del investigador.
- Segundo, por medio de un oficio elaborado por parte del director de carrera de Psicología, de la UTPL se solicitó el permiso respectivo hacia el director de la institución

de educación secundaria donde toma lugar esta investigación.

- Tercero, luego de obtener la aceptación por parte del director, se establecieron horarios para la aplicación de los instrumentos a 53 docentes por medio de un cuestionario no estandarizado (Cuestionario Ad Hoc sociodemográfico y laboral), Escalas de depresión, ansiedad y estrés (DASS – 21), Capital psicológico (PCQ-24) y Satisfacción laboral.
- Cuarto, se procedió a hablar personalmente con cada uno de los docentes y se les dio a conocer el objetivo de la investigación, a quienes aceptaron participar se les pidió el consentimiento informado y se dio una explicación breve del instrumento para que su realización sea la adecuada.
- Finalmente, al culminar este proceso se depuró la información descartando los cuestionarios incompletos y los que no tenían el consentimiento informado, finalmente el procesamiento de datos se realizó a través del (SPSS). Así mismo se realizaron análisis descriptivos de la muestra mediante las medias y las desviaciones típicas para variables cuantitativas, se utilizó frecuencias y porcentajes para resumir las variables nominales.

2.7 Tabulación de resultados

Se efectuarán tabulaciones de los resultados generales con sus porcentajes correspondientes por aspectos desarrollados teniendo en cuenta los datos que se obtengan del programa estadístico SPSS versión 26 y consecutivamente se realizarán los gráficos correspondientes, para ello, se utilizará una matriz donde se podrá descargar y procesar los datos a través de Excel o mediante el Programa Estadístico para las Ciencias Sociales SPSS.

Capítulo tres

Análisis e interpretación de resultados y discusión

3.1 Análisis de resultados

A continuación, se realiza un análisis descriptivo de los resultados obtenidos en la presente investigación los cuales se obtuvieron por medio de la implementación de un método cuantitativo luego de haber aplicado los instrumentos que evalúan la percepción de salud mental, el capital psicológico y la satisfacción laboral de los docentes.

Tabla 2

Percepción de salud mental de docentes

		N	%
Estrés	Leve	46	92.0%
	Moderado	4	8.0%
	Severo	0	0,0%
Ansiedad	Leve	38	76.0%
	Moderado	6	12.0%
	Severo	6	12.0%
Depresión	Leve	46	92.0%
	Moderado	3	6.0%
	Severo	1	2.0%

Nota: N =Frecuencia; %=Porcentaje

La Tabla 2 indica los tres factores de salud mental (ansiedad, depresión y estrés) que se consideraron en este estudio. Se empleó una escala ordinal como criterio para determinar si los factores eran mayores o menores que otros. Prosiguiendo con los resultados, podemos observar que los puntajes más altos según la percepción de la salud mental se encuentran en las variables estrés en el rango leve (92.0%) mostrando que los docentes en su mayoría han percibido el estrés pero sin afectar a su relación con el entorno que lo rodea, la depresión se presentó con un porcentaje (92.0%) rango leve, percibiéndose los docentes de una manera positiva y en cuanto al puntaje más bajo de las variables se obtuvo en la ansiedad en el rango leve (76.0%) donde se observa que los docentes no exhiben pensamientos irracionales sin embargo, presentan pensamientos de frustración.

Tabla 3

Capital psicológico en docentes

	Media	Máximo	Mínimo	Desviación estándar
Eficacia	32.26	42.00	6.00	7.13
Esperanza	34.38	42.00	8.00	7.35
Resiliencia	33.78	42.00	24.00	5.33
Optimismo	31.44	42.00	13.00	5.31
Capital psicológico	130.78	168.00	55.00	21.31

Nota: M= Media; Máx= Máximo; Mín= Mínimo; DE= Desviación estándar

En la tabla 3 se reflejan los datos obtenidos del test (PCQ-24) el cual evalúa los componentes del capital psicológico tales como eficacia, esperanza, resiliencia y optimismo. Con respecto a la esperanza fue el componente con la media más alta (34.38) lo cual indica que los docentes presentan un estado positivo para alcanzar sus metas. Por otro lado, para la resiliencia se obtuvo una media de 33.78 lo que muestra una óptima capacidad de afrontar los acontecimientos positivos y negativos cotidianos. De igual forma, la eficacia alcanzó una media de 32.26 lo que describe la percepción de utilidad en el desempeño de su rol como docentes. Adicionalmente, encontramos el puntaje más bajo que corresponde al optimismo (31.44) que describe la perspectiva positiva que tienen los docentes hacia el futuro.

Por último, los resultados de cada componente conforman la variable de capital psicológico que en general obtuvo una media de 130.78 lo que nos evidencia que los docentes presentaron altos niveles en esta variable.

Tabla 4

Satisfacción laboral en docentes

	M	Máx.	Mín.	DT
Satisfacción intrínseca	34.34	49.00	7.00	10.38
Satisfacción extrínseca	33.90	49.00	8.00	10.68
Satisfacción general	68.24	98.00	15.00	20.69

Nota: M= Media; Máx= Máximo; Mín= Mínimo; DT= Desviación típica

La tabla 4 expone las dimensiones de la satisfacción laboral donde se evalúa el nivel

de conformidad y la calidad de trabajo (entorno y condiciones). Encontramos que la satisfacción intrínseca, misma que representa las recompensas internas del docente de una forma natural sin la necesidad de elogios o incentivos exteriores, obtuvo una media de 34.34 y una desviación típica de un 10.38. Por otro lado, la satisfacción extrínseca de los docentes indica un 33.90 y una desviación típica de 10.68, esto refiere que son impulsados por remuneraciones adicionales haciendo y colaborando en toda actividad que tenga una recompensa. Por último, la satisfacción general que es la acumulación de experiencias laborales en los diferentes ámbitos de su trabajo obtuvo un 68.24, exponiendo que la mayoría de los docentes encuestados se sienten cómodos con sus puestos y roles dentro de las aulas.

3.2 Discusión

A continuación, se establece la discusión de los resultados obtenidos en la presente investigación, cuyo objetivo principal fue determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y la satisfacción laboral en docentes del norte de Quito, en el año 2022. Respecto al primer objetivo, se identificó la prevalencia de variables relacionadas con la salud mental, como el estrés, la ansiedad y la depresión, en los docentes. En cuanto al estrés, se observó que la mayoría de los docentes presentaban niveles bajos, lo que refleja un rango leve del 92%. Estos resultados son similares a los obtenidos por Pacheco (2022) en su investigación sobre entornos virtuales en el aprendizaje cooperativo en docentes de Lima, Perú. En su estudio, Pacheco encontró un porcentaje predominante de estrés leve en el 98.1% de la población, lo que también indica un nivel adecuado de estrés en su muestra.

Respecto a la variable de ansiedad, se identificó que la mayoría de los docentes presentaban un rango leve de ansiedad (76%). Estos resultados difieren de los obtenidos por Chui et al. (2022) en educadores de Puno, Perú, donde la prevalencia de ansiedad mínima fue del 37.93%, mostrando una mayor inestabilidad en la salud mental debido a la crisis sanitaria mundial en 2019. Por último, en relación con la variable de depresión, se encontró un nivel leve del 92.0%, lo que refleja una percepción positiva en cuanto a esta variable. Estos resultados difieren de la investigación realizada por Garnique et al. (2022) en docentes de la selva peruana, donde se encontró un nivel medio de depresión del 52.3%. Estos hallazgos

sugieren un aumento significativo de los síntomas depresivos en esos docentes debido a la sobrecarga del entorno laboral en el campo de la educación y el desequilibrio entre la vida personal y profesional. En general, los resultados indican que los docentes participantes presentan niveles leves relacionados con la salud mental en comparación con investigaciones previas. Estos hallazgos sugieren que los participantes tienen un equilibrio positivo en términos de estrés, ansiedad y depresión, lo que refleja una salud mental adecuada en esta población.

En relación con el segundo objetivo planteado, que consistió en identificar el capital psicológico en los docentes, se analizaron las dimensiones de eficacia, esperanza, resiliencia y optimismo. En cuanto a la dimensión de eficacia, se obtuvo una media de 32.26, lo que indica que los docentes se perciben como competentes en su desempeño profesional. Estos resultados son consistentes con los hallazgos de Bocciolesi et al. (2021) en su estudio realizado en la ciudad de Quito, donde se obtuvo una puntuación similar de 35.3, lo que indica un nivel adecuado de desarrollo basado en el logro de metas. En cuanto a la dimensión de esperanza, se encontró una media de 34.38, lo que refleja una motivación hacia la consecución de metas deseadas. Estos resultados son consistentes con la investigación realizada por Tellez et al. (2022) con docentes universitarios en Colombia, donde se identificó una percepción positiva del presente y una disposición favorable hacia los eventos futuros.

En relación con la resiliencia, se obtuvo una media de 33.78, lo que indica la capacidad de enfrentar y recuperarse de conflictos o fracasos. Estos resultados son similares a los informados por Buendía y Álvarez (2019), quienes encontraron una resiliencia destacada con una puntuación de 35.1 en docentes de la ciudad de Guayaquil, esto implica poseer habilidad para superar obstáculos y ajustarse a estrategias para alcanzar diferentes metas. En la dimensión de optimismo, se obtuvo una media de 31.44, lo que indica la creencia en la posibilidad de obtener resultados positivos frente a eventos externos o temporales. Estos resultados difieren de los hallazgos de Mesurado y Laudadio (2019) en Argentina, donde se encontró un efecto negativo individual de 10.88, lo que sugiere que los docentes que participaron en el estudio poseían dificultades para mantenerse firmes frente a los obstáculos.

En resumen, los hallazgos obtenidos en la variable capital psicológico sugieren que los docentes poseían altos niveles de autoeficacia, esperanza, resiliencia y optimismo, lo que revela una actitud positiva hacia el ambiente laboral y una capacidad para hacer frente a los eventos sin que afecten su bienestar.

En relación con el tercer objetivo, el cual buscó determinar la satisfacción laboral, se observa una alta satisfacción intrínseca con una media de 34.34, lo que indica que los docentes disfrutaban de las actividades que realizan. Estos resultados son similares a los obtenidos por Arias (2021), quien reportó un nivel de satisfacción del 94.2% en docentes, lo que respalda la idea que las necesidades individuales están siendo satisfechas.

La satisfacción extrínseca, por su parte, obtuvo una media de 33.90, en línea con lo informado por Arévalo (2021) con un 66.7% para esta variable, lo que indica que los requerimientos del individuo encuentran respuesta en su contexto social. En general, se obtuvo una media de satisfacción laboral total de 68.24, lo que sugiere una variabilidad en las percepciones de satisfacción entre los docentes. Estos resultados difieren de la investigación de Ataucusi y Solis (2022) en Lima, Perú, donde se encontró una satisfacción laboral regular del 58.67%. Esto indica que hay una oportunidad de mejora y que podría ser explorada en futuros estudios.

En definitiva, los docentes participantes en esta investigación presentaron una apreciación equilibrada de la satisfacción en cada una de sus dimensiones, lo cual da como resultado altos niveles de satisfacción laboral. Sin embargo, los resultados también revelan una oportunidad de mejora en dicha variable, los cuales se podrían profundizar en investigaciones futuras.

Los resultados obtenidos en esta investigación contribuyen al conocimiento científico sobre la salud mental, el capital psicológico y la satisfacción laboral en docentes, brindando una visión más completa de su bienestar y resaltando la importancia de promover entornos laborales saludables y apoyar el desarrollo de habilidades psicológicas positivas en el ámbito educativo.

Conclusiones

En conclusión, se pudo identificar por medio de los resultados obtenidos que los docentes del sector norte de la ciudad de Quito durante el año 2022 presentaron una baja prevalencia de sintomatología relacionada con la salud mental (estrés, ansiedad y depresión). Dado que las prevalencias de salud mental pueden variar según el contexto y las circunstancias individuales, es importante tener en cuenta que, la educación y la conciencia comunitaria son fundamentales para abordar estos problemas biopsicosociales.

Al mismo tiempo, los docentes de la muestra presentaron un nivel favorable significativo de capital psicológico, el cual está compuesto por las dimensiones de eficacia, esperanza, resiliencia y optimismo. En efecto, los resultados indican que los docentes poseen una percepción positiva de su propia eficacia, mantienen una actitud optimista hacia el futuro, muestran una alta capacidad de adaptación resiliente frente a los desafíos y presentan una esperanza positiva para alcanzar sus metas.

De igual manera, los docentes reportaron un nivel positivo de satisfacción laboral, tanto la satisfacción intrínseca como la satisfacción extrínseca obtuvieron puntuaciones moderadas, lo que indica que los docentes experimentan recompensas tanto internas como externas en su lugar de trabajo. Además, la satisfacción general obtenida fue alta, lo que refleja que los docentes se sienten cómodos, satisfechos con sus roles y cumplen a cabalidad con sus responsabilidades en el ámbito laboral.

Recomendaciones

Como resultado de la investigación, se recomienda implementar programas de apoyo y promoción de la salud mental en instituciones educativas, para evitar que se aumenten los niveles de estrés, ansiedad y depresión obteniendo resultados positivos en los docentes. Así mismo, en los programas pueden incluir talleres de manejo del estrés, técnicas de relajación, promoción de estilos de vida saludables y brindar espacios de apoyo psicológico.

De la misma forma, considerando los niveles de capital psicológico encontrados en los docentes, se recomienda promover actividades de impulso personal y profesional que permitan seguir fortaleciendo estos componentes. Esto puede incluir programas de capacitación y desarrollo de habilidades, fomento de la resiliencia, promoción de la autoeficacia y el optimismo, así como el establecimiento de redes de apoyo entre docentes.

Finalmente, aunque los docentes manifestaron un nivel positivo de satisfacción laboral, es importante continuar trabajando en la mejora de las condiciones de trabajo, se recomienda la promoción de un ambiente laboral favorable y la actualización continua de conocimientos, tales como la orientación vocacional profesional, la inclusión educativa o las estrategias para atender las distintas necesidades académicas especiales.

Justificación

La presente investigación tiene como propósito, determinar el nivel de satisfacción laboral que experimentan los docentes en su propio trabajo, puesto que este no solo tiene un impacto en su vida personal, sino también en lo laboral el cual influirá en la vida de sus estudiantes. Así también, estudios, han mostrado que la autoeficacia, la resiliencia y el optimismo mantienen una relación significativamente positiva con las conductas prosociales.

El capital psicológico tiene cuatro dimensiones que ya se expusieron estos pueden medirse y desarrollarse, queremos lograr una atribución positiva al éxito ser resilientes les da la capacidad, de sostenerse y recuperarse con la auto eficacia tendrán la confianza para generar tareas y conseguir sus desafíos.

Referencias

- Alarcón, A., Cerna, B. y Dacio, R. (2022). Capital psicológico y Satisfacción laboral en docentes de instituciones educativas de Lima Este, 2022 [Tesis]. Universidad César Vallejo. <https://bit.ly/3iF86QZ>
- Antúnez, Zayra, y Vinet, Eugenia V. (2012). Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS - 21): Validación de la Versión abreviada en Estudiantes Universitarios Chilenos. *Terapia psicológica*, 30(3), 49-55. <https://bit.ly/3w2pFNQ>
- Arévalo, S. (2021). Motivación y satisfacción laboral en docentes de una institución educativa, Guayaquil, 2018 [Maestría]. Universidad César Vallejo. <https://bit.ly/45yoMgT>
- Arias, S. (2021). Satisfacción laboral y trabajo remoto docente de las instituciones educativas JEC de la provincia de Camaná, Arequipa – 2020. [Tesis]. Universidad César Vallejo. <https://bit.ly/42Uo7UZ>
- Ashok, J. (2016). Mental illness is like any other medical illness: a critical examination of the statement and its impact on patient care and society. *Journal Of Psychiatry y Neuroscience* 40(3): 147–150. <https://bit.ly/3Xv7trV>
- Ataucusi, R., y Solis, L. (2022). Capital psicológico y Satisfacción laboral en docentes de instituciones educativas de Lima Este, 2022 [Tesis]. Universidad César Vallejo. <https://bit.ly/41Wpyku>
- Bains, N., y Abdijadid, S. (2022). Major Depressive Disorder. In *StatPearls*. StatPearls Publishing. <https://bit.ly/3XaLM0t>
- Bairero, M. E. (2017). El estrés y su influencia en la calidad de vida. *Revista Médica MultimMed*, 971-982. <https://bit.ly/3GGo0m8>
- Bassani, E., y Messias, L. (2020). A saúde mental da enfermagem no enfrentamento da COVID-19 em um hospital universitário regional. *Scielo*. <https://bit.ly/3GEXsBH>
- Bayona, H. (2019). El Capital Psicológico Positivo y su Relación con Comportamientos Discrecionales en Trabajadores de Lima, Perú. <https://bit.ly/3w2rsm3>
- Brandon, P. (2020). What Is the Declaration of Helsinki. <http://bit.ly/3COrUlz>
- Brianna, C., Komal, M., Terrence, S., y Derek, A. (2022). Physiology, Stress Reaction.

- StatPearls. <http://bit.ly/3GERYXL>
- Bocciolesi, E., Valdivieso, H., y Marculescu, M. (2021). Educación y literacidad: pensamiento crítico entre restos e investigaciones (1.ª edición). <https://bit.ly/3GBOAge>
- Boluarte, A. (2014). Psychometric properties of the job satisfaction scale of Warr, Cook and Wall. <http://bit.ly/3IPgyYx>
- Buendía, D., y Álvarez, R. (2019). Análisis del capital psicológico y su relación con la motivación y satisfacción laboral de los colaboradores de Servicio al cliente de una empresa del sector de las telecomunicaciones de la ciudad de Guayaquil. [Tesis]. Universidad Católica de Santiago De Guayaquil. <https://bit.ly/3BM1tSX>
- Calva, M. (2018). *Factores psicosociales asociados al estrés en docentes universitarios* [Tesis]. Universidad Técnica Particular de Loja.
- Cao, X., Zhang, H., Li, P., y Xiaozhi, H. (2022). The Influence of Mental Health on Job Satisfaction: Mediating Effect of Psychological Capital and Social Capital. *Front Public Health*, 10(1), 886. <http://bit.ly/3Xsyzk9>
- Celine, T. M. (2019). A Study on Mental Disorders: 5-year Retrospective Study. Retrieved from. <https://bit.ly/3kdTjx8>
- Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades. (2022). Afecciones mentales: Depresión y Ansiedad. Consejos de exfumadores. <http://bit.ly/3XdLFRQ>
- Chacon, E., Xatruch, D., Fernández, M., y Murillo, R. (2021). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *Cípula*, 23-36. <https://bit.ly/3ZB7uws>
- Chand SP, Marwaha R, Bender RM. (2022). Anxiety (Nursing). In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls. PMID: 33760520. <http://bit.ly/3QHT9dJ>
- Chen, Y., Xu, C., y Zheng, Y. (2021). Family's socioeconomic status and career exploration in college students: Mediating effect of psychological capital. *China J Health Psychol*, 29(1), 1-9. <https://bit.ly/3XfRdLO>
- Cid, D. T., Cristina, A., Fidelis, F., Metodista, U., y Paulo, D. S. (2020). Psychological Capital Questionnaire (PCQ-24): Preliminary Evidence of Psychometric Validity of the Brazilian Version Introduction chological state of development, characterized by a set

- and Luthans (2012) developed the Implicit Psycho -problems relate.
<http://bit.ly/3Xugjq3>
- Constantino, B. y Balcázar, P. (2021). Depresión, ansiedad y estrés antes y durante confinamiento por COVID-19 en adultos no clínicos. *Academia Journals*, 13(4), 360-365 <https://bit.ly/3kk6CfH>
- Corcione, A. (2016). Capital Psicológico: un constructo fundacional dentro de la psicología organizacional positiva. *Revista Científica De Ciencias De La Salud*, 8(2), 50-55. <http://bit.ly/3IOPJ6M>
- Coryell, W. (2022, 20 diciembre). *Introducción a los trastornos del estado de ánimo*. Manual MSD versión para público general. <http://bit.ly/3W7iM8B>
- Chui, H., Roque, E., Jinez, E., Pérez, K., Castro, J., y Salas, B. (2022). Salud mental y calidad de sueño en los docentes de educación básica regular. *Vive Revista de Salud*, 5(15). <https://doi.org/10.33996/revistavive.v5i15.194>. <https://bit.ly/45dZeoU>
- Demir, S. (2018). The Relationship between Psychological Capital and Stress, Anxiety, Burnout, Job. <https://bit.ly/3w2t6Ej>
- Ding, Y., y Niu, X. (2020). Impact of organization information providing behavior on employees' mental health: the chain mediation effect of cognitive and affective job insecurity. *Commerc Res*, 11(1), 82.
- Domagalska, J., Rusin, M., Razzaghi, M. y Nowak, P. (2021). Personality Type D, Level of Perceived Stress, Insomnia, and Depression Among High School Teachers in Poland [Tipo de personalidad D, nivel de estrés percibido, insomnio y depresión entre profesores de secundaria en Polonia]. *PubMed*, 12(6). <http://bit.ly/3W7jQt7>
- Edición Médica. (2017). Ecuador, entre los países con más casos de depresión en Latinoamérica. Edición. <http://bit.ly/3H5uOLq>
- Elcicek, Z., Han, B., y Yildiz, S. (2022). Can Teachers' Job Satisfaction Be Ensured Despite Economic. Retrieved from. <https://bit.ly/3waFOAR>
- Fidelis, A. C. (2016). Relações entre Capital Psicológico Positivo e motivação: Um estudo em organizações de saúde do Rio Grande do Sul. Brasil: Universidade de Caxias do Sul.

<http://bit.ly/3CPzfrm>

Forcadell, E. Fullana, M. Lázaro, L. Lera, S. (2019). Portal Clínic. ¿Qué es la Ansiedad?

<http://bit.ly/3COtla6>

Franco, D. A., y Sánchez, M. G. (2021). Relación de la sobrecarga de trabajo y el estrés laboral en el área de crédito de una institución financiera pública de la ciudad de Quito.

Quito: Universidad Andina Simón Bolívar. <https://bit.ly/3XuiOIX>

Forootan, T. (2018). *Identificación del síndrome de Burnout y su relación con variables sociodemográficas y laborales en una institución pública de Loja-Ecuador en el año 2017* [Tesis]. Universidad Técnica Particular de Loja.

García, D., Rincón, B., y Urdaneta, M. P. (2022). Autopercepción de adultez emergente y sus relaciones con gratitud, ansiedad y bienestar. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, 9(2), 166-206. <http://bit.ly/3w0i7eN>

Garnique, R., Ramírez, D., Díaz, M., Turpo, J., Alvarado, M., Cjuno, J., y Hernández, R. (2022). Work environment, depression, anxiety, and stress in teachers of the Peruvian jungle in the Covid-19 context. *ProQuest*, 41(5), ISSN 2610-7988. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7135654>. <https://bit.ly/3Weyq3T>

Galderisi, S., Heinz, A., Kastrup, M., y Beezhold, J. (2015). Toward a new definition of mental health. *World Psychiatry*, 14(2), 231-233. <http://bit.ly/3QHBqmz>

Gallay, R. N. (2022). Te explicamos qué es una muestra y cómo hacer para elegirla. Tesis y Másters Argentina. <https://bit.ly/3XdyvEE>

Gallup. (2021). Report. <http://bit.ly/3ZvXPax>

Giorgi, G., Giulio, A., y Perminiene, M. (2017). Work-Related Stress in the Banking Sector: A Review of Incidence, Correlated Factors, and Major Consequences. *Front Psychol*, 12(8), 2166. <http://bit.ly/3IT1x87>

Gojny, M. (2019). Relationship between leaders'and followers'psychological capital and the mediating role of pos and authentic leadership. *Journal of Positive Management*, 9(2), 89-104. <https://bit.ly/3GIZMrj>

Gómez, G., Meneses, A., y Palacio, M. (2017). La satisfacción laboral y el capital psicológico:

- factores que influyen en el síndrome de burnout [Tesis]. En elsevier.
<https://bit.ly/43HzMXe>
- Guayasamín-Cantos, Y., y Ramos-Alfonso, Y. (2020). Evaluación del estrés laboral en las condiciones del teletrabajo en una Institución Fiscal de enseñanza media en Manabí, Ecuador. *Polo del Conocimiento*, 5(7), 422-436. <http://bit.ly/3HfMnc5>
- Guerrero, E., Gómez, R., Moreno, J. M., y Guerrero, M. (2018). Factores de riesgo psicosocial, estrés percibido y salud mental en el profesorado. *Revista Clínica Contemporánea*, 1 - 12. <https://bit.ly/3W7kDdz>
- Guo, Q., Wang, Y., Liu, Q., y Wang, T. (2022). Psychological Capital and Occupational Well-Being: Mediating Effects of Work Engagement Among Chinese Special Education Teachers. *Front Psychol*, 13(1), 321. <https://bit.ly/3IT2Rb5>
- Güell, L. (2015). ESTUDIO DE LA SATISFACCIÓN LABORAL DE LOS MAESTROS [Doctorado]. Universitat Internacional de Catalunya. <https://bit.ly/3H7qllr>
- Hernández, R., Fernández, C., Baptista, M. (2017). *Metodología de la Investigación Científica*. México: McGrawHill.
- Hernández, R., y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGRAW-HILL Interamericana Editores, S.A. <https://bit.ly/3IU8TbH>
- Instituto de Educación Técnica Profesional (2023). Tipos de investigación. Estudios, investigaciones y otras publicaciones. <https://bit.ly/3GKZ2Cf>
- Jakubowski, T. y Sitko-Dominik, M. (2021). Teachers mental health during the first two waves of the COVID-19 pandemic in Poland [Salud mental de los docentes durante las dos primeras oleadas de la pandemia de COVID-19 en 34 Polonia]. *PubMed*, 16(9). <http://bit.ly/3Wb4wM3>
- Jenkins, R. (2021). Mental health and the global agenda: core conceptual issues. <https://bit.ly/3XhZlvh>
- Kanapathy, R., Majid, R. A., Amat, S., y Yasin, M. H. (2016). Relationship and contribution of psychological capital and organizational support towards the subjective well-being of special education secondary school teachers in the Central Region of Peninsula

- Malaysia. *Asia Pacific J. Intell. Disabil*, 3(1), 12-19. <https://bit.ly/3COzu64>
- Knapp, M., Beecham, J., McDaid, D., Matosevic, T., y Smith, M. (2017). The economic consequences of deinstitutionalisation of mental health services: lessons from a systematic review of European experience. *Health and Social Care in the Community*, 19(2), 113-125.
- Kurt, N. (2018). Investigación de la Relación entre Percepción de Capital Psicológico, Bienestar Psicológico y Satisfacción Laboral de Docentes. <https://bit.ly/3QErXME>
- LaMotte, S. (2021). El 2020 fue un año récord para el estrés, especialmente para las madres. <http://bit.ly/3H3NIT6>
- López, E. (2019). ¿Qué es la Resiliencia? nexo psicología aplicada. Recuperado 12 de enero de 2023, de <http://bit.ly/3ZD7OdX>
- Lovibond, P. y Lovibond, S. (1995). Evaluación conductual La estructura de los estados emocionales negativos: Comparación de las Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS) con los Inventarios de Depresión y Ansiedad de Beck, 33, 335 - 343.
- Lozano, A. (2020). Impacto de la epidemia del Coronavirus (COVID-19) en la salud mental del personal de salud y en la población general de China. *Rev Neuropsiquiatr*, 83(1), 8597. <http://bit.ly/3ITqolW>
- Lucas, C. P. (2015). A promoção do Capital Psicológico, work engagemnt e saúde mental de trabalhadores. Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas de Lisboa.
- Luthans, F., Alolio, B. J., B., A. J., y Norman, S. M. (2017). Positive Psychological Capital: Measurement and relationship with performance and satisfaction. *Personnel Psychology*, 60(3), 339-366. <http://bit.ly/3CR4ke6>
- Márquez, R. M. (2020). Capital Psicológico Positivo e Distress Psicológico en adultos ocupacionalmente activos. Universidad de Beira Interior. <https://bit.ly/3QHGQOq>
- Martínez, R., Salvador, L., Linehan, C., y Walsh, P. (2016). The impact of living arrangements and deinstitutionalisation in the health status of persons with intellectual disability in Europe. *J Intellect Disabil Res*, 55(9), 858-872. <https://bit.ly/3GHTrwz>
- Mehul, K., y Benedict, F. (2022). Prevalence of Anxiety and Depression among Psychiatric

- Healthcare Workers during the COVID-19 Pandemic: A Malaysian Perspective. *Healthcare (Basel)*, 10(3), 532. <https://bit.ly/3H5pqI9>
- Mental Health. (2022). Maestros: protegiendo su salud mental. <http://bit.ly/3IOTTeU>
- Mental Health Fundation (2022). Que es el estrés. *Stress*. <http://bit.ly/3iAsD9x>
- Mesurado, B., y Laudadio, J. (2019). Experiencia profesional, capital psicológico y engagement. Su relación con el burnout en docentes universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 12-40. doi: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.327>. <https://bit.ly/3BIYctU>
- Miller, D. F., y Wiltse, J. (1979). Mental health and the teacher. *The Journal of school health*, 49(7), 374–377. <https://bit.ly/3IO2Q8e>
- Ministerio de Salud Pública. (2022). Este 7 de abril se celebra el Día Mundial de la Salud, con el tema “Depresión: Hablemos”. <http://bit.ly/3kiHbLm>
- Mora, E., (2021). Impacto de la pandemia de covid-19 en los docentes: burnout, ansiedad y depresión | Runae. <http://bit.ly/3WaFGw4>
- Muñoz, C., Correa, C., y Matajudios, J. (2020). Síndrome de Burnout y estrategias de afrontamiento en docentes de primera infancia. *Revista Espacios*, 41(8), 111–119. <https://bit.ly/3CRvf9U>
- Namcela, R. (2022). Evaluación de estrés, ansiedad y depresión en Ecuador durante la pandemia de COVID-19, *La Ciencia al Servicio de la Salud*. <http://bit.ly/3kIXpDC>
- Nigussie, K., Alemu, L., y Addisu, S. (2021). Depression, anxiety, and associated factors among people with epilepsy and attending outpatient treatment at primary public hospitals in northwest Ethiopia: A multicenter cross-sectional study. *Journals Plosone*, 13(6), 256. <http://bit.ly/3GGp8pN>
- Nunes, C. (2017). O PsyCap e o Engagement nos Estudantes: O Papel Mediador do Coping. Universidade de Lisboa. <http://bit.ly/3kjrkvP>
- Ocampo, K., Mansanillas, T. (16 de septiembre de 2022). Unidad 3 Metodología. En E, Loja (Ed.), *Guía didáctica de Prácticum 4.1: Trabajo de Integración Curricular-Proyecto de Investigación 27-29*. Ediloja Cía. Ltda.

- Oliveira, D. F., y Cobucci, R. N. (2020). Prevalência de ansiedade em profissionais da saúde em tempos de COVID-19: revisão sistemática com metanálise. *Scielo*, 157. <http://bit.ly/3H6EWDV>
- OMS. (2017). Depression and other common mental disorders: global health estimate. <https://bit.ly/3QEFtjs>
- OMS. (2022). Por qué la salud mental debe ser una prioridad al adoptar medidas relacionadas con el cambio climático. <http://bit.ly/3X8LwiG>
- Ortega, C. (2022). Investigación cuantitativa. Qué es y cómo realizarla. *QuestionPro*. <http://bit.ly/3Xe6899>
- Pacheco, H. (2022). Ansiedad, Depresión y Estrés en docentes de Instituciones Educativas de San Juan de Miraflores durante la pandemia por COVID-19, 2022 [Tesis]. Universidad César Vallejo. <https://bit.ly/3WTS6KM>
- Pacheco, N., López, S., y Sánchez, M. (2019). La importancia de la inteligencia emocional del profesorado en la misión educativa: Impacto en el aula y recomendaciones de buenas prácticas para su entrenamiento. *Voces Educ*, 2(6), 74-97. <http://bit.ly/3ILvvuR>
- Pappa, S., Vasiliki, N., y Timoleon, G. (2020). Prevalence of depression, anxiety, and insomnia among healthcare workers during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Brain Behav Immun*, 901-907. <https://bit.ly/3kgLjvt>
- Patiño, G. (2021). Niveles de ansiedad y depresión en la práctica docente por confinamiento” [Tesis]. Universidad Internacional SEK. <http://bit.ly/3Wdolgn>
- Peng, O., Huang, X., Wang, G., Zhang, R. N., y Bai, W. (2018). The effect of special education teachers’ competency on their occupational well-being: the mediating effect of psychological capital. *Chin. J. Special Educ*, 10(2), 51-55. <https://bit.ly/3WhA6rv>
- Pillay, N. (2018). Estrés ocupacional, capital psicológico y satisfacción laboral entre maestros de escuelas públicas y privadas dentro de una región en KwaZulu-Natal. <https://bit.ly/3k6bK6L>
- Prins, S. (2017). Does Transinstitutionalization Explain the Overrepresentation of People with Serious Mental Illnesses in the Criminal Justice System? *Community Ment Health J*,

47(5), 716-722.

- Qiu, Y. (2021). Investigación sobre estrés psicológico y salud mental del personal médico en la prevención y control de la COVID-19. <https://bit.ly/3wnH2ct>
- Quispe, F. y García, G. (2021). Impacto psicológico del covid-19 en la docencia de la Educación Básica Regular. *Alpha Centaury*, 1(2), 30-41. <http://bit.ly/3Xw17bP>
- Ramos, D., Carvajal, L., Puchiancela, M., Cerda, V. y Espín, A. (2020). Estrés laboral y síndrome del agotamiento (burnout) en docentes de enfermería de la universidad central del ecuador: marzo 2019 – marzo 2020. *Medicina prehospitalaria.*, Vol.4 (1). <https://bit.ly/3XdI4DA>
- Redolar, D. (2019). *¿Qué es el estrés?* Salud con Ciencia. <http://bit.ly/3khTis6>
- Rodríguez. (2019). La influencia de los factores emocionales para la empleabilidad de personas desempleadas en riesgo de exclusión social. 10.13140/RG.2.2.31974.57929. <https://bit.ly/3ZACtbZ>
- Romero, M., Padilla, A. y Gámiz, V. (2020). Evolución de la competencia digital docente del profesorado universitario: incidentes críticos a partir de relatos de vida. *Educación*. Recuperado 11 de enero de 2023, <http://bit.ly/3QHJbsG>
- Rossy, M. (2019). Efectos a corto y largo plazo de la ansiedad. *Banyan Treatment Center*. <http://bit.ly/3H6zVeA>
- Salguero, K. (2020). El estrés y su salud. *Medline Plus* <http://bit.ly/3J77f6H>
- Sánchez, L. G. (2022). La depresión afecta a 280 millones de personas en todo el mundo. RTVE.es. <http://bit.ly/3kcmJX>
- Sepúlveda, J. G., Crespo, J., Logomarcino, M., y Peña, C. L. (2018). Salud mental y la sociedad abierta en la realidad actual: entre la Utopía de la Cordura y la Praxis de la Locura. *Utopía y Praxis Latinoamericana*, 42 - 47. <https://bit.ly/3GBXs5w>
- Silva, C., Mejía, J., y Rueda, Y. (2020). Psychosocial care route or teachers with burnout syndrome due to the quarantine generated by COVID-19. *Gisst*, 29(3), 133–142. <http://bit.ly/3WaH5mk>
- Soto, T. y Gabino, A. (2021). Ansiedad durante la pandemia COVID-19 en docentes de

- instituciones educativas del distrito de Yanahuanca en Pasco. *Cuidado y Salud Pública*, 1(1), 24-30. <https://bit.ly/3H3Rax2>
- Tang, Y., Shao, Y., y Chen, Y. (2019). Assessing the mediation mechanism of job satisfaction and organizational commitment on innovative behavior: the perspective of psychological capital. *Front Psychol*, 10(1), 389. <http://bit.ly/3ZACEUH>
- Teixeira, A., Soares, A., y Lopes, M. (2015). Impacto do capital psicológico positivo no desempenho de un equipa comercial. *Psique*, 11(1), 9-33. <http://bit.ly/3kjHntN>
- Tellez, C., Barahona, M., y Tellez, C. (2022). Capital psicológico y satisfacción laboral, tras el retorno a la presencialidad, de los profesores en ciencias económicas de una universidad colombiana. *Face*, 2(2), 51-68. <https://bit.ly/3MjorWn>
- Trung, T. N. (2021). Impact of Psychological Capital on Job Performance and Job Satisfaction. *The Journal of Asian Finance, Economics and Business*, 8(5), 495-503. <https://bit.ly/3ZPjv1B>
- Turna, J., Zhang, J., Lamberti, N., Patterson, B., Simpson, W., Francisco, A., Goldman, C. y Van, M. (2021). Anxiety, depression, and stress during the 37 COVID-19 pandemics: Results from a cross-sectional survey [Ansiedad, depresión y estrés durante la pandemia de COVID-19: resultados de una encuesta transversal]. *PubMed*, 137(21), 96-103. <http://bit.ly/3QESpFU>
- White, C., Liebman, E., y Stone, P. (2018). Decision mechanisms underlying mood-congruent emotional classification. *Cogn Emot*, 32(2), 249-58. <http://bit.ly/3iJOGKH>
- Woo, C., y Park, J. (2018). Satisfação da especialidade, capital psicológico positivo y valores profissionais de enfermagem em estudantes de enfermagem: uma pesquisa transversal. *Educação em enfermagem hoje*, 57(6), 24-28.
- World Health Organization. (2022). Depresión. <http://bit.ly/3iFJdEU>
- World Health Organization (2022). Mental health at work. <https://bit.ly/3ILMcGs>
- Xu, L., Liao, J., Wu, Y., y Kuang, H. (2021). Effect of psychological capital of volunteers on volunteering behavior: the chained mediation role of perceived social support and volunteer motivation. *Front Psychol*, 12(1), 877. <http://bit.ly/3ZA57Km>

- Xu, L., Ma, H., y Shang, G. (2019). Mediating role of psychological capital on occupational stress and job satisfaction in disease prevention and control personnel. *China Occup Med*, 46(1), 312–6. <https://bit.ly/3ZDC1da>
- Zelalem, B., Abriham, Z., Eshetu, T., y Biksegn, A. (2021). Level of anxiety symptoms and its associated factors among nurses working in emergency and intensive care unit at public hospitals in Addis Ababa, Ethiopia. *BMC Nursing*, 20(180), 943. <http://bit.ly/3ZDwEdF>
- Zhang, S., Liu, J., Afshar, J., Nawaser, K., Yousefi, A., y Li, J. (2020). At the height of the storm: healthcare staff's health conditions and job satisfaction and their associated predictors during the epidemic peak of COVID-19. *Brain Behav Immun*, 87(1), 144-6. <http://bit.ly/3QHT61b>

Apéndice

Apéndice A: Solicitud a la institución

Ciudad, día de mes del año

Dr.

XXXXXXXXXX

Decano.

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

En su despacho. -

De mi consideración:

La Universidad Técnica Particular de Loja, a través de la carrera de Psicología, ha desarrollado desde 1998, varias líneas de investigación en el ámbito psicológico, en cooperación interinstitucional con diferentes Universidades Nacionales e Internacionales; con el fin de aportar al proceso de investigación y desarrollo del país.

Es importante, en el momento actual, promover el desarrollo de entornos favorables para la salud y el bienestar laboral, por ello me permito comentar que, en el ámbito de la Salud mental, se lleva a cabo el proyecto de investigación: "Prevalencia de la salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos".

Conocedores de su alto espíritu de colaboración y compromiso con la sociedad y la ciencia, solicito a usted se autorice a (Nombre del estudiante investigador), con cédula (XXXXXXX), estudiante de la Carrera de Psicología de la Universidad Técnica Particular de Loja, como parte de su Trabajo de Investigación, realice la recolección de información dirigida a docentes de la Institución que usted tan acertadamente dirige.

Es importante indicar que los datos recogidos serán utilizados con fines netamente académicos e investigativos, salvaguardando la identidad de los profesionales e instituciones participantes.

Seguro de contar con la favorable atención al presente, anticipo mis sinceros agradecimientos.

Atentamente.




 Mgtr. Geovanny Cuenca
DIRECTOR DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA

Apéndice B: Formulario de consentimiento informado

Título de la investigación: Salud mental y su relación con la satisfacción laboral en trabajadores ecuatorianos en el año 2022 y 2023

Datos del equipo de investigación: *(puede agregar las filas necesarias)*

	Nombres completos	# de cédula	Institución a la que pertenece
Investigador Principal	Karina Elizabeth Ocampo Vásquez	1104772015	Universidad Técnica Particular de Loja
Investigador	David Mauricio Ortega Jiménez	1104555436	Universidad Técnica Particular de Loja
Investigador	Tatiana Cecibel Mansanillas Rojas	1104496334	Universidad Técnica Particular de Loja
Investigador	Francisco Díaz Bretones	PAI9050207	Universidad de Granada
Investigador	Pedro Antonio García López	AAC4475598	Universidad de Granada

¿De qué se trata este documento? *(Realice una breve presentación y explique el contenido del consentimiento informado). Se incluye un ejemplo que puede modificar*

El propósito de esta información es ayudarle a tomar la decisión de participar o no, en una investigación con instrumentos psicológicos.

Usted está invitado(a) a participar en este estudio que se realizará en trabajadores ecuatorianos. En este documento llamado "consentimiento informado" se explica las razones por las que se realiza el estudio, cuál será su participación y si acepta la invitación. También se explica los posibles riesgos, beneficios y sus derechos en caso de que usted decida participar. Después de revisar la información en este Consentimiento y aclarar todas sus dudas, tendrá el conocimiento para tomar una decisión sobre su participación o no en este estudio. No tenga prisa para decidir. Si es necesario, lleve a la casa y lea este documento con sus familiares u otras personas que son de su confianza.

Introducción

Dentro del ámbito laboral, los trabajadores se encuentran expuestos a diversas situaciones que pueden afectar su salud mental disminuyendo su satisfacción laboral. Por ende, usted ha sido seleccionado como participante porque es un profesional con un título de tercer nivel que trabaja en una institución pública o privada.

Objetivo del estudio

El objetivo de este estudio es conocer si existe un vínculo entre el estrés, depresión, ansiedad y la satisfacción de los empleados en su lugar de trabajo.

Descripción de los procedimientos

Al ser un estudio a nivel nacional se considera recolectar información de un aproximado de 500 participantes. A los voluntarios se les aplicarán distintos tests psicológicos y levantamiento de información socio demográfica, a través de los siguientes instrumentos: cuestionario socio demográfico y laboral, escala de depresión, ansiedad y estrés (DASS – 21), escala de soledad (UCLA-3), conflicto, trabajo, familia, satisfacción laboral y capital psicológico. Se contempla aproximadamente un tiempo de 25 minutos en total para llenar los cuestionarios.

¿Incurriré en algún gasto?

Usted no incurrirá en ningún gasto, todo estará financiado por la Universidad Técnica Particular de Loja (UTPL), y las organizaciones que colaboren voluntariamente para el cumplimiento de los objetivos previstos en esta investigación.

Confidencialidad de los datos:

Si acepta participar en el presente estudio, sus datos y resultados serán parte de la investigación científica y serán usados en publicaciones, sin embargo, se guardará estricta confidencialidad de

todo tipo de información personal entregada.

Participación voluntaria:

Todas las personas que decidan participar en el presente estudio y cambien de opinión durante el desarrollo de este, podrán abandonarlo en cualquier momento. Si desea más información acerca del estudio, haga todas las preguntas que desee en cualquier momento de su participación.

Riesgos y beneficios

Si bien en principio no existen riesgos para la integridad o salud del evaluado, es posible que usted sienta:

a) Incomodidad al responder algunas de las preguntas formuladas en la batería psicológica en línea.

b) Que el periodo empleado para responder la batería psicológica en línea le reste tiempo de sus actividades, de la vida cotidiana o de su tiempo libre.

Con el fin de disminuir o eliminar la posible percepción de riesgo psicológico o emocional, se contemplan las siguientes alternativas:

a) Usted podrá abandonar la batería psicológica en línea en cualquier momento si así lo decide.

b) No está obligado a contestar todas las preguntas.

c) Se le garantiza que la información que proporcione nunca será juzgada por los investigadores.

d) La divulgación de la información proporcionada se mantendrá en todo momento confidencial.

Beneficios

Es posible que este estudio no traiga beneficios directos para usted, pero los resultados que se obtendrán podrán constituir un aporte teórico para el diseño de programas de prevención y políticas sociales más eficaces dirigidas al cuidado de la salud mental y potenciar la percepción de satisfacción laboral en trabajadores.

Otras opciones si no participa en el estudio

Si usted no participa en la investigación y desea conocer la información que se obtuvo sobre salud mental y satisfacción laboral en trabajadores, podrá visualizar los resultados a través de la página web del observatorio de salud mental de la UTPL (<https://smartland.utpl.edu.ec/obastal>).

Derechos de los participantes *(debe leerse todos los derechos a los participantes)*

Usted tiene derecho a:

- 1) Recibir la información del estudio de forma clara;
- 2) Tener la oportunidad de aclarar todas sus dudas;
- 3) Tener el tiempo que sea necesario para decidir si quiere o no participar del estudio;
- 4) Ser libre de negarse a participar en el estudio, y esto no traerá ningún problema para usted;
- 5) Ser libre para renunciar y retirarse del estudio en cualquier momento;
- 6) Recibir cuidados necesarios si hay algún daño resultante del estudio, de forma gratuita, siempre que sea necesario;
- 7) Derecho a reclamar una indemnización, en caso de que ocurra algún daño debidamente comprobado por causa del estudio;
- 8) Tener acceso a los resultados de las pruebas realizadas durante el estudio, si procede;
- 9) El respeto de su anonimato (confidencialidad);
- 10) Que se respete su intimidad (privacidad);
- 11) Recibir una copia de este documento, firmado y rubricado en cada página por usted y el investigador;
- 12) Tener libertad para no responder preguntas que le molesten;
- 13) Estar libre de retirar su consentimiento;
- 14) Contar con la asistencia necesaria para que el problema de salud o afectación de los derechos que sean detectados durante el estudio, sean manejados según normas y protocolos de atención establecidas por las instituciones correspondientes;
- 15) Usted no recibirá ningún pago ni tendrá que pagar absolutamente nada por participar en este estudio.

Manejo del material biológico recolectado <i>(si aplica)</i>
No aplica
Información de contacto
Si usted tiene alguna pregunta sobre el estudio, por favor llame al siguiente teléfono 0983120938 que pertenece a <u>Karina Ocampo Vásquez</u> o envíe un correo electrónico a keocampo@utpl.edu.ec
Consentimiento informado <i>(Es responsabilidad del investigador verificar que los participantes tengan un nivel de comprensión lectora adecuado para entender este documento. En caso de que no lo tuvieran, el documento debe ser leído y explicado frente a un testigo, que corroborará con su firma que lo que se dice de manera oral es lo mismo que dice el documento escrito)</i>
Comprendo mi participación en este estudio. Me han explicado los riesgos y beneficios de participar en un lenguaje claro y sencillo. Todas mis preguntas fueron contestadas. Me permitieron contar con tiempo suficiente para tomar la decisión de participar y me entregaron una copia de este formulario de consentimiento informado. Acepto voluntariamente participar en esta investigación.

_____ Nombres completos del/a participante Número de cédula:	_____ Firma del/a participante	_____ Fecha
_____ Nombres completos del/a investigador/a	_____ Firma del/a investigador/a	_____ Fecha

Apéndice C: DASS-21

Sírvase de contestar como considere oportuno las siguientes oraciones, seleccione con un círculo el número correspondiente 0,1,2,3 según considere que experimento usted en los últimos días, a continuación, se muestra la escala y su correspondencia:

0= Nada aplicable en Mí

1= Aplicable a Mí en algún grado

2= Aplicable en Mí en alto grado

3= Muy aplicable en Mí

Apéndice 1.*Cuestionario DASS-21*

1.	Me costó mucho relajarme	0	1	2	3
2.	Me di cuenta que tenía la boca seca	0	1	2	3
3.	No podía sentir ningún sentimiento positivo	0	1	2	3
4.	Se me hizo difícil respirar.....	0	1	2	3
5.	Se me hizo difícil tomar la iniciativa para hacer cosas	0	1	2	3
6.	Reaccioné exageradamente en ciertas situaciones	0	1	2	3
7.	Sentí que mis manos temblaban	0	1	2	3
8.	Sentí que tenía muchos nervios.....	0	1	2	3
9.	Estaba preocupado por situaciones en las cuales podía tener pánico o en las que podría hacer el ridículo	0	1	2	3
10.	Sentí que no tenía nada por que vivir	0	1	2	3
11.	Noté que me agitaba.....	0	1	2	3
12.	Se me hizo difícil relajarme	0	1	2	3
13.	Me sentí triste y deprimido	0	1	2	3
14.	No toleré nada que no me permitiera continuar con lo que estaba haciendo	0	1	2	3
15.	Sentí que estaba al punto de pánico	0	1	2	3
16.	No me pude entusiasmar por nada	0	1	2	3
17.	Sentí que valía muy poco como persona	0	1	2	3
18.	Sentí que estaba muy irritable	0	1	2	3
19.	Sentí los latidos de mi corazón a pesar de no haber hecho ningún esfuerzo físico.....	0	1	2	3
20.	Tuve miedo sin razón	0	1	2	3
21.	Sentí que la vida no tenía ningún sentido	0	1	2	3

Apéndice D: UCLA-R

Sírvase de contestar como considere oportuno las siguientes afirmaciones, seleccione con un círculo el número correspondiente 1,2,3,4 según considere qué experimentó usted en los últimos días, a continuación, se muestra la escala y su correspondencia:

1= Nunca

2= Rara vez

3= A veces

4= Siempre

Con que frecuencia:

Apéndice 2.

Cuestionario UCLA-R

1.	¿Con qué frecuencia siente que echa en falta tener compañía?	1	2	3	4
2.	¿Con qué frecuencia se siente dejado de lado?	1	2	3	4
3.	¿Con qué frecuencia se siente aislado?	1	2	3	4

Cuestionario de Interacción Trabajo-Familia (SWING)

A continuación, encontrará una serie de situaciones acerca de cómo se relacionan los ámbitos laboral y personal. Por favor, indique con qué frecuencia ha experimentado cada una de las siguientes situaciones durante los últimos seis meses. Marque con una cruz la casilla que mejor describa su opinión según la siguiente escala de respuesta:

Apéndice 3.

Cuestionario de Interacción Trabajo-Familia (SWING)

	0 Nunca	1 A veces	2 A menudo	3 Siempre
1. Estás irritable en casa porque tu trabajo es muy agotador				
2. Te resulta complicado atender a tus obligaciones domésticas porque estás constantemente pensando en tu trabajo				
3. Tienes que cancelar planes con tu pareja/familia/amigos debido a compromisos laborales				
4. Tu horario de trabajo hace que resulte complicado para ti atender a tus obligaciones domésticas				
5. No tienes energía suficiente para realizar actividades de ocio con tu pareja/familia/amigos debido a tu trabajo				
6. Tienes que trabajar tanto que no tienes tiempo para tus hobbies				
7. Tus obligaciones laborales hacen que te resulte complicado relajarte en casa				
8. Tu trabajo te quita tiempo que te hubiera gustado pasar con tu pareja/familia/amigos				
9. La situación en casa te hace estar tan irritable que descargas tu frustración en tus compañeros de trabajo				
10. Te resulta difícil concentrarte en tu trabajo porque estás preocupado por asuntos domésticos				
11. Los problemas con tu pareja/familia/amigos afectan a tu rendimiento laboral				
12. Los problemas que tienes con tu pareja/familia/amigos hacen que no tengas ganas de trabajar				
13. Después de un día o una semana de trabajo agradable, te sientes de mejor humor para realizar actividades con tu pareja/familia/amigos				
14. Desempeñas mejor tus obligaciones domésticas gracias a habilidades que has aprendido en tu trabajo				
15. Cumples debidamente con tus responsabilidades en casa porque en tu trabajo has adquirido la capacidad de comprometerte con las cosas				
16. El tener que organizar tu tiempo en el trabajo				

ha hecho que aprendas a organizar mejor tu tiempo en casa				
17. Eres capaz de interactuar mejor con tu pareja/familia/amigos gracias a las habilidades que has aprendido en el trabajo				
18. Después de pasar un fin de semana divertido con tu pareja/familia/amigos, tu trabajo te resulta más agradable				
19. Te tomas las responsabilidades laborales muy seriamente porque en casa debes hacer lo mismo				
20. Cumples debidamente con tus responsabilidades laborales porque en casa has adquirido la capacidad de comprometerte con las cosas				
21. El tener que organizar tu tiempo en casa ha hecho que aprendas a organizar mejor tu tiempo en el trabajo				
22. Tienes más autoconfianza en el trabajo porque tu vida en casa está bien organizada.				

Apéndice E: Escala de Satisfacción Laboral

Apéndice 4.

Escala de Satisfacción Laboral

	Muy insatisfecho	Insatisfecho	Moderadamente insatisfecho	Ni satisfecho o Ni insatisfecho	Moderadamente satisfecho	Satisfecho	Muy satisfecho
1. Condiciones físicas del trabajo							
2. Libertad para elegir tu propio método de trabajo.							
3. Tus compañeros de trabajo							
4. Reconocimiento que obtienes por el trabajo bien hecho							
5. Tu superior inmediato							
6. Responsabilidad que se te ha asignado							
7. Tu salario							
8. La posibilidad de utilizar tus capacidades							
9. Relaciones entre dirección y trabajadores en tu empresa							
10. Tus posibilidades de ser promocionado							
11. El modo en que tu empresa está gestionada							
12. La atención que se presta a las sugerencias que haces							
13. Tu horario de trabajo							
14. La variedad de tareas que realizas en tu trabajo							
15. Tu estabilidad en el empleo							

Apéndice F: Capital psicológico PCQ-24

Las respuestas se presentan en forma de escala en la que se debe señalar un valor (encierre en un círculo en número). Las respuestas deben reflejar las actitudes y comportamientos como son ahora.

Apéndice 5.

Escala de Capital psicológico PCQ-24

	Pregunta	Muy en desacuerdo	Muy de acuerdo
1	Me siento confiado planteando soluciones a problemas que son de largo plazo.	1	2 3 4 5 6 7
2	Me siento confiado representando a algún grupo en reuniones con de trabajo.	1	2 3 4 5 6 7
3	Me siento confiado contribuyendo en las discusiones de estrategias en mi trabajo	1	2 3 4 5 6 7
4	Me siento seguro ayudando a fijar objetivos/metast en mi carrera laboral.	1	2 3 4 5 6 7
5	Me siento seguro contactando gente de fuera de mi lugar de trabajo (funcionarios del gobierno, empleadores, colegas) para discutir problemas.	1	2 3 4 5 6 7
6	Me siento seguro presentando información a un grupo de compañeros.	1	2 3 4 5 6 7
7	Si me hallara en un aprieto en mi trabajo, sería capaz de plantearme varias maneras de salir de él.	1	2 3 4 5 6 7
8	En este momento me encuentro siguiendo mis metas con mucha energía.	1	2 3 4 5 6 7
9	Hay muchas formas de abordar cualquier problema.	1	2 3 4 5 6 7
10	En este momento me veo siendo muy exitoso en mi trabajo	1	2 3 4 5 6 7
11	Puedo plantearme varias alternativas para lograr mis actuales metas en mi trabajo.	1	2 3 4 5 6 7
12	En este momento estoy cumpliendo con las metas que me había fijado en mi trabajo.	1	2 3 4 5 6 7
13	Cuando tengo un revés en mi trabajo, tengo problemas para recuperarme y seguir adelante.	1	2 3 4 5 6 7
14	Usualmente manejo las dificultades de una manera u otra en mi trabajo.	1	2 3 4 5 6 7
15	Puedo valérmelas por mí mismo para hablar con autoridades o compañeros en mi trabajo si tengo que hacerlo.	1	2 3 4 5 6 7
16	Usualmente tomo con tranquilidad las cosas estresantes en mi trabajo.	1	2 3 4 5 6 7
17	Puedo superar momentos difíciles en mi trabajo porque ya he experimentado dificultades antes.	1	2 3 4 5 6 7
18	Me siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo en mi trabajo.	1	2 3 4 5 6 7
19	Cuando las cosas son inciertas para mí en mi trabajo, usualmente espero lo mejor.	1	2 3 4 5 6 7
20	Si algo me puede salir mal en mi trabajo, así será.	1	2 3 4 5 6 7
21	Yo siempre busco el lado positivo de las cosas en mi trabajo.	1	2 3 4 5 6 7
22	Soy optimista sobre lo que pudiera pasarme en el futuro en lo que concierne a mi trabajo.	1	2 3 4 5 6 7
23	En mi lugar de trabajo las cosas nunca funcionan de la manera en que yo quiero que funcionen.	1	2 3 4 5 6 7
24	Yo abordo las cosas de mi trabajo buscando siempre el lado positivo.	1	2 3 4 5 6 7

Apéndice G: Cuestionario sociodemográfico y laboral Ad-Hoc

Apéndice 6.

Cuestionario sociodemográfico y laboral Ad-Hoc

Este cuestionario consta de una serie de ítems relativos a sus características, socioeconómicas y laborales. Le agradeceríamos que nos diera su sincera opinión sobre todas las cuestiones que le planteamos. Muchas gracias. Apreciamos su colaboración.

Género	<input type="checkbox"/>	Masculino	<input type="checkbox"/>	Femenino	<input type="checkbox"/>	Otro	<input type="checkbox"/>	Edad: años	<input type="text"/>	Número de hijos:	<input type="text"/>
Ciudad de trabajo:							Nacionalidad:				
Estado civil	<input type="checkbox"/>	Soltero	<input type="checkbox"/>	Casado/Unión libre	<input type="checkbox"/>	Viudo	<input type="checkbox"/>	Divorciado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
La zona que trabaja es	<input type="checkbox"/>	Urbana	<input type="checkbox"/>	Rural	<input type="checkbox"/>	Su remuneración es de:					
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	\$425 a \$800	<input type="text"/>	\$1201 a \$1600	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	\$801 a \$1200	<input type="text"/>	mayor a \$1601	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Profesión	<input type="text"/>	Nivel que ejerce en la docencia		<input type="checkbox"/>	Primaria	<input type="checkbox"/>	Secundaria	<input type="checkbox"/>	Universitaria	<input type="checkbox"/>	
Tipo de contrato	Nombramiento permanente				<input type="checkbox"/>	Nombramiento provisional				<input type="checkbox"/>	
	Libre nombramiento y remoción				<input type="checkbox"/>	Servicios ocasionales				<input type="checkbox"/>	
	Otro				<input type="checkbox"/>					<input type="checkbox"/>	
Horas que trabaja diariamente:											
La institución provee de recursos necesarios para su trabajo			<input type="checkbox"/>	Totalmente	<input type="checkbox"/>	Medianamente	<input type="checkbox"/>	Poco	<input type="checkbox"/>	Nada	<input type="checkbox"/>
Tiempo de experiencia laboral: años <input type="text"/> meses <input type="text"/>											
Tipo de trabajo	<input type="checkbox"/>				Tiempo completo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				Tiempo parcial
Tipo de institución	<input type="checkbox"/>				Pública	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				Privada