



**UTPL**

**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 primaria y secundaria del Cantón Balsas**

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

**LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

**Autor:** Sánchez Godos, Gina Jaquelin

**Director:** Torres Salazar, Cristina Alexandra

BALSAS

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**

Loja, día de mes de año

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 primaria y secundaria del Cantón Balsas, realizado por Gina Jaquelin Sánchez Godos 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: Cristina Alexandra Torres Salazar

Título académico: Magister en neuropsicología Clínica

C.I.: 1804135380

Correo electrónico: catorres52@utpl.edu.ec

### **Declaración de autoría y cesión de derechos**

Yo, Gina Jaquelin Sánchez Godos, 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 primaria y secundaria del Cantón Balsas, de la carrera de Psicología, específicamente de los contenidos comprendidos en: Marco Teórico, Metodología, Análisis de Resultados y Discusión, siendo Cristina Alexandra Torres Salazar, director (a) del presente trabajo; también declaro que la presente investigación no vulnera derechos de terceros ni utiliza fraudulentamente obras preexistentes. Además, ratifiqué 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: Sánchez Godos, Gina Jaquelin

C.I.: 0706108818

Correo electrónico: [gjsanchez4@utpl.edu.ec](mailto:gjsanchez4@utpl.edu.ec)

## **Dedicatoria**

Con cariño y gratitud, quiero dedicar el presente trabajo fin de titulación principalmente a Dios por ser mi guía y fuerza para seguir mis sueños, ya que gracias a él he podido lograr esta licenciatura, a mis padres Liobaldo y Angelita, por ser ese apoyo constante en cada paso que he dado, por su amor incondicional y su fe en mí. A mis hermanos, Wilmer, Joel y Jessica, por estar siempre conmigo, por brindarme sus consejos y darme la motivación de poder superarme día a día. A mi esposo Michael, quien con su amor, paciencia y apoyo incondicional me han incentivado a lograr mis objetivos, a mis abuelitos Amada y José quienes me cuidan desde el cielo, y han sido mi fuente de inspiración para salir adelante.

Gina Jaquelin Sánchez Godos

## **Agradecimiento**

En primer lugar, le agradezco a Dios por darme la fuerza espiritual para ser perseverante en las metas que me he propuesto.

A mis padres y hermanos quienes siempre me han brindado su apoyo incondicional y su cariño para cumplir con mis objetivos tanto académicos como personales, ellos que con sus consejos me han impulsado a continuar a pesar de las adversidades.

A mi esposo por creer en mí y en mis sueños, por motivarme a alcanzar mis metas y celebrar mis logros, por su incondicional apoyo emocional y palabras de aliento a lo largo de todo este proceso.

Mi gratitud hacia mi directora Mgtr. Cristina Alexandra Torres Salazar, quien me brindó sus conocimientos, su tiempo, predisposición y consejos que fueron parte fundamental dentro del desarrollo del presente trabajo fin de titulación.

Finalmente, expreso mi agradecimiento a las instituciones que brindaron los recursos necesarios para llevar a cabo esta investigación.

Gina Jaquelin Sánchez Godos

## Índice

<b>Carátula.....</b>	<b>I</b>
<b>Aprobación del director del Trabajo de Integración Curricular .....</b>	<b>II</b>
<b>Declaración de autoría y cesión de derechos .....</b>	<b>III</b>
<b>Dedicatoria.....</b>	<b>V</b>
<b>Agradecimiento.....</b>	<b>VI</b>
<b>Índice .....</b>	<b>VII</b>
<b>Resumen .....</b>	<b>1</b>
<b>Abstract.....</b>	<b>2</b>
<b>Introducción .....</b>	<b>3</b>
<b>Capítulo Uno.....</b>	<b>5</b>
<b>Marco Teórico .....</b>	<b>5</b>
<b>1.1    Conceptualización y etiología de las variables de salud mental. ....</b>	<b>5</b>
<b>1.1.1    Indicadores de las variables de salud mental .....</b>	<b>5</b>
<b>1.1.1.1    Ansiedad .....</b>	<b>5</b>
<b>1.1.1.2    Depresión.....</b>	<b>7</b>
<b>1.1.1.3    Estrés.....</b>	<b>9</b>
<b>1.2    Salud mental en docentes.....</b>	<b>12</b>
<b>1.2.1    Repercusiones de las variables de la salud mental .....</b>	<b>12</b>
<b>1.2.1.1    Ansiedad .....</b>	<b>12</b>
<b>1.2.1.2    Depresión.....</b>	<b>14</b>
<b>1.2.1.3    Estrés.....</b>	<b>15</b>
<b>1.2.2    Investigaciones Previas en la Salud.....</b>	<b>16</b>

1.2.2.1	Ansiedad .....	16
1.2.2.2	Depresión.....	18
1.2.2.3	Estrés.....	20
1.3	Capital Psicológico y satisfacción laboral en docentes. ....	21
1.3.1	Conceptualización del capital psicológico y satisfacción laboral. ....	21
1.3.2	Importancia del capital psicológico y satisfacción laboral. ....	23
1.3.3	Investigaciones previas del capital psicológico y satisfacción laboral. ..	24
Capítulo dos .....		27
Metodología.....		27
2.1	Objetivos .....	27
2.1.1	Objetivo general:.....	27
2.1.2	Objetivos específicos:.....	27
2.2	Preguntas de Investigación. ....	27
2.3	Enfoque, tipo y diseño de investigación.....	27
2.3.1	Enfoque de investigación .....	27
2.3.2	Tipo de investigación .....	28
2.3.3	Diseño: .....	28
2.4	Población y muestra .....	29
2.4.1	Población:.....	29
2.4.1.1	Muestra.....	29
2.4.1.2	Tipo de muestreo .....	29
2.5	Criterios de inclusión y exclusión. ....	30
2.5.1	Criterios de inclusión .....	30

2.5.2	Criterios de exclusión .....	30
2.6	Instrumentos para recolección de información .....	30
2.6.1	Cuestionario Ad Hoc sociodemográfico y laboral.....	30
2.6.2	Escalas de depresión, ansiedad y estrés (DASS – 21) .....	30
2.6.3	Capital psicológico:.....	31
2.6.4	Satisfacción laboral:.....	31
2.7	Procedimiento .....	32
2.7.1	Fase 1 .....	32
2.7.1.1	Fase 2. ....	32
2.7.1.2	Fase 3. ....	32
Capítulo Tres .....		34
Análisis de resultados y discusión .....		34
3.1	Análisis de resultados .....	34
3.2	Discusión .....	37
Conclusiones .....		43
Recomendaciones .....		44
Bibliografía .....		46

### Índice de Tablas

Tabla 1	Características sociodemográficas y laborales del personal educativo.....	34
Tabla 2	Percepción de salud mental de docentes.....	35
Tabla 3	Capital psicológico en docentes.....	35
Tabla 4	Satisfacción laboral en docentes.....	36

## Resumen

Varias investigaciones indican la importancia del estudio de la salud mental en relación con la satisfacción laboral y el capital psicológico de los docentes que laboran en instituciones educativas públicas como privadas. **Objetivo:** Determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y satisfacción laboral en docentes de educación primaria y secundaria. **Metodología:** Enfoque cuantitativo, no experimental y de diseño transversal descriptivo. **Muestra:** 35 profesionales en educación que cumplían con los criterios de inclusión y exclusión. **Instrumentos:** para la obtención de resultados se utilizó un Cuestionario Ad Hoc sociodemográfico y laboral, Escalas de depresión, ansiedad y estrés (DASS – 21), Capital psicológico y Satisfacción laboral. **Resultados:** se observó mayor prevalencia en niveles leves de ansiedad, depresión y estrés, además, niveles medios tanto para capital psicológico como para satisfacción laboral. **Conclusiones:** se pudo tomar como referencia que la muestra participante presenta un estado de salud mental estable, sin embargo, se observa una minoría de participantes que registran problemas de salud mental.

*Palabras clave:* Salud mental, capital psicológico, satisfacción laboral

### Abstract

Several investigations indicate the importance of the study of mental health in relation to job satisfaction and psychological capital of teachers who work in public and private educational institutions. **Objective:** To determine the prevalence of mental health, psychological capital and job satisfaction in primary and secondary school teachers. **Methodology:** Quantitative, non-experimental approach and descriptive cross-sectional design. **Sample:** 35 education professionals who met the inclusion and exclusion criteria. **Instruments:** to obtain results, an Ad Hoc Sociodemographic and Labor Questionnaire, Depression, Anxiety and Stress Scales (DASS - 21), Psychological Capital and Job Satisfaction were used. **Results:** a higher prevalence was observed in average levels of anxiety, depression and stress, in addition, average levels for both psychological capital and job satisfaction. **Conclusions:** it could be taken as a reference that the participating sample presents a stable state of mental health, however, a minority of participants is observed who register medium-high problems in these mental health variables.

*Keywords:* Mental health, psychological capital, job satisfaction

## Introducción

En la actualidad, se le ha dado mucha más importancia al estado de salud mental y su relación dentro del contexto laboral de un sujeto. Estudios como el presente proveen de información para analizar la prevalencia de ansiedad, depresión y estrés en la muestra participante. En el contexto educativo, los factores sociodemográficos como edad, género, estado civil, tipo de trabajo, entre otras importantes inciden en el estado psicológico de los docentes quienes desempeñan un papel crucial en la formación y desarrollo de los estudiantes.

Es importante destacar que la salud mental y el capital psicológico juega un papel importante en el desempeño laboral de los docentes, además, fortalece la capacidad de los educadores para enfrentar desafíos diarios, por otro lado, la satisfacción laboral está estrechamente vinculada con la motivación, el compromiso y la retención de los docentes en su profesión, de igual importancia Griffin y Bateran (1996), considera que el concepto de esta variable engloba varias facetas específicas como la remuneración, las oportunidades de crecimiento y las relaciones entre compañeros, que contribuyen a la satisfacción en el trabajo.

De esta forma otros estudios contribuyen con información relacionada a los datos presentados en esta investigación, es así, que el estudio de Granados-Alós y otros (2020), realizado en España durante pandemia obtuvo resultados de presencia de agotamiento emocional en maestros, además presentaron niveles medios y altos para las variables de salud mental, por otro lado Alvites-Huamaní (2019) evidenció en población peruana la relación que existe entre los factores psicosociales y la vinculación de las variables de salud mental con el contexto laboral. De igual importancia, Kurt & Ottekin (2019), determinó por medio de su investigación que el capital psicológico contribuía positivamente a que exista un nivel de satisfacción laboral mayor y el aumento del bienestar psicológico en los docentes de Ankara; lo que motiva a esta investigación a desarrollarse pospandemia y conocer la prevalencia de dichas variables y la relación que existe dentro del desempeño laboral en la actualidad.

El presente trabajo fin de titulación está organizado por tres apartados; en el capítulo uno se define cada una de las variables objeto de estudio y las repercusiones dentro del ámbito laboral docente, seguidamente en el capítulo dos se plantea la metodología utilizada para el desarrollo de la presente investigación a la par con la aplicación de instrumentos con la finalidad de dar cumplimiento a los objetivos planteados, finalmente, en el capítulo tres se presentan y se analizan los resultados obtenidos en el desarrollo de este estudio, para posteriormente contrastar dicha información con resultados de otros autores referentes a la temática presentada.

La realización de este estudio permite alcanzar los objetivos propuestos e interiorizar los conceptos presentados en esta temática, sin embargo, en el proceso de esta investigación se manifestaron limitaciones como la falta de colaboración de algunos docentes para formar parte de este proyecto, sin embargo, se optó por exponer la importancia de realizar este tipo de estudios con el fin de motivarlos a participar. Por otro lado, es importante mencionar que se encontraron estudios que no tomaban como referencia a algunas características sociodemográficas importantes que también podrían determinar una condición de salud mental.

## Capítulo Uno

### Marco Teórico

#### 1.1 Conceptualización y etiología de las variables de salud mental.

##### 1.1.1 *Indicadores de las variables de salud mental*

Cuando se habla de indicadores de salud mental se hace referencia a ansiedad, depresión y estrés, por lo cual, en este apartado se definirá cada uno de los términos mencionados.

**1.1.1.1 Ansiedad.** La ansiedad es definida como una reacción natural que posee el ser humano para afrontar un peligro, de esta forma hace que el sistema cognitivo reaccione más de prisa cuando un individuo se enfrenta a circunstancias preocupantes (Cano-Vinde y otros, 2011). Por lo tanto, es considerada como una emoción que todos los seres humanos experimentamos y se caracteriza por ser un sentimiento de miedo, temor o inquietud que varía dependiendo de las circunstancias por las que pase un individuo (Biblioteca Nacional de Medicina , 2021).

Según Díaz-Kuaik & De la Iglesia (2019), manifiestan que la ansiedad es el resultado de la captación de un estímulo que el individuo considera como amenazante, de esta forma existe una anticipación del riesgo en ausencia del mismo. Por ende, presenta un estado de malestar psicológico y físico, donde existen sensaciones de conmoción, inseguridad e incomodidad ante el posible riesgo (Villacob-Fernández, 2015). Además, hace referencia a manifestaciones tanto físicas como mentales que no surgen de amenazas reales, las cuales pueden aparecer en forma de crisis o como un estado de ánimo continuo y difuso que puede llevar al pánico (Nafría Vicente, 2021). En efecto, la ansiedad procede de la estimación de eventos no controlables (Mukhtar, 2020). Debe señalarse que, según las teorías conductuales, las conductas son aprendidas en el transcurso de la vida dadas por situaciones favorables o desfavorables, es por ello, que dicho comportamiento está condicionado y aprendido erróneamente, el cual se asocia a un estímulo neutro o un evento traumático,

dando como consecuencia una situación amenazante, es decir, que cada que un individuo registre esta situación presentará síntomas de ansiedad (Virues-Elizondo, 2005).

Por otro lado, el modelo cognitivo conductual de Clark y Beck (2010) considera a la ansiedad como una reacción ante la evaluación inapropiada y exagerada de la vulnerabilidad personal, dicha sensación se magnifica por efecto de ciertos procesos cognitivos disfuncionales, de esta forma se deriva de un sistema defectuoso de asimilación de la información que contempla como amenazantes situaciones o señales que pueden ser neutrales, la valoración de la misma conlleva a una perspectiva errónea que sobrestima la probabilidad de que se produzca el daño o la gravedad del mismo.

Es necesario destacar el modelo metacognitivo en el que Wells (1995) explica que el ser humano puede experimentar dos tipos de preocupación, la primera definida por el autor como preocupación tipo 1, en donde el individuo se enfrenta a una situación de provocación de ansiedad, posterior a ello genera una creencia positiva respecto a dicha preocupación, lo que le ayudará al individuo a poder afrontarla. Por consiguiente, dentro de este apartado inicialmente se estimula la respuesta de ansiedad, pero luego puede reducirse o incrementarse dependiendo de si el problema que ha estimulado la preocupación ha sido solventado. Por medio de este modelo se manifiesta que los individuos pueden presentar meta-preocupación definida como Tipo 2, lo que indica que los sujetos empiezan a inquietarse sobre si la preocupación inicial puede ser incontrolable, lo que posteriormente genera un incremento dentro de sintomatología de ansiedad, que cumplen con la función de mantenimiento en la que los individuos pueden interpretar si los síntomas son peligrosos o podrían llegar a ser incontrolables.

Es importante mencionar el modelo de intolerancia a la incertidumbre (MII) en el que los individuos con trastornos de ansiedad generalizada encuentran las situaciones de incertidumbre como “estresantes y molestas”, experimentan preocupación crónica como respuesta a eventos de intranquilidad, conjuntamente con sentimientos de ansiedad que conducen de manera negativa la orientación y evitación cognitiva del problema, lo que indica

que los sujetos presentan falta de confianza para resolver situaciones amenazantes (Behar y otros, 2011).

De igual manera, el modelo de desregulación de la emoción (MDE) basa su literatura en la teoría de la emoción y la regulación de los estados emocionales en general, es decir, que comparte ciertas características con conceptos referentes a déficits emocionales en el trastorno de personalidad límite. Entre los componentes de este modelo se ubica que los individuos que poseen trastornos de ansiedad generalizada experimentan emociones más intensas que otras personas, esto compromete a los estados negativos y positivos, de esta forma los sujetos tendrán una menor comprensión de sus emociones, es por ello que, presentarán actitudes negativas respecto a sus estados emocionales (Behar y otros, 2011).

Finalmente, la ansiedad es una respuesta que se refleja frente a una amenaza y puede generar sentimientos de miedo, temor, e inseguridad en reacción al peligro que se presente, como un mecanismo natural adaptativo que pone en alerta al ser humano ante sucesos comprometidos, lo que permite que se pueda tomar medidas adecuadas según sea el evento, desde otro punto de vista, cuando la ansiedad se da de forma natural es una ventaja para el ser humano, sin embargo, cuando se presenta de forma alterada puede generar repercusiones dentro de la salud.

**1.1.1.2 Depresión.** Los autores McLean & McDonald-Conno (2015), definen la depresión como un desorden mental que presenta emociones negativas, baja autoestima y la falta de interés ante la realización de las actividades diarias. En esa misma línea, Retamal (1998) la considera como una alteración del estado de ánimo resistente en su disminución, dicha variable puede provocar diversos síntomas psíquicos y físicos, por ello, la contempla como una de las enfermedades más elevadas a nivel psiquiátrico.

Bajo otras circunstancias, la depresión es el encarecimiento de sentimientos de aflicción que depende de la temporalidad en la que se presente para que sea considerada como grave o leve, dicha variable afecta tanto a la mente como al cuerpo y requiere de ayuda para poder manejarla (Pérez-Padilla y otros, 2017). Igualmente, la Organización

Panamericana de la salud (2017), refiere que es una enfermedad general que repercute en la vida diaria, generando cambios en el estado de ánimo de las personas y es causada por la interferencia de factores biológicos, genéticos o biológicos. Goncalvez-Estella y otros (2009) consideran que esta variable se sitúa dentro de los trastornos del estado de ánimo ya que se caracteriza por la pérdida de interés hacia las diferentes actividades diarias, y se ubican dentro del grupo más frecuente dentro de la atención primaria. Del mismo modo, De la Cruz y otros (2021) definen a este término como la aparición continua de la irritabilidad, ira, frustración, ganas de llorar, falta de apetito, entre otras, los cuales provocan cambios psicológicos, emocionales y físicos en el ser humano.

Con respecto a las principales causas de la depresión está el desempleo, enfermedades físicas, pérdida de familiares, enfermedades terminales, etc. Sin embargo, estas causas pueden variar dependiendo de los factores como la administración de medicamentos, situaciones estresantes, problemas de personalidad, forma de pensar, entre otras (San-Molina y Arranz-Martí, 2010). Al mismo tiempo, si nos referimos a los antecedentes biológicos, se presentan evidencias de alteraciones en los neurotransmisores, citosinas y hormonas que generan modificaciones en cuanto a estructura en el sistema nervioso central, inmunológico y endocrino, esto puede ser causa de una depresión mayor (Pérez-Padilla y otros, 2017).

Es importante hacer mención al modelo triada cognitiva sobre la depresión propuesta por Beck en 1976, la cual puntualiza los patrones personales de la visión negativa, así como los patrones cognitivos erróneos y del procesamiento de información que se encuentra influenciada por estructuras preexistentes y se denominan como actitudes disfuncionales, éstas pueden ser de algunos tipos como: ejecución, perfeccionamiento, derecho sobre otros y autonomía, que guía el modo de activación de la mente para el procesamiento de la información (Vázquez & Sanz, 1994).

Siguiendo la misma línea de investigación, según el modelo atributivo esta variable objeto de estudio es considerada como uno de los más utilizados para poder explicar la

sintomatología depresiva, manifestando que los individuos que realizan atribuciones internas, estables y globales en acontecimientos negativos de la vida diaria, tienen mayor tendencia a padecer depresión (Álvaro-Estramiana y otros, 2010). Es así que, este modelo aborda el estudio de la depresión analizando todas aquellas atribuciones y variaciones que influyen en la presencia de la misma. Por su parte, Freud (1917) citado en Carrasco (2017), planteó el modelo de orientación psicoanalítica en el que se manejó la hipótesis sobre los factores asociados a la depresión referente a experiencias traumáticas, interferencias y creencias en la relación de apego del infante, es por ello que dichas situaciones generan déficits psíquicos que persuaden de forma negativa a las personas para enfrentar una nueva situación de estrés o pérdida, además, concluye que los impulsos instintivos que se reprimen por la conciencia permanecen en el inconsciente y afectan al sujeto de forma futura.

De igual importancia, se menciona el modelo interpersonal, que tiene como fundamento principal la idea de que las situaciones presentadas en la infancia del individuo influyen en la psicopatología, sin embargo, se distingue de modelos psicoanalíticos clásicos que enfatizaban las vivencias de la edad temprana, es por esta razón, que considera que la etiología de la enfermedad psicológica es compleja ya que usa las conexiones de eventos a lo largo de la vida con la presencia de síntomas depresivos, no obstante, eventos traumáticos pueden precipitar los síntomas depresivos en individuos más vulnerables (Carrasco, 2017).

Se puede concluir que la depresión es considerada como un trastorno psicológico emocional, que se distingue por la presencia de pérdida de interés, baja autoestima, sentimientos y pensamientos negativos que interfieren en el desenvolvimiento normal del individuo en la vida cotidiana, tomando en consideración que, esta variable puede ser producto del padecimiento de patologías, la presencia de otras variables como ansiedad y estrés, de manera similar, este trastorno puede tener serias consecuencias que atentan contra la integridad del individuo, siendo el suicidio una de las más graves.

**1.1.1.3 Estrés.** Según Hans (1976) citado en Selye (1976) manifiesta que el concepto de estrés es muy antiguo, ya que desde la prehistoria el ser humano ha experimentado la

perdida de vigor y sensaciones de agotamiento que se presencian después de la realización de un trabajo complejo o exposición prolongada a condiciones ambientales como el frío o calor, de esta forma todas aquellas exposiciones se considerarían demasiado para él, dando como resultado síntomas de estrés. Asimismo, en la actualidad, se lo define como aquel sentimiento de tensión tanto emocional como física, y puede provenir de cualquier circunstancia que lo haga sentir frustrado, nervioso o enojado; además, es la reacción del cuerpo a un desafío o demanda, sin embargo, cuando esta se presenta con frecuencia puede afectar la salud del individuo (Barrio y otros, 2006).

Por consiguiente, entre las causas del estrés se puede identificar las relaciones interpersonales dentro del ámbito laboral que los docentes mantienen con la comunidad educativa, es decir, la responsabilidad de poder lidiar con las diversas situaciones cotidianas como la disciplina, problemas de aprendizaje, el cambio de horarios y la relación con los padres de familia respecto a las responsabilidades evadidas de sus representados (Iguasnia-Amaguaya y Saquisela-Gallegos, 2020). Al mismo tiempo, el estrés surge debido a los retos e inconvenientes de adaptación que sitúa la vida con la globalización y actualización de tecnología dentro de ámbito laboral y social, asimismo puede generar otras repercusiones como la depresión y ansiedad (Garnique-Hinostroza y otros, 2022).

Mendes Rodrigues y otros (2020), denominan al estrés como un factor de riesgo que influye directamente a la aparición de la depresión, y a su vez afecta al individuo en el contexto psicosocial. Adicionalmente, se le cataloga como una respuesta o comportamiento del cuerpo a la diversidad de presiones del entorno interno y externo, es decir, que es una sucesión adaptativa y de prioridad muy importante para la supervivencia del ser humano (Estrada-Araoz y otros, 2022). Por ende, la presencia del estrés se puede derivar de todo aquello que engloba nuestro alrededor o de lo que ocurre dentro de cada persona, la cual se puede originar por inconvenientes laborales, crisis de familia, ataques de ansiedad o inseguridad (Bairero-Aguilar, 2017).

Es importante mencionar que Selye (1976) fue uno de los principales influyentes dentro de la terminología de estrés, según su teoría los seres humanos enfermaban al desequilibrarse las reacciones fisiológicas del organismo, es decir, que las demandas son específicas, sin embargo, las respuestas son inespecíficas, es por ello, que explica su funcionamiento por medio del ejemplo de cuando una persona siente frío es considerado como una demanda específica, por lo tanto, va a presentar una respuesta inespecífica como ponerse pálido, o empezar a temblar. Paralelamente, refieren al modelo expuesto por Karasek (1979) en el que hace énfasis sobre el manejo de estrés y la tensión laboral, y se predice que dicha tensión psicológica es producto de la interacción de las demandas laborales y la libertad en la toma de decisiones, en consecuencia, el estrés laboral se asocia a los hallazgos que se desarrollan dentro del ámbito laboral.

El modelo integrado de Peiró (1993) considera seis factores importantes los cuales son: las variables ambientales, las características de la persona, la experiencia subjetiva, las respuestas del individuo, estrategias de afrontamiento, resultados de la experiencia y consecuencias del estrés, por ende, propone que dentro del estrés laboral existen factores determinantes como la discrepancia que se produce entre los estresores y la necesidad del sujeto para eliminarla, es decir que en base a la reducción de esta discordancia percibida por el individuo y la importancia que le dé a la misma, se explica el proceso que surge desde la aparición de dichos estresores hasta la respuesta negativa que se puede llegar a obtener (Merín-Reig y otros, 1995).

Se toma en cuenta también al modelo del desequilibrio esfuerzo-recompensa de Siegrist, en donde explica que el estrés laboral depende del esfuerzo realizado, el grado de compromiso personal con el trabajo y la recompensa recibida, de esta forma, si la falta de reciprocidad es alta y las recompensas recibidas son bajas, existirá un grado de malestar emocional, que se caracterizará por la activación autonómica y elevada respuesta neuroendocrina (Luceño-Moreno y otros, 2004).

En resumen, el estrés es una reacción fisiológica frente a todas aquellas situaciones de gran demanda, es decir que el organismo genera una respuesta al factor estresante como un estímulo o desafío, en consecuencia, el cuerpo ejerce mecanismo de defensa presentándose por medio de la fatiga física, apatía, irritabilidad, entre otras; a su vez, esta variable puede ayudar a que el ser humano reaccione de manera rápida ante una situación que considere como peligrosa.

## **1.2 Salud mental en docentes**

Con respecto a salud mental se han desarrollado múltiples estudios los cuales reportan los efectos que causan dentro del estilo de vida posterior a COVID-19, entre ellos la investigación realizada por Ledesma-Cuadros y otros (2021) tuvo como objetivo analizar las manifestaciones de estrés y ansiedad en cuatro docentes peruanas después de haber padecido COVID-19, dando como resultado manifestaciones de estrés y ansiedad a nivel tanto intelectual, físico y psíquico, repercusiones que afectaron el desenvolvimiento dentro del ámbito laboral del docente. A continuación, se abordarán algunas repercusiones en aspectos asociados con el estado de salud mental de los docentes con especial énfasis en ansiedad, depresión y estrés.

### **1.2.1 *Repercusiones de las variables de la salud mental***

**1.2.1.1 Ansiedad.** Para comprender los efectos que causa esta variable es importante conocer el comportamiento neuroanatómico, en el que participan estructuras cortico-subcorticales como: la entrada de un estímulo amenazante que corre a través del núcleo lateral de la amígdala y posteriormente pasa al núcleo central de la misma, lo que considera el punto de diseminación de la información que coordina la respuesta autonómica y del comportamiento, por lo que, la conexión con distintas estructuras es lo que genera reacciones en el ser humano (Reyes-Ticas, 2005).

Siguiendo la misma línea de investigación, el miedo a perder el control, la preocupación exagerada, el temor y la angustia son consecuencias que en ocasiones van acompañadas de cambios repentinos de humor y preocupaciones, por esta razón, la

ansiedad genera repercusiones psicológicas como irritabilidad, pensamientos negativos, despersonalización y agobio, así como también en ocasiones se evidencia la falta de concentración y otras afecciones que influyen tanto en el desempeño laboral como en el desarrollo social del individuo (García-Monroy y otros, 2016) (Delgado-Gozalez, 2021).

Según Navas-Orozco & Vargas-Baldares (2012), el estado de salud mental se acompaña de cambios fisiológicos significativos que preparan al sujeto para esta defensa o huida, como son el aumento del ritmo cardiaco, presión arterial, la respiración, tensión muscular, agregado al aumento de la actividad simpática como náuseas, contracturas, diarreas y sudoración. Se debe agregar, que la ansiedad en cierto grado es incluso esperada para el manejo normal de las exigencias de las actividades diarias, sin embargo, cuando sobrepasa la capacidad adaptativa del ser humano esta puede convertirse en patológica (Martínez-Otero, 2003).

En cuanto a la ansiedad, bajo rendimiento laboral, insomnio y otros trastornos relacionados son causa del agotamiento en los docentes, producto de las insatisfacciones dentro del entorno laboral y de las diversas presiones ocupacionales que afectan directamente a los educadores, es así que la ansiedad genera conductas como llorar en exceso, comer en grandes cantidades o en ocasiones dejar de comer, fumar, consumir sustancias psicotrópicas, o incluso en el caso de los docentes evitar ir al lugar de trabajo (Martínez & López, 2011). Un entorno social y laboral adverso propicia en los docentes el desarrollo de conductas estresantes especialmente cuando existe la participación de terceras personas que ponen en tela de juicio el valor del educador generando un grado de frustración (Tovar-Pulido, 2018).

En conclusión, la ansiedad puede provocar varias repercusiones dañinas para el ser humano, que se ven reflejadas en tres niveles psicológico, fisiológico y conductual las cuales le afectan de primera mano generando problemas en el entorno personal, laboral y social del individuo, lo que indica cierto malestar, ya que los síntomas que se mencionaron anteriormente provocan cambios en el desenvolvimiento dentro del entorno laboral del sujeto.

**1.2.1.2 Depresión.** La depresión es una afección que puede llegar a generar consecuencias en la salud, y es importante conocer que esta variable afecta no solamente a nivel psicológico sino también a todo el cuerpo en general, ya que puede alterar el funcionamiento y en el cuidado del mismo generando deterioro psicológico, físico y dentro del entorno social (Organización Panamericana de la Salud , 2022).

Mendes-Rodrigues y otros (2020) manifiestan que la depresión en docentes se presenta debido a la excesiva carga de trabajo y al entorno laboral desfavorable, además agregan que la presencia de esta variable es una de las principales causas de suicidio. Por consiguiente, los docentes debido a la presencia de síntomas depresivos como tristeza, frustración, pérdida de interés, irritabilidad las cuales a nivel psicológico afectan los pensamientos, sentimientos y emociones (Lóor-Rivadeneira & Cevallos-Lara, 2022). Además, las personas con depresión psicológicamente se sienten angustiados (Mukhtar, 2020). Igualmente, López Chamón (2006), menciona que un individuo que presenta depresión tiende a sentirse vacío, manifiesta desesperación y en casos extremos, la falta de sentimientos positivos, por lo que, el autor considera que dependiendo de la gravedad de los síntomas se categoriza como leve o grave.

Por otra parte, dentro de las repercusiones fisiológicas están los trastornos vegetativos como las cefaleas atípicas, algias, pérdida de peso, problemas digestivos, estreñimiento, entre otras (López Chamón, 2006). Existen alteraciones a nivel conductual, que afectan la dinámica corporal, por ende, manifiestan movimientos aislados o combinados, apariencia general, cambios de posturas, lenguaje lento, disminuciones en el rendimiento y algunas otras conductas de inhibición como la tendencia a aislarse e intentos de suicidio, de igual importancia, este trastorno provoca conductas agresivas y violentas que pueden generar daños colaterales (López Chamón, 2006).

Por último, en algunos casos los síntomas de este trastorno se evidencian de tal forma que el sujeto puede experimentar alteraciones psicológicas como la presencia de pensamientos negativos, suicidas, tristeza prolongada, sentimientos pesimistas, entre otras,

sin dejar de lado las repercusiones fisiológicas como falta de apetito, dolores de cabeza o nivel general, y pueden presentar síntomas conductuales como intentos de suicidio, aislamiento social, dificultad para establecer relaciones sociales, y daños físicos hacia su integridad, por lo que, se concluye que estas consecuencias se derivan de la presencia de un nivel considerable de depresión en el individuo.

**1.2.1.3 Estrés.** Además de la depresión y la ansiedad, el estrés también genera repercusiones que afectan al ser humano, por lo tanto, cuando una persona presenta un nivel de estrés normal las actividades se tornan agradables, sin embargo, cuando el estrés está por encima de los niveles óptimos el sujeto puede presentar síntomas no favorables (Naranjo-Pereira, 2009). En cambio, Yanes (2008), hace referencia a síntomas psicológicos como sentimientos de tristeza, miedo, deseos de llorar, desmotivación y desesperación, es importante mencionar que dichas repercusiones dependerán de la reacción que presente cada individuo, ya que los mismos se pueden manifestar en diferentes formas. Además, otra repercusión psicológica dentro del ámbito laboral está el síndrome de burnout el cual genera desgaste tanto físico como emocional, es por ello que se ubica como un trastorno adaptativo crónico (Angulo-Torres, 2020).

Por otro lado, es de gran relevancia mencionar que entre las repercusiones fisiológicas están los temblores del cuerpo, tensión muscular, pies y manos frías, dificultad para comer, sudor en las manos y fatiga (Yanes, 2008). Adicionalmente, el estrés conlleva a una sucesión temporal en eventos fisiológicos del ser humano, mismos que se producen dentro del organismo en los cuales se dan una serie de variaciones que preparan al organismo en defensa frente a la situación estresante (Cruz Perez, 2018).

Además, el estrés dentro del ámbito laboral afecta tanto a la organización como a los trabajadores ya que éstos al verse afectados presentan bajos rendimientos laborales (Zuñiga-Cristobal, 2019). Como se menciona anteriormente la presencia del estrés también causa conductas como: bajo rendimiento laboral, pérdida de interés, cansancio, falta de apetito, rechazo hacia el trabajo, lo que en el caso de los docentes genera una mala atención hacia

sus estudiantes (Naranjo-Pereira, 2009). Y a su vez, provoca desorientación, moverse constantemente, tics nerviosos, inquietud, irritabilidad, y conductas que influyen en el desempeño del docente (Yanes , 2008).

Para finalizar, todas las repercusiones que engloba esta variable afectan al individuo a nivel psicológico, fisiológico y conductual, lo que indica que es importante poder reconocer cada uno de los síntomas que se presenten, y que principalmente estén afectando al ser humano, ya que esto genera dificultades en el desempeño social, laboral y personal de quien experimente este padecimiento.

### **1.2.2 Investigaciones Previas en la Salud.**

La ansiedad y el estrés son una problemática psicosocial que no solo afecta a nivel local, sino que también tiene gran trascendencia mundialmente, de esta forma en el presente apartado se abordarán algunas investigaciones que han sido realizadas en los diferentes países del mundo.

**1.2.2.1 Ansiedad.** En lo que respecta a estudios internacionales la investigación realizada por Said-Hung y otros (2021) que tenía como objetivo determinar la presencia de los factores que incidieron en la percepción de ansiedad académica manifestada por los docentes en las instituciones de educación superior en Iberoamérica durante las primeras semanas de confinamiento por Covid-19, en la cual participaron un número total de 251 docentes que dio como resultado un mayor índice de ansiedad a partir de la presencia del riesgo de contagio, es por ello que se determinó que los factores principales de incidencia estaban estrechamente relacionados con la problemática Covid-19.

Mientras, que Cabezas-Heredia y otros (2021), a partir de la aparición del Covid-19, para determinar los niveles de ansiedad, depresión y estrés en docentes de posgrado y estudiantes del Programa de Maestría en Prevención de Riesgos laborales de la UTP, de esta forma, obtuvieron resultados que reflejaron que el 28,78% de la población no presento niveles de ansiedad, mientras que el 42,45% correspondía a la población con poco nivel de ansiedad, sin embargo, existió un porcentaje considerable para niveles altos y muy altos en

la presencia de la misma. Al mismo tiempo, se menciona el trabajo de investigación realizado por Patiño (2021) en la ciudad de Quito-Ecuador, el que tuvo como objetivo examinar la presencia de ansiedad y depresión a partir de la pandemia por Covid-19, para lograrlo obtuvieron la participación de 112 docentes entre hombres y mujeres, la medición para la obtención de resultados se realizaron por medio de la escala de Hamilton, obteniendo así que el 80.4%, indica leve severidad de ansiedad, asimismo el 10.7% indica severidad leve a moderada de ansiedad y finalmente el 8,9% indican niveles de ansiedad severa.

Por otro lado, en la investigación realizada en Napo – Ecuador por Lapo-Pineda y Medina-Guachizaca (2022), se basó principalmente en determinar la prevalencia de la salud mental en docentes, para cumplir con el objetivo de la investigación aplicaron las escalas necesarias para determinar la presencia de depresión, ansiedad o estrés en los docentes, tomando en consideración la escala (DASS-21), por medio del presente, se pudo determinar que la ansiedad está presente con el mayor porcentaje siendo este el 21,8% correspondiente a docentes de zonas rurales, el 24,5% reflejado en los docentes que pertenecen a las zonas urbanas y finalmente el 24,7% de los maestros que tenían ambigüedad de 10 años o inferior.

Asimismo, los autores Mora-Mora, Bonilla-Guachamín, y Bonilla-Guachamín (2021), plasmaron el objetivo principal de su investigación basándose en analizar las variables entre las cuales destaca la ansiedad en docentes tomando en cuenta cuando el Ministerio de educación acordó la suspensión de las clases presenciales por la pandemia de Covid-19, considerando la participación de una muestra de 132 docentes ecuatorianos pertenecientes a la Ciudad de Quito, que correspondían a diferentes instituciones educativas del sector público y privado, de esta forma, obtuvieron resultados en los cuales el 46,97% de los docentes presentaron ansiedad mínima a moderada, el 30,30% ansiedad marcada a severa, el 12,88% que correspondía a un grado de máxima ansiedad y finalmente el 9,85% que no reflejaron ansiedad, por lo cual, consideraron que estos porcentajes son significativos con respecto a la presencia de la variable estudiada dentro del entorno laboral modalidad virtual.

Para finalizar, los estudios realizados en Iberoamérica, Colombia y en Ecuador están enfocados a investigar sobre la prevalencia de la ansiedad en las diferentes instituciones educativas, y a su vez, conocer la influencia que desencadenó el Covid-19 en relación a la variable ansiedad, para posteriormente, ejecutar un análisis respecto a los síntomas presentes en docentes que experimentan dicha variable dentro del contexto laboral y finalmente se evidenció la presencia de niveles entre medios y bajos con respecto a la presencia de la ansiedad.

**1.2.2.2 Depresión.** La depresión ha prevalecido desde la antigüedad hasta la actualidad, generando así repercusiones dentro del ámbito laboral en los docentes es por ello que, el estudio de Alvites-Huamaní (2019), fue realizado en países de Latinoamérica, Norteamérica y Europa, tuvo como objetivo conocer el estrés y factores psicosociales en educadores de los continentes antes mencionados. Fue aplicado en población peruana con la participación de 329 personas que portaban el título de docentes, a través de este estudio se evidenció la presencia y relación que existe entre los factores psicosociales y se pudo determinar que la depresión está vinculada a la variable del estrés y de las exigencias dentro del ámbito laboral, dependiendo de la presencia de los niveles de estrés, la depresión puede aumentar o disminuir.

Con el objetivo en analizar la presencia de estrés y signos indicativos de depresión en población docente de una institución pública de enseñanza los investigadores Mendes-Rodríguez y otros (2020), determinaron que la depresión dentro de los 163 docentes divididos por género representando el 39,3% de docentes varones y el 48,5% correspondían a docentes mujeres, donde, se evidenció la presencia mínima de síntomas depresivos en ambos grupos, y se pudo observar que aunque en niveles mínimos la depresión dentro de las instituciones están sujetas a presentar depresión, así sea en mínimas cantidades.

Sin embargo, es importante señalar el estudio realizado por Quintero-Idárraga y Hernández-Calle (2020) enfocado a evaluar los diferentes síntomas de depresión y su asociación con el síndrome de burnout en 194 docentes de colegios públicos de Envigado en

Colombia, en el cual, por medio del desarrollo de la investigación y la aplicación de cuestionarios para determinar la depresión, se pudo determinar que el 65,8% de los educadores presentaron síntomas depresivos dentro del ámbito laboral.

El trabajo realizado por Sánchez-Narváez y Velasco-Orozco (2017), tuvo como objetivo la investigación de la prevalencia y comorbilidad de síndrome de Burnout, depresión y ansiedad, y determinar si dichas variables se manifiestan por separado o si están íntimamente enlazados, este estudio fue realizado en una población de 459 docentes, aplicando las diferentes escalas y mediciones se obtuvo el resultado de prevalencia del 10,6% para depresión, por consiguiente, se determina que existen estrechas relaciones entre las tres variables, ya que los maestros que presentaron padecimiento del síndrome de Burnout también reflejaron incremento en depresión y ansiedad. En la investigación realizada por Loo-Rivadeneira y Cevallos Lara (2022) con la finalidad conocer la prevalencia de la depresión en docentes de la Unidad Educativa de Manabí, se determinó que los datos recaudados en su investigación reflejaron que el 31% de los docentes presentó sintomatología depresiva, dentro de una población de 35 docentes en los que el 57,1% es femenina y el 49,9% masculina. Y se pudo concluir que existe una gran prevalencia de esta sintomatología en la población estudiada.

Dentro del estudio realizado por Baculima-Japón y otros (2022), cuyo objetivo principal fue indagar sobre los niveles de depresión presentes en tiempo de pandemia, estudio aplicado a una población de 661 docentes universitarios de la ciudad de Cuenca, adicionalmente, como parte del estudio se aplicaron escalas para medir la dimensión de estrés, en el que se obtuvo como resultado niveles medios – bajos en pandemia, sin embargo, los docentes se han mantenido capacitados y al tanto del manejo de herramientas tecnológicas.

Los autores Mora-Mora y otros (2021), plantearon su investigación con el objetivo de analizar las variables entre las cuales destaca la depresión en docentes a partir de la pandemia mundial del Covid-19 desde que el Ministerio de educación acordó la suspensión

de las clases presenciales, considerando la participación de una muestra de 132 docentes ecuatorianos pertenecientes a la Ciudad de Quito, que correspondían a diferentes instituciones educativas tanto públicas como privadas, de esta forma, obtuvieron resultados en el que el 26,52% manifestaron depresión situacional y el 1,52% presentaron depresión ambulatoria, por lo que se concluyó que a partir de la pandemia los docentes reflejaron porcentajes significativos respecto a depresión dentro de la educación en modalidad virtual.

En otras palabras, el término depresión ha sido estudiado y analizado por múltiples investigadores a nivel mundial, buscando evidenciar la presencia de esta en el campo laboral del docente, asimismo, los estudios que antes mencionamos hacen referencia tanto a la prevalencia de esta dentro del contexto laboral en los educadores, así como también a la presencia de síntomas en los docentes de países de Latinoamérica, y la influencia que ha tenido en el desempeño y rendimiento laboral.

**1.2.2.3 Estrés.** En referencia al estrés se tomó en consideración la investigación realizada por Lizana y otros (2021) que tuvieron como objetivo el estudio sobre el impacto del estrés en la calidad de vida de docentes Chilenos durante la presencia del COVID-19, en donde se reportó una baja percepción en la calidad de vida y el impacto en la salud mental especialmente en la variable estrés, es por ello que se pudo analizar en una muestra de 63 participantes los cuales presentaron diferencias significativas en pre y post pandemia, de esta forma se obtuvo resultados que indican que los docentes Chilenos presentaron puntajes bajos por la adaptación del teletrabajo y la presencia de estrés que derivó el COVID-19.

En la investigación realizada por Mukhtar (2020), para determinar el nivel de estrés, depresión, y ansiedad en estudiantes y docentes en épocas de la Covid-19, se evaluó a 139 personas entre estudiantes y docentes de la UTPL, empleando el Test DASS-21. Se pudo analizar que a pesar de la problemática del Covid-19 los niveles de ansiedad que presentaron los encuestados en su mayoría se encontraron en minoría, sin embargo, el 3,35% presentaba niveles altos de estrés tanto en el personal docente como en estudiantes.

El estudio realizado por Riofrío-Román (2019) en la Facultad de Medicina de la Universidad de Azuay en la ciudad de Cuenca, con la participación de 73 docentes de dicha institución, la cual buscaba cumplir con el objetivo de determinar el nivel de estrés laboral, para ello aplicaron instrumentos de medición de la variable objeto de estudio como el test Escala de Apreciación del Estrés EAE, que tuvo como resultado que el 52,96% de los docentes experimentaron acontecimientos estresantes en la vida del individuo, el 49% del personal docente presentaron niveles elevados de estrés, mientras que el 10% tan solo un nivel moderado y el 41% restante presentaron niveles muy bajos.

Para concluir, los estudios no solo pretenden plasmar la evidencia de la presencia del estrés, sino también conocer la influencia que esta genera en el personal docente, es por esta razón, que cada una de las investigaciones antes mencionadas focaliza el estudio sobre el impacto que tiene esta variable, a su vez nos indican la relación que existe junto con otras variables como ansiedad y depresión, y las repercusiones que generó el COVID-19 frente al estrés.

### **1.3 Capital Psicológico y satisfacción laboral en docentes.**

#### **1.3.1 *Conceptualización del capital psicológico y satisfacción laboral.***

El término capital psicológico se considera como un constructo bidimensional dentro de la psicología positiva que se caracteriza por la ampliación de la noción económica del capital, es decir que refiere tanto a los bienes permanentes que ayudan como factores de producción, sin embargo, estos no son tangibles (Luthans y Youssef, 2004). De igual importancia, dentro del comportamiento organizacional positivo en donde se desarrolla el capital psicológico el ser humano intenta ir más allá de lo social y humano, lo cual, conlleva tiempo y esfuerzo necesario para la ejecución de actividades que permiten un mejor rendimiento. (Luthans y otros, 2005)

Asimismo, este término refiere al conjunto de recursos que puede usar una persona para alcanzar un desempeño óptimo dentro del ámbito laboral (Hernandez Hervas , 2020). Mientras la perspectiva de la psicología positiva intenta investigar aquellas fortalezas

personales y habilidades psicológicas que pueden ser medidas, gestionadas y desempeñadas para mejorar el manejo y desempeño organizacional (Azanza y otros, 2013). Se considera que los cambios extremadamente inestables afectan a la mayor parte de los sectores, es por ello que pretenden descubrir cómo se incrementaría la productividad, para que los trabajadores se sientan satisfechos en el ámbito laboral (Bonillo-Muñoz, 2002).

Se puede agregar, que Luthans (2002) define al capital psicológico como el estudio y la aplicación de las fortalezas del recurso humano orientadas positivamente y de las capacidades psicológicas que pueden ser medidas, desarrolladas y manejadas para un mejor desempeño laboral, que dentro de la consideración de los criterios para definir el capital psicológico se deben reunir los criterios de ser una fuerza o capacidad psicológica que base su investigación con medición válida, y susceptible al desarrollo laboral.

Por su parte, la satisfacción laboral según Griffin y Bateran (1996) es un constructo global que a través de las diferentes facetas específicas han logrado la satisfacción como son el sueldo, los beneficios, las oportunidades, los compañeros de trabajo y las prácticas de la organización, sin embargo, Chiang-Vega y otros (2008), hacen referencia a que la satisfacción está en función a que las necesidades sean cubiertas, es decir, que estarán conformes con su trabajo mientras experimente sentimientos de bienestar ya sea por la remuneración, afiliación o reconocimiento del logro.

Siguiendo la misma línea de conceptualización es importante mencionar que la satisfacción laboral está en estrecha relación con el grado de la satisfacción personal de cada empleado, asimismo, es entendida como un factor que precisa el nivel de bienestar que el individuo experimenta dentro del ámbito laboral (Chiang-Vega y otros, 2010). Por consiguiente, se ubica como un indicador dentro de la calidad de servicio y el desarrollo, es por ello que se define como la sensación del individuo puede experimentar para lograr la igualdad entre el objeto o necesidad que se presenta. Weiss (2002) también la define como un juicio que evalúa de forma positiva o negativa las actividades que el sujeto realiza dentro

del ámbito laboral, enfocada principalmente en el grado en el que el individuo desempeña sus actividades y si el mismo se siente conforme con el desarrollo de dichas tareas.

En otras palabras, estos dos términos van estrechamente relacionados, ya que el capital psicológico basa su significado en el desempeño óptimo del individuo dentro del ámbito laboral, es decir que permite un mejor rendimiento dentro de la organización, por su parte la satisfacción laboral implica un buen desempeño dentro del trabajo tomando en consideración factores influyentes como la calidad óptima del lugar de trabajo, los beneficios y el bienestar que sienta el individuo al momento de la ejecución de las tareas asignadas.

### **1.3.2 *Importancia del capital psicológico y satisfacción laboral.***

El capital psicológico es aquella propuesta que posee una tarea primordial en obtener grandes ventajas dentro del entorno laboral, e innovar en la forma de capitalizar e incentivar el desarrollo social y las capacidades psicológicas individuales, los cuales están netamente conformados por autoeficacia, esperanza, optimismo y resiliencia que forman parte de constructos de orden, principales derivados del estudio de la psicología positiva (Benavides-Benavides, 2020).

Por ende, este término comprende una importancia crucial dentro de la salud mental en docentes ya que es considerado como una fuente de emociones y comportamientos positivos que impacta directamente a la satisfacción de los empleados. Es así que, este genera una mejoría en el rendimiento laboral en los trabajadores, mismos que presentan acciones que benefician a la organización (Saraswati, 2019).

Según los autores Dudasoval y otros (2021), la importancia del capital psicológico se basa en el desarrollo del individuo, disponer de la autoeficacia para aplicar el esfuerzo necesario para lograr las tareas laborales, además permite tener una atribución positiva frente a las metas planteadas, así mismo como desarrollar la capacidad de reaccionar ante las adversidades e igualmente este constructo basa su importancia en la psicología positiva y en el comportamiento organizacional positivo.

Porter y Lawler (1992), plantean que la satisfacción laboral es aquella sensación en la que el individuo experimenta al lograr el restablecimiento del equilibrio entre el objeto y la necesidad, misma que manifiesta que la satisfacción es aquel resultado de la motivación ligada al desempeño del trabajo, y de la forma en la que el individuo percibe la relación entre recompensa y esfuerzo (Daza y otros, 2007). Asimismo, la satisfacción laboral influye dentro del ámbito docente enfatizando sobre la importancia de la autoeficacia del educador, es decir el grado en que desempeñan sus habilidades educativas, y la relación que existe con los logros de los estudiantes (Tsai & Antoniou, 2021).

En resumen, la conceptualización de capital psicológico atribuye de forma positiva el trabajo realizado por los docentes ya que el mismo se basa en un estado de desarrollo psicológico, por otro lado, la satisfacción laboral predomina en el desempeño realizado por educadores y cuan conformes se sienten respecto al rol que están cumpliendo dentro de la institución, por lo tanto, estos dos términos son importantes para el desenvolvimiento de los docentes por medio de conductas positivas.

### **1.3.3 Investigaciones previas del capital psicológico y satisfacción laboral.**

El capital psicológico como la satisfacción laboral son expresiones de comportamientos organizacionales positivos que tienen gran importancia dentro del ámbito laboral especialmente en instituciones educativas, es por esta razón que se han considerado analizar en el presente apartado algunos estudios realizados en docentes de diferentes localidades del mundo.

En el estudio realizado por Elifiti y Coklar (2019), dirigido a una población de maestros seleccionados de manera aleatoria en el distrito de Turquía, donde el 51,3% correspondían al de género masculino y el 48,7% restante corresponde al género femenino, y tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre el tecnoestrés de los docentes y los niveles de capital psicológico, para llegar a los resultados se aplicaron la escala de capital psicológico en el que se pudo determinar que un porcentaje considerable presentó un nivel de capital psicológico alto y un nivel de tecnoestrés medio, estableciendo una relación entre las dos

variables, adicionalmente, se puede analizar que esta relación varía dependiendo de la presencia de las mismas, es decir, mientras que una disminuya, la otra variable va aumentar.

Por otro lado, está el trabajo realizado por Tsai y Antoniou (2021) cuyo objetivo principal era describir los hallazgos de un estudio que investiga las relaciones entre el capital psicológico con otras variables como rendimiento escolar dentro de la enseñanza de matemáticas en docentes de primaria del país de Taiwán, por ende, se concluye que las actitudes que ellos reflejaron en la enseñanza de las matemáticas, y la eficacia del entorno en el aula generaba variaciones dentro de la satisfacción laboral, en consecuencia, la actitud de los docentes hacia las enseñanzas del área de matemáticas variaron con respecto a la satisfacción.

De igual importancia, en un estudio realizado en Argentina por Mesurado y Laudadio (2019), que pretendía estudiar la relación que existe entre las etapas del desarrollo docente, el capital psicológico y la relación con el burnout en 250 profesores Argentinos de edad promedio 39 años, se obtuvo como resultado que mientras más experiencia presente el educador tiene un mayor nivel de capital psicológico, absorción de ideas y compromiso, que los docentes con menor experiencia, sin embargo no se encontraron diferencias significativas en el trastorno de Burnout, es decir que dentro del análisis del capital psicológico y el compromiso laboral inhiben a la aparición del mismo en la población docente estudiada.

Sin dejar de lado el análisis que se realizó por parte de De los Heros y otros (2020) que tuvo como objetivo principal el análisis del capital psicológico en docentes de estudios Interdisciplinarios y de Salud de una universidad Juárez de Tabasco – México durante el año 2022 durante el confinamiento por COVID-19, en el que se evidencia la relación con cuatro variables como: variedad de habilidades, autonomía en el trabajo, socialización y las condiciones laborales por lo que aplicaron un cuestionario en el que obtuvieron una tasa de respuesta del 76%, con la participación de 78 docentes. De igual manera, utilizaron un análisis factorial confirmatorio para evaluar la estructura factorial y los indicadores de las variables, por lo que, pudieron concluir que la relación entre las habilidades, autonomía y socialización

con la satisfacción Laboral global medida objetivamente son positivas y significativas y estas dependen de las condiciones del trabajo.

Mientras, que en el estudio realizado por Trujillo-Ramírez y otros (2020) sobre la satisfacción laboral en docentes universitarios, teniendo como objetivo principal determinar la relación que existe entre la satisfacción laboral y el desempeño en educadores de las facultades de ciencias de la educación, derecho y enfermería de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, perteneciente a Huánuco en Perú, en el que se pudo determinar por medio de análisis estadístico aplicado a la investigación que no existe una correlación significativa entre satisfacción laboral y el desempeño del docente, por lo que, se considera que ésta es independiente, con respecto a la relación del desempeño docente.

Asimismo, en Ecuador se realizaron estudios importantes con respecto a la temática. La investigación de López-Soto y Villacís-García (2018), pretendía determinar la satisfacción laboral y el desempeño del personal docente administrativo de una institución educativa de la ciudad de Guayaquil, aplicada a 77 participantes entre docentes y directivos de la institución, en donde se evidenció que aproximadamente el 50% de la población se sienten satisfechos y orgullosos del trabajo que realizan, por otro lado el 63% del personal manifestaron que se sienten productivos cuando realizan actividades dentro de la investigación, bajo estas consideraciones el trabajo concluye en que los niveles de satisfacción laboral respecto al desempeño docente se encuentran en rangos altos.

Para concluir, el capital psicológico y la satisfacción laboral son dos elementos que juegan un papel importante dentro del ámbito laboral, es por ello que a través de las investigaciones que se mencionaron anteriormente, se puede evidenciar que en algunos casos se ven asociados a trastornos como el de Burnout, así mismo estas varían dependiendo de la influencia que exista dentro del entorno laboral en el que se vea expuesto el individuo, es decir, que el educador puede sentirse satisfecho dependiendo de las diferentes condiciones en las que se encuentre dentro del área laboral.

## Capítulo dos

### Metodología

#### 2.1 Objetivos

##### 2.1.1 *Objetivo general:*

Determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y satisfacción laboral en docentes de educación primaria y secundaria en el sector norte del cantón Balsas durante el año 2022.

##### 2.1.2 *Objetivos específicos:*

- Determinar la prevalencia de las variables de salud mental (ansiedad, depresión, estrés) en docentes de educación primaria y secundaria en el sector norte del cantón Balsas durante el año 2022.
- Identificar el capital psicológico en los docentes de educación primaria y secundaria en el sector norte del cantón Balsas durante el año 2022.
- Determinar la satisfacción laboral en los docentes de educación primaria y secundaria en el sector norte del cantón Balsas durante el año 2022.

#### 2.2 Preguntas de Investigación.

- ¿Cuál es el estado de salud mental de los docentes de educación primaria y secundaria en el sector norte del cantón Balsas durante el año 2022 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 docentes de primaria y secundaria del sector norte del cantón Balsas durante el año 2022?

#### 2.3 Enfoque, tipo y diseño de investigación

##### 2.3.1 *Enfoque de investigación*

- **Cuantitativo:** se caracteriza principalmente por ser secuencial y probatorio, por ende, este enfoque se orienta principalmente a la medición de las variables y verificar cada una de ellas, se considera cuantitativo porque se establece un objetivo principal y a partir de ello se genera un proceso mediante la medición numérica y el análisis estadístico, que comprueban las hipótesis que se plasman en un inicio (Hernández-Sampieri y otros, 2010). Por consiguiente, el presente trabajo investigativo cumple con este enfoque ya que se utilizarán el análisis numérico de los datos que se pueda evidenciar tras la aplicación de los test utilizados para recolectar dicha información.

### 2.3.2 *Tipo de investigación*

- **No experimental:** se considera no experimental ya que no se modifican las variables, sino que se observan los fenómenos tal y como se presenten en su ambiente natural, y de esta forma puedan ser analizados (Hernández-Sampieri y otros, 2010). Por ende, la presente investigación aportará con información que busca establecer la relación que existe entre las causas de variables estudiadas, sin que exista la manipulación de las mismas.

### 2.3.3 *Diseño:*

- **Transversal:** se analizará las variables que se han tomado dentro de la investigación, tomando en consideración la inclusión de los individuos con y sin la condición en un determinado tiempo (Rodríguez y Mendivelso, 2018). Es así que, dentro del desarrollo de esta investigación, la recolección de información se la realizará en un determinado periodo de tiempo (2022) a todo el personal docente que desee participar.
- **Descriptiva:** se distinguen principalmente por la finalidad de describir y especificar la frecuencia y las características dentro de un proceso investigativo, es decir que se somete a un análisis sobre las diferentes variables implicadas dentro del estudio (Garcimartín-Cerezo, 2016). Es por esta razón que el presente trabajo de fin de titulación analiza las variables objeto de estudio definiéndolas según referencias teóricas.

## **2.4 Población y muestra**

### **2.4.1 Población:**

Es el universo de estudio comprendido por el conjunto de personas que poseen ciertas características a estudiar (López, 2004). La población objeto de estudio serán las (os) docentes del cantón Balsas provincia de El Oro. Es así que, según el censo de población y vivienda Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (2010) en la Provincia de El Oro existen 600.659 habitantes. Según la proyección de datos del Ministerio de Educación del Ecuador (2023), en el año 2021-2022 se evidenció que 8.288 se dedican a la docencia (hombres 2.273 y mujeres 6.015) a nivel provincial, de los cuales 421 se encuentran en el cantón Arenillas, 65 en Atahualpa, 114 Balsas, 33 en Chilla, 647 El Guabo, 668 Huaquillas, 71 en Las Lajas, 3.276 en Machala, 85 en Marcabelí 1.014 en Pasaje, 356 en Piñas, 165 en Portovelo, 995 en Santa Rosa, 378 en Zaruma.

**2.4.1.1 Muestra.** La muestra comprende al subconjunto de la población con la que se llevará a cabo la investigación y se la considera como una parte representativa de dicho universo (López, 2004). La muestra inicial fue de 40 participantes, sin embargo, se procesó datos de 35 docentes cualificados (hombres y mujeres) de los cuales la mayoría corresponde al género masculino (51.40%), los mismos se encuentran en estado civil casados / unión libre (65.70%), que corresponden a educación primaria y secundaria de dos instituciones públicas pertenecientes al Cantón Balsas provincia de El Oro, desempeñándose en su gran mayoría a trabajo de tiempo completo (91.40%). Considerando que en el cantón Balsas 114 docentes se dedican a la docencia equivalente al 0.00018% de la población total de la Provincia de El Oro.

#### **2.4.1.2 Tipo de muestreo.** No probabilístico

Es una técnica en la cual no se realizan procedimientos de selección al azar, por el contrario, es el investigador quien bajo su apreciación personal selecciona los participantes conforme a su accesibilidad de participación, por esta razón en el presente trabajo de investigación los docentes son elegidos de acuerdo a la disponibilidad y accesibilidad

geográfica en donde tienen la oportunidad de decidir si desean participar, libre y voluntariamente (Parra-Velazco y Vásquez-Martínez, 2017).

## **2.5 Criterios de inclusión y exclusión.**

En el presente trabajo de investigación se han propuesto los siguientes criterios de inclusión y exclusión:

### **2.5.1 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).

### **2.5.2 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.

## **2.6 Instrumentos para recolección de información**

### **2.6.1 Cuestionario Ad Hoc sociodemográfico y laboral**

Este cuestionario se distingue por ser no estandarizado, y consta de una serie de ítems para la recogida de información sociodemográfica de los profesionales, en donde se identifican datos con relación a la nacionalidad, sexo, edad, ciudad, estado civil, número de hijos, entre otras, además incluye datos dentro del ámbito laboral tales como: información del trabajo, nivel de instrucción, tipo de institución, etc. Es por ello que a través de éste se puede evidenciar los criterios de inclusión y exclusión establecidos previamente dentro de la investigación (Ocampo-Vásquez y Mansanillas-Rojas, 2022).

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

El DASS-21 fue diseñada con el propósito de medir de forma eficiente los síntomas centrales que presentan la ansiedad, depresión y el estrés. Cada una de las 3 escalas consta

de 7 ítems con formato de respuesta tipo Likert con 4 alternativas de respuesta, correspondiente a un orden desde 0 a 3 puntos, cada puntaje se calcula con la suma de los valores de los ítems que pertenecen a dicha escala, esta puede variar de entre 0 a 21 puntos, cuanto mayor sea la puntuación más grave será la variable (Román-Mella y otros, 2014). Esta escala de medición es considerada confiable ya que fue evaluada a través de la validez interna, se reportaron valores alfa correspondientes a escala de depresión 0,88-0,87, Ansiedad 0,79 y de estrés 0,82 – 0,83, obteniendo una escala total de 0,93 (Tully y otros, 2009). De esta forma a través de la comparación y análisis con otras escalas que miden constructos similares, los valores fueron altamente significativos.

### **2.6.3 Capital psicológico:**

Este instrumento para medir el capital psicológico fue desarrollado por el autor Luthans y se la conoce también como PCQ de sus siglas en inglés Psychological Capital Questionnaire, el cual consta de 24 ítems de respuesta correspondientes a 6 para cada uno de los componentes de capital psicológico y 4 dimensiones que son: esperanza, eficacia, resiliencia y optimismo, al igual que en la escala anterior es en formato escala de Likert correspondientes desde 1 (muy en desacuerdo) hasta 7 (muy de acuerdo) (Delgado-Abella & Mañas-Rodríguez, 2019).

### **2.6.4 Satisfacción laboral:**

La escala de satisfacción laboral nace tras detectarse la necesidad de aplicar un instrumento que sea de escalas cortas y fácilmente completadas por cualquier tipo de trabajador bajo relación de dependencia, es por ello que consta de 15 ítems en formato escala de Likert desde muy satisfecho hasta muy insatisfecho, dicho instrumento está diseñado para abordar aspectos tales como las condiciones del trabajo, aspectos como el reconocimiento, la promoción, horarios laborales, remuneración, entre otros (Pérez-Bilbao & Fidalgo-Vega, 1990).

## **2.7 Procedimiento**

Para alcanzar los objetivos propuestos dentro del presente trabajo fin de titulación, se siguió un proceso metodológico estructurado en las siguientes fases

### **2.7.1 Fase 1**

Se realizó la revisión de la propuesta del proyecto de investigación, y se establecieron los procedimientos que se llevarían a cabo para el desarrollo del mismo. De la misma manera, en esta primera fase se inició con la selección de la muestra a participar, para posteriormente enviar los oficios correspondientes a las autoridades de las Instituciones educativas para obtener la autorización.

Asimismo, una vez obtenido el visto bueno por parte de los rectores de las instituciones educativas se procedió a establecer un horario para poder aplicar las diferentes escalas para la medición de las variables objeto de estudio ansiedad, depresión y estrés en docentes, conjuntamente con este procedimiento se inició con la búsqueda de artículos científicos y posterior a ello la redacción del marco teórico.

**2.7.1.1 Fase 2.** Siguiendo la misma línea de procedimiento, se llevó a cabo el dar a conocer a la comunidad docente sobre la importancia de su participación, y de esta manera se les dio a conocer el consentimiento informado, el cual debían aceptar en caso de ser parte de este proyecto de investigación, luego de ello se envió del link a los docentes por medio de la aplicación de WhatsApp, para que el participante pueda contestar cada uno de los test de manera personal y confidencialmente. A la par con la recolección de datos se concluyó la redacción del marco teórico y se procedió a la iniciación de la redacción del marco metodológico.

**2.7.1.2 Fase 3.** Dentro de esta última fase se culminó tanto con la recolección de la muestra como la redacción del marco metodológico.

Posteriormente, para el procesamiento de la información obtenida se realizó la depuración de la base de datos y los análisis se llevaron a cabo mediante el software: Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales (SPSS), por sus siglas en inglés Statistical Package

for the Social Sciences. Por consiguiente, para las variables sociodemográficas y laborales se utilizaron medias y desviaciones típicas, de igual importancia, se realizaron análisis descriptivos de la muestra mediante las medidas y las desviaciones típicas, e igualmente se procedió con los análisis descriptivos de la muestra mediante las medias y las desviaciones típicas para las variables cuantitativas, finalmente se utilizó frecuencias y porcentajes para resumir dichas variables nominales.

Una vez analizados los datos, se culminará con la redacción de conclusiones y recomendaciones.

## Capítulo Tres

### Análisis de resultados y discusión

#### 3.1 Análisis de resultados

A continuación, se detallan los principales resultados obtenidos posterior al empleo de los instrumentos psicológicos y ficha sociodemográfica de recolección de información aplicados a los docentes del Cantón Balsas Provincia de El Oro.

**Tabla 1.**

*Características sociodemográficas y laborales del personal educativo*

		<b>N</b>	<b>%</b>		
Género	Masculino	18	51.4%		
	Femenino	17	48.6%		
	Otro	0	0.0%		
Estado civil	Soltero/a	10	28.6%		
	Casado/unión libre	23	65.7%		
	Viudo/a	0	0.0%		
	Divorciado/a	2	5.7%		
Tipo de trabajo	Tiempo completo	32	91.4%		
	Tiempo parcial	3	8.6%		
Tipo de institución	Pública	35	100.0%		
	Privada	0	0.0%		
		<b>M</b>	<b>Máx.</b>	<b>Min.</b>	<b>DT</b>
Edad		44	61	27	9
Horas de trabajo por día		8	8	6	1
Experiencia laboral		13	30	2	7

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

En la tabla 1 se puede observar los resultados obtenidos tras la aplicación del Cuestionario sociodemográfico Ad-Hoc. La mayoría de los participantes pertenecen al género masculino (51.40%) en relación con el género femenino (48.6%), de los cuales la mayor parte se encuentran casados (65.7%), mientras que un grupo minoritario corresponden a solteros (28.6%) y divorciados (5.7%). La edad media de los encuestados es de 44 años y cuentan con una experiencia laboral media de 13 años, los mismos que en su totalidad ejercen su

profesión en instituciones públicas. La gran parte de los docentes laboran a tiempo completo (91.4%), con respecto a los que trabajan a tiempo parcial (8.6%) y desempeñan sus jornadas laborales de 8 horas promedio por día.

**Tabla 2.**

*Percepción de salud mental de docentes*

		N	%
Estrés	Leve	34	97.1%
	Moderado	1	2.9%
	Severo	0	0.0%
Ansiedad	Leve	34	97.1%
	Moderado	1	2.9%
	Severo	0	0.0%
Depresión	Leve	33	94.3%
	Moderado	2	5.7%
	Severo	0	0.0%

*Nota:* N =Frecuencia; %=Porcentaje

En la tabla 2 se puede evidenciar los resultados de la percepción del estado de salud mental de los docentes evaluados con referencia al primer objetivo específico de la investigación. Por lo cual, la mayor parte de los participantes presentan estrés (97.10%), ansiedad (97.10%) y depresión (94.30%) leve significativamente y una minoría de severidad moderada según los datos reflejados.

**Tabla 3.**

*Capital psicológico en docentes.*

	M	Máx.	Mín.	DT
Eficacia	34.89	42.00	20.00	5.78
Esperanza	36.60	42.00	24.00	4.83
Resiliencia	32.26	42.00	25.00	3.91
Optimismo	30.11	39.00	25.00	3.87
Capital psicológico	139.51	165.00	99.00	16.94

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

La tabla 3 indica resultados del capital psicológico en los docentes evaluados. Por lo cual, en lo que concierne a la dimensión de “eficacia” se corresponde una media de 34.89 puntos, lo que, indica que la muestra presenta niveles medios altos de eficacia. De igual forma, en la variable esperanza los participantes reflejaron valores medios altos, con una media correspondiente a 36.60 puntos. Por otro lado, si se observa la presencia de resiliencia (M = 32.26) se demuestra niveles medios. Sin embargo, en relación a optimismo la media es de 30.11 puntos lo que muestra la presencia de esta dimensión en niveles medios bajos. De esta forma, se concluye que el capital psicológico (M=139.51) en los encuestados presentaron niveles medios considerando los puntajes relacionados a sus dimensiones.

**Tabla 4.**

*Satisfacción laboral en docentes*

	M	Máx.	Mín.	DT
Satisfacción intrínseca	39.17	49.00	7.00	8.53
Satisfacción extrínseca	36.51	49.00	7.00	8.70
Satisfacción general	75.69	98.00	14.00	16.87

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

La tabla 4 indica la satisfacción laboral en los sujetos evaluados, considerando la proyección de Satisfacción Intrínseca con un valor medio de 39.17 se puede analizar que los participantes alcanzaron niveles medios altos, lo que, indicaría que los docentes poseen deseos de satisfacción de necesidades internas, así como también la autorrealización, por ende, lo realizan de forma independiente sin esperar una recompensa. La Satisfacción Extrínseca (M = 36.51) se evidencia en niveles medios altos, lo que indica, que hay la probabilidad de que algunos de los profesionales busquen el reconocimiento dentro del desempeño laboral. De esta forma, la Satisfacción general de los docentes se evidencia en un nivel medio.

### 3.2 Discusión

La presente investigación tiene como fin general determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y satisfacción laboral en docentes de educación primaria y secundaria en el sector norte del cantón Balsas durante el año 2022, por lo que, se va a tomar como referencia la explicación de los resultados en relación con los datos sociodemográficos, estado de salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral obtenidos de la muestra participante.

En lo que corresponde a datos sociodemográficos de la muestra según el género, se evidencia que hay una mayor representación de varones en el ámbito de la docencia con el 51.4%, este dato difiere de lo reflejado en la proyección del Ministerio de Educación del Ecuador (2023), en el año (2021-2022) ya que, en los mismos se indican que la mayoría de los individuos residentes del cantón Balsas que se dedican a la docencia son de género femenino, información que se asemeja con muestras recolectadas por investigadores como Lacomba-Trejo y otros (2022) en donde evidencian un porcentaje mayor de participantes de género femenino (94.6%) de un total de 614 individuos.

Por otro lado, Cabezas-Heredia y otros (2021) analizó el afrontamiento al Covid-19 y tomó como muestra a 139 participantes de la ciudad de Loja, donde se demuestra que existe un porcentaje mayor en cuanto al género masculino (71.2%) y una minoría al género femenino (28.80%), información que es semejante con los resultados obtenidos en la presente investigación. Además, dicho estudio refleja dentro del apartado de estado civil, que la mayoría de los docentes son casados (58.3%), sin embargo, existen porcentajes que corresponden a solteros (38.1%) y divorciados (3.6%) información que comparte similitud con la investigación reciente que se ha desarrollado, en donde también reflejó porcentajes mayoritarios de docentes casados (65.7%) y porcentajes minoritarios que corresponden a solteros (28.6%) y divorciados (5.7%). Por lo tanto, se aprecia que en otros lugares como Loja y Chile se evidencia un mayor número de profesionales de género femenino que se desempeñan siendo docentes.

De esta forma, en el desarrollo de la investigación actual se estiman otras variables sociodemográficas importantes que se tomaron en cuenta como modalidad de trabajo, tipo de institución, edad, horas de trabajo por día y la experiencia laboral, lo cual, en otros estudios no se evidencia, sin embargo, se considera que estos los atributos mencionados tienen implicaciones significativas dentro del desarrollo de toda investigación.

El estudio chileno de Lacomba-Trejo y otros (2022), que pretendió identificar los factores protectores y de riesgo de los trastornos de ansiedad, depresión y estrés en docentes de preparatoria durante el confinamiento, en donde fueron evaluados 614 maestros. Con respecto al estado de salud mental de la muestra participante se evidenció ansiedad severa o muy severa (39.90% de los profesores), información que se puede refutar en cuanto a los resultados que se obtuvieron en esta investigación, donde la gran parte de participantes presentan ansiedad leve (97.1%) y moderada (2.9%), sin embargo, se puede inferir esta variación de los resultados debido a que el trabajo mencionado fue durante la emergencia sanitaria por Covid-19.

Cabezas-Heredia y otros (2021), realizó un estudio con el fin de determinar los niveles de las variables objeto de salud mental en docentes de posgrado en la ciudad de Loja tras el Covid-19, en donde participaron un total de 139 individuos entre hombres y mujeres. Para determinar la presencia de ansiedad aplicaron el DASS-21 y lograron evidenciar que la población presentó niveles de ansiedad que en su mayoría se encuentran en nada (28,78%) y poca ausencia de ansiedad (42,45%), sin embargo, no se puede descartar que porcentajes bajos registraron ansiedad en niveles medianos (22.3%), altos (4.32%) y muy altos (2.16%), considerando que son personas que presentaban algún tipo de enfermedad o vulnerabilidad en su salud, lo que se puede contrastar con la información lograda en la actual investigación en donde los niveles de ansiedad presentados en los profesores fueron leves y moderados.

Al mismo tiempo, Monge-Cedeño y García-Cedeño (2021) realizaron su estudio enfocado a la manifestación de ansiedad en docentes de básica elemental y media, pertenecientes a una institución educativa de la Provincia de Manabí, en donde lograron la

colaboración de 20 docentes cualificados. Para cumplir con su objetivo utilizaron el inventario de Beck, en donde visualizaron resultados de la presencia de ansiedad en niveles leves (50%) y moderados (6.3%), resultado que es semejante a los encontrados dentro de la presente investigación en donde la población registró valores en niveles leves y moderados.

De igual importancia, se mencionan los resultados en lo que concierne a depresión, considerando que los individuos reflejaron porcentajes significativos en cuanto niveles leves (94.30%) frente a las demás variables sin la presencia de niveles altos, información que coincide con el estudio de Baculima-Japón y otros (2022), en el que no se evidenciaron niveles altos correspondientes a depresión, sin embargo, lograron determinar que dicha variable afecta considerablemente interfiriendo en la realización de las actividades, lo cual incide en el desenvolvimiento de los docentes. Por el contrario, en el caso de Quintero-Idárraga y Hernández-Calle (2020), en donde además de la depresión asocio el síndrome de burnout en instituciones públicas en donde evidenciaron niveles altos (65.8%) en presencia de depresión en relación con el síndrome de Burnout.

Mendes-Rodríguez y otros (2020), analizaron la presencia de síntomas depresivos en docentes de la ciudad de Teresina - Brasil, que corresponde a una población de 163 profesionales en educación de los cuales el 66.3% son de género masculino y el 33.7% pertenece al género femenino, mismos que manifestaron un nivel de depresión mínimo que corresponde al 74.8% tras la aplicación del Inventario de Beck, esta información se asemeja con los resultados que se obtuvieron en el presente trabajo, debido a la evidencia de porcentajes significativos para niveles leves y moderados de estrés, es importante manifestar que en las dos investigaciones se consideró la interpretación de la presencia de estrés. Por su parte Sánchez-Narváez y Velasco-Orozco (2017) logró determinar la prevalencia de variables de salud mental como depresión, ansiedad y la presencia de síndrome de Burnout a una muestra participante de 476 educadores de primaria y secundaria pertenecientes a escuelas públicas del estado de México, quienes presentaron la prevalencia del 10,6% para depresión y determinó que existen estrechas relaciones con otras variables como ansiedad,

estrés y Burnout, además realizaron una comparación de comorbilidad en donde evidenciaron que siete de cada diez profesores presentaban ansiedad y depresión.

De igual importancia, en el estudio actual se obtuvo los resultados con respecto a la variable estrés, dentro de los cuales la muestra presenta niveles leves (94.3%) y moderados (5.7%), al contrario de los resultados encontrados en el estudio realizado por Riofrío-Román (2019) en la Facultad de Medicina de la Universidad de Azuay, en donde el resultado con respecto a estrés reflejó la presencia del 49% en niveles elevados de estrés en el personal docente, y el 10% registro niveles medios o moderados de la misma, información que varía probablemente debido a que la metodología de educación es distinta, por lo que puede intervenir en la presencia de estrés.

Cabezas-Heredia y otros (2021), realizaron un estudio en Loja en el cual participaron 139 docentes de género masculino y femenino, en el cual demostraron que el estrés se encuentra presente en los encuestados, en niveles de nada (28.78%) y poca ausencia (42.45%), sin embargo, un 4.32% presentó niveles de estrés altos a muy altos (2.16%) que consideraron para su análisis, es de gran relevancia mencionar que en estas dos investigaciones tomaron en cuenta condiciones como la presencia de SARS-CoV2, que tuvo gran influencia en la salud mental de los profesionales, situación que actualmente ya se encuentra bajo control, lo que puede indicar una diferenciación en la presencia de estrés.

Por otro lado, Álvarez-Silva y otros (2022) tomó en cuenta la presencia de tensión dentro del ámbito laboral a partir del Covid-19 en ciudadanos dedicados a la enseñanza de tipo e-learning dentro del Ecuador, en donde participaron 272 integrantes, mismos que presentaron un promedio general de 81.67 puntos dentro del Cuestionario de Contenido de Trabajo (Job Content Questionnaire -JCQ), lo que indicaría que los educadores experimentaron niveles altos de estrés, al contrario de la investigación que se desarrolló actualmente en donde los niveles correspondientes a estrés no llegaron a ser altos, sin embargo, la muestra presente si presentaron niveles leves y moderados, por ende, se puede concluir que los resultados difieren debido a que la educación e-learning se da de forma

virtual, lo cual se considera los avances tecnológicos y el desconocimiento del uso de las TIC's por parte de algunos maestros, esto podría influir en que el estrés se presente en mayor intensidad.

De igual importancia en esta investigación se estableció como objetivo específico identificar el capital psicológico en los docentes del cantón Balsas, es así que, se pudo tomar los siguientes resultados, con respecto a sus dimensiones se visualizó un nivel medio alto de esperanza (36.60 puntos), nivel medio alto de eficacia (34.89 puntos) y nivel medio de resiliencia (32.28 puntos), por el contrario, en lo que respecta a optimismo los participantes manifestaron valores medios bajos (30.11 puntos), lo que indica un capital psicológico en niveles medios, al igual que la investigación de Benavides-Benavides (2020) en donde se encontró evidencia de niveles medios altos para eficacia y esperanza, pero niveles medios en las dimensiones de resiliencia y optimismo lo que indicaría que el capital psicológico estaría en niveles de medios a medios altos. Por consiguiente, al comparar lo mencionado con anterioridad en el estudio de Efilti y Çoklar (2019), se evidencian datos relacionados al análisis de los puntajes medios, del capital psicológico presente en los docentes del distrito de Turquía, donde se observó cómo conclusiones principales niveles elevados de autoeficacia ( $x=4.12$ ), esperanza ( $x=4.10$ ) y optimismo ( $x=3.97$ ).

De la misma forma, Kulekci-Akyavu (2021) tomó como grupo de estudio a una muestra de 257 profesores de escuelas primarias y secundarias afiliadas al Ministerio Nacional de Educación de la provincia de Kilis en Turquía, en donde evidencia el capital psicológico positivo en niveles medios graves ( $X=3.86$ ), además analizaron las subdimensiones del mismo en donde las categorizaron como "totalmente de acuerdo", en cuanto a optimismo el puntaje medio corresponde a 4.03, para autoeficacia 3.96 puntos, resiliencia psicológica 3.96 puntos, y esperanza 3.65 puntos, sin embargo decidieron tomar en cuenta 2 subdimensiones más que son extroversión ( $X=3.96$ ) y confianza ( $X=3.87$ ), es así que por medio del análisis de estas subdimensiones lograron explicar mejor como surge el capital psicológico dentro del ámbito docente.

Además, por medio del presente trabajo fin de titulación determinó la satisfacción laboral en los individuos, en donde se registra la presencia de niveles medios altos con respecto a las dos subdimensiones tanto para satisfacción intrínseca y extrínseca, de igual forma DİLEKÇİ (2022) en su investigación encontró hallazgos que indican que los maestros poseen niveles altos y positivos en opiniones respecto a su satisfacción laboral, es decir, que analizó que en medida que los niveles de satisfacción son mayores los docentes dispondrán de actitudes positivas hacia su desempeño laboral.

Es importante destacar que la satisfacción laboral ha sido un tema relevante dentro de ámbito educativo, es por esta razón, Bedoya-Marrugo y otros (2018) recolectaron información de 100 docentes especialmente que cuenten con carreras técnicas y tecnológicas pertenecientes al Caribe Colombiano en donde tomaron en cuenta espacios físicos, salarios, toma de decisiones dentro del área laboral, entre otros, por lo cual la muestra expresó que el 80% de los docentes que cuentan con maestrías presentan insatisfacción con respecto a la supervisión laboral, además realizaron un contraste de información en relación a la satisfacción por los espacios físicos en donde también evidenciaron porcentajes significativos (67%) para insatisfacción.

Por su parte Castañeda-Santillán y Sánchez-Macías (2022) analiza la satisfacción laboral desde la perspectiva de las condiciones sociodemográficas. Relaciona aspectos importantes como las horas de trabajo en relación con la satisfacción laboral, es decir, que entre menos horas laborales los docentes presentan mayor satisfacción laboral, de igual forma en lo que respecta a la remuneración, y reconocimiento por sus méritos, asimismo, como el género en donde evidenciaron una presencia mayor en docentes varones que en docentes mujeres, aspectos que consideraron importantes en el estudio de este apartado, al contrario de la investigación actual en la que se aprecia la satisfacción laboral de forma general, sin embargo, se consideraron apartados sociodemográficos dentro del estudio.

## Conclusiones

Tras el desarrollo del presente trabajo fin de titulación, se concluyen los siguientes resultados:

La muestra participante está constituida mayormente por varones, en su mayoría casados, con una edad media de 44 años, trabajan en instituciones públicas con jornada laboral de 8 horas por día, y una experiencia laboral media de 13 años.

Los resultados indican que una mayoría de los participantes experimentan niveles significativamente leves de estrés, ansiedad y depresión, mientras que una minoría muestra una severidad moderada de estos síntomas, lo que indicaría que su salud mental se está viendo alterada de forma mínima, es así que, se evidencia tras presenciar síntomas psicológicos, fisiológicos y conductuales.

Además, se identifica la presencia de capital psicológico general en niveles medios en los educadores, de esta forma, se evidencia una relación equilibrada entre autoeficacia, esperanza, resiliencia y optimismo, lo que indica una tendencia en niveles medios y medios altos en las dimensiones antes mencionadas, que puede ser beneficioso para los educadores y se asocia al desarrollo profesional, ya que a mayor prevalencia de dichas variables puede contribuir a un mayor bienestar emocional, rendimiento y satisfacción laboral.

Por consiguiente, se concluye que los docentes evaluados muestran niveles medios de satisfacción laboral en general, por otro lado, dentro de sus dimensiones se analizó una relación entre la satisfacción intrínseca y extrínseca, ya que los participantes presentaron niveles medios en las dos dimensiones. En este sentido, los resultados indican que los docentes evaluados tienen deseos de satisfacción de necesidades internas y muestran una cierta autorrealización en su trabajo, realizándolo de manera independiente y sin depender exclusivamente de recompensas externas.

## Recomendaciones

Tras los resultados obtenidos se recomienda que futuras investigaciones se realicen de una forma amplia en donde se tome en cuenta una muestra más significativa, además se considere otros estudios que incluyan mayor información sobre los datos sociodemográficos de los participantes.

Con la finalidad de que se puedan minimizar los riesgos que afectan a la salud psicológica de los docentes, se recomienda que, dentro de las instituciones educativas, se coordine la acción de los Departamentos de psicología y Recursos Humanos para la realización de talleres en donde se trabaje con actividades como respiración profunda, meditación, ejercicio físico, entre otras importantes, de esta forma puedan mejorar el bienestar emocional, reducir la ansiedad, liberar estrés y promover una mejor salud mental tanto en directivos como en los docentes de esta localidad.

Se considera importante sugerir a las autoridades de las instituciones participantes, que se establezca una área física y personal calificado, que trabajen en la implementación de un plan mensual de actividades de integración, de esta forma, se trabajen estrategias como campañas de promoción de salud psicológica usando materiales como flyers y trípticos que contengan información relevante respecto a las dimensiones del capital psicológico y permitan a la comunidad docente conocer sobre esta temática y de esta forma poder trabajar en ello, asimismo, se dedique un tiempo a pausas activas que logren reactivar de energías positivas en los maestros conjuntamente con actividades recreativas como juego de roles, debates, competencias en equipo y demás estrategias en donde se promueva la comunicación asertiva.

Procurando el mantenimiento de los componentes de satisfacción laboral en los maestros, es importante que exista el involucramiento tanto de autoridades como personal docente de las instituciones educativas, para que se fomente el trabajo en equipo desarrollando periódicamente talleres que incluyan técnicas como el “team building”, en el

que se realicen actividades como juegos de confianza, actividades deportivas, eventos internos, entre otras que permitan el incremento de confianza, mejoramiento de la comunicación personal entre los trabajadores y directivos, además incrementar el sentido de pertenencia en la institución.

## Bibliografía

- Álvarez-Silva , L., Herrera-López , P., Lániz-Vargas, C., y González-Zhagñay, J. (2022). Estrés laboral docente, e-learning y tiempos de COVID-19. Estrés laboral docente, e-learning y tiempos de COVID-19. <https://doi.org/10.31095/podium.2022.41.7>
- Álvaro-Estramiana, J. L., Garrido-Luque, A., y Schweiger-Gallo, I. (2010). Una revisión crítica del modelo atributivo de la depresión. *Revista Internacional de Sociología (RIS)*, LXVIII(2). <https://doi.org/10.3989/ris.2008.06.08>
- Alvites-Huamaní, C. G. (2019). Estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, Norteamérica y Europa. *Scielo*, VII(3). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.393>
- Angulo-Torres, P. X. (2020). Profesión docente y estrés laboral: una aproximación a los conceptos de Estrés Laboral y Burnout. <http://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/2320/1/TRABAJO%20178%20-%20MEILE%205%2C%20ANGULO%20TORRES%20PAOLA%20XIMENA.pdf>
- Azanza, G., Domínguez, Á., Moriano, J., y Molero, F. (2013). Capital psicológico positivo. Validación del cuestionario PCQ en España. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, XXX(1), 294-301. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.6018/analesps.30.1.153631>
- Baculima- Japón, J. L., Solis- Muñoz, J. B., Lugo-García, J., y Pinos-Vélez, E. G. (2022). La depresión como factor del COVID-19 que incide en el desempeño docente online universitario. *Iberian Journal of Information Systems and Technologies*, 286-297. <https://www.proquest.com/docview/2735285181/9C3E63A1F5E44EC6PQ/1?accountid=45668>
- Bairero-Aguilar, M. E. (2017). El estrés y su influencia en la calidad de vida. *Multimed Revista Médica Granma*, XXI(6), 971-980. <https://doi.org/1028-4818>

Barrio, J. A., García, M. R., Ruiz, I., y Arce, A. (2006). El estrés como respuesta. Redalyc. Org, I(1), 37-48. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832311003>

Bedoya-Marrugo, E. A., Carrillo-Landazabal, M. S., Severiche, C. A., y Espinosa-Fuentes, E. A. (2018). Factores asociados a la satisfacción laboral en docentes de una institución de educación superior del Caribe Colombiano. Revista Espacios, XVIII(2). <https://doi.org/http://hdl.handle.net/11323/3312>

Behar, E., Dobrow, I., Hekler, E., Mohlman, J., y Staples, A. (2011). Modelos teóricos actuales del trastorno de ansiedad generalizada (TAG): revisión conceptual e implicaciones en el tratamiento. Revista de Toxicomanías(63). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5509545>

Benavides-Benavides, D. A. (2020). Capital Psicológico y Compromiso Organizacional en los trabajadores de la ONG. Compassion International extensión Cayambe-Ecuador. Quito . <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/24210/1/UCE-FCP-BENAVIDES%20DIEGO.pdf>

Biblioteca Nacional de Medicina . (12 de Febrero de 2021). Ansiedad. Medline Plus información de Salud para Usted. Retrieved 09 de 11 de 2022, from <https://medlineplus.gov/spanish/anxiety.html>

Bonillo-Muñoz, D. (2002). La satisfacción laboral como elemento motivador del empleado. Revista Iberoamericana De Relaciones Laborales, XI, 190-198. <https://doi.org/https://doi.org/10.33776/trabajo.v11i0.166>

Cabezas-Heredia, E., Herrera-Chávez, R., Ricaurte-Ortiz, P., y Novillo-Yahuarshungo, C. (2021). Depresión, Ansiedad, estrés en estudiantes y docentes: Análisis a partir del Covid 19. Revista Venezolana de Gerencia, XXVI(94). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29069612008>

- Cano-Vinde, A., Dongil-Collado, E., Salguero, J. M., y Wood, C. M. (2011). Intervención cognitivo-conductual en los trastornos de ansiedad: una actualización. *Información Psicológica*(102), 4-27. <https://www.informaciopsicologica.info/revista/article/view/63>
- Carrasco, A. (2017). Modelos Psicoterapéuticos para la depresión: hacia un enfoque integrado. *Revista Interamericana de Psicología*, LI(2), 181-189. <http://midap.org/wp-content/uploads/2015/04/Carrasco-A.-2017-modelos-psicoterapeuticos-para-la-depresi%C3%B3n.pdf>
- Castañeda-Santillán, L. L., y Sánchez-Macías , A. (2022). Job satisfaction and burnout in education workers. *Retos Revista de Ciencias de administración y economía.* , 230-246. <https://doi.org/https://doi.org/10.17163/ret.n24.2022.03>
- Chiang-Vega, M. M., Salazar, M., Núñez, A., y Huerta, P. (2008). Clima organizacional y satisfacción laboral en organizaciones del sector estatal (instituciones públicas). Desarrollo, adaptación y validación de instrumentos. *Revista Universum*, II(23), 67-85.
- Chiang-Vega, M., Martín, M. J., y Núñez, A. (2010). Relaciones entre el Clima Organizacional y la Satisfacción Laboral. Madrid: R. B. Servicios Editoriales, S.L. [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=v\\_sFY1XRFaIC&oi=fnd&pg=PA142&dq=que+es+satisfacci%C3%B3n+laboral&ots=TrfXtr-MKP&sig=mW4TLJVe7mWQgAWM-tqIIPUMTNw#v=onepage&q=que%20es%20satisfacci%C3%B3n%20laboral&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=v_sFY1XRFaIC&oi=fnd&pg=PA142&dq=que+es+satisfacci%C3%B3n+laboral&ots=TrfXtr-MKP&sig=mW4TLJVe7mWQgAWM-tqIIPUMTNw#v=onepage&q=que%20es%20satisfacci%C3%B3n%20laboral&f=false)
- Clark, D., & Beck, A. (2010). *Cognitive Therapy of Anxiety Disorders*. (J. Aldekoa, Trad.) Editorial Desclée De Brouwer, S.A., 2012. [https://www.srmcursos.com/archivos/arch\\_5847348cec977.pdf](https://www.srmcursos.com/archivos/arch_5847348cec977.pdf)
- Cruz Perez, G. (2018). Desestigmatizando la Función del estrés . *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, XXI(2), 604-620.

<https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol20num1/Vol20No1Art2.pdf>

Daza, D., Porto, S., y Fang, Y. (2007). Importancia De La Satisfacción Laboral Del Trabajador En Las Organizaciones. Satisfacción Laboral.

<https://repositorio.utb.edu.co/bitstream/handle/20.500.12585/1187/0042607.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

De la Cruz, B., Melendez, L., y Castillo, M. (20 de Abril de 2021). Detrás de la Depresión. Revista Médica. <https://revistamedica.do/detras-de-la-depresion/>

De Los Heros, M. G., Murillo-López, S., y Solana-Villanueva, N. (2020). Job satisfaction in times of pandemic: the case of university professors in the health area. Revista de Economía del Caribe(16).

<https://doi.org/http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/318/3181675005/index.html>

Delgado-Abella, L. E., y Mañas-Rodríguez, M. (2019). Propiedades psicométricas del Instrumento para evaluar capital psicológico en las Organizaciones Ipsicap-24. Universitas Psychologica, XVIII.

<https://doi.org/https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy18-5.ppie>

Delgado-González, A. (2021). El nivel de ansiedad en docentes de las escuelas normales mexicanas durante el confinamiento por COVID-19. Estudio cuantitativo. Eduscientia divulgación de la ciencia educativa, 51-70. <https://doi.org/2594-1828>

Díaz-Kuaik, I., y De la Iglesia, G. (2019). Ansiedad: Revisión y delimitación conceptual. Summa Psicológica UST, 16. doi: 10.18774/0719-448x.2019.16.1.393

DİLEKÇİ, Ü. (2022). Teacher Autonomy as a Predictor of Job Satisfaction. Bartın University Journal of Faculty of Education, XI(2). <https://doi.org/10.14686/buefad.1020340>

Dudasoval, L., Prochazkal, J., Vaculik, M., y Lorenz, T. (2021). Medición del capital psicológico: Revisión de la Escala de Capital Psicológico Compuesto (CPC-12). Plos

One, XVI(3).

<https://doi.org/https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0247114>

Efiliti, E., & Çoklar, A. N. (2019). Teachers' Technostress Levels as an Indicator of Their Psychological Capital Levels. *Revista Universal de Investigación Educativa*, VII(2).  
<https://doi.org/10.13189/ujer.2019.070214>

Estrada-Araoz, E. G., Paricahua-Peralta, J. N., Gallegos-Ramos, N. A., Paredes-Valverde, Y., y Quispe-Herrera, R. (2022). Valoración de los síntomas psicósomáticos relacionados al estrés en los docentes de educación básica regular durante la pandemia de COVID-19. *Archivos Venezolanos de farmacología y terapéutica*, XLI(5), 327-334. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7135520>

García-Monroy, A. I., Martínez-Allende, L., y Linares-González, E. E. (2016). Como Afecta El Estrés del Docente, en el Desempeño Académico del Estudiante de UPIBI-IPN. *Revista Electrónica sobre Tecnología, Educación y Sociedad*, IV(7), 1-12.  
[https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwj0rqEuLv7AhUjSzABHSLFAJYQFnoECCQQAQ&url=https%3A%2F%2Fwww.ctes.org.mx%2Findex.php%2Fctes%2Farticle%2Fdownload%2F661%2F757%2F2673&usg=AOvVaw3je\\_fqTVWEYE5VBQcc1InU](https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwj0rqEuLv7AhUjSzABHSLFAJYQFnoECCQQAQ&url=https%3A%2F%2Fwww.ctes.org.mx%2Findex.php%2Fctes%2Farticle%2Fdownload%2F661%2F757%2F2673&usg=AOvVaw3je_fqTVWEYE5VBQcc1InU)

Garcimartín-Cerezo, P. (2016). Diseños de estudios cuantitativos: Diseños Descriptivos . *Enfermería en Cardiología.*, XXIII(69), 23-29.

Garnique-Hinostroza, R., Ramírez, D., Díaz , M., Turpo, J. A., Alvarado -Carbonel, M., Cjuno, J., y Hernández, R. (2022). Clima laboral, depresión, ansiedad y estrés en docentes de la selva peruana en el contexto Covid-19. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica.*, XLI(5), 380-384.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.7135654>

- Gonçalves Estella, F., González Rodríguez, V. M., y Vázquez Castro, J. (2009). Guía de Buena Práctica Clínica en Depresión Y Ansiedad. *International Marketing and communication, S.A. (IM&C)*. <https://doi.org/978-84-691-4782-5>
- Granados-Alós, L., Aparicio-Flores, M., Fernandez-Sogorb, A., & García-Fernández, J. (2020). Depresión, ansiedad y estrés y su relación con el burnout en profesorado no universitario. *Revista Espacios, XLI(30)*.  
<https://www.revistaespacios.com/a20v41n30/a20v41n30p11.pdf>
- Griffin, R., & Bateman, T. (1996). Satisfacción laboral y compromiso de continuidad organizacional: un estudio de panel de dos olas. *Journal of Organizational Behavior, XVII*, 389-400. <https://www.jstor.org/stable/2488549>
- Hernandez Hervas , J. (2020). El capital psicológico y su importancia en el ámbito laboral .  
Linkedink: <https://www.linkedin.com/pulse/el-capital-psicol%C3%B3gico-y-su-importancia-en-%C3%A1mbito-hernandez-hervas>
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., y Baptista-Lucio, M. (2010). Metodología de Investigación (Quinta ed.). <https://doi.org/978-970-10-5753-7>
- Iguasnia-Amaguaya, S. D., y Saquisela-Gallegos, M. (2020). Estrés laboral, causas y consecuencias en los docentes de la Unidad Educativa Fiscal Jaime Roldós Aguilera del Distrito Ximena 2 de la ciudad de Guayaquil. *Digital Publisher CEIT, VI(1)*, 20-26.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.33386/593dp.2021.1.408>
- Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. (2010). Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/estadisticas/>
- Karasek, R. (1979). Job Demands, Job Decision Latitude, and Mental Strain: Implications for Job Redesign. *Administrative Science Quarterly, XXIV(2)*, 285-308.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.2307/2392498>

- Kulekci-Akyavu, E. (2021). Teachers' Perceptions of Positive Psychological Capital: A Mixed Method Approach. *International Journal of Research in Education and Scienc*, VII(3), 933-953. <https://doi.org/https://doi.org/10.46328/ijres.2020>
- Kurt, N., & Ottekin, A. (2019). Investigación de la Relación entre el Capital Psicológico Percepción, Bienestar Psicológico y Satisfacción Laboral de Profesores. *Revista de Educación y aprendizaje*, VIII(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.5539/jel.v8n1p87>
- Lacomba-Trejo, L., Schoeps, K., Valero-Moreno, S., Del Rosario, C., y Montoya-Castilla, I. (2022). Respuesta de los docentes al estrés, la ansiedad y la Depresión durante el confinamiento por COVID-19: ¿Qué hemos aprendido de la pandemic? *American School Health*, 864-872. <https://doi.org/10.1111/josh.13192>
- Lapo Pineda, M. A., y Medina Guachizaca, S. E. (2022). Prevalencia de problemas de salud mental en docentes: diferencias según características sociodemográficas y laborales. Caso de estudio en napo-ecuador. <https://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/13954/1/UDLA-EC-TMSSO-2022-20.pdf>
- Ledesma-Cuadros, M.-J., Reynosa-Navarro, E., Méndez-Vergaray, J., Rivera-Arellano, E. G., Torres-Caceres, F. d., y Sanchez-Diaz, S. (2021). Estrés y ansiedad en cuatro docentes peruanas después de haber. *Revista Cubana de Educación Medica Superior*, XXXV, 1-18. <https://doi.org/0864-2141>
- Lizana, P., Vega-Fernandez, G., Gomez-Bruton, A., & Leyton, B. (2021). Impact of the COVID-19 Pandemic on Teacher Quality of Life: A Longitudinal Study from before and during the Health Crisis. *International Journal of Environmental Research and public healt*, XVIII(7). <https://doi.org/https://www.mdpi.com/1660-4601/18/7/3764>
- Loor-Rivadeneira, M. R., y Cevallos-Lara, S. C. (2022). Prevalencia de la depresión en docentes de la Unidad Educativa Particular Manabí Tecnológico. *Polo del Conocimiento*, VII(6), 1123-1125. <https://doi.org/10.23857/pc.v7i6.4126>

- López Chamón, S. (2006). Manifestaciones clínicas de la depresión. Sintomatología: síntomas afectivos, y conductuales. . Foco en la clínica, 111-113.  
<https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/depresion>
- López, P. L. (2004). Población, muestra y muestreo. Punto Cero, 69-74.  
<http://www.scielo.org.bo/pdf/rpc/v09n08/v09n08a12.pdf>
- López-Soto, S. V., y Villacís-García , G. (2018). Satisfacción laboral y su incidencia en el desempeño del personal de la Unidad Educativa Particular Bilingüe “Santiago Mayor” de la ciudad de Guayaquil. <http://201.159.223.180/bitstream/3317/10410/1/T-UCSG-PRE-ECO-ADM-458.pdf>
- Luceño-Moreno, L., Martín-García, J., Ruvio-Valdehita, S., y Díaz-Ramiro, E. (2004). Factores psicosociales en el entorno laboral, estrés y enfermedad. Revista de psicología y psicopedagogía, III(1), 95-108.  
<https://doi.org/10.57087/edupsykhe.v3i1.3753>
- Luthans , F. (2002). The need for and meaning of positive organizational behavior. Journal of Organizational Behavior, XXIII, 695–706. <https://doi.org/10.1002/job.165>
- Luthans, F., y Youssef, C. (2004). Human Social and Now Positive Psychological Capital Management . Management Department Faculty Publications., XXXIII(2), 143-160.  
<https://doi.org/10.1016/j.orgdyn.2004.01.003>
- Luthans, F., Avolio, B., Walumbwa, F., y Li, W. (Julio de 2005). The Psychological Capital of Chinese Workers: Exploring the Relationship with Performance. Management and Organization Review, I(2), 161-354. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1740-8784.2005.00011.x>
- Martínez, M., y López, D. (2011). Trastornos de ansiedad. Revista Neurológica, Neurocirugía y Psiquiatría, XLIV(3), 101-107.  
<https://www.medigraphic.com/pdfs/revneuneupsi/nnp-2011/nnp113d.pdf>

- Martínez-Otero, V. (2003). Estrés y ansiedad en los docentes. *Pulso: revista de educación*(26), 9-21. <https://doi.org/2445-2866>
- McLean, L., y McDonald-Conno, C. (2015). Depressive Symptoms in Third-Grade Teachers: Relations to Classroom. *Child Development*, LXXXVI(3), 945-954. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/cdev.12344>
- Mendes Rodrigues, L. T., Campelo Lago, E., Pinheiro Landim Almeida, C. A., Pires Ribeiro, I., y Vasconcelos Mesquita, G. (2020). Estrés y depresión en docentes de una institución pública de enseñanza. *Enfermería Global*(57), 12. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.6018/eglobal.19.1.383201>
- Merín-Reig, J., Cano-Vindel, A., y Miguel-Tobal, J. (1995). El estrés laboral: Bases teóricas y marco de intervención. *Ansiedad y Estrés*, 113-130. [https://www.researchgate.net/profile/Antonio-Cano-Vindel/publication/230577109\\_El\\_estres\\_laboral\\_bases\\_teoricas\\_y\\_marco\\_de\\_intervencion\\_Occupational\\_stress\\_theoretical\\_background\\_and\\_intervention\\_framework/links/09e41501afca081a0e000000/El-estres-laboral](https://www.researchgate.net/profile/Antonio-Cano-Vindel/publication/230577109_El_estres_laboral_bases_teoricas_y_marco_de_intervencion_Occupational_stress_theoretical_background_and_intervention_framework/links/09e41501afca081a0e000000/El-estres-laboral)
- Mesurado, B., y Laudadio, J. (2019). Experiencia Docente, Capital Psicológico y Compromiso Laboral. Su Relación con el Burnout en Docentes Universitarios. *Propósitos y Representaciones*, VII(3). <https://doi.org/https://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/327>
- Ministerio de Educación del Ecuador. (2023). Ministerio de Educación del Ecuador. <https://educacion.gob.ec/datos-abiertos/>
- Monge-Cedeño, D. M., y García-Cedeño, M. L. (2021). Manifestaciones de ansiedad en docentes debido a confinamiento por SARS-CoV-2. *Revista Científica Arbitrada en Investigaciones de la Salud "GESTAR"*, IV(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.46296/gt.v4i8edesp.0033>

Mora-Mora, C. E., Bonilla-Guachamín, G. E., y Bonilla-Guachamín, J. A. (2021). Impact of the COVID-19 Pandemic on Teachers: Burnout, Anxiety and Depression . Revista RUNAE, VI, 41-60. <https://revistas.unae.edu.ec/index.php/runae/article/view/488>

Mukhtar, S. (2020). Psychological health during the coronavirus disease 2019 pandemic outbreak. Revista Internacional de Psiquiatría Social, LXVI(5), 421-522. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/0020764020925835>

Nafría Vicente, P. (27 de Octubre de 2021). Psicología Nafría. ¿Qué es la ansiedad anticipatoria? Síntomas y causas: <https://psicologianafria.com/ansiedad-profesores-secundaria-ansiedad-en-docentes/>

Naranjo-Pereira, M. L. (2009). Una Revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. Revista Educación, XXXIII(2). <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>

Navas-Orozco, W., y Vargas-Baldares, M. J. (2012). Trastornos de ansiedad: Revisión dirigida para la atención primaria. Revista Médica de Costa Rica y Centroamerica LXIX, 497-507. <https://www.binasss.sa.cr/revistas/rmcc/604/art11.pdf>

Ocampo-Vásquez , K. E., & Mansanillas-Rojas, T. C. (2022). Guía didactica Prácticum 4.1: Trabajo de Integración Curricular-Proyecto de Investigación. Loja: Ediloja Cía. Ltda. 978-9942-39-578-8

Organización Panamericana de la Salud . (2022). Terapia interpersonal grupal para la depresión. [https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/55786/OPSNMHMH220004\\_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/55786/OPSNMHMH220004_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Organización Panamericana de la Salud. (2017). Organización Panamericana de la Salud OPS. Organización Panamericana de la Salud OPS: <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/34006/PAHONMH17005-spa.pdf>

- Parra-Velazco, L., y Vásquez-Marínez, G. (2017). Muestreo Probabilístico y No Probabilístico. <https://www.gestiopolis.com/wp-content/uploads/2017/02/muestreo-probabilistico-no-probabilistico-guadalupe.pdf>
- Patiño, G. (2021). Niveles de ansiedad y depresión en la práctica docente por confinamiento. <https://repositorio.uisek.edu.ec/bitstream/123456789/4088/1/G%c3%a9nesis%20Jhael%20Pati%c3%b1o%20Navarrete.pdf>
- Pérez-Bilbao , J., y Fidalgo-Vega, M. (1990). Ministerio de Trabajo y asuntos sociales España . <https://doi.org/https://saludlaboralydiscapacidad.org/wp-content/uploads/2019/05/NTP-394-Satisfacci%C3%B3n-laboral-escala-general-de-satisfacci%C3%B3n.pdf>
- Pérez-Padilla, E. A., Cervantes-Ramírez, V. M., Hijuelos-García, N. A., Pineda-Cortés, J. C., y Salgado-Burgos, H. (2017). Prevalencia, causas y tratamiento de la depresión Mayor. *Revista Biomédica*, XXVIII(2), 73-98. <https://www.scielo.org.mx/pdf/revbiomed/v28n2/2007-8447-revbiomed-28-02-73.pdf>
- Quintero Idárraga, S., y Hernández Calle , J. A. (2020). Síntomas de depresión asociados al síndrome de burnout y a condiciones socio laborales de docentes de colegios públicos de Envigado (Colombia)\*. *Psicología desde el Caribe*, XXXVIII(1). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.14482/psdc.38.1.158.724>
- Retamal , P. (1998). *Depresión*. Santiago de Chile: Editorial Universitaria . [https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=1kwVmA7st\\_cC&oi=fnd&pg=PA9&dq=que+es+depresi%C3%B3n+&ots=7QVeUCrY3Y&sig=bbAcTtYf1HsZ0d6rzjTsOW6N91Y#v=onepage&q=que%20es%20depresi%C3%B3n&f=false](https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=1kwVmA7st_cC&oi=fnd&pg=PA9&dq=que+es+depresi%C3%B3n+&ots=7QVeUCrY3Y&sig=bbAcTtYf1HsZ0d6rzjTsOW6N91Y#v=onepage&q=que%20es%20depresi%C3%B3n&f=false)
- Reyes-Ticas, J. (2005). *Trastornos de Ansiedad Guía Practica para Diagnóstico y tratamiento*. <https://www.rua.unam.mx/portal/recursos/ficha/79826/trastornos-de-ansiedad-guia-practica-para-diagnostico-y-tratamiento>

- Riofrío-Román, R. (2019). Medición del nivel de estrés laboral en docentes de la facultad de medicina de la Universidad del Azuay. Cuenca.  
<https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/9658/1/15291.pdf>
- Rodríguez, M., y Mendivelso, F. (2018). Diseño de Investigación de corte transversal. *Revista Médica Sanitas*, XXI(3), 141-146. [https://www.researchgate.net/profile/Fredy-Mendivelso/publication/329051321\\_Disenio\\_de\\_investigacion\\_de\\_Corte\\_Transversal/links/5c1aa22992851c22a3381550/Diseno-de-investigacion-de-Corte-Transversal.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Fredy-Mendivelso/publication/329051321_Disenio_de_investigacion_de_Corte_Transversal/links/5c1aa22992851c22a3381550/Diseno-de-investigacion-de-Corte-Transversal.pdf)
- Román-Mella, F., Vinet, E., y Alarcón-Muñoz, A. (2014). Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21): Adaptación y propiedades psicométricas en estudiantes secundarios de temuco. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XXIII, 179-190.  
<https://www.redalyc.org/pdf/2819/281943265009.pdf>
- Said-Hung, E., Marcano, B., y Garzón-Clemente, R. (2021). Ansiedad Académica en Docentes y Covid -19 Caso Instituciones de Educación Superior de Iberoamérica . *Revista Prisma Social*(33), 289-305.
- San Molina , L., y Arranz Martí , B. (2010). *Comprender la Depresión*. Barcelona : Amat S.L.  
[https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=yC\\_1xY4jzNUC&oi=fnd&pg=PA7&dq=que+es+depresi%C3%B3n+&ots=nKjLiOQFS&sig=E0YTZH7MWd5oAaBnsc-VfA9-hpw#v=onepage&q=que%20es%20depresi%C3%B3n&f=false](https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=yC_1xY4jzNUC&oi=fnd&pg=PA7&dq=que+es+depresi%C3%B3n+&ots=nKjLiOQFS&sig=E0YTZH7MWd5oAaBnsc-VfA9-hpw#v=onepage&q=que%20es%20depresi%C3%B3n&f=false)
- Sánchez-Narváez, F., y Velasco-Orozco, J. (2017). Comorbilidad entre síndrome de Burnout, depresión y ansiedad en una muestra de profesores de Educación Básica del Estado de México. *Papeles de Población*.  
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.22185/24487147.2017.94.038>
- San-Molina, L., y Arranz-Martí, B. (2010). *Comprender la depresión*. Editorial Amat, S.L.  
<https://doi.org/978-84-9785-345-8>

- Saraswati, K. (2019). Work Engagement: The Impact of Psychological Capital and Organizational Justice and its Influence on Turnover Intention. . Journal of Management and Marketing Review. <https://doi.org/https://doi.org/10.35609/jmmr.2019.4.1>
- Selye, H. (1976). Stress in health and disease. United States of America.
- Tovar-Pulido, C. (03 de Octubre de 2018). Maestros de México. Ser Maestro te puede llevar a sufrir ansiedad: <https://maestrosdemexico.com/2018/10/03/ser-maestro-te-puede-llevar-a-sufrir-ansiedad/>
- Trujillo-Ramírez, P., Ortiz, M. L., Carrasco, M., Herrera , G., y Martínez , C. (2020). Satisfacción laboral y desempeño académico universitario. InterCambios. Dilemas y transiciones de la Educación Superior, VII(2). <https://doi.org/http://doi.org/10.29156/inter.7.2.8>
- Tsai, P., y Antoniou, P. (2021). Teacher job satisfaction in Taiwan: making the connections with teacher attitudes, teacher selfefficacy and student achievement. International Journal of Educational Management, XXXV(5), 1016-1029. <https://doi.org/10.1108/IJEM-02-2020-0114>
- Tully, P., Zajac, I., y Venning, A. (2009). The Structure of Anxiety and Depression in a NormativeSample of Younger and Older Australian Adolescents. School of Psychology, University of Adelaide, 717-726. <https://doi.org/10.1007/s10802-009-9306-4>
- Vázquez, C., y Sanz, J. (1994). Algunas consideraciones adicionales sobre la versión española de la escala de actitudes disfuncionales (DAS) de Weissman y Beck. Revista de análisis y modificación de la conducta, XX(73), 672. <http://www.uhu.es/publicaciones/ojs/index.php/amc/index>

- Villacob-Fernández, K. (2015). Formación de esquemas maladaptativos tempranos y su relación con los trastornos ansiosos. *Revista Virtual Tejidos Sociales*, 1, 100–108.  
<https://revistas.unisimon.edu.co/index.php/tejsociales/article/download/2587/2539>
- Virues-Elizondo, R. A. (25 de Mayo de 2005). Ansiedad estudio. *Revista Psicología Científica.com*. <https://psicolcient.me/jecd9>
- Weiss, H. (2002). Deconstruyendo la satisfacción laboral: separando evaluaciones, creencias y experiencias afectivas. *Revisión de gestión de recursos humanos*, XII(2).  
<https://doi.org/> [https://doi.org/10.1016/S1053-4822\(02\)00045-1](https://doi.org/10.1016/S1053-4822(02)00045-1)
- Wells , A. (1995). Meta-cognition and worry: A cognitive model of generalized anxiety disorder. . *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, XXIII(3), 301-320.  
<https://doi.org/><https://doi.org/10.1017/S1352465800015897>
- Yanes , J. (2008). *El control del estrés y el mecanismo del miedo* . Madrid: Edaf, S.L.  
<https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=GroLZ2CSTo0C&oi=fnd&pg=PA15&dq=temblores+del+cuerpo,+tensi%C3%B3n+muscular,+pies+y+manos+fr%C3%A4Das,+dificultad+para+comer,+falta+de+apetito,+sudor+en+las+manos+y+fatiga&ots=CAR8ccs6RE&sig=kzhJLNJrVU-XVHt8hQ>
- Zuñiga-Cristobal, E. C. (22 de Octubre de 2019). El Estrés Laboral y su Influencia en el Desempeño de los Trabajadores. *Gestión en el Tercer Milenio*, XXII(44), 115-120.  
<https://doi.org/><https://doi.org/10.15381/gtm.v22i44.17317>