



UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA
La Universidad Católica de Loja

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

CARRERA DE PSICOLOGÍA

**Prevalencia de la salud mental, capital psicológico y
satisfacción laboral en docentes de la ciudad de Pelileo**

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

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

Autor: Galarza Barrionuevo, Rebeca Alejandra

Directora: López Acevedo, Nelcy Viviana

AMBATO

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, 07 de agosto del 2023

Magister,

David Mauricio Ortega Jiménez

Director de la carrera de Psicología

Ciudad.-

De mi consideración:

Me permito comunicar que, en calidad de director del presente Trabajo de Integración Curricular denominado: Prevalencia de la salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en docentes de la ciudad de Pelileo, realizado por Rebeca Alejandra Galarza Barrionuevo 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: Magister Nelcy Viviana López Acevedo

C.I.: 0960649945

Correo electrónico: vnlopez@utpl.edu.ec

Declaración de autoría y cesión de derechos

Yo, Rebeca Alejandra Galarza Barrionuevo declaro y acepto en forma expresa lo siguiente: Ser autor (a) del Trabajo de Integración Curricular denominado prevalencia de la salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en docentes de la ciudad de Pelileo, de la carrera de Psicología, específicamente de los contenidos comprendidos en: Marco Teórico, Metodología, Análisis de resultado y Discusión, siendo, Nelcy Viviana López Acevedo director (a) del presente trabajo; también declaro que la presente investigación no vulnera derechos de terceros ni utiliza fraudulentamente obras preexistentes. Además, ratifico 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, en relación con 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: Rebeca Alejandra Galarza Barrionuevo

C.I.: 1804158713

Correo electrónico: ragalarza2@utpl.edu.ec

Dedicatoria

Este trabajo de tesis ha sido una gran bendición en mi vida y te lo dedico a ti Padre, mi amado creador, infinitas son tus misericordias y jamás cesarán mis ganas de decir que es gracias a ti que esta meta está cumplida, tu amor y bondad no tienen fin.

A mis padres y hermanos que con su ejemplo de lucha, perseverancia y cariño me han ayudado a seguir adelante en momentos donde me quería dar por vencida.

A mi esposo por su amor y apoyo en este largo camino recorrido.

A mi Champi quien me ha acompañado en silencio, sentado junto a mí todo este tiempo.

Agradecimiento

Gracias Papá por estar presente no solo en esta etapa tan importante de mi vida, sino en todo el camino transcurrido, por cada detalle y momento durante la realización de la tesis, porque me permites sonreír ante mis logros que son resultado de tu ayuda y bendición, por las pruebas y aún más por las victorias, gracias por ser quien me sostuvo en cada paso durante estos 4 años mi buen Dios.

Gracias a mis padres por sus oraciones y consejos, por ser la base de mi moral y principios, a mis hermanos por cada abrazo y cariño, por ser mi luz, a mi amada familia por inculcar en mí el ejemplo de esfuerzo y valentía, de no temer a las adversidades y por estar siempre conmigo.

Gracias a mi esposo por su amor, su paciencia y sobre todo su apoyo el cual es y será muy importante para mí, infinitas gracias, amor.

Gracias a ti mi pequeño Champi por ser mi guardián durante todas mis noches de desvelo, por tu compañía, tu fidelidad y tu amor, gracias mi ángel y compañero incondicional de aventuras y desventuras, nada más bastaba ver tus ojitos hermosos para no sentirme sola, te prometí que lo lograríamos, gracias Champito de mi corazón.

Gracias a mis amigas por sus palabras de ánimo y su cariño, en especial a Mery quien me abraza y escucha siempre pacientemente.

Y por último, pero no menos importante gracias a cada uno de los docentes de la universidad técnica particular de Loja que fueron de gran apoyo en cada semestre cursado, en especial a mi directora de tesis por ser una guía para este paso importante en mi vida.

Índice de contenido

<i>Aprobación del director del Trabajo de Integración Curricular</i>	<i>II</i>
<i>Declaración de autoría y cesión de derechos</i>	<i>III</i>
<i>Dedicatoria.....</i>	<i>V</i>
<i>Agradecimiento</i>	<i>VI</i>
<i>Índice de contenido.....</i>	<i>VII</i>
<i>Resumen</i>	<i>1</i>
<i>Abstract</i>	<i>2</i>
<i>Introducción</i>	<i>3</i>
<i>Capítulo uno</i>	<i>5</i>
<i>Marco Teórico.....</i>	<i>5</i>
<i>1.1 Conceptualización y etiología de las variables de salud mental</i>	<i>5</i>
<i>1.1.1 Indicadores de las variables de salud mental.....</i>	<i>7</i>
<input type="checkbox"/> <i>Ansiedad</i>	<i>7</i>
<input type="checkbox"/> <i>Depresión.....</i>	<i>9</i>
<i>Signos y síntomas de la depresión</i>	<i>10</i>
<input type="checkbox"/> <i>Estrés</i>	<i>10</i>
<i>1.2. Salud mental en docentes</i>	<i>13</i>
<i>1.2.1 Repercusiones de las variables de la salud mental.....</i>	<i>14</i>
<input type="checkbox"/> <i>Ansiedad</i>	<i>14</i>
<input type="checkbox"/> <i>Depresión.....</i>	<i>15</i>
<input type="checkbox"/> <i>Estrés</i>	<i>17</i>
<i>1.2.2 Investigaciones previas en la salud mental.....</i>	<i>18</i>
<input type="checkbox"/> <i>Ansiedad</i>	<i>18</i>
<input type="checkbox"/> <i>Depresión.....</i>	<i>19</i>
<input type="checkbox"/> <i>Estrés</i>	<i>21</i>
<i>1.3 Capital psicológico y satisfacción laboral en docentes</i>	<i>22</i>
<i>1.3.1 Conceptualización y etiología del capital psicológico y satisfacción laboral.</i>	<i>23</i>
<i>1.3.2 Importancia del capital psicológico y satisfacción laboral.</i>	<i>24</i>
<i>1.3.3 Investigaciones previas del capital psicológico y satisfacción laboral.</i>	<i>25</i>
<i>Capítulo dos</i>	<i>27</i>

Metodología	27
2.1. Objetivos	27
2.1.1 General.....	27
2.1.2 Específicos	27
2.2 Preguntas de investigación	27
2.3 Enfoque, tipo y diseño de investigación	27
2.4 Población y muestra	28
2.4.1 Muestra participante	29
2.4.2 Criterios de inclusión / exclusión	30
2.5 Instrumentos de recogida de información	30
2.6 Procedimiento	32
Capítulo tres	34
Análisis de resultados y discusión	34
3.1 Análisis de resultados	34
Referencias	41
Apéndice	51

Índice de tablas

Tabla 1	8
Síntomas más comunes de ansiedad	8
Tabla 2	8
Tipos de ansiedad	8
Tabla 3	10
Signos y síntomas de la depresión	10
Tabla 4	11
Clasificación del estrés	11
Tabla 5	12
Signos y síntomas del estrés	12
Tabla 6	29
Características sociodemográficas y laborales de los docentes	29
Tabla 7	34
Percepción de salud mental de docentes	34
Tabla 8	35
Capital psicológico en docentes	35
Tabla 9	35
Satisfacción laboral en docentes	35

Índice de Apéndices

<i>Apéndice 1: Solicitud a la institución.....</i>	<i>51</i>
<i>Apéndice 2: Formulario de consentimiento informado</i>	<i>52</i>
<i>Apéndice 3: DASS-21.....</i>	<i>59</i>
<i>Apéndice 4: UCLA-R.....</i>	<i>62</i>
<i>Apéndice 5: ESCALA DE SATISFACCIÓN LABORAL</i>	<i>65</i>
<i>Apéndice 6: Capital psicológico PCQ-24</i>	<i>67</i>
<i>Apéndice 7: Cuestionario sociodemográfico</i>	<i>69</i>

Resumen

El presente trabajo tuvo por objetivo determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos en la ciudad de Pelileo durante el año 2022, teniendo en cuenta que la salud mental está en continua relación con algunas otras variables. Se realizó con un enfoque de tipo cuantitativo, siendo además transversal y descriptivo, la muestra recolectora estuvo compuesta por 45 docentes del cantón Pelileo de diferentes características demográficas. Se usó el cuestionario Ad Hoc sociodemográfico y laboral, escalas de depresión, ansiedad y estrés (DASS – 21) y un instrumento para medir el capital psicológico (PCQ – 24) y la satisfacción laboral. Los resultados mostraron bajos índices en las variables de ansiedad, depresión y estrés, en cuanto a eficacia, esperanza, resiliencia, optimismo y capital psicológico sus resultados alcanzaron datos de media altos y la satisfacción intrínseca obtuvo un puntaje superior a la satisfacción extrínseca.

Palabras clave: docentes, salud mental, satisfacción laboral.

Abstract

Referring to mental health is talking about the general well-being of people, how they

The present work aimed to determine the prevalence of mental health, psychological capital and job satisfaction in Ecuadorian teachers in the city of Pelileo during the year 2022, taking into account that mental health is in continuous relationship with some other variables. It was carried out with a quantitative approach, being also cross-sectional and descriptive, the collection sample was composed of 45 teachers from the Pelileo canton of different demographic characteristics. The Ad Hoc sociodemographic and labor questionnaire, depression, anxiety and stress scales (DASS – 21) and an instrument to measure psychological capital (PCQ – 24) and job satisfaction were used. The results showed low indices in the variables of anxiety, depression and stress, in terms of effectiveness, hope, resilience, optimism and psychological capital, their results reached high average data and intrinsic satisfaction obtained a higher score than extrinsic satisfaction.

Keywords: teachers, mental health, job satisfaction.

Introducción

De manera concreta, el tema de la presente investigación fue determinar la prevalencia en las variables de salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en docentes de Pelileo teniendo en cuenta que posiblemente estas áreas dentro de los docentes pudieran estar afectadas. Con la obtención de estos datos se pudo establecer el nivel de cada una de estas variables para posteriormente compararlo con estudios que afirmen o refuten los resultados obtenidos.

Para dar respuesta a la problemática se plantearon objetivos específicos que estuvieran acorde al tema, su alcance estuvo condicionado a la aplicación de instrumentos dentro de una muestra de estudio, usando una metodología cuantitativa, de corte transversal y descriptiva. La importancia de esta investigación radica en poder conocer el estado en cuanto a la salud mental de los docentes de Pelileo así como su relación con el capital psicológico y satisfacción laboral, para poder determinar acciones necesarias en el caso de que exista alguna dificultad.

La investigación estuvo dividida por capítulos, el primero consistió en una investigación bibliográfica referente a temas de salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos, aquí la importancia de la salud mental estaba basada en el equilibrio emocional, cognitivo y conductual de las personas, las variables tomadas en este estudio fueron significativas en donde la literatura demostró que la ansiedad es el trastorno más frecuente en atención primaria afectando más al sexo femenino, el estrés que es una sobrecarga la cual afecta al bienestar físico y psicológico de las personas y por último la depresión que es significativa ya que en los últimos años se la ha relacionado con el aumento de suicidios y consumo de sustancias, por ello es importante que la variable de salud mental sea incluida en los diferentes estudios principalmente en docentes. En cuanto al capital psicológico y la satisfacción laboral se encuentran relacionados estrechamente, esto debido a la capacidad de afrontamiento ante las adversidades diarias.

El segundo capítulo fue la descripción de la metodología, así como de la población y los instrumentos a utilizarse, definiéndola con características sociodemográficas, esto radica en poder tener un panorama claro respecto a si la población padece de ansiedad, depresión y estrés para poder tratarlo, así como la importancia de saber sus cualidades y características. Cabe recalcar que el vínculo entre la salud mental y la satisfacción laboral puede destacarse dentro del aspecto teórico, por un lado, se discute mucho la motivación que deben tener los docentes durante su jornada laboral, pero, por otro lado, se toman en consideración los desafíos que enfrentan para desempeñar sus funciones de manera típica, ya que cada uno tiene responsabilidades únicas en sus vidas. El nivel de autoestima personal de cada docente también debe tenerse en cuenta cuando se habla de salud mental equilibrada; sin embargo, con base en los resultados de la investigación, esto variará de persona a persona.

Cabe mencionar que no existen investigaciones previas en el Ecuador que se orienten al tema de la salud mental y hagan relación con la satisfacción laboral y el capital psicológico en los docentes, no se tiene un panorama claro de esta temática dentro del país. Dentro de esta investigación se tuvo algunas limitaciones entre ellas la toma de datos, ya que las mismas fueron subidas directamente a la plataforma, en cuanto a la parte investigativa existió una limitante en el hallazgo de estudios que hayan aplicado los mismos instrumentos u obtenidos resultados similares en el Ecuador.

Capítulo uno

Marco Teórico

1.1 Conceptualización y etiología de las variables de salud mental

En lo que se refiere a salud mental, según Baena (2018) lo define como el bienestar general en como las personas piensan, regulan sus emociones, sentimientos y se comportan, en algunos casos estos pueden experimentar una ligera perturbación que podría llegar a afectar su bienestar mental. También indica que se puede establecer un trastorno de salud cuando los cambios o patrones en sentimientos, pensamientos o comportamientos generan angustia o le impiden a la persona desarrollarse normalmente.

Por su parte, Pachas (2019) describe como salud mental al bienestar emocional, conductual y cognitivo de las personas, en términos generales, se trata de cómo piensan, como sienten y cómo se comportan los individuos, en ciertas ocasiones se ocupa este término para referirse a la ausencia de un trastorno mental o alguna afección de carácter psicológico que un individuo pueda estar atravesando, sin embargo, los factores de vida de las personas, como los vínculos familiares o factores externos, pueden contribuir a afectar la salud mental adecuada.

Por otro lado, Garzaniti (2019) la define como un estado de equilibrio y conciencia emocional, conductual y cognitivo que brinda al individuo la capacidad de desenvolverse de manera eficaz y responsable dentro de su entorno familiar, laboral y social, para gozar de un bienestar pleno y buena calidad de vida. Cabe decir que la visión de salud mental puede parecer alejada de la experiencia real, más aún cuando se encuentra en una situación de crisis, pero depende de la manera de regularse de cada individuo para lograr un equilibrio.

Por una parte, la salud mental se relaciona con el bienestar psicológico, emocional y social, también, tiene que ver con la forma en que la persona piensa, siente, y como bajo este criterio enfrenta su vida; así mismo en cómo se maneja el estrés o situaciones de crisis, como es la relación con los demás y la forma de tomar decisiones.

De esta forma, la salud mental es sumamente importante en todas las etapas de vida que van desde la niñez, adolescencia hasta la vida adulta (Schwend, 2020).

Teniendo claro este antecedente, la salud mental es importante porque ayuda a enfrentar de manera oportuna los problemas relacionados con el estrés, permite también a las personas mantenerse saludables, ayuda a tener relaciones sanas y alcanzar un potencial pleno (Fernández, 2020).

Cabe señalar que existen factores que afectan a la salud mental a lo largo de la vida de los seres humanos, tales como los biológicos, psicológicos e individuales. Al mismo tiempo, existen situaciones que pueden afectarla tales como el consumo/uso de sustancias psicoactivas, riesgos sociales, depresión, abusos (Huarcaya, 2020). De la misma manera, Stolkiner (2021) expone que la salud mental es afectada en todas las etapas de vida, pero las afecciones que ocurren en las primeras etapas son las más perjudiciales.

Por el contrario, también existen factores que protegen a la salud mental tales como la resiliencia, actividades de autocuidado, habilidades sociales/individuales, la gestión de las emociones y las relaciones interpersonales sanas (Fernández, 2020). Agregando a lo anterior, Fontal (2020) menciona puntos específicos para cuidar la salud mental como: tener un buen sentido del humor, adquirir logros personales, practicar algún deporte o actividad al aire libre y mejorar los vínculos con las personas de su familia.

En efecto, la salud mental es un término que describe los sentimientos, pensamientos y la capacidad de una persona para participar en la sociedad. Esto se ve interrumpido cuando existen problemas en su funcionamiento, pero puede fortalecerse a través de lazos familiares que ayuden a las personas a encontrar apoyo en la sociedad, superando obstáculos y enfatizando la necesidad de llevar un estilo de vida saludable para desarrollar todo su potencial.

1.1.1 Indicadores de las variables de salud mental

A continuación, se profundizará en temas específicos relacionados con la ansiedad, depresión y estrés. En cada uno de ellos se hablará acerca de su definición, sus síntomas, prevalencia y repercusiones en la salud mental. Ya que estos trastornos no son una parte natural del ser humano, si es que se llegasen a presentar este deberá estar presto poder enfrentarla, ya que muchas de las veces pueden alterar a las personas, llegando a cambiar su estilo de vida.

- **Ansiedad**

La ansiedad se define, según Proaño (2020) como un sentimiento de temor, miedo e intranquilidad, logrando que las personas se sientan inquietas, tensas, incluso llegando a tener palpitaciones. Comúnmente se asocia a la ansiedad como una reacción ante el estrés. De igual manera, Díaz (2022) define a la ansiedad como un mecanismo adaptativo que permite a las personas mantenerse alerta ante sucesos imprevistos, este autor indica que un grado normal de ansiedad ayuda a tener precaución en casos de peligro.

De la misma forma, Neimeyer y Va Brunt (2018) definen a la ansiedad como una emoción común que se da en situaciones en las que una persona siente una amenaza por un peligro externo o interno. Se debe diferenciar entre el miedo cuando la persona conoce el objeto y cuando no lo conoce, ya que se transforma en un peligro latente y el sujeto tendrá dificultades para afrontarlo. La ansiedad es inusual cuando es desproporcionada y prolongada cuando se da el estímulo desencadenante.

Del mismo modo, la ansiedad se relaciona con un sentimiento de miedo, una preocupación incontrolable debido a la sobre carga de actividades o acontecimientos que pueda presentarse en un lapso superior a 6 meses. El trastorno de ansiedad es el más frecuente dentro de la atención primaria, ya que afecta al 5% de la población, es más frecuente en el sexo femenino y generalmente, suele aparecer en la edad adulta. (Huarcaya, 2020).

Por otro lado, respecto a las causas que se asocian a la ansiedad se puede mencionar las relaciones sociales, la familia como factores de índole social, las patologías orgánicas y las enfermedades físicas. Finalmente, las patologías de carácter psicológico, como los trastornos psicológicos y las experiencias traumáticas, igualmente desencadenan cuadros de ansiedad, cuando una situación tiene el potencial de hacer que una persona anticipe que terminará negativamente o que tendrá efectos negativos, es cuando esta se produce (Díaz, 2022).

Tabla 1

Síntomas más comunes de ansiedad

Síntomas más comunes de ansiedad
Hiperventilación.
Sudoración excesiva
Tener dificultad para dormir.
Sensación de inquietud o tensión.
Una sensación de crisis o peligro constante.
Frecuencia cardíaca más alta.
Sentirse letárgico o débil.
Dificultad para concentrarse o pensar en otra cosa que no sea la preocupación inmediata.

Nota. Información tomada de (Tuman y Maser, 2019)

Se puede señalar que la ansiedad altera la salud mental y si no es tratada a tiempo surgen algunas dificultades en diferentes áreas de la vida de las personas. Es importante destacar el hecho que el objetivo principal de la ansiedad es la de proteger al organismo, prepararlo para la acción y mantener el cuerpo alerta. (Kuaik y De la Iglesia, 2019).

Tabla 2

Tipos de ansiedad

Tipo de ansiedad	Definición
Agorafobia	Tipo específico de trastorno de ansiedad en el que con frecuencia se trata de evitar lugares y circunstancias que podrían causar la sensación de sentirse atrapado, indefenso o con temor.

Trastorno de ansiedad generalizada	Se define como una preocupación excesiva, ya que las circunstancias son difícil de manejar y tiene un impacto en cómo la persona se siente. Los síntomas incluyen una preocupación continua y excesiva por las actividades y eventos cotidianos.
Trastorno de pánico	Caracterizado por episodios recurrentes de miedo o terror excesivo que alcanzan su punto máximo en cuestión de minutos y se acompañan de sentimientos repentinos de ansiedad. La persona puede temer que los ataques de pánico se repitan.

Nota. Información tomada de (Spielberger, 2021)

Finalmente, la ansiedad es un trastorno que afecta la calidad de vida de las personas debido a que les genera sentimientos negativos. Este trastorno, según lo revisado anteriormente, puede darse en distintos contextos y la persona afectada no podrá desenvolverse de manera adecuada en su ámbito personal y social. Se debe destacar el hecho que la prevalencia ha aumentado y que según proyecciones puede ser un trastorno que afecte a gran parte de la población en un futuro.

- **Depresión**

La depresión, según Pachas (2019) se define como una enfermedad grave, pero común que tiene repercusión negativa sobre los pensamientos, el modo de actuar y pensar. Provoca en su mayoría sentimientos de tristeza, más pérdida de interés en las cosas que antes eran importantes, usualmente está relacionada con problemas físicos.

De igual manera, Calderón (2018) define a la depresión como un trastorno emocional que provoca una sensación de tristeza y pérdida en la realización de actividades. Manifiesta, que este trastorno afecta a los pensamientos, sentimientos y la forma de comportarse de una persona y que si no es tratada a tiempo puede causar problemas emocionales y físicos.

Como lo afirma, Fernández (2020) la depresión es una sensación de tristeza y pérdida de interés y que a su vez se convierte en un trastorno cuando es demasiado

intenso para intervenir con el funcionamiento normal de una persona. De la misma forma, para Fontal (2020) la depresión conlleva un conjunto de síntomas que afecta la esfera afectiva de las personas y deberá tratarse desde un punto de vista clínico, ya que su aparición se atribuye a factores genéticos, biológicos y psicosociales.

Tabla 3

Signos y síntomas de la depresión

Signos y síntomas de la depresión	
Signos	Síntomas
Sentimientos continuos de vacío.	Dificultad el trabajo.
Emociones de desesperanza.	Alteraciones en el sueño
Sentimientos de irritabilidad.	Problemas en el estudio
Disminución en el disfrute o interés	Dificultades en la alimentación

Nota. Información tomada de (Gaynes et al., 2020) y (Guzmán, 2021)

Respecto a las causas que generan depresión, según Calderón (2018) se puede considerar en primer lugar las diferencias biológicas, que se dan cuando las personas con depresión sufren de cambios físicos que alteran su funcionamiento, aunque todavía no está claro qué significan estos cambios, eventualmente podrían señalar algunas causas. Dado que los neurotransmisores son sustancias químicas naturales en el cerebro y es probable que desempeñen un papel en la depresión, la química cerebral es otro factor potencial. El último factor son las hormonas, ya que las alteraciones en el equilibrio hormonal del cuerpo pueden contribuir o incluso precipitar la depresión.

- **Estrés**

El estrés es definido según Macías (2020) como un mecanismo que se ejecuta cuando un individuo está inmerso en situaciones que exceden sus recursos, por ende, estos se ven superados para lograr satisfacer la demanda que les piden para poder superarlas. De acuerdo con este autor, el individuo experimenta una sobrecarga que incide en el bienestar personal, psicológico y físico. De igual manera, Hernández (2020) define al estrés como una reacción fisiológica del cuerpo que se relaciona con diversos

mecanismos de defensa para sobrellevar a una situación amenazante, ya que el estrés es una manera en que un cuerpo reacciona ante un desafío.

Así mismo, Jacome (2020) define al estrés como un sentimiento de tensión emocional o física, misma que puede derivarse de cualquier situación que le haga sentir al individuo frustrado, nervioso o furioso. Se puede mencionar que el estrés es como el cuerpo reacciona a una demanda o desafío, ya que en cortos lapsos el estrés puede llegar a ser positivo, como cuando una persona se activa mentalmente para alcanzar un objetivo que está apremiante, pero si dura mucho tiempo, resulta ser dañino para la salud.

De la misma forma, el estrés, según Russell y Lightman (2019) es la reacción del cuerpo y la mente a una demanda o desafío y es un estado que todas las personas han experimentado en algún momento de su vida, esto debido a que existen diferentes factores estresantes en el entorno en el que nos desenvolvemos. De este modo, el autor sostiene que no todo estrés es dañino e incluso puede ayudar a las personas a sobrevivir en alguna situación de peligro.

Tabla 4

Clasificación del estrés

Clasificación del estrés	
Tipo	Definición
Estrés agudo	Este tipo de estrés suele desaparecer rápidamente, se puede sentir cuando una persona presiona los frenos de su vehículo súbitamente o por alguna discusión de pareja. Este ayuda a tener autocontrol en situaciones peligrosas. Todas las personas llegan a sentir estrés agudo en algún punto de su vida.
Estrés crónico:	Este estrés generalmente dura un tiempo prolongado, por ejemplo cuando un individuo tiene problemas de dinero, o está pasando por una separación. El estrés se vuelve crónico cuando tiene una duración en

semanas o meses. Cuando se está muy expuesto a este, el estrés se vuelve normal para la persona, sin que este tenga en cuenta que es un problema.

Nota. Información tomada de (Nicolini, 2020)

Hablando acerca de las causas del estrés se puede mencionar factores estresantes externos típicos como desafíos en el trabajo o la escuela, desafíos en las relaciones interpersonales, dificultades financieras o tener muchas responsabilidades. Lo mismo ocurre con los factores que contribuyen al estrés interno, como la preocupación persistente, el pesimismo, las expectativas poco realistas y el pensamiento rígido provocado por la falta de flexibilidad (Jacome, 2020).

Cabe considerar, por otra parte, que el estrés tiene efectos diferentes en cada individuo. Pero es importante tener en cuenta algunos signos típicos de estrés, que se pueden clasificar de la siguiente manera:

Tabla 5

Signos y síntomas del estrés

Síntomas psicológicos	La preocupación constante, incapacidad para concentrarse y confusión mental.
Síntomas del estado de ánimo	Cambios de humor, irritabilidad e incapacidad para relajarse.
Síntomas físicos	Falta de relajación, mal humor y poca tolerancia a la frustración.
Modificaciones en el comportamiento	Cambios de humor constantes y falta de capacidad para relajarse.

Nota. Información tomada de (Lazarus, 2020)

Finalmente, sobre las repercusiones del estrés, Velázquez (2020) manifiesta que se relaciona con trastornos somáticos y trastornos psíquicos, incrementando el uso de medicamentos psicotrópicos como sedantes o ansiolíticos. Las consecuencias también tienen que ver con la conducta alimenticia dando como resultado la pérdida de peso, además de la ingesta de alcohol y consumo de tabaco para aliviar según este autor los síntomas que el estrés genera.

1.2. Salud mental en docentes

La función que cumple el docente, educador o profesor, tiene que ver con una vida no solamente sacrificada sino relacionada con riesgos de problemas para la salud mental. Acumular factores psicosociales desfavorables transforman a esta profesión en una categoría socio profesional de alto riesgo para la salud. Así, los pilares básicos están presentes en el modo de vivir de la ocupación laboral. En un inicio se tiene a la estimación socio comunitaria o ser reconocido por los demás, luego el beneficio económico y finalmente la satisfacción propia, los dos primeros tienen un claro signo negativo en la labor docente. (Martínez, 2020).

Dado que, la mayor parte de las veces, la interacción dentro de las aulas se da entre el profesor y el alumno, estos actores involucrados pueden llegar a causar un factor estresante que impide un momento de distensión o esparcimiento, peor aún no permite una pausa de relajación en el contexto donde se interactúan. En cierta manera, esta tendencia tiene que ver mucho con la rebelión que existe en las aulas. No se escucha lo que el profesor tiene que decir, sino solamente se le cuestiona, impidiendo que las clases se desarrollen con normalidad. (Raymundo, 2021).

Cabe mencionar que en la labor docente se pueden presentar dificultades en la enseñanza actual, tanto profesores como alumnos deberían llegar a un punto de respeto dentro de un trabajo bien realizado. El profesor que transite por esta vía se ganaría el respeto de todos sus alumnos todos los días sin mayor esfuerzo. El sentido de vida de los estudiantes puede recuperarse únicamente cuando se reponga el esfuerzo por tener un grado de competencia suficiente y un nivel alto de competencia, evitando caer en un modelo educativo elitista. (Salcedo, 2022).

Además, dentro de los niveles de estrés del profesorado y de sus estudiantes se da un circuito de interacción recíproca, a modo de retroalimentación, siendo un sistema único casi cerrado. El profesor puede sentir perturbación no solamente por el distrés que asola al estudiante, sino más bien por el trastorno psicosocial de adaptación y el rendimiento escolar, problemas muy frecuentes dentro de los adolescentes estresados.

Es por esto que queda definida la acción que desequilibra el alumno con el profesor. (Salcedo, 2022).

También, tener un horario sin límites que se distribuye en las labores de preparatoria y cumplimiento de horarios de clases, tiene que ver con la actividad normal de los docentes. Cuando la labor docente, por ejemplo, es ejercida por una mujer casada, el sobre esfuerzo que le exige su profesión se vuelve aún más demandante, ya que reparte su tiempo con los quehaceres domésticos, cuya labor hoy en día sigue quedando en manos de las mujeres. Por ende, las profesoras se ven envueltas en una jornada doble de trabajo, siendo una desventaja clara sobre los profesores. (Nicolini, 2020).

De acuerdo con datos estadísticos, la sobrecarga y el estrés tiene una carga mayor sobre las mujeres de 32 a 42 años que en los hombres. El constante cambio de normativas, que muchas de las veces son arbitrarias, conduce al profesor a una postura de desconcierto o tener la concepción de que van a ser incapaces de cumplirlo (Pujol, 2018).

1.2.1 Repercusiones de las variables de la salud mental

- **Ansiedad**

Partiendo, desde una perspectiva psicológica, la ansiedad es uno de los principales motivos de consulta. Se trata de un trastorno que se asocia a diversas causas que a su vez se derivan de muchos factores de índole social, relacionado con la familia o la pareja. Factores de índole cultural como por ejemplo la religión, los ideales propios de cada individuo (Acosta e Iglesias, 2020).

Desde el punto de vista fisiológico, la ansiedad se manifiesta con sudoración, dilatación pupilar, temblor, aumento de la tensión muscular, palidez facial, aceleración cardíaca, disminución de la salivación y aceleración respiratoria. Por el contrario, a nivel conductual puede haber una respuesta de escape o evitación, ataque o parálisis a que

se relaciona con conductas que pretenden alejarse de la situación que lo está generando (Martins, 2018).

En igual forma, la ansiedad surge cuando una situación en particular es capaz de generarle a la persona una expectativa. En varias ocasiones varias situaciones provocan ansiedad al activar redes de neuronas que se vinculan a experiencias dolorosas, a su vez esta sintomatología de ansiedad se relaciona con circunstancias del pasado que no se resolvieron de una manera adecuada. Todos estos escenarios al juntarse o manifestarse en el individuo provocan un aumento de la ansiedad. (Hernández, 2020).

Cabe destacar que entre las repercusiones de la ansiedad la mayoría de las causas ocurren súbitamente, algunas podrían desencadenar otras y la gran mayoría podrían ni siquiera dar como resultado un trastorno de ansiedad a menos que existan antecedentes previos de este trastorno. Las causas podrían ser, entre otras, el resultado de desafíos en el lugar de trabajo o estrés ambiental. (Díaz, 2022).

Así mismo, es importante saber que la psicoterapia, la terapia conductual y la medicación se utilizan conjuntamente como tratamiento. El alcoholismo, la depresión u otras condiciones pueden ocasionalmente tener un impacto tan significativo en la salud mental que el tratamiento de un trastorno de ansiedad debe posponerse hasta que estas otras condiciones estén bajo control para que sea efectivo. (Martins, 2018).

- **Depresión**

Es importante tener en cuenta que este trastorno es el más prevalente en el mundo, sin embargo, más de la mitad que lo tiene no recibe un tratamiento adecuado. Las repercusiones de la depresión y su gravedad varían de acuerdo al tiempo que ha pasado, desde el inicio del trastorno y el comienzo del tratamiento. De igual manera, se pueden reflejar en tres áreas: psicológica, fisiológica y conductual. Cabe destacar que, desde el punto de vista psicológico, los más grandes síntomas son la tristeza, la sensación de soledad y las ganas de llorar que la persona manifiesta, sumado al desinterés por las rutinas que antes eran un alivio y se disfrutaban. (Soto, 2020).

De la misma forma, Jácome (2020) muestra que la depresión es una enfermedad mental que se caracteriza fundamentalmente por un estado de ánimo deprimido y con sentimientos de tristeza, junto con cambios en el comportamiento, el nivel de actividad y el pensamiento. El autor destaca que es una de las patologías más frecuentes en atención primaria y el principal motivo de tratamiento psiquiátrico y de discapacidad por problemas de salud mental. Las mujeres y los menores de 45 años tienen más probabilidades de experimentarlo.

Cabe mencionar que el cansancio, la falta de energía recurrente, la falta de apetito que repercute con adelgazamiento, la lentitud para razonar y hablar son parte de las repercusiones a nivel fisiológica de la ansiedad. También pueden manifestarse otros síntomas, como sentimientos de culpa o insuficiencia, irritabilidad, pesimismo sobre el futuro, pensamientos de muerte o suicidio y, finalmente, una pérdida de confianza en uno mismo o en los demás. (Calderón, 2018).

Por otro lado, la depresión generalmente es causada por la interacción de varios factores biológicos, incluidos cambios hormonales, modificaciones en los niveles de serotonina, norepinefrina, dopamina del cerebro y factores genéticos, etc. Las situaciones estresantes en la vida personal, profesional o romántica también pueden tener efectos psicosociales. (García, 2022).

Respecto a las repercusiones a nivel conductual de la depresión, estas pueden presentarse con ataques de pánico o fobias sociales, que pueden ser desencadenantes de problemas familiares, o problemas en el trabajo o la escuela. Se puede mencionar también repercusiones de conducta más graves como aislamiento social, sentimientos suicidas que pueden provocar la muerte (Calderón, 2018).

Sin duda alguna, es importante decir que estar más deprimido o tener un peor estado de ánimo en un momento dado no califica automáticamente como depresión. Para ello, se requiere que la severidad de los síntomas y su duración deben estar presentes al menos dos semanas y ocasionar una discapacidad en las personas

afectadas porque interfieren en su capacidad para funcionar normal o adecuadamente. (Stolkiner, 2021).

- **Estrés**

De acuerdo con Guzmán (2021) este trastorno es una respuesta ante una posible amenaza o peligro que se percibe dentro del medio, el peligro activa una respuesta inmediata de estrés en los individuos y se puede manifestar en cualquier momento del día, como el trabajo, el hogar, etc. El estrés puede tener una duración temporal o continuar por un tiempo prolongado, llegando a afectar el funcionamiento hormonal de las personas que lo padecen.

De la misma forma, acerca de las repercusiones a nivel fisiológico, algunos procesos corporales regulares, incluidos los del sistema inmunológico y digestivo, se ralentizan por el estrés. El cuerpo puede concentrar su energía en la respiración, la circulación sanguínea, el estado de alerta y preparar los músculos para un uso repentino. Durante una reacción de estrés, el cuerpo cambia de las siguientes maneras: la presión arterial y el pulso aumentan, la respiración puede acelerarse y los músculos se vuelven más tensos. (Paredes, 2020).

Es necesario enfatizar que las personas responden de manera distinta a las circunstancias estresantes. Casi cualquier evento tiene el potencial de ser estresante para alguien, aunque lo que es estresante para un individuo puede no serlo necesariamente para otro. Uno o varios desencadenantes más pequeños pueden hacer que algunas personas se sientan ansiosas con solo pensar en ellos. (Nicolini, 2020).

De manera similar, el estrés a nivel psicológico se ha relacionado con comportamientos como antojos de alimentos y comer en exceso, arrebatos irracionales de ira, abuso de drogas y alcohol, preocupación excesiva, aumento del consumo de tabaco, sensación de confusión y problemas con las relaciones interpersonales. (Fernández, 2020).

Finalmente, respecto a las repercusiones a nivel conductual se puede mencionar una mala alimentación, abuso de las drogas o el alcohol, conducir imprudentemente,

volverse muy propenso a accidentes de tránsito, presentar posibles actos de agresión, incapacidad para concentrarse, tiene mucho que ver también con posibles ataques de ansiedad y preocupación extrema (Guzmán, 2021)

Con el fin de tener un criterio de estrés adecuado, los especialistas de salud suelen investigar al paciente en cuanto a síntomas y eventos; debido a su naturaleza compleja, diagnosticarlo puede ser un verdadero desafío. Los médicos utilizan técnicas fisiológicas, mediciones bioquímicas y cuestionarios para identificar el estrés. A través de una entrevista exhaustiva, es posible diagnosticarlo y medir sus efectos de manera más efectiva. (Lazarus, 2020).

1.2.2 Investigaciones previas en la salud mental

- **Ansiedad**

Partiendo del hecho de que la ansiedad es una respuesta emocional que se da en la persona frente a situaciones que interpretan como amenaza, aunque en algunos casos no cuenta como tal, hace que este trastorno sea dañino porque se ha, puesto que sea frecuente y excesivo. En investigaciones previas, Martins (2018) engloba una serie de cuadros clínicos que tiene un rasgo común que se manifiesta en varias desajustes y disfunciones a un nivel cognitivo, psicofisiológico y conductual. Todos estos factores se expresan en contextos como el social, familiar o laboral.

De la misma manera, es importante tener en cuenta la investigación realizada por Baena (2018) quien indica que lidiar con una gran cantidad de alumnos en sus aulas, la indisciplina, el desinterés por aprender, el bajo apoyo de los padres, el abuso de poder por parte de sus directores o jefe inmediato, la presentación de informes y otro tipo de documentos, conduce a generar estrés, lo que puede afectar negativamente la capacidad de enseñanza del docente.

Cabe señalar que los hallazgos del Estudio Nacional de Salud Mental, por otro lado, indican que, en la población adulta, los trastornos de ansiedad tienden a manifestarse más temprano en la vida, seguidos por los trastornos del estado de ánimo

y los trastornos por uso de sustancias, y que entre el 85% y el 94% de las personas con trastornos de ansiedad no acceden a atención médica (Baena, 2018).

Por otro lado, en una investigación realizada por Gonzáles y Alarcón (2021) manifiestan que actualmente la enseñanza es una de las profesiones donde los empleados tienen más probabilidades de experimentar un trastorno de ansiedad, esto se debe en parte a que su labor docente implica interactuar con niños o adolescentes, quienes con frecuencia operan sin tener en cuenta la autoridad. Además, presentan baja remuneración y un alto grado de responsabilidad. De la misma forma, manifiestan que el 58% de los docentes en el Ecuador sufren de estrés medio alto y el 42% mantienen un nivel medio de estrés.

Finalmente, según un estudio de la Organización Europea para la Salud (2022) en el trabajo, el 13% de los docentes latinoamericanos en América del Norte informan que el 17% experimentan dolores de cabeza y dolor muscular. El dolor de espalda representa el 30%, 20% fatiga y 28% ansiedad. Ante ello, la Organización Europea de la Salud advierte que se debe tener en cuenta el estrés, especialmente en el trabajo, para que su abordaje se refleje en ámbitos como la familia o la sociedad.

En cuanto a la prevalencia de la ansiedad, la Organización Mundial de la Salud (2022), indica que la ansiedad aumentó un 25% en el primer año de la pandemia, repercutiendo directamente sobre las condiciones de salud mental de las personas, requiriendo de un apoyo psicosocial para su recuperación. Sin embargo, las brechas y preocupaciones muestran que 62% de la población experimentó un alto grado de ansiedad durante el 2022. El 31% de los adultos a nivel mundial padecerán un trastorno de ansiedad en algún punto de su vida.

- **Depresión**

En cuanto a estudios previos, señalan que esta es una enfermedad muy frecuente en todo el mundo, pues afecta a un 3,8% de la población, incluidos un 5% de adultos jóvenes y un 5,7% de adultos con más de 60 años. A nivel global, alrededor de 280 millones de personas en todo el mundo la padecen. La depresión es distinta de los

cambios frecuentes de estado de ánimo y de respuestas emocionales frente a problemas cotidianos. Estos estudios indican también que si no es tratada a tiempo podrá convertirse en un problema serio de salud cuando es muy recurrente y su frecuencia pasa de moderada a grave (Párraga y Escobar, 2020).

Cabe señalar que la depresión que puede experimentar un docente también está ligado a factores psicosociales, dentro de los cuales la infraestructura, equipamiento, espacios físicos y tecnología inciden en la afectación de su salud emocional debido a que estos no están adecuadamente diseñados o no han sido capacitados en el uso de estos medios (González et al., 2019).

De la misma manera, Tung et al. (2018) realizaron una revisión sistemática para investigar la prevalencia de la depresión en general entre los estudiantes de enfermería y la variación en las tasas de depresión que tenga que ver con factores educativos y demográficos. Los estudios transversales incluyeron un total de 27. 8918 estudiantes de enfermería conformaron la muestra, de una edad promedio osciló entre 17 y 28 años. Entre el 79% y el 100% de los estudiantes eran mujeres. Se encontró que los estudiantes de enfermería tenían una prevalencia de depresión del 34%.

Además, se observaron diferencias significativas en la prevalencia de la depresión entre los subgrupos de edad, con estudiantes más jóvenes quienes experimentaron una mayor prevalencia de 41% entre regiones geográficas, con estudiantes asiáticos de enfermería que experimentaron una mayor prevalencia 43 % de depresión (Calderón, 2018).

Por el contrario, Rodríguez et al. (2020) señalan que los docentes entre sus funciones deben planificar lecciones, coordinar actividades, administrar actividades extracurriculares, supervisar las aulas fuera de sus horarios laborales, cubrir a los docentes ausentes, evaluar el desempeño de los estudiantes y más como parte de su exigente trabajo. De igual manera en una encuesta sobre depresión en docentes de la India, el 52,38% de la población padecía depresión, de los cuales el 28,6% tenía síntomas leves y el 18,1% tenía síntomas moderados, determinando que docentes de

diversos orígenes económicos y culturales presentan síntomas de depresión en gran parte de su vida laboral.

Finalizando con el tema, Díaz (2012) evaluó la depresión en 1010 estudiantes de todas las facultades de la Universidad Nacional de Colombia, junto con factores demográficos relacionados. Según la Escala de Zung, se encontró que el 56,9% tenía depresión leve, el 25,9% depresión moderada y el 3,6% depresión severa. Por medio del uso de regresión logística binaria, se encontró antes habían experimentado depresión o ansiedad, además de compartir habitación y sentirse insatisfecho en la carrera, mismas que se asociaron positivamente con niveles de depresión moderada a severa.

En cuanto a las prevalencias de la depresión, la Organización Mundial de la Salud (2022) estima que este año estuvo presente a nivel mundial en la población con un 4,4%, siendo la más común en mujeres (5,1%) que en hombres (3,6%). La prevalencia cambia desde una menor de 2,6% en hombres del Pacífico Occidental a una prevalencia del 5,9% en mujeres de la región del África. Así mismo, la prevalencia varía de acuerdo a la edad, llegando a un punto máximo en la edad adulta. La depresión también se presenta en niños o adolescentes con menos de 15 años, pero en grado menor a medida que la edad aumenta.

- **Estrés**

Abordando investigaciones previas, las mismas indican que esta es una enfermedad que cada año aumenta y sus efectos pueden llegar a ser contrarios tanto en hombres como mujeres. Teniendo en cuenta que el estrés produce cambios químicos dentro del cuerpo humano, debido a que ante una situación problemática el cerebro envía señales químicas que producen hormonas como las catecolaminas, encontrándose la más destacada a la adrenalina (Garzaniti, 2019).

No obstante, las hormonas comienzan una reacción en cadena dentro del cuerpo, ya que hace que el corazón lata más rápido, provocando también el aumento de la presión arterial, la sangre se desvía de los intestinos a los músculos para provocar

una reacción rápida de huida del peligro. Finalmente, el nivel de insulina crece para dejar que el cuerpo pueda metabolizar mayor energía (Schwend, 2020).

Del mismo modo, se ha demostrado también que el estrés tiene un efecto perjudicial sobre la salud en general, que puede dar lugar a graves problemas de salud mental y la falta de mecanismos de afrontamiento, lo que puede conducir a un comportamiento agresivo y trastornos somáticos. La angustia psicológica relacionada con el estrés puede reducir la calidad de vida, causar cambios de comportamiento, aumentar el consumo de sustancias, disminuir la empatía y hacer que pierda interés en tareas como el trabajo o el estudio (Habib et al., 2001).

Finalmente, Parihuamán (2017) en un estudio realizado a 23 profesores de un colegio público del Grao de Castelló, obtuvo que el 56% del profesorado presenta síntomas de estrés. También, se ha encontrado que la gran mayoría de los docentes están preocupados por capacitarse en el manejo de este padecimiento porque les preocupa cómo manejarlo y cómo afecta el rendimiento académico de sus estudiantes, imposibilitándoles que puedan recibir clases de calidad.

En relación con la prevalencia del estrés, la Organización Mundial de la Salud (2022) indica que, en las mujeres, es de 40,5% y en hombres de 30,01%, indicando un mayor grado significativamente en mujeres que hombres. Además, el 19,3% de entre 18 y 65 años han sufrido situaciones de estrés a lo largo de su vida. Toda la región del Pacífico presenta una prevalencia de estrés más elevada en comparación de la ansiedad con un 21,7%, mientras que en la región Atlántica es menor con un 14,9%. Igualmente, se reporta que solo el 1,9% de los pacientes acudió a tratar su problema, el 5,6% al médico y el 3,9% por medicina alternativa.

1.3 Capital psicológico y satisfacción laboral en docentes

Es importante saber que la actividad laboral forma parte activa en la vida diaria de muchas personas, quienes por lo general permanecen la mayor parte de su tiempo en su oficina y en algunos casos intentan finalizar sus tareas en su hogar, es decir, fuera

del horario normal. La manera en cómo los docentes conllevan las demandas del trabajo puede relacionarse con el desgaste laboral, lo que puede llegar a perjudicar sus aspectos en distintos contextos (Martins, 2018).

Como se mencionó anteriormente, en los últimos tiempos ha adquirido relevancia el estudio de las fortalezas y capacidades que pueden intervenir en la mejora del rendimiento de las personas en distintos ámbitos laborales relacionados con un comportamiento organizacional positivo. Desde el mismo punto, en la educación positiva es relevante la influencia de las competencias y recursos del profesorado en su rendimiento diario y en el de sus alumnos, y se pone en la mesa el valor de las destrezas que brindan bienestar y salud dentro del ámbito educativo (Pedraza, 2020).

1.3.1 Conceptualización y etiología del capital psicológico y satisfacción laboral.

Según el autor Limaymanta (2019) define el capital psicológico como un estado psicológico individual que posee cuatro componentes: confianza, relacionado con la eficacia para poder realizar tareas que resulten difíciles considerando el esfuerzo que esto conlleva, realizar atribuciones positivas sobre lo que el individuo ha conseguido actualmente y sobre su futuro, el poder perseverar hacia metas cuando la situación lo amerite y poder redireccionar el camino para poder alcanzar el éxito.

Ahora bien, el desarrollo de todos estos aspectos genera efectos positivos dentro del cuerpo docente, sobre todo en términos de productividad, estudios indican que el capital psicológico se relaciona estrechamente con la satisfacción laboral, las personas en general marcan una diferencia positiva cuando son auto eficaces, optimistas, esperanzados y resilientes, ya que pueden fijar sus metas personales, creando varias maneras de alcanzar sus objetivos, evitando cualquier obstáculo (García, 2022).

De igual manera, la satisfacción laboral se define como la respuesta emocional de los docentes dentro del lugar de trabajo. Esto varía de colaborador a colaborador, y se percibe de manera positiva o negativa depende de las circunstancias internas y la facilidad con la que los docentes pueden realizar sus actividades diarias. Es un aspecto importante, porque tiene un impacto en el éxito académico de los estudiantes y los

niveles de confianza de sus padres. La satisfacción laboral será importante dentro de esta investigación puesto que permitirá conocer como los docentes se sienten en su trabajo y a su vez saber que estrategias se pueden implementar para mejorar su rendimiento (Cruz y Bernui, 2019).

De acuerdo con Díaz (2022) la satisfacción laboral, es un sentimiento relacionado con el bienestar por parte de los empleados que forman parte de una organización, que tiene influencia acerca de su desempeño de sus tareas y la calidad de su trabajo. La satisfacción laboral se vincula con factores como: el salario, la relación con compañeros de trabajo, el factor emocional de las personas, la relación con jefes o superiores, el gusto por hacer su trabajo, así como su compromiso y la autonomía en tareas realizadas, entre otros puntos.

Así mismo, la satisfacción docente y el capital psicológico tiene que ver con saber identificar las adversidades diarias, reconocer sus creencias autodestructivas, poder asimilar las consecuencias de esas creencias y poder cuestionarlas. Los docentes que posean altos niveles de capital psicológico serán capaces de establecer objetivos desafiantes, se encontraran más motivados y se podrá ver un mejor desempeño relacionado con su satisfacción laboral (Limaymanta, 2019).

1.3.2 Importancia del capital psicológico y satisfacción laboral.

Partiendo con el hecho de que este se deriva como una rama de la psicología positiva a principios del siglo XXI, el capital psicológico se entiende como un conjunto de variables que una persona puede usar para lograr conseguir su desempeño óptimo en el trabajo. Especialmente al estudio de conceptos psicológicos positivos que se atribuyen al lugar de trabajo, aunque últimamente también se relaciona con ramas como el deporte, la educación, salud, bienestar personal, servicio público y demás (Gallardo, 2022).

Así pues, la importancia del capital psicológico radica en cómo el trabajador puede rendir positivamente en su lugar de trabajo, sobre todo en tiempos donde las personas tienen motivaciones más fuertes acerca de optimismo y resiliencia para

afrontar momentos de incertidumbre y situaciones adversas. Hablar acerca de la combinación de rasgos como la autoconfianza y voluntad aumenta el poder conseguir objetivos. Además, la importancia de mantener un personal correctamente motivado y con un buen capital psicológico pueden generar una visión de negocios en un lapso más amplio (Paredes, 2020).

En efecto, la importancia también radica en poder medir el capital psicológico por medio de herramientas aplicando principios básicos de la psicología positiva, abarcando el comportamiento humano desde sus factores positivos hasta sus fortalezas. La importancia de estos datos puede ayudar a mejorar el capital psicológico y la motivación de todo ámbito laboral, si dentro de la institución se tienen distintos perfiles puede resultar un equipo verdaderamente eficaz, continuando con buenos patrones de interacción social (Díaz, 2022).

De acuerdo con lo anterior, el capital psicológico se define, según Montenegro (2018) como el estado de cambio psicológico positivo del individuo que le permite afrontar las actividades del día a día de manera efectiva. Este a su vez se deriva del concepto de comportamiento organizacional positivo, que según este autor estudia las capacidades y fortalezas psicológicas de las personas que pueden gestionarse adecuadamente para la mejora del desempeño en un contexto laboral. También, tiene que ver con los constructos de optimismo, eficacia, resiliencia y esperanza.

1.3.3 Investigaciones previas del capital psicológico y satisfacción laboral.

Con respecto a investigaciones previas se ha demostrado que el capital psicológico o sus constructos se involucra con el ambiente organizacional, ya que produce efectos en los trabajadores, entre los cuales se tiene al desempeño laboral positivo, bienestar y satisfacción laboral. De manera específica se ha señalado que la resiliencia tiene que ver con el nivel de satisfacción laboral docente. Además, se encontró relación entre el capital psicológico y el síndrome de burnout, ya que se relacionó que aquellos docentes que mostraban un nivel alto de capital psicológico presentan niveles más bajos de síndrome de burnout (Fernández, 2020).

De acuerdo con hallazgos previos, Paz y Saldarriaga (2020) agregan que la satisfacción laboral puede predecir los componentes del estrés laboral en una dirección negativa, así mismo, se plantea que la satisfacción laboral puede anunciar de manera efectiva el agotamiento emocional, ya que se postula que los cambios en la satisfacción laboral explican el 44% en la despersonalización.

Además, se manifiesta que los trabajadores que muestran altos niveles de insatisfacción laboral muestran síntomas de cansancio emocional y despersonalización aún más elevados. Respecto al punto anterior, conviene decir que la hipótesis que indica que mientras más nivel de satisfacción laboral presente el personal, menor será su estrés laboral; y a mayor índice de capital psicológico, menor estrés laboral (Mesurado y Laudadio, 2019).

La prevalencia de satisfacción laboral a nivel mundial fue del 65%, a nivel de Latinoamérica fue del 27,5% y en Ecuador fue del 47%, datos del año 2022 (Paz y Saldarriaga, 2020). Respecto al capital psicológico la prevalencia a nivel mundial fue del 53%, en Latinoamérica fue del 56% y finalmente en Ecuador fue del 33% (Fernández, 2020).

De acuerdo con lo visto anteriormente se puede destacar la relación entre la salud mental (ansiedad, depresión y estrés) con la satisfacción laboral. Por un lado, se habla mucho de la motivación que los docentes deberán tener en sus horas de trabajo, pero, por otro lado, se tiene en cuenta la dificultad que estos tienen para llevar a cabo sus labores de manera normal, puesto que cada una de las personas tienen distintos roles en su vida. Un punto válido también es que para hablar acerca de una salud mental equilibrada, se debe tener en cuenta el nivel de autoestima personal de cada docente y eso según lo investigado dependerá de cada persona y no se deriva necesariamente de su labor docente.

Capítulo dos

Metodología

2.1. Objetivos

2.1.1 General

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

2.1.2 Específicos

- Determinar la prevalencia de las variables de salud mental (ansiedad, depresión, estrés) en docentes del sector céntrico de la ciudad de Pelileo.
- Identificar el capital psicológico en los docentes de la ciudad de Pelileo.
- Determinar la satisfacción laboral en los docentes participantes de la investigación.

2.2 Preguntas de investigación

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

2.3 Enfoque, tipo y diseño de investigación

La presente investigación cuenta con un enfoque de tipo cuantitativo, mismo que se define según Rasinger (2020) como la recolección de datos para constatar hipótesis basados en una medición numérica y un análisis estadístico para poder definir patrones de comportamiento.

De la misma forma, se desarrolló un plan estratégico que se integre con actividades y procedimiento encaminados a encontrar respuesta a la pregunta de investigación. Finalmente, el estudio es de tipo no experimental, ya que no se manipulará deliberadamente variables observando fenómenos en su ambiente natural para después analizarlos (Hernández, 2021).

En cuanto al tipo de diseño, será transversal y descriptiva, puesto que, se analizará de las variables en un momento determinado en el tiempo, además se seleccionará varias cuestiones recolectando información de manera independiente sobre una de las variables para poder describir lo que se pretende investigar (Hernández, 2021).

2.4 Población y muestra

Para este estudio se parte desde un enfoque no probabilístico de accesibilidad accidental, mismo que se define como aquel donde no todos los sujetos implicados en la población estadística tienen la posibilidad de ser escogidos, para formar parte del estudio en desarrollo. Bajo lo anteriormente dicho se indica que el investigador no selecciona de manera aleatoria, entre toda la población, se puede dar a la idea que podría ser una investigación no confiable, pero es todo lo contrario. (Pérez F. , 2019).

Se puede mencionar que entre sus ventajas se parte del punto que implica menores costos en cuanto al tiempo, ya que el investigador elige a todos aquellos que son de fácil acceso. Existe una alta probabilidad de controlar las características de la muestra, finalmente es idóneo en poblaciones con características muy poco comunes o que a su vez se manejan datos críticos. (Hernández O. , 2021).

En cuanto al muestreo casual, este se define como un método que brinda la posibilidad de conocer de manera rápida aspectos relevantes acerca de los consumidores usando a personas que se encuentran disponibles en un momento específico. De igual manera, este método consiste en tomar una muestra de la población que se encuentre disponible, pero sobre todo que esté al alcance, en lugar de calcularla de manera más sistemática. Este método permite recoger opiniones, críticas de manera

sencilla, aunque sus resultados no sean tan fundamentados vistos de manera experimental. (Hernández y Escobar, 2019).

2.4.1 Muestra participante

En esta investigación la muestra recolectora estuvo compuesta por 45 docentes del cantón Pelileo, en cuanto a las características sociodemográficas y laborales se puede observar que la edad media de los participantes se centraba en 40 años de los cuales el 68.9% eran de género femenino y el 31.1% de género masculino, y en su mayoría el 73.3% pertenecían al estado civil casado/unión libre. En la tabla 6 también se puede evidenciar que el 75.6% de los participantes se encontraban laborando en una institución pública, de los cuales el 93.3% ejercían tiempo completo, dedicando 8 horas diarias a su trabajo.

Tabla 6

Características sociodemográficas y laborales de los docentes

		N	%		
Género	Masculino	14	31.1%		
	Femenino	31	68.9%		
	Otro	0	0.0%		
Estado civil	Soltero/a	10	22.2%		
	Casado/unión libre	33	73.3%		
	Viudo/a	1	2.2%		
	Divorciado/a	1	2.2%		
Tipo de trabajo	Tiempo completo	42	93.3%		
	Tiempo parcial	3	6.7%		
Tipo de institución	Pública	34	75.6%		
	Privada	11	24.4%		
		M	Máx.	Min.	DT
Edad		40	59	24	10
Horas de trabajo por día		8	10	6	1
Experiencia laboral		11	36	1	8

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

2.4.2 Criterios de inclusión / exclusión

Criterios de inclusión

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

Criterios de exclusión

- No aceptar participar en este estudio.
- No encontrarse laborando en la institución por maternidad o enfermedad.
- Presentar alguna discapacidad que no les permita formar parte de este estudio.
- No cumplir con alguno de los criterios de inclusión.

2.5 Instrumentos de recogida de información

- **Cuestionario Ad Hoc sociodemográfico y laboral**

Para este estudio se usará un Cuestionario Ad Hoc sociodemográfico y laboral, compuesto por varios ítems que brindan la posibilidad de recolectar información socio demográfica de los profesionales que participan dentro de este estudio, donde se determinará edad, género, nacionalidad, ciudad, lugar de trabajo, estado civil, cantidad de hijos, salario, de igual manera se puede identificar datos relevantes del contexto laboral como nivel de docencia, años de experiencia, institución donde labora, su contrato, horas de trabajo, recursos de la institución. Este cuestionario se relaciona con los criterios de inclusión y exclusión de este proyecto (Mora, 2020).

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

Se empleará las escalas de depresión, ansiedad y estrés (DASS – 21), mismas que fueron creadas con la intención de evaluar la presencia de efectos relacionados con depresión y ansiedad, logrando separar cada una de ellas, cuyos efectos han sido

estudiados a lo largo del tiempo. Para este estudio se agregaron síntomas especiales para cada condición y se excluyeron los que pudieran estar presentes en ambos trastornos (González et al., 2019).

Es importante mencionar que, para su aplicación, al evaluado se le entrega un cuestionario con 21 preguntas donde tendrá que evaluar las mismas en una escala de 0 a 3, significando para el puntaje más bajo "no me ha ocurrido" y para el más alto, "me ocurre la mayor parte del tiempo" (Palomino, 2021).

Respecto a la confiabilidad y validez, en un estudio que se realizó con una población de estudiantes universitarios de 21 años, se mostró tres factores en correlación con una alta proporción de varianza 41,3%. También se ha encontrado que la consistencia interna de las 3 dimensiones de depresión, ansiedad y estrés es de 91,84 y 90 respectivamente en estudiantes de universidad y mayor en muestras clínicas. El análisis de confiabilidad en un estudio de 365 estudiantes españoles usando el índice de Cronbach se obtuvieron valores de 92, 84 y 91 para depresión, ansiedad y estrés respectivamente (Mori y Castañeda, 2022).

- **Instrumento de Capital Psicológico (PCQ-24)**

Este instrumento consta de 24 ítems que brindan la posibilidad, como su nombre lo indica, de evaluar el constructo del capital psicológico, de igual manera cada uno cuenta con las siguientes dimensiones: esperanza, optimismo, eficacia, resiliencia. El cuestionario posee 6 preguntas por dimensión. Cada una de las afirmaciones se evalúa con opciones de respuesta basada en una escala de Likert que van desde 1 que significa muy en desacuerdo, hasta 7 que significa muy de acuerdo. Entre los ejemplos de ítems se tiene: "En este momento estoy cumpliendo con las metas que me había fijado en mi trabajo". El instrumento demuestra que cuenta con propiedades psicométricas bien definidas con un $\alpha > .70$ (Luthans et al., 2007).

- **Escala de Satisfacción laboral**

Esta escala operacionaliza la satisfacción laboral, mismo que refleja la experiencia de los trabajadores de un empleo que recibe remuneración, ya que

considera la respuesta basada en el afecto del trabajo propio. Esta escala consta de 15 ítems con respuestas basadas en una escala de Likert con puntuaciones que van desde “muy insatisfecho” hasta “muy satisfecho”. De igual manera, incluye dimensiones que indican una puntuación de satisfacción general, así como factores extrínsecos e intrínsecos. Su aplicación se la puede realizar de manera individual y colectiva (Warr et al. 1979). Finalmente, el coeficiente alfa obtenido en la validación al español fue de 0.76 (Boluarte, 2014).

2.6 Procedimiento

Inicialmente, para el desarrollo de este trabajo, se partió con una revisión de la literatura correspondiente al capítulo 1 donde se profundizó en temas acerca de la salud mental y sus variables específicas como ansiedad, depresión y estrés, que se conjuga directamente con el instrumento a utilizar, ya que son las mismas dimensiones.

De igual manera, se investigó acerca del capital psicológico y la satisfacción laboral en docentes, su etiología, conceptualización, repercusiones e investigaciones previas. Se utilizó distintas bases de datos para recabar la información de artículos científicos, así como de libros, con un margen de tiempo de 5 años atrás.

En el siguiente proceso, que tiene que ver con la recolección de datos para posteriormente analizarla. En un principio se mantuvo un acercamiento a la institución educativa mediante un oficio en donde se obtuvo el permiso de la autoridad a cargo y también con los docentes para realizar la investigación, todo esto sujeto a la muestra ya seleccionada de 40 docentes y a los criterios de exclusión e inclusión para la selección de estos, mismos que responden a la consecución de objetivos específicos y los resultados esperados.

En la fase tres, que tiene que ver con el análisis de los datos obtenidos tras la aplicación de las pruebas a los docentes, se hará una depuración de la base de datos por medio del Software Paquete Estadístico para Ciencias Sociales (SPSS). Para las variables socio demográficas laborales, se usaron desviaciones típicas y medias. De

igual forma, se efectuaron análisis descriptivos de muestra mediante desviaciones típicas para las variables cuantitativas, se empleó frecuencias y porcentajes para resumir variables nominales.

Capítulo tres

Análisis de resultados y discusión

3.1 Análisis de resultados

A continuación, se detallan los resultados de la presente investigación, es importante mencionar que para el análisis descriptivo de las variables estudiadas (salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral) se utilizaron estadísticos descriptivos y medidas de tendencia central como media, máximo, mínimo, desviación estándar y desviación típica.

Tabla 7

Percepción de salud mental de docentes

		N	%
Estrés	Leve	37	82.2%
	Moderado	1	2.2%
	Severo	7	15.6%
Ansiedad	Leve	28	62.2%
	Moderado	6	13.3%
	Severo	11	24.4%
Depresión	Leve	33	73.3%
	Moderado	4	8.9%
	Severo	8	17.8%

Nota: N =Frecuencia; %=Porcentaje

Como se puede observar en la tabla 7 los resultados que se muestran con respecto a la percepción de salud mental con base en las tres variables estudiadas como son el estrés, la ansiedad y la depresión, la variable que alcanzó el puntaje más alto fue el estrés en donde se obtuvo un porcentaje de 82,2% que equivale a una percepción de estrés leve. El segundo puntaje más alto lo obtuvo la variable depresión con un porcentaje de 73.3% la cual corresponde a un rango de depresión leve y, por último, los puntajes más bajos se obtuvieron en la variable ansiedad, donde se evidencia un 13.3% lo que concierne a una ansiedad moderada.

Tabla 8*Capital psicológico en docentes.*

	Media	Máximo	Mínimo	Desviación estándar
Eficacia	31.76	42.00	15.00	6.63
Esperanza	34.29	42.00	12.00	7.51
Resiliencia	31.44	42.00	14.00	6.23
Optimismo	31.07	42.00	18.00	5.41
Capital psicológico	128.96	168.00	55.00	23.77

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

Los resultados obtenidos en la tabla 8 sobre el capital psicológico, el cual es un recurso personal que aumenta la capacidad de desarrollo de los individuos, se puede destacar que la variable esperanza obtuvo el valor más alto equivalente a 34.29, seguido de la variable eficacia con una media de 31.76, en cuanto a la variable resiliencia adquirió un valor medio de 31.44 y finalmente la variable optimismo con una media de 31.07. De manera global el capital psicológico obtuvo una media de 128.96 con valores máximos de 168 y mínimos de 55, con una desviación estándar de 23.77. Todos estos datos respecto a la media significan un valor promedio que se obtuvieron por la suma de todos los valores dividida entre el número total de datos.

Tabla 9*Satisfacción laboral en docentes*

	M	Máx.	Mín.	DT
Satisfacción intrínseca	37.11	49.00	24.00	7.20
Satisfacción extrínseca	37.00	49.00	21.00	6.64
Satisfacción general	74.11	98.00	45.00	13.53

En la tabla 9 se puede observar los resultados obtenidos en la variable satisfacción laboral, con lo que se pretendía medir la satisfacción de los docentes en su puesto de trabajo. Se evidenció que el puntaje en satisfacción general fue de 74.11 con

una desviación típica de 13.53 lo que significa que los docentes le hacen frente a los diferentes aspectos y adversidades en la institución y se adaptan positivamente a las condiciones de esta, dando como resultado una mejor adaptación a su puesto de trabajo. La satisfacción intrínseca obtuvo una media de 37.11 con valores máximos de 49.00 y mínimos de 24.00. Por otro lado, la satisfacción extrínseca obtuvo una media de 37.00 con valores máximos de 49.00 y mínimos de 21.00.

3.2 Discusión

La presente investigación realizada a los docentes de la ciudad de Pelileo tuvo como objetivo determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y la satisfacción laboral en docentes ecuatorianos durante el año 2022.

En este sentido, para dar respuesta al primer objetivo el cual fue determinar la prevalencia de las variables de salud mental (ansiedad, depresión, estrés) en docentes, donde se observó que los niveles de estrés se ubicaron dentro de un rango leve (82,2%) el cual indica que los docentes no perciben atravesar situaciones en su vida impredecibles e incontrolables que valoren como estresantes, estos resultados son similares a los encontrados en el estudio realizado por Iriarte et al. (2021) quien trabajó con una muestra de 115 docentes de Sucre en Colombia, pudiendo identificar que un 67% se encontraba con un nivel bajo de estrés, concluyendo que a mayor capacidad de afrontamiento menor es el nivel de estrés.

Otra de las dimensiones analizadas fue la ansiedad, en la cual se obtuvo un rango leve (62,2%), lo que demuestra que los docentes no presentaban problemas de ansiedad y no se encontraba afectada su calidad de vida. Estos resultados difieren del estudio realizado por Pacheco (2022) con una muestra de 160 docentes en instituciones educativas de San Juan de Miraflores de Perú, donde obtuvo un 43,8% de ansiedad moderada, concluyendo que existe una relación directa entre las variables ansiedad, depresión y estrés.

Por último, en cuanto a la dimensión depresión esta arrojó un nivel leve (73,3%), el cual muestra que no existe una repercusión negativa en cuanto a esta variable en los

docentes lo que demuestra que pueden sobrellevar situaciones adversas, estos resultados se contraponen a los encontrados en el estudio de Monroy (2020) quien en su investigación realizada a 55 docentes de los Centros de Educación Básica Especial del Cercado de Arequipa en Perú alcanzó un rango de depresión moderada con un 63,6% identificando que los niveles de salud mental en la población no son bajos, concluyendo que a mayor cantidad de alumnos a cargo de los profesores estos alcanzarán mayor nivel de estrés.

Para finalizar en cuanto a la variable salud mental se identifica que su prevalencia es leve en la gran mayoría de muestra, lo que indica que esta posee bienestar emocional, conductual y cognitivo es decir equilibrio y conciencia que brinda al docente la capacidad de desenvolverse de forma eficaz y responsable en su ambiente familiar, laboral y social.

Para dar respuesta al segundo objetivo el cual fue identificar el capital psicológico, el mismo que está compuesto por 5 dimensiones (eficacia, esperanza, resiliencia, optimismo y capital psicológico), en los resultados obtenidos las medias más altas fueron esperanza (34.29) y la eficacia (31.76) lo que demuestra que los docentes experimentan menos emociones negativas frente a las dificultades que se les presenta, estos hallazgos se asemejan a los encontrados en el estudio realizado por Ortega y Ramírez (2021) dirigido a 116 docentes del sur de Ecuador, los cuales reflejaron las puntuaciones más altas en las mismas dimensiones, esperanza (36.3) y eficacia (35.3).

De igual manera en la investigación de Treviño y López (2022), realizada a 167 docentes mexicanos, concluyeron con puntuaciones altas en las variables de eficacia (38.11) y esperanza (33.23) al igual que en esta investigación. Finalmente se menciona el estudio de Ortiz (2021) realizada a 40 educadores con resultados similares en las variables de esperanza (33.45) y eficacia (32.08).

Por consiguiente, se puede observar que en estos estudios la esperanza y la eficacia fueron las dimensiones que obtuvieron los puntajes más altos, sin embargo, las otras dimensiones que componen el capital psicológico también obtuvieron

puntuaciones muy altas, lo que significa que el capital psicológico con el que cuenta la muestra estudiada representa una herramienta positiva importante en cuanto a su desarrollo, el cual se relaciona con la productividad y efectividad en general, siendo auto eficaces, optimistas, esperanzados y resilientes.

Para dar respuesta al tercer objetivo el cual fue determinar la satisfacción laboral en los participantes, los resultados alcanzados demuestran que la satisfacción intrínseca (37.11) está por encima de la satisfacción extrínseca (37.00) lo que indica que los docentes se encontraban satisfechos en su lugar de trabajo, estos resultados son similares a los encontrados en la investigación realizada por Cruz y Bernui (2019) en su estudio realizado a 21 docentes de la ciudad de Lima, en donde se obtuvo que el nivel de satisfacción intrínseca (35.1) estuvo de igual forma por encima de la satisfacción extrínseca (29.45). De forma similar, respecto a la satisfacción extrínseca, Menghi y Oros (2019) en su estudio realizado a 229 docentes de Buenos Aires obtuvieron un puntaje de (35.11) por debajo de la extrínseca (36.44) indicando que existe una alta cultura organizacional dentro de la institución educativa, además de un ambiente de trabajo positivo favorable para su desempeño.

Por último, se complementa con una investigación realizada por Flores y Sullca (2020) efectuado a 256 docentes de una universidad pública de Perú, obteniendo en la satisfacción intrínseca un resultado de (35.87) teniendo mucho que ver con el liderazgo ejercido dentro de las instituciones.

Se determina que los docentes emplean su motivación y liderazgo ante situaciones adversas de cualquier magnitud y que a pesar de la edad y tiempo de servicio mostraron satisfacción por sus labores diarias, independientemente de su nivel de ingresos o remuneraciones.

Conclusiones

En cuanto a la prevalencia de las variables de salud mental tanto en la población masculina como en la femenina, el estrés, la ansiedad y la depresión alcanzaron puntajes en un rango leve lo que indica que no cuentan con una afección significativa, por lo cual se concluye que los docentes en su ejercicio profesional no presentan una problemática en cuanto a estas tres variables, por el contrario, se identificó que poseen habilidades y recursos que les ayudan hacer frente a las demandas laborales, sin embargo, es importante realizar actividades que mantengan dichos niveles para así evitar un deterioro en la salud mental.

Conviene mencionar también las categorías severas en cuanto a estas tres variables, el estrés que se presentó en un 15.6%, la ansiedad con un 24.4% y la depresión con un 17.8%, que son los valores altos alcanzados dentro de esta investigación, a pesar de que no representan significativamente un gran porcentaje se deben considerar para poder abordarlos.

Con respecto a la identificación del capital psicológico se concluye que los docentes obtuvieron puntuaciones altas en todas las dimensiones, primando la esperanza y eficacia dentro de sus labores, evidenciando que los docentes poseen altas capacidades de desarrollo en su trabajo y no consideran como una carga desempeñar sus funciones.

En relación con la satisfacción laboral, se determinó que los docentes se adaptaban de manera positiva a sus funciones, al presentar una satisfacción intrínseca sobre la extrínseca se daba como resultado el poder hacer frente a las distintas adversidades en los establecimientos educativos y se acomodan positivamente a las condiciones de las mismas, dando como resultado una mejor adaptación a su lugar de trabajo.

Recomendaciones

Se recomienda que las instituciones educativas realicen evaluaciones periódicamente a los docentes en cuanto a variables de salud mental como: la ansiedad, la depresión y el estrés, con la finalidad de que se ejecuten intervenciones específicas y dirigidas a los niveles problemáticos encontrados que generen o puedan generar dificultades en los docentes.

Por otro lado, se recomienda realizar programas de prevención y promoción en los establecimientos educativos que fomenten el capital psicológico ya que son importantes para aumentar su eficacia, esperanza, resiliencia y optimismo, esto permitirá seguir con su bienestar mental en la realización del rol educativo.

Por último, se recomienda la realización de campañas y el desarrollo de programas que motiven a los docentes a cumplir las actividades y estrategias orientadas al incremento de la satisfacción laboral, así se tendrá docentes fructíferos que puedan cumplir sus funciones dentro del centro educativo.

Referencias

- Acosta, J., & Iglesias, S. (2020). Salud mental en trabajadores expuestos a COVID-19. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 83(3), 212-213.
doi:<http://dx.doi.org/10.20453/rnp.v83i3.3784>
- Alcántara, G. (2019). La gestión de capital humano en la detección de competencias laborales de docentes, para su selección y contratación en una universidad privada de la cdmx desde una perspectiva humanista. *Revista Boletín Redipe*, 8(11), 69-90.
- Baena, V. (2018). Salud mental comunitaria, atención primaria de salud y universidades promotoras de salud en Ecuador. *Revista panamericana de salud pública*. doi:<https://doi.org/10.26633/RPSP.2018.162>
- Calderón, D. (2018). Epidemiología de la depresión en el adulto mayor. *Revista Médica Herediana*, 29(3), 182-191.
- Cruz Boullosa, V., & Bernui Leo, I. (2019). Satisfacción laboral en docentes de la facultad de medicina de una universidad pública. . *In Anales de la Facultad de Medicina*.
- Díaz, E. (2022). Resiliencia y satisfacción laboral en trabajadores de una empresa alimentaria durante la pandemia por COVID-19—Lima, 2021. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12848/3683>
- Díaz, S., Arrieta, K., & González, F. (2014). Estrés académico y funcionabilidad familiar en estudiantes de odontología. *Salud Uninorte*, 30(2), 121-133.
- Fawaz, M., & Samaha, A. (2021). E-learning: Depression, anxiety, and stress symptomatology among Lebanese university students during COVID-19 quarantine. *In Nursing forum*, 56(1), 52-57. doi:<https://doi.org/10.1111/nuf.12521>
- Fernández, A. (2020). Estudiantes, emociones, salud mental y pandemia. *Revista Andina de Educación*, 4(1), 23-29.
doi:<https://doi.org/10.32719/26312816.2021.4.1.3>.

- Flores, R., & Sullca, S. (2020). Satisfacción laboral y compromiso organizacional de docentes en una universidad pública de Perú. *Apuntes Universitarios. Revista de Investigación*, 10(2), 64-83.
- Fontal, J. (2020). Relación entre la ruptura del contrato psicológico y satisfacción laboral con el desempeño laboral en docentes de una institución de educación superior en Bogotá DC. Obtenido de <https://hdl.handle.net/10983/25176>
- Gallardo, L. (2022). Relación entre estrés laboral y satisfacción laboral en trabajadores. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12724/15837>
- García, N. (2022). El estrés laboral (burnout) como riesgo psicosocial en la Guardia Civil: un estudio exploratorio. *Proyecto de investigación*. Obtenido de <http://hdl.handle.net/10201/117505>
- Garzaniti, R. (2019). El rol del psicólogo en la atención de la salud mental desde el primer nivel de atención:: Una revisión sistemática. *Salud & Sociedad*, 10(2), 146-162. doi:<https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2020.05.010>
- Gaynes, B., Lux, L., Gartlehner, G., Asher, G., Forman-Hoffman, V., Green, J., & Lohr, K. N. (2020). Defining treatment-resistant depression. *Depression and anxiety*, 37(2), 134-145. doi:<https://doi.org/10.1002/da.22968>
- González, L., Guevara, E., Nava, M., Estala, M., García, K., & Peña, E. (2019). Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de nuevo ingreso a la educación superior. *Revista Salud Pública y Nutrición*, 17(4), 41-47. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/pdfs/revsalpubnut/spn-2018/spn184e.pdf>
- González-Palma, K., & Alarcón-Chávez, B. (2021). El estrés laboral en docentes de Educación Básica y el teletrabajo en Ecuador. *Revista Científica Arbitrada en Investigaciones de la Salud GESTAR*, 19-34. doi:<https://doi.org/10.46296/gt.v4i8edesp.0028>
- Guzmán, P. (2021). Depresión y salud mental del personal asistencial durante la COVID-19 en el Centro de Hemodiálisis Nefrolife, Chiclayo. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12692/57651>

- Habib, K. E., Gold, P., & Chrousos, G. P. (2001). Neuroendocrinology of stress. *Endocrinology and Metabolism Clinics*, 30(3), 695-728.
doi:[https://doi.org/10.1016/S0889-8529\(05\)70208-5](https://doi.org/10.1016/S0889-8529(05)70208-5)
- Hernández, C., & Escobar, N. (2019). Introducción a los tipos de muestreo. *Alerta, Revista científica del Instituto Nacional de Salud*, 75-79.
doi:<https://doi.org/10.5377/alerta.v2i1.7535>
- Hernández, J. (2020). Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas. *Medicentro Electrónica*, 24(3), 578-594. Obtenido de
[://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30432020000300578&lng=es&tlng=es](https://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30432020000300578&lng=es&tlng=es).
- Hernández, O. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 37(3). doi:1561-3038
- Huarcaya, J. (2020). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. *Revista peruana de medicina experimental y salud pública*, 37, 327-334. doi:<https://doi.org/10.17843/rpmesp.2020.372.5419>
- Iriarte-Pupo, A. J., Martínez, C. A., Campo-Landines, K., & De La Ossa, E. (2021). La inteligencia espiritual como estrategia para afrontar de manera constructiva el estrés laboral docente. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, 24(1). doi:<https://doi.org/10.6018/reifop.435581>
- Jácome, A. (2020). Salud mental y trabajo: estudio de depresión y ansiedad ante el Covid-19 en el personal de cajas de un hospital privado de Quito-Ecuador 2020. Obtenido de <http://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/3857>
- Kuaik, I., & De la Iglesia, G. (2019). Ansiedad: revisión y delimitación conceptual. *Summa Psicológica UST*, 16(1), 42-50. doi:ISSN 0718-0446
- Lazarus, R. (2020). Psychological stress in the workplace. *In Occupational stress*.

- Limaymanta, C. (2019). Tendencias de diseños metodológicos en las publicaciones indexadas sobre la satisfacción laboral del profesorado universitario. *Revista Electrónica Educare*, 23(3), 107-129. doi:<http://dx.doi.org/10.15359/ree.23-3.6>
- Macías, A. (2020). El estrés de pandemia (COVID 19) en población mexicana. *Centro de Estudios Clínica e Investigación Psicoanalítica SC*.
- Martínez, A. (2020). Pandemias, COVID-19 y salud mental: ¿Qué sabemos actualmente? *Revista Caribeña de Psicología*, 143-152. doi:<https://doi.org/10.37226/rcp.v4i2.4907>
- Martins, A. (2018). La inseguridad alimentaria como determinante del estrés postraumático y factor de riesgo en la salud mental de jóvenes en Caracas. *Revista de Psicología*, 13(25), 23-43. doi:1669-2438
- Menghi, M., & Oros, L. (2019). Satisfacción laboral y síndrome de burnout en docentes de nivel primario. *Revista de Psicología*, 10(20), 47-59.
- Mesurado, B., & Laudadio, C. (2019). Experiencia profesional, capital psicológico y engagement: Su relación con el burnout en docentes universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 12-26. doi:<http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.327>.
- Mesurado, B., & Laudadio, J. (2019). Experiencia profesional, capital psicológico y engagement: Su relación con el burnout en docentes universitarios. *Propósitos y representaciones*, 7(3), 12-26.
- Montenegro, J. (2018). Relación del estilo de liderazgo transformacional con el bienestar psicológico y satisfacción laboral bajo el rol mediador de la confianza en los colaboradores administrativos del Poder Judicial–Chiclayo 2017. Obtenido de <http://hdl.handle.net/20.500.12423/1447>
- Mora, Á. (2020). Estereotipos negativos hacia la vejez y su relación con variables sociodemográficas en una muestra de estudiantes universitarios. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 63-70. doi: 2603-5987

- Mori, C., & Castañeda, B. (2022). escala de estrés, ansiedad y depresión (DASS-21): propiedades psicométricas en adultos de la provincia de San Martín. *PsiqueMag*, 11(1), 73-88. doi:<https://doi.org/10.18050/psiquemag.v11i1.2575>
- Neimeyer, R., & Van Brunt, D. (2018). Death anxiety. *Dying: Facing the facts*, 49-88.
- Nicolini, H. (2020). Depresión y ansiedad en los tiempos de la pandemia de COVID-19. *Cirugía y cirujanos*, 88(5), 542-547. doi:<https://doi.org/10.24875/ciru.m20000067>
- Niño, C., Ospina, J., & Manrique, F. (2012). Episodios de ansiedad y depresión en universitarias de Tunja (Colombia): probable asociación con uso de anticoncepción hormonal. *Revista Investigaciones Andina*, 16, 1059-1071. doi:<https://doi.org/10.33132/01248146.47>
- OMS. (2022). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Organización Europea para la Salud. (2022). *Organización Europea para la Salud*. Obtenido de https://european-union.europa.eu/priorities-and-actions/actions-topic/health_es#:~:text=La%20pol%C3%ADtica%20de%20salud%20de,un%20pa%C3%ADs%20de%20la%20UE.
- Ortega, D., & Ramírez, M. (Noviembre de 2021). Obtenido de https://www.researchgate.net/profile/David-Ortega-Jimenez-2/publication/357504804_BURNOUT_AND_THE_RELATIONSHIP_WITH_PSYCHOLOGICAL_CAPITAL_IN_TEACHERS_FROM_SOUTHERN_ECUADOR/links/61d0a401d45006081681eae7/BURNOUT-AND-THE-RELATIONSHIP-WITH-PSYCHOLOGICAL-CAPIT
- Ortiz, V. (2021). Identificación de factores de riesgo laborales psicosociales en docentes de instituciones educativas públicas y privadas del sector Sur de Quito en el año 2020. Obtenido de <http://dspace.utpl.edu.ec/jspui/handle/20.500.11962/27744>

- Osorio, A. (2019). Capital social, emociones positivas y fluir: la musicoterapia en la promoción del bienestar en un grupo de docentes del Colegio Cafám de Bogotá. *Facultad de Artes*.
- Pachas, D. (2019). Propiedades Psicométricas del Inventario de Depresión de Beck-II (IDB-II) en una muestra clínica. *Revista de investigación en psicología*, 22(1), 39-52. Obtenido de ISSN 1560-909X
- Palomino, K. (2021). Escalas de depresión, ansiedad y estrés (DASS-21): propiedades psicométricas y datos normativos en población adulta de Lima Metropolitana, 2021. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12692/70915>
- Paredes, A. (2020). Habilidades sociales y Burnout académico en estudiantes universitarios de la Provincia de Tarma.
- Parihuamán Aniceto, M. (2017). Nivel de estrés de los docentes de las instituciones educativas de Villa Vicús y Kilómetro 50, distrito de Chulucanas-Morropón-Piura.
- Park, L., & Zarate, C. (2019). Depression in the primary care setting. *New England Journal of Medicine*, 380(6), 559-568.
- Párraga, K., & Escobar, R. (2020). ESTRÉS LABORAL EN DOCENTES DE EDUCACIÓN BÁSICA POR EL CAMBIO DE MODALIDAD DE ESTUDIO PRESENCIAL A VIRTUAL. *Artículo de investigación. Revista Científica Multidisciplinaria Arbitrada "YACHASUN"*, 4(7), 2697-3456. Obtenido de ISSN-e 2697-3456
- Paz, M., & Saldarriaga, C. (2020). Clima organizacional y satisfacción laboral de los trabajadores de Universidad Nacional del Callao. *LLamkasun: Revista de Investigación Científica y Tecnológica*, 1(2), 35-51. Obtenido de ISSN-e 2709-2275
- Pedraza, N. (2020). Satisfacción laboral y compromiso organizacional del capital humano en el desempeño en instituciones de educación superior. *RIDE*.

- Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 20(20).
doi:1794-9920
- Pérez, F. (2019). El enfoque probabilístico en Inteligencia Artificial. *Análisis GESI*, 14(1). doi:ISSN: 2340-842
- Pérez, M. (2018). Burnout en docentes de nivel primario de Capital Federal .
- Pérez, M. (2018). Burnout en docentes de nivel primario de Capital Federal .
- Porras, L. (2021). Engagement y satisfacción laboral en trabajadores de empresas constructoras, distrito de Pueblo Libre, Lima 2020. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12692/59133>
- Proaño, G. (2020). Pensamientos distorsionados y ansiedad generalizada en COVID-19. *CienciAmérica: Revista de divulgación científica de la Universidad Tecnológica Indoamérica*, 9(2), 251-255.
- Pujol, L. (2018). Work engagement, satisfacción laboral, salud física y salud mental en académicos de una universidad pública argentina. doi:1315-0138
- Rasinger, S. (2020). *La investigación cuantitativa en lingüística: Una introducción*. Ediciones Akal.
- Raymundo, L. (2021). Estrés laboral y salud mental en el contexto de la pandemia COVID-19 en docentes de educación secundaria, Huancavelica-2020. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12848/2275>
- Reyes, N., & Trujillo, P. (2020). Ansiedad, estrés e ira: el impacto del COVID-19 en la salud mental de estudiantes universitarios. *Investigación & desarrollo*, 13(1), 6-14.
- Rodrigues, L. T., Lago, E. C., Landim Almeida, C. A., Ribeiro, I. P., & Mesquita, G. (2020). Estrés y depresión en docentes de una institución pública de enseñanza. *Enfermería global*, 19(57), 209-242.
doi:<https://dx.doi.org/eglobal.19.1.383201>
- Russell, G., & Lightman, S. (2019). The human stress response. *Nature reviews endocrinology*, 15(9), 525-534. doi:<https://doi.org/10.1038/s41574-019-0228-0>

- Sábado, J. (2020). Miedo y ansiedad ante la muerte en el contexto de la pandemia de la COVID-19. *Revista de enfermería y salud mental*, 16, 26-30.
- Salcedo, D. (2022). Autopercepción de la salud laboral en docentes del Instituto Superior Tecnológico Sucre. *ECA Sinergia*, 13(1), 80-92. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/5885/588569800006/588569800006.pdf>
- Salessi, S. (2020). Capital psicológico, pasión por el trabajo y comportamiento innovador: un estudio exploratorio con docentes santafesinos. . *Revista de Psicología-Tercera época*.
- Schönfeld, F., & Hess, S. (2020). Adaptación del Cuestionario de Capital Psicológico al ámbito educativo en una muestra argentina. *Propósitos y Representaciones*, 8(1).
- Schwend, A. (2020). La perspectiva de despatologización trans: ¿una aportación para enfoques de salud pública y prácticas clínicas en salud mental? Informe SESPAS 2020. *Gaceta Sanitaria*(34), 54-60.
doi:<https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2020.07.002>
- Soto, A. (2020). Salud mental en la actualidad. *Revista Colombiana de Salud Ocupacional*, 10(1), 6457-6457. doi:10.18041/2322-634X/rcso.1.2020.6457
- Spielberger, C. (2021). Stress and anxiety in sports. In *Anxiety in sports*.
- Stolkiner, A. (2021). *Prácticas en salud mental*. Noveduc.
- Treviño-Reyes, R., & López-Pérez, J. F. (2022). Factores críticos en la satisfacción laboral, el compromiso organizacional y el agotamiento laboral (burnout) en docentes de México. *Información tecnológica*, 33(2), 259-268.
doi:<http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07642022000200259>
- Tuma, A., & Maser, J. (2019). *Anxiety and the anxiety disorders*. Routledge.
- Tung, Y., Lo, K., Ho, R., & Tam, W. (2018). Prevalence of depression among nursing students: A systematic review and meta-analysis. . *Nurse Educational Today*, 119-129.

- Valencia, P. (2019). Las Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21): ¿ miden algo más que un factor general? *Avances En Psicología*, 27(2), 177-190.
doi:<https://doi.org/10.33539/avpsicol.2019.v27n2.1796>
- Velázquez, L. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios asociado a la pandemia por COVID-19. *Espacio I+ D, innovación más desarrollo*, 9(25).
- Cruz Boullosa, V., & Bernui, L. (2019). Satisfacción laboral en docentes de la facultad de medicina de una universidad pública. *In Anales de la Facultad de Medicina*, 80(4), 494-497. Obtenido de <http://www.scielo.org.pe/pdf/afm/v80n4/a14v80n4.pdf>
- Flores, R., & Sullca, S. (2020). Satisfacción laboral y compromiso organizacional de docentes en una universidad pública de Perú. *Apuntes Universitarios. Revista de Investigación*, 10(2), 64-83.
- Heredia, E. B., Chávez, R. H., Ortiz, P. S., & Yahuarshungo, C. (2021). Depresión, Ansiedad, estrés en estudiantes y docentes: Análisis a partir del Covid 19. *Revista Venezolana de Gerencia: RVG*, 26(94), 603-622.
- Menghi, M., & Oros, L. (2019). Satisfacción laboral y síndrome de burnout en docentes de nivel primario. *Revista de Psicología*, 10(20), 47-59.
- Monroy, M. (2020). Características de la discapacidad de los estudiantes y los estados emocionales negativos de los docentes. Obtenido de <https://repositorio.ucsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12920/9940/76.0417.PS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Pacheco, M. (2022). Ansiedad, depresión y estrés en docentes de instituciones educativas de San Juan de Miraflores durante la pandemia por COVID-19, 2022. Obtenido de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/103250/Pacheco_HMA-SD.pdf?sequence=1
- Salessi, S. (2020). Capital psicológico, pasión por el trabajo y comportamiento innovador: un estudio exploratorio con docentes santafesinos. *Revista de*

Psicología-Tercera época, 19. Obtenido de http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/101929/Documento_completo.pdf-PDFA.pdf?sequence=1

Valera, M., Soler, M., & de Pedro, M. (2020). Burnout, salud y capital psicológico: un acercamiento desde la teoría de la conservación de recursos. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 181-188.

Vizoso-Gómez, C. (2020). Caracterización del capital psicológico en el profesorado: una revisión sistemática. *Estudios sobre Educación*, 267-295.

Apéndice

Apéndice 1: Solicitud a la institución

Ciudad, día de mes del año

Dr.
XXXXXXXXXX
Decano.
XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX
En su despacho. -

De mi consideración:

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

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

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

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

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

Atentamente.

Mgtr. Geovanny Cuenca
DIRECTOR DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA



Apéndice 2: Formulario de consentimiento informado

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

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

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

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

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

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

Introducción

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

Objetivo del estudio

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

Descripción de los procedimientos

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

¿Incurriré en algún gasto?

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

Confidencialidad de los datos:

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

Participación voluntaria:

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

Riesgos y beneficios

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

- a) Incomodidad al responder algunas de las preguntas formuladas en la batería psicológica en línea.
- b) Que el periodo empleado para responder la batería psicológica en línea le reste tiempo de sus actividades, de la vida cotidiana o de su tiempo libre.

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

- a) Usted podrá abandonar la batería psicológica en línea en cualquier momento si así lo decide.
- b) No está obligado a contestar todas las preguntas.
- c) Se le garantiza que la información que proporcione nunca será juzgada por los investigadores.
- d) La divulgación de la información proporcionada se mantendrá en todo momento confidencial.

Beneficios
Es posible que este estudio no traiga beneficios directos para usted, pero los resultados que se obtendrán podrán constituir un aporte teórico para el diseño de programas de prevención y políticas sociales más eficaces dirigidas al cuidado de la salud mental y potenciar la percepción de satisfacción laboral en trabajadores.
Otras opciones si no participa en el estudio
Si usted no participa en la investigación y desea conocer la información que se obtuvo sobre salud mental y satisfacción laboral en trabajadores, podrá visualizar los resultados a través de la página web del observatorio de salud mental de la UTPL (https://smartland.utpl.edu.ec/obastal).

Anexo 2: Formulario de consentimiento informado

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

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

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

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

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

Usted está invitado(a) a participar en este estudio que se realizará en trabajadores ecuatorianos. En este documento llamado "consentimiento informado" se explica las razones por las que se realiza el estudio, cuál será su participación y si acepta la invitación. También se explica los posibles riesgos, beneficios y sus derechos en caso de que usted decida participar. Después de revisar la información en este Consentimiento y aclarar todas sus dudas, tendrá el conocimiento

para tomar una decisión sobre su participación o no en este estudio. No tenga prisa para decidir. Si es necesario, lleve a la casa y lea este documento con sus familiares u otras personas que son de su confianza.

Introducción

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

Objetivo del estudio

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

Descripción de los procedimientos

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

¿Incurriré en algún gasto?

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

Confidencialidad de los datos:

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

Participación voluntaria:

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

Riesgos y beneficios

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

- a) Incomodidad al responder algunas de las preguntas formuladas en la batería psicológica en línea.
- b) Que el periodo empleado para responder la batería psicológica en línea le reste tiempo de sus actividades, de la vida cotidiana o de su tiempo libre.

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

- a) Usted podrá abandonar la batería psicológica en línea en cualquier momento si así lo decide.
- b) No está obligado a contestar todas las preguntas.
- c) Se le garantiza que la información que proporcione nunca será juzgada por los investigadores.
- d) La divulgación de la información proporcionada se mantendrá en todo momento confidencial.

Beneficios

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

Otras opciones si no participa en el estudio

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

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

Usted tiene derecho a:

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

Manejo del material biológico recolectado *(si aplica)*

No aplica

Información de contacto

Si usted tiene alguna pregunta sobre el estudio, por favor llame al siguiente teléfono 0983120938 que pertenece a

Karina Ocampo Vásquez o envíe un correo electrónico a keocampo@utpl.edu.ec

Consentimiento informado *(Es responsabilidad del investigador verificar que los participantes tengan un nivel de comprensión lectora*

adecuado para entender este documento. En caso de que no lo tuvieren, el documento debe ser leído y explicado frente a un testigo, que corroborará con su firma que lo que se dice de manera oral es lo mismo que dice el documento escrito)

Comprendo mi participación en este estudio. Me han explicado los riesgos y beneficios de participar en un lenguaje claro y sencillo. Todas mis preguntas fueron contestadas. Me permitieron contar con tiempo suficiente para tomar la decisión de participar y me entregaron una copia de este formulario de consentimiento informado. Acepto voluntariamente participar en esta investigación.

Nombres completos del/a participante

Firma del/a participante

Fecha

Número de cédula:

Nombres completos del/a investigador/a

Firma del/a investigador/a

Fecha

Apéndice 3: DASS-21

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

0= Nada aplicable en Mí

1= Aplicable a Mí en algún grado

2= Aplicable en Mí en alto grado

3= Muy aplicable en Mí

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

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

Usted tiene derecho a:

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

Manejo del material biológico recolectado *(si aplica)*

No aplica

Información de contacto

Si usted tiene alguna pregunta sobre el estudio, por favor llame al siguiente teléfono 0983120938 que pertenece a

[Karina Ocampo Vásquez](mailto:keocampo@utpl.edu.ec) o envíe un correo electrónico a keocampo@utpl.edu.ec

Consentimiento informado *(Es responsabilidad del investigador verificar que los participantes tengan un nivel de comprensión lectora*

adecuado para entender este documento. En caso de que no lo tuvieron, el documento debe ser leído y explicado frente a un testigo, que corroborará con su firma que lo que se dice de manera oral es lo mismo que dice el documento escrito)

Comprendo mi participación en este estudio. Me han explicado los riesgos y beneficios de participar en un lenguaje claro y sencillo. Todas mis preguntas fueron contestadas. Me permitieron contar con tiempo suficiente para tomar la decisión de participar y me entregaron una copia de este formulario de consentimiento informado. Acepto voluntariamente participar en esta investigación.

Nombres completos del/a participante

Firma del/a participante

Fecha

Número de cédula:

Nombres completos del/a investigador/a

Firma del/a investigador/a

Fecha

Apéndice 4: UCLA-R

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

1= Nunca

2= Rara vez

3= A veces

4= Siempre

Con que frecuencia:

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

Questionario de Interacción Trabajo-Familia (SWING)

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

	0 Nunca	1 A veces	2 A menudo	3 Siempre
1. Estás irritable en casa porque tu trabajo es muy agotador				
2. Te resulta complicado atender a tus obligaciones domésticas porque estás constantemente pensando en tu trabajo				
3. Tienes que cancelar planes con tu pareja/familia/amigos debido a compromisos laborales				
4. Tu horario de trabajo hace que resulte complicado para ti atender a tus obligaciones domésticas				

5. No tienes energía suficiente para realizar actividades de ocio con tu pareja/familia/amigos debido a tu trabajo				
6. Tienes que trabajar tanto que no tienes tiempo para tus hobbies				
7. Tus obligaciones laborales hacen que te resulte complicado relajarte en casa				
8. Tu trabajo te quita tiempo que te hubiera gustado pasar con tu pareja/familia/amigos				
9. La situación en casa te hace estar tan irritable que descargas tu frustración en tus compañeros de trabajo				
10. Te resulta difícil concentrarte en tu trabajo porque estás preocupado por asuntos domésticos				
11. Los problemas con tu pareja/familia/amigos afectan a tu rendimiento laboral				
12. Los problemas que tienes con tu pareja/familia/amigos hacen que no tengas ganas de trabajar				
13. Después de un día o una semana de trabajo agradable, te sientes de mejor humor para realizar actividades con tu pareja/familia/amigos				
14. Desempeñas mejor tus obligaciones domésticas gracias a habilidades que has aprendido en tu trabajo				
15. Cumples debidamente con tus responsabilidades en casa porque en tu trabajo has adquirido la capacidad de comprometerte con las cosas				
16. El tener que organizar tu tiempo en el trabajo ha hecho que aprendas a organizar mejor tu tiempo en casa				
17. Eres capaz de interactuar mejor con tu pareja/familia/amigos gracias a las habilidades que has aprendido en el trabajo				
18. Después de pasar un fin de semana divertido con tu pareja/familia/amigos, tu trabajo te resulta más agradable				
19. Te tomas las responsabilidades laborales muy seriamente porque en casa debes hacer lo mismo				

20. Cumples debidamente con tus responsabilidades laborales porque en casa has adquirido la capacidad de comprometerte con las cosas				
21. El tener que organizar tu tiempo en casa ha hecho que aprendas a organizar mejor tu tiempo en el trabajo				
22. Tienes más autoconfianza en el trabajo porque tu vida en casa está bien organizada.				

Apéndice 5: ESCALA DE SATISFACCIÓN LABORAL

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

15. Tu estabilidad en el empleo							
---------------------------------	--	--	--	--	--	--	--

Apéndice 6: Capital psicológico PCQ-24

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

N°	Pregunta	Muy en desacuerdo						Muy de acuerdo
		1	2	3	4	5	6	7
1	Me siento confiado planteando soluciones a problemas que son de largoplazo.	1	2	3	4	5	6	7
2	Me siento confiado representando a algún grupo en reuniones con detrabajo.	1	2	3	4	5	6	7
3	Me siento confiado contribuyendo en las discusiones de estrategias en mi trabajo	1	2	3	4	5	6	7
4	Me siento seguro ayudando a fijar objetivos/metast en mi carrera laboral.	1	2	3	4	5	6	7
5	Me siento seguro contactando gente de fuera de mi lugar de trabajo (funcionarios del gobierno, empleadores, colegas) para discutirproblemas.	1	2	3	4	5	6	7
6	Me siento seguro presentando información a un grupo de compañeros.	1	2	3	4	5	6	7
7	Si me hallara en un aprieto en mi trabajo, sería capaz de plantearmevarias maneras de salir de él.	1	2	3	4	5	6	7
8	En este momento me encuentro siguiendo mis metas con mucha energía.	1	2	3	4	5	6	7
9	Hay muchas formas de abordar cualquier problema.	1	2	3	4	5	6	7
10	En este momento me veo siendo muy exitoso en mi trabajo	1	2	3	4	5	6	7
11	Puedo plantearme varias alternativas para lograr mis actuales metas en mi trabajo.	1	2	3	4	5	6	7
12	En este momento estoy cumpliendo con las metas que me había fijado en mi trabajo.	1	2	3	4	5	6	7

13	Cuando tengo un revés en mi trabajo, tengo problemas para recuperarme y seguir adelante.	1 2 3 4 5 6 7
14	Usualmente manejo las dificultades de una manera u otra en mi trabajo.	1 2 3 4 5 6 7
15	Puedo valérmelas por mí mismo para hablar con autoridades o compañeros en mi trabajo si tengo que hacerlo.	1 2 3 4 5 6 7
16	Usualmente tomo con tranquilidad las cosas estresantes en mi trabajo.	1 2 3 4 5 6 7
17	Puedo superar momentos difíciles en mi trabajo porque ya he experimentado dificultades antes.	1 2 3 4 5 6 7
18	Me siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo en mi trabajo.	1 2 3 4 5 6 7
19	Cuando las cosas son inciertas para mí en mi trabajo, usualmente espero lo mejor.	1 2 3 4 5 6 7
20	Si algo me puede salir mal en mi trabajo, así será.	1 2 3 4 5 6 7
21	Yo siempre busco el lado positivo de las cosas en mi trabajo.	1 2 3 4 5 6 7
22	Soy optimista sobre lo que pudiera pasarme en el futuro en lo que concierne mi trabajo.	1 2 3 4 5 6 7
23	En mi lugar de trabajo las cosas nunca funcionan de la manera en que yo quiero que funcionen.	1 2 3 4 5 6 7
24	Yo abordo las cosas de mi trabajo buscando siempre el lado positivo.	1 2 3 4 5 6 7

Apéndice 7: Cuestionario sociodemográfico

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

Género: Masculino Femenino Otro Edad: ____ años Número de hijos: _____

Ciudad de trabajo: _____ Nacionalidad: _____

Estado civil: Soltero Casado/unión libre Viudo Divorciado

La zona en que trabaja es: Urbana Rural Su remuneración es de:

\$425 a \$800 \$1201 a \$1600

\$801 a \$1200 mayor a \$1601

Profesión: _____ Nivel en que ejerce la docencia: Primaria Secundaria Universitaria

Tipo de contrato: Nombramiento permanente Nombramiento provisional

Libre nombramiento y remoción Servicios ocasionales

Otro

La institución provee de recursos necesarios para su trabajo:

Totalmente Medianamente Poco Nada

Tiempo de experiencia laboral: ____ años ____ meses.

Tipo de trabajo: Tiempo completo Tiempo Parcial

Tipo de institución: Pública Privada