



# **UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA**

*La Universidad Católica de Loja*

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

### **CARRERA DE PSICOLOGÍA**

#### **Salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en docentes del sector norte de la ciudad de Machala**

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

### **LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**Autora:** Verdy Matamoros, Adriana Anabell

**Directora:** Pineda Rojas, Vanessa Romina

MACHALA

2023



*Esta versión digital, ha sido acreditada bajo la licencia Creative Commons 4.0, CC BY-NY-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, 17 de octubre de 2023

Magister,

David Mauricio Ortega Jimenez

**Director de la carrera de Psicología**

Ciudad.-

De mi consideración:

Me permito comunicar que, en calidad de director del presente Trabajo de Integración Curricular denominado: Salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en docentes del sector norte de la ciudad de Machala realizado por Adriana Anabell Verdy Matamoros 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: Vanessa Romina Pineda Rojas.Magister.

C.I.: 1104241144

Correo electrónico: vrpineda@utpl.edu.ec

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

Yo, Adriana Anabell Verdy Matamoros, declaro y acepto en forma expresa lo siguiente:

Ser autor (a) del Trabajo de Integración Curricular denominado Salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en docentes del sector norte de la ciudad de Machala:, de la carrera de Psicología, específicamente de los contenidos comprendidos en: Marco teórico, metodología, análisis de resultados y discusión siendo Vanessa Romina Pineda Rojas, director (a) del presente trabajo; también declaró que la presente investigación no vulnera derechos de terceros ni utiliza fraudulentamente obras preexistentes. Además, ratificó que las ideas, criterios, opiniones, procedimientos y resultados vertidos en el presente trabajo investigativo, son de mi exclusiva responsabilidad. Eximo expresamente a la Universidad Técnica Particular de Loja y a sus representantes legales de posibles reclamos o acciones judiciales o administrativas, con relación a la propiedad intelectual de este trabajo.

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

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

---

Autor: Adriana Anabell Verdy Matamoros

C.I.: 0706276862

## Dedicatoria

A mis padres, Anabel Matamoros y Danny Cando, por apoyarme de manera incondicional en cada paso de mi vida y por haber sido mi mayor inspiración para este logro.

Mamá, esto va dedicado para ti, porque algún día quisiera ser tan inteligente y preparada como tú.

Papá, esto va dedicado para ti, porque siempre me recuerdas que el estudio me llevará a lugares donde nunca imaginé.

Los amo.

## Agradecimiento

Agradezco a mi familia por el apoyo incondicional que me han brindado para lograr este  
sueño:

David Matamoros Rivera.

Maria Elena González Mocha.

Malena Matamoros.

Anabel Matamoros.

Danny Cando.

Mauricio Matamoros.

Melany Matamoros.

Victor David Aguirre.

Dayanara Matamoros.

Victor Aguirre.

Yessica Delgado.

## Índice de Contenidos

<b>Carátula .....</b>	<b>I</b>
<b>Aprobación del director/a del trabajo de titulación .....</b>	<b>II</b>
<b>Declaración de autoría y cesión de derechos.....</b>	<b>III</b>
<b>Dedicatoria .....</b>	<b>V</b>
<b>Agradecimiento.....</b>	<b>VI</b>
<b>Índice de Contenidos.....</b>	<b>VII</b>
<b>Resumen .....</b>	<b>1</b>
<b>Abstract .....</b>	<b>2</b>
<b>Introducción .....</b>	<b>3</b>
<b>Capítulo uno.....</b>	<b>5</b>
<b>Marco teórico .....</b>	<b>5</b>
<b>1. .... Conceptualización y etimología de las variables de salud mental</b>	<b>5</b>
<b>1.1. Indicadores de las variables de salud mental.....</b>	<b>5</b>
<b>1.1.1. Ansiedad.....</b>	<b>5</b>
<b>1.1.2. Depresión.....</b>	<b>7</b>
<b>1.1.3. Estrés .....</b>	<b>9</b>
<b>1.2. Salud mental en docentes.....</b>	<b>11</b>
<b>1.2.1. Repercusiones de las variables de salud mental.....</b>	<b>11</b>
<b>1.2.2. Investigaciones previas en la salud mental .....</b>	<b>16</b>
<b>1.3. Capital psicológico y satisfacción laboral de los docentes .....</b>	<b>21</b>
<b>1.3.1. Conceptualización y etiología del capital psicológico y satisfacción</b>	
<b>laboral .....</b>	<b>21</b>
<b>1.3.2. Importancia del capital psicológico y satisfacción laboral .....</b>	<b>24</b>
<b>1.3.3. Investigaciones previas del capital psicológico y satisfacción laboral</b>	<b>26</b>
<b>Capítulo dos .....</b>	<b>31</b>
<b>Metodología.....</b>	<b>31</b>

<b>2.1. Objetivos</b> .....	<b>31</b>
<b>2.1.1. General</b> .....	<b>31</b>
<b>2.1.2. Específicos</b> .....	<b>31</b>
<b>2.2. Preguntas de investigación</b> .....	<b>31</b>
<b>2.3. Enfoque, tipo y diseño de investigación</b> .....	<b>32</b>
<b>2.3.1. Enfoque de investigación</b> .....	<b>32</b>
<b>2.3.2. Tipo de Investigación</b> .....	<b>32</b>
<b>2.3.3. Diseño</b> .....	<b>32</b>
<b>2.4. Población y muestra</b> .....	<b>33</b>
<b>2.4.1. Muestra participante</b> .....	<b>33</b>
<b>2.4.2. Criterios de inclusión / exclusión</b> .....	<b>34</b>
<b>2.5. Instrumentos de recogida de información</b> .....	<b>34</b>
<b>2.6. Procedimiento</b> .....	<b>38</b>
<b>Capítulo 3</b> .....	<b>40</b>
<b>Análisis de resultados y discusión</b> .....	<b>40</b>
<b>3.1. Análisis de resultados</b> .....	<b>40</b>
<b>3.2. Discusión</b> .....	<b>42</b>
<b>Conclusiones</b> .....	<b>46</b>
<b>Recomendaciones</b> .....	<b>47</b>
<b>Referencias</b> .....	<b>49</b>

**Índice de Tablas**

<b>Tabla 1</b>	<b>Percepción de salud mental de docentes .....</b>	<b>40</b>
<b>Tabla 2</b>	<b>Capital psicológico en docentes .....</b>	<b>41</b>
<b>Tabla 3</b>	<b>Satisfacción laboral en docentes .....</b>	<b>41</b>

## Resumen

El propósito de esta investigación fue determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y la satisfacción laboral en 40 docentes ecuatorianos del sector Norte de la ciudad de Machala, durante el año 2022. La metodología utilizada tuvo un enfoque cuantitativo, tipo no experimental, con diseño transaccional y descriptivo. En los resultados se evidenció que los docentes gozan de una buena salud mental, ya que todas las variables de estudio se encuentran en niveles leves, el estrés en un 97,3% de los individuos, la ansiedad en un 81,1% y la depresión en un 97,3%. El estado del capital psicológico de los docentes muestra niveles altos (127.65), donde la variable esperanza es la que predomina, con un valor medio de 33.70, seguido de la resiliencia (32.43), la eficacia (31.95) y el optimismo (30.92). La satisfacción laboral general es alta (69.81), donde prevalece la satisfacción intrínseca con una media de 35.30, y la satisfacción extrínseca con 34.51. Se concluye que los docentes tienen buena salud mental, y presentan un adecuado capital psicológico que repercute positivamente en su satisfacción laboral.

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

### **Abstract**

The purpose of this research was to determine the prevalence of mental health, psychological capital, and job satisfaction among 40 Ecuadorian teachers from the northern sector of the city of Machala, during the year 2022. The methodology employed a quantitative, non-experimental approach with a cross-sectional and descriptive design. The results showed that the teachers have good mental health, as all the variables under study were found to be at mild levels, with stress observed in 97.3% of individuals, anxiety in 81.1%, and depression in 97.3%. The teachers' psychological capital was found to be high (127.65), with hope being the predominant variable with a mean value of 33.70, followed by resilience (32.43), efficacy (31.95), and optimism (30.92). Overall job satisfaction was high (69.81), with intrinsic satisfaction prevailing with a mean of 35.30, and extrinsic satisfaction at 34.51. It can be concluded that the teachers have good mental health and possess adequate psychological capital, which positively impacts their job satisfaction.

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

## Introducción

La salud mental es el estado de equilibrio que debe existir entre las personas y el medio que las rodea, tanto desde el punto de vista emocional, como el psicológico y el relacionado con los aspectos sociales. Permite alcanzar el bienestar y dar respuestas adecuadas ante los retos que surgen, relacionarse en diferentes entornos y mejorar la calidad de vida de cada individuo. La revisión bibliográfica ha mostrado que es importante estudiar esta variable en el ámbito de los docentes, ya que repercute de manera directa en estos y en el resultado de su trabajo.

Dentro del panorama educativo, el rol de la docencia cumple un papel significativo en la formación de los educandos, es el maestro quien genera dentro de la comunidad educativa el impulso, compromiso y desarrollo estudiantil, lo cual implica que él tiene una responsabilidad académica, científica y moral hacia sus discípulos, la institución y la sociedad; esta responsabilidad conlleva también una actualización científica constante, además de aportar con investigaciones y contribuciones propias (Carvajal & Carvajal, 2019)

En ese sentido la relevancia del docente representa un engranaje fundamental en la educación, sin embargo, esta actividad implica que atraviese por diferentes situaciones o contextos que pueden comprometer su bienestar personal; las presiones de la vida, el trabajo y el entorno pueden tener un impacto adverso en su salud mental y generarles trastornos psicológicos. El estrés laboral tiene la potencialidad de perjudicar también su salud física, afectando su calidad como docente, sus comportamientos y la calidad de vida (Wu, 2020).

Estudios como el de Pedraza (2020) indican que los docentes no poseen los recursos suficientes para gestionarse propiamente en el entorno educativo, lo que disminuye su eficacia y eficiencia. En ese aspecto, estudios como el de Viseu et al. (2016) resaltan la importancia que tiene la satisfacción laboral docente, porque de ello dependerá la motivación y el capital psicológico que este adopte. Los estudios de Borda (2022) manifiestan la existencia de ciertos riesgos psicosociales como una sobrecarga laboral, modificaciones de

horarios y falta de participación de los docentes en la toma de decisiones; lo que podría generar depresión, ansiedad y estrés.

Bajo ese enfoque, se observa una destacada correspondencia entre la labor educativa y el bienestar emocional, el potencial psicológico y el grado de satisfacción en el trabajo. De esta manera, esta investigación tiene como fin determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y la satisfacción laboral en docentes ecuatorianos del sector Norte de la ciudad de Machala, durante el año 2022.

Este estudio se dividió en diferentes capítulos; el primer capítulo consistió en el marco teórico, donde se llevó a cabo un análisis de los escritos de distintos autores acerca de las variables de salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral, con el fin de lograr una comprensión más profunda sobre el tema de estudio. El segundo capítulo incluyó la descripción de la metodología empleada, así como la presentación de la muestra y los instrumentos utilizados para recopilar los datos. En el tercer capítulo se exponen los resultados, discusión en comparación con otros estudios. Por último, se presentaron las conclusiones obtenidas a lo largo de la investigación, así como las recomendaciones relacionadas con cada una de ellas.

Con el fin de abordar la cuestión planteada acerca del bienestar de los profesores, se emplearon diversos instrumentos, fundamentalmente el Cuestionario Ad Hoc Sociodemográfico y laboral, y las escalas de depresión, ansiedad y estrés (DASS – 21), cuyos datos permitieron recabar información de los educadores acerca de su bienestar psicológico (niveles de estrés, ansiedad y depresión), su capital psicológico y su grado de satisfacción laboral. Finalmente, es importante mencionar las limitaciones que tuvo esta investigación, las mismas que están relacionada con la muestra de estudio trabajada, ya que esta fue limitada, y por otro lado con la metodología, ya que se pudieran realizar estudios correlacionales entre las variables para obtener mejores resultados.

## Capítulo uno

### Marco teórico

#### 1. Conceptualización y etimología de las variables de salud mental

##### 1.1. Indicadores de las variables de salud mental

La salud mental, según García et al. (2020), es un desorden, entre el estado estable de una persona, y otro que padece una patología mental, quitándole su estabilidad. La Organización de la Salud [OMS] (2022), define a la salud mental, como “un estado de bienestar en el cual cada individuo desarrolla su potencial, puede afrontar las tensiones de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera, y puede aportar algo a su comunidad” (p.2). Desde otra postura, la salud mental es una condición que posibilita el potenciamiento físico, emocional, intelectual y emocional óptimo de un sujeto, respectivamente con la compatibilidad de los otros sujetos (Miranda, 2018).

En ese mismo sentido, la salud mental se asocia al confort subjetivo, independencia, dependencia intergeneracional y reconocimiento de la destreza de construirse cognitiva y emocionalmente; representa una índole de bienestar a través del cual los sujetos reconocen sus propiedades, tienen la potencialidad de enfrentarse al estrés normal de la cotidianidad y de laborar de manera fructífera y productiva. La salud mental es la probabilidad de aumentar la destreza de los sujetos y posibilitarles conseguir sus finalidades (Palencia et al., 2018).

La variación del estado de equilibrio o bienestar de las personas propicia la aparición de diversos padecimientos, que pueden ser alteraciones o directamente patologías que cambien el comportamiento habitual, y lo transformen en uno muy distinto, en el cual, el individuo no puede realizar sus actividades normales de una manera efectiva. En dependencia del grado de afectación estos pueden tener ansiedad, depresión o estrés, que de diversas maneras inciden negativamente en sus vidas.

##### 1.1.1. *Ansiedad.*

Resulta necesario realizar una búsqueda bibliográfica, que permita conceptualizar cada una de las variables de salud mental en estudio, es por ello que se partirá definiendo a la ansiedad. El trastorno por ansiedad es definido por la OMS (2022), como un “miedo y una preocupación excesivos y por trastornos del comportamiento conexos” (p.3); mientras que desde la perspectiva de Delgado (2020) es un estado de respuesta propia del organismo humano, el cual tiene el objetivo de permitir a las personas, solucionar o evitar problemas. Así mismo, Palomeque y Monsalve (2022), mencionan que la ansiedad es un conjunto de preocupaciones, seguidas de la respuesta fisiológica del cuerpo, llamado estrés, lo que afecta tanto a la mente como al cuerpo de las personas.

Es importante además comprender como surgen los trastornos de ansiedad, es por ello que nos basaremos en las teorías explicativas de la ansiedad, entre las más importantes se encuentra la teoría bifactorial de Mowrer, mismo que propuso 2 fases de los cuales tiene su primigenia y mantiene la ansiedad; el primero es el condicionamiento pavloviano, en el que se establece una respuesta de miedo frente a una estimulación que se contemple como riesgosa; y el condicionamiento operante, en la que enfatiza que la evitación activa le refuerza al miedo, ya que el hombre trataría de evitar, no lo que causa la aversión, sino lo que las personas asocian con ese miedo (Pesantes, 2022).

Por otro lado, también se encuentra la teoría de la preparación de Seligman, el cual alude a la destreza innata de cada sujeto para aprender reacciones fóbicas, mismo que se enmarcaba en cuatro particularidades: selectividad (fobias limitadas a un grado de estimulaciones), fácil obtención (un solo contexto produce la fobia, sin la recurrencia de una estimulación), resistencia a la extinción (fobias complejas de eliminar), irracionalidad (desproporcionalidad entre el riesgo real del estímulo) (Díaz y De la Iglesia, 2019).

También existe la teoría de Eysenk, mismo que manifiesta que, la ansiedad se obtiene y se conserva conforme con los fundamentos de condicionamiento clásico tipo B, que enmarca diferentes factores, donde existe menor dependencia de la condición motivacional del sujeto para generar ansiedad (Díaz y De la Iglesia, 2019).

Las definiciones mencionadas anteriormente, coinciden en determinar a la ansiedad como una respuesta del cuerpo humano, ante una preocupación, y esta se hace presente para ayudar al cerebro a solucionar algún problema externo, o disminuir la probabilidad de que se presente un problema nuevo, por tanto, es normal en todos los seres humanos, pero, cuando esta respuesta orgánica, es demasiado intensa, entonces existe un aumento desmesurado de estrés, y esto conlleva a que tanto, la mente como el cuerpo de las personas, empiecen a comportarse diferente, provocando un estado inestable. Con respecto a los aportes de los modelos teóricos de los autores, se puede aseverar que la ansiedad está condicionada por un estímulo y que, dependiendo del contexto, la prevalencia de este denotará irracionalidad.

### **1.1.2. Depresión**

A diferencia de la ansiedad, en la que las personas sienten temor por algo que suponen que va a suceder, la depresión es un estado de ánimo donde predomina la tristeza, el desinterés y la falta de vitalidad en el momento presente de una persona.

Una de las contrariedades en la historia de la depresión es que ha sido empleada para expresar cosas diferentes de una patología, como tristeza, actitud temperamental o temporaria, entre otras; y es que uno de los modelos explicativos de la teoría de la depresión se basa en la perspectiva de Hipócrates, en el que la melancolía comúnmente se relaciona con la bilis negra, fundamental para expresar la patogénesis (Conti, 2007).

Después con el tiempo, Emil Kraepelin (1913) emplea la denominación “locura depresiva” en una de sus categorizaciones nosológicas, sin desarraigarse de la denominación melancolía para aludir a la patología, y deja el término depresión para aludir a una condición anímica, contemplando que la melancolía eran expresiones de depresión mental (Korman y Sarudiansky, 2011). Mientras que Adolf Mayer (1908) planteó erradicar ineludiblemente la terminología melancolía y reemplazarla por depresión; de esa forma, en esta transición semántica, se connota con la denominación de depresión con melancolía,

cuando la sintomatología era lo bastante grave como para nombrarla depresión (Ehrenberg, 2000; Ramírez et al., 2018).

Otro modelo teórico explicativo de la depresión lo exponen Vázquez et al., (2000), cuyo autor es Winokur (1997), quien propuso que la depresión unipolar desde el punto de vista clínico, representa un trastorno homogéneo, pero etiológicamente es heterogéneo; la depresión se enmarca en una contrariedad de diferentes etapas, con un extendido número de síntomas que pueden o no situarse en cada sujeto en específico; no todas las depresiones se someten a las mismas causalidades, de esa manera, existen diferentes teorías que explican la etiología de la depresión.

La depresión actualmente se define como un estado de ánimo que produce sensaciones de tristeza frecuente y un desinterés para la realización de actividades cotidianas; a este problema se lo suele denominar como trastorno depresivo mayor o depresión clínica, y estas sensaciones afectan los sentimientos, pensamientos y conductas, causando disfunciones físicas y mentales (Pruthi, 2017). Las personas que han sufrido circunstancias vitales (desempleo, luto, eventos traumáticos) tienen más probabilidades de sufrir depresión (OMS, 2021); del mismo modo, se puede enfatizar que, la depresión se entiende como un conjunto heterogéneo de trastornos y síndromes de distinta exposición y etiología, con la existencia de consenso en que las distintas exposiciones de lo depresivo se asocian a sintomatologías y signos del humor, cognitivos, vegetativos y psicomotores (Llosa y Canetti, 2019). Espada et al (2021), añaden que esta se da por el crecimiento de tristeza y desesperación. Además Caballero et al (2020), indican que este es un trastorno muy peligroso, que afecta a personas y a toda su órbita.

Del mismo modo, la depresión puede ser entendida como un estado de ánimo que presenta síntomas como síndrome o distintas afecciones, la cual posee variaciones de sentimientos de tristeza, desvaloración propia, culpabilidad, irritación, incapacidad para sentir placer, ausencia de energía y modificaciones cognitivas con aminoración de la destreza de pensar, tomar decisiones o concentrarse (Fernández et al., 2020).

Los conceptos que se mencionan sobre la depresión, implican un aumento de sentimientos que se pueden catalogar como tristes, y estos a su vez son normales en todas las personas, pero cuando estos niveles son muy exagerados, tanto la mente como el cuerpo empiezan a sufrir cambios, que afectan significativamente a la persona, a sus familiares, amigos, y a todo el círculo social en el cual se suscribe la vida de la persona, y si este no se controla adecuadamente por profesionales especializados, puede llevar hasta la muerte del individuo.

Con respecto a las manifestaciones de los modelos teóricos de los autores, se puede decir que la depresión tiene una incidencia significativa con la melancolía, misma que se encuentra asociada a una condición anímica del ser humano, y que con el tiempo ha tenido una valoración patológica dentro de la instancia médica.

### **1.1.3. Estrés**

Asimismo es necesario conceptualizar la variable estrés de tal manera que esto permita una comprensión clara de lo que se pretende abordar. Según criterios recomendados por el Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, quinta edición (DSM-5) el estrés se define por síntomas intrusivos, estado de ánimo negativo, y síntomas de disociación, evitación y alerta, como respuesta a un suceso importante, que debe remitir en semanas.

Aguilar et al (2020) mencionan que el estrés es una amenaza existente, o imaginaria, a la integridad física o psíquica de un sujeto, la cual se deriva en una respuesta física y/o de conducta.

Por otra parte, Escobar et al (2018), afirman que no es posible conceptualizarlo con certeza, pero, se puede decir que es un factor que altera el comportamiento de las personas. Del mismo modo, el estrés puede comprenderse como una denominación compleja, dado que no existe uniformidad en su conceptualización, y produce un desequilibrio en los sujetos que lo tienen, por la falta de destrezas para afrontarlo (Silva et al., 2020).

Respecto de los modelos explicativos del estrés, se puede nombrar a Selye (1956), quien se enmarca como el progenitor del estrés, quien lo denomina como la respuesta no determinada del organismo a toda exigencia que se le haga; ya para los años cuarenta también conceptualizó el Síndrome General de Adaptación (SGA), comprendiendo al estrés como un producto inespecífico y general del organismo (Aguilar, 2019; Romero y Salazar, 2021).

Y es que desde la perspectiva de McEwen et al (1995), muchas de las investigaciones efectuadas en neuroendocrinología evidencian que cuando la respuesta del estrés interpretado se convierte en un proceso consecutivo, esta respuesta propicia la primigenia de una condición emotiva, en la que se visualiza un destacable empleo o en ciertos casos una conducción inadecuada de hormonas, catecolaminas, corticoesteroides de los ejes neuroendocrinos (Moscoso, 2010).

Desde la postura de Lazarus (1985) como se citó en Rocha (2018), en su teoría transaccional, el estrés es la muestra de una conectividad del entorno y los individuos que se encuentran en desarrollo; y se deben proteger todos los comportamientos para que no se asocien con una contrariedad en la salud.

Por tanto, estos conceptos tienen cierta congruencia, en el aspecto de mencionar que los problemas que los seres humanos tienen en la cotidianidad de su vida, generan una respuesta en el cuerpo y la mente, lo que conlleva a cambios físicos y mentales, sobre todo de un comportamiento atípico, que no permite la realización de las actividades cotidianas de una manera adecuada; además se puede mencionar, entonces, que todos los seres humanos conllevan esta situación comúnmente, pero en diversos casos, el nivel de este estrés puede llevar a patologías físicas o mentales más comprometedoras. Respecto de las representaciones de los modelos teóricos, se puede expresar que el estrés se asocia a una respuesta no específica del organismo a toda adversidad que se contraiga, en el que están implícitas además variaciones hormonales.

## **1.2. Salud mental en docentes**

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

Una vez identificados los conceptos de las variables de salud mental es importante estudiar las repercusiones que estas generan en la vida del ser humano. Es por ello que a continuación analizaremos cada una de ellas.

**1.2.1.1. Repercusiones a nivel psicológico de la ansiedad.** La ansiedad compromete el bienestar subjetivo que conforma parte de la salud, en un sentido general se puede observar en todas las esferas de la función humana, asociadas a una dimensión cognitiva (satisfacción con la vida), afectiva (frecuencia emocional ya sea negativa o positiva), cuya interrelación comprende un considerable espectro de vivencias (Álvarez et al., 2019). Tiene la potencialidad de causar nerviosismo, pánico o catástrofe hasta tener dificultades para controlar preocupaciones (Danet, 2021).

En el caso de los docentes, debido a factores como exceso o acumulación de tareas, falta de tiempo, frustraciones, situaciones de conflicto o dificultad para el entendimiento con padres, alumnos, colegas de trabajo y autoridades, entre otras situaciones, estos suelen mostrar diversos problemas a nivel mental, entre ellas bajo rendimiento, temor, y otras manifestaciones, causando en ellos ansiedad (Martínez-Otero, 2003).

Esto puede ser por causas reales o supuestas, generando respuestas a estímulos externos muy difusas y diferente a lo normal, generalmente con comportamientos anticipatorios, es decir previniendo posibles problemas, y con características de miedo patológico a lo que puede pasar, siendo este una elevación psicológica al proceso biológico de protección propia (Sierra et al., 2009).

**1.2.1.2. Repercusiones a nivel fisiológico de la ansiedad.** La ansiedad genera a nivel fisiológico diversas descompensaciones, las cuales se pueden presentar en el aparato respiratorio, como dificultad para respirar, hiperventilación, ataques de tos; también se presentan en el aparato circulatorio, se evidencia dolor de pecho, latidos fuertes del corazón, aumento de la presión arterial, incremento de la temperatura corporal, dolores de cabeza, palpitaciones cardiacas, entre otros dolores muy fuertes, que pueden llevar a la persona a espasmos (Pruthi, 2021). Según Díaz (2021), incluso la postura de la persona se ve afectada por la ansiedad, y se genera problemas digestivos, de insomnio y fatiga.

Calleja (2003) también indica que la ansiedad puede configurar otras afecciones a nivel fisiológico, que comprometen el bienestar del organismo, o más bien interfieren en el rendimiento del individuo, lo que amerita tratamiento, pues genera afecciones fisiológicas: contrariedades gastrointestinales, debilidad, cansancio, temblores, sudoración, cefalea, sequedad bucal (Calleja, 2003).

**1.2.1.3. Repercusiones a nivel conductual de la ansiedad.** Las repercusiones que la ansiedad puede traer a las personas, observables en los docentes, pueden ser devastadoras, y estas pueden llevarlos incluso a situaciones de aislamiento, problemas recurrentes en el trabajo, en la vida familiar, y a generar una mala calidad de vida, y por supuesto, no se descarta que puede llevar al suicidio, o el mismo asesinato (Pruthi, 2021). Además, se ha evidenciado que la ansiedad genera trastornos obsesivos compulsivos de la personalidad, pánicos, fobias, y ansiedad generalizada (Vélez, 2022). Entre las diferentes repercusiones de la ansiedad también subyacen ciertas patologías a nivel comportamental como la hiperactividad, la paralización motora, desplazamientos desorganizados o torpes, tartamudeo y otras implicancias a nivel de manifestación verbal (Virues, 2005).

**1.2.1.4. Repercusiones a nivel psicológico de la depresión.** La depresión puede ser causada por diferentes circunstancias, entre las cuales se pueden mencionar, ataques físicos, o problemas personales, así como pérdidas; dentro de estas, se puede notar que se generan lesiones psíquicas, alteraciones de adaptación, bajo estado de ánimo, exagerados niveles de ansiedad, trastornos de estrés postraumáticos, además de una gran cantidad de secuelas emocionales y daño psicológico, lo cual conlleva a una discapacidad permanente e irreparable de sentimientos de empatía con otras personas, sin contar los niveles bajos de autoestima, aumento de la vulnerabilidad, entre otros (Lara et al., 2019).

Entre otras repercusiones de la depresión asociadas a nivel psicológico se encuentra los pensamientos de tristeza o vacío, sentimientos de desesperanza o pesimismo, autoestima baja, frustración y ausencia o pérdida del interés en las funciones y los pasatiempos que efectúan las personas; estas repercusiones son las más significativas de la depresión a nivel cognitivo según Canales et al. (2019); también se encuentra la lentitud para razonar o pensar, recordar cosas y tomar decisiones (Gutiérrez y Márquez, 2020).

**1.2.1.5. Repercusiones a nivel fisiológico de la depresión.** La depresión es un trastorno que afecta significativamente a los docentes, generando una gran cantidad de estrés, y el cuerpo en respuesta de esto, libera una alta cantidad de hormonas a través de las glándulas adrenales, generando consecuencias físicas, principalmente cansancio, además de falta de energía; genera adicionalmente trastornos alimenticios, en algunos casos, ingiriendo demasiada comida, en otros, la falta de apetito (Straffon et al., 2019), causando trastornos en el peso, además de lentitud en tareas cotidianas, como impartir cátedra, o calificar exámenes (Pocoacá, 2020). También se encuentran las molestias y dolores de cabeza, contracturas o contrariedades digestivas (Hermosillo y Rivera, 2019).

**1.2.1.6. Repercusiones a nivel conductual de la depresión.** En el aspecto de la conducta, se evidencia que, a causa de la depresión, las personas tienen problemas de nerviosismo, generando violencia, comportamientos combativos y de evasión, entre algunas otras reacciones. También se genera déficit de atención y conductas de búsqueda de escape, es decir, salir de los problemas que se han causado por sus conductas, con violencia, amenazas, gritos, y otros mecanismos de defensa de furia (Guamán, 2022). Además, otras de las repercusiones significativas a nivel conductual se encuentran los comportamientos suicidas (Granados et al., 2020). Los docentes suelen presentar sentimientos de estar muy agotados, impotentes, que pueden afectar su autoestima y provocar un estado permanente de nerviosismo, lo que afecta su desempeño.

**1.2.1.7. Repercusiones a nivel psicológico del Estrés.** Según el trabajo de Cruz et al (2019), titulado “Estrés docente, causas y repercusiones laborales”, muchos de los problemas de tipo psicológico afectan el trabajo de los docentes, que en este caso, repercuten, causando creencias desadaptativas, por tanto, se vuelve una persona asocial; además de sentir presión en cualquier actividad, otra repercusión, es la desmotivación laboral y en otras actividades de la vida, el mal afrontamiento sobre situaciones laborales, o de la vida diaria, pero, además este trabajo menciona que la ansiedad y la depresión son otras repercusiones derivadas del estrés. Las repercusiones psicológicas del estrés también pueden causar cansancio emocional, baja realización individual y despersonalización del docente (Obaco, 2020). En consecuencia, todas estas categorías se enmarcan en problemas cognitivos, psiquiátricos y psicológicos, lo que produce patologías, ausentismo y accidentes (Butriago et al., 2021).

**1.2.1.8. Repercusiones a nivel fisiológico del estrés.** El estrés se encuentra acumulándose periódicamente en las personas, esto genera diferentes problemas que llegan hasta la fisiología de las personas, desencadenando diversas repercusiones, tales como la pérdida de memoria, dolor agudo de cabeza, falta de energía y falta de concentración, problemas de índole sexual, dolor de mandíbula, cuello rígido, malestar generalizado y en el estómago, falta de energía y cansancio, insomnio, y problemas para despertar, además de pérdida de peso, problemas de gases, entre muchos otros problemas (Hoyos et al., 2021).

Dentro de otros aspectos a nivel fisiológico del estrés están el consumo de tabaco, alcohol o drogas, problemas intestinales, afecciones musculoesqueléticas (hombros, espalda, cuello, cefaleas entre otras, mismas que son perjudiciales para la salud del sujeto (Muñoz et al., 2018); también se encuentran asociadas enfermedades como diabetes, diarrea, angina de pecho, arritmias cardíacas, acné, epilepsia, estreñimiento, migrañas (Munhon et al., 2017).

**1.2.1.9. Repercusiones a nivel conductual del estrés.** El estrés produce muchas alteraciones en el cuerpo humano, entre ellas, las físicas, dentro de estas, se conoce el dolor de cabeza, lo que lleva al individuo a diversos episodios de ira, terminando en falta de energía, fatiga, lo cual incide en su trabajo, y se afecta el plano emocional del individuo, además se afectan todas las condiciones externas que rodean al mismo (Gallardo , 2021). En los docentes pueden observarse afectaciones por conductas monótonas, presión por cumplir propósitos, sedentarismo, inmobiliario inapropiado, posturas corporales inapropiadas (Félix et al., 2018; Burgos et al., 2020).

### **1.2.2. Investigaciones previas en la salud mental**

Para abordar el tema de la salud mental es necesario realizar una investigación bibliográfica sobre estudios realizados previamente tanto nacionales como internacionales, que buscan ampliar nuestra comprensión de las complejas interacciones entre la mente humana y su entorno.

Desde el contexto internacional, en una investigación de Yamaguchi et al. (2021), denominada “Una encuesta sobre alfabetización en salud mental en profesores de secundaria japoneses”, los autores tienen como finalidad examinar la alfabetización de la salud mental en profesores de secundaria de Asia oriental. Se evaluaron los conocimientos sobre salud y enfermedades mentales, la capacidad de reconocer enfermedades mentales específicas y el estigma hacia las enfermedades mentales. Se utilizó un cuestionario autoadministrado (descrito a continuación) para evaluar la alfabetización de la salud mental de dichos profesores.

Los resultados de la investigación manifiestan que, pocos profesores respondieron correctamente sobre las prevalencias a lo largo de la vida de las principales enfermedades mentales en general (solo un 21,9 %), depresión (37,8 %) y esquizofrenia (19,8 %). La depresión, la esquizofrenia y el trastorno de pánico, fueron reconocidos correctamente por el 54,1 %, 35,3 % y 78,0 % de los docentes, respectivamente. La investigación concluye que la

alfabetización de la salud mental en profesores de secundaria japoneses parece ser baja, y que se deben desarrollar e implementar programas educativos para mejorarla, con el objetivo de ayudarlos a apoyar a los estudiantes que sufren problemas de salud mental.

De la misma manera, en el estudio denominado “Perspectivas del personal escolar australiano y profesionales de la salud relacionados con la alfabetización en salud mental en las escuelas: un estudio de métodos mixtos”, los autores Marinucci et al. (2023), tuvieron como propósito comprender las perspectivas del personal escolar y los profesionales de la salud, relacionadas con la alfabetización en salud mental en las escuelas australianas, lo que contribuye a mejorar el desempeño de docentes y profesionales de la salud de dichas escuelas. La encuesta exploratoria cualitativa y cuantitativa fue completada por 88 participantes en toda Australia.

Los resultados de Marinucci et al. (2023), indicaron que el personal de la escuela se siente menos competente para impartir contenido de alfabetización en salud mental y percibe que su capacitación no abordó la educación en salud mental en comparación con los profesionales de la salud aliados. El análisis temático de los datos cualitativos identificó que los participantes consideraban el conocimiento de la salud mental, dónde y cómo buscar ayuda y las habilidades de afrontamiento, como contenido vital para cubrir en un programa escolar de alfabetización en salud mental. Este estudio revela que el personal escolar necesita suficiente capacitación y recursos para abordar a su vez la alfabetización en salud mental de los jóvenes.

Del mismo modo, en un estudio denominado “La salud mental de los profesores y su implicación en la inclusión educativa” Salinas et al. (2022) hacen mención a que la docencia es uno de los contextos laborales más estresantes, afectando psicológicamente a los profesionales. El objetivo del estudio fue analizar el efecto de la frustración de las necesidades psicológicas básicas (NPB): resiliencia, inteligencia emocional e inclusión desde la perspectiva de los docentes. El estudio se realiza con 542 profesores de pedagogía terapéutica y necesidades educativas especiales, donde utilizaron como método de

investigación los cuestionarios Psychological Need Thwarting Scale PNTS, la Escala de Resiliencia (RS-14) y la Trait Meta Mood Scale 24 (TMMS-24), además del Maslach Burnout y el Índice de Inclusión.

Al observar los resultados obtenidos, se pudo evidenciar una correlación positiva entre la frustración y el burnout, igualmente se evidenció correlación positiva entre la inteligencia emocional, la resiliencia y el índice de inclusión. La resiliencia ejerce un factor de protección, ante el agotamiento emocional y las falencias en los requerimientos psicológicos. Dentro de este aspecto este trío de necesidades pueden ayudar a la maximización del crecimiento e integración naturales para desarrollarse en la sociedad y obtener mejoras en el confort de la persona. Entonces, las NPB, se pueden sentir como insatisfechas, lo cual es un síntoma previo al burnout, además de que los factores satisfacción y el bienestar personal están directamente correlacionados ante las falencias de NPB.

En otro estudio llamado “Promoción de aulas mentalmente saludables: Evaluación Online de alfabetización en salud mental en la formación inicial del profesorado de Educación”, el autor Masters (2019), tiene como finalidad explorar los resultados relacionados con un curso en línea de alfabetización en salud mental en una gran universidad del centro de Canadá; el curso se impartió simultáneamente a 275 estudiantes de magisterio durante 10 semanas y 20 horas de instrucción y reflexión profesional en línea.

Los resultados de Masters (2019), indicaron una mejora significativa en los niveles autodeclarados de alfabetización en salud mental, estigma hacia la enfermedad mental y autoeficacia para enseñar a estudiantes con diversos retos. Un análisis cualitativo adicional de las descripciones de los participantes, de las experiencias relacionadas con la autoeficacia docente, proporcionó ideas impulsadas por los participantes sobre la forma en que se facilita el crecimiento significativo para los estudiantes de formación docente. En general, los resultados sugieren que el curso influyó positivamente en el desarrollo de la creencia de los estudiantes de magisterio en su capacidad para ejercer la docencia, para contribuir significativamente a la salud mental escolar. Se trata de los primeros indicios de que los

cursos en línea, enriquecidos de alfabetización en salud mental, ofrecen un medio eficiente y que las facultades de educación promueven la capacidad de los futuros profesores de crear y dirigir comunidades escolares mentalmente sanas.

Desde una mirada local, investigaciones acerca sobre salud mental en colegiales en el Ecuador, existen diferentes trabajos, por ejemplo, el de Borda (2022), el cual concluye que el personal docente del colegio investigado, tiene un alto nivel de exposición psicosocial más favorable para su salud. En el colegio se generan conflictos por disposiciones de autoridades, los horarios son muy cerrados, y existe falta de organización y gestión. Existe una sobrecarga de trabajo, cambios de horario y también falta la participación de los docentes en la toma de decisiones. Siendo que los riesgos psicosociales son creados por situaciones que producen depresión, ansiedad y estrés (pp. 48).

Otro trabajo, que habla sobre la salud mental es el de Lñiguez et al. (2020), el cual habla de la incorporación de los dispositivos tecnológicos, y se realizó un análisis en tres instituciones educativas, sobre todo de que los jóvenes ocultan sus actividades en internet a sus padres y maestros, contrastando con el consumo de las sustancias psicotrópicas, y de todas las repercusiones en la salud mental de los jóvenes, que estos problemas generan. Es interesante este trabajo, ya que menciona que los colegios estudiados son públicos y privados, y se compara el apoyo que se presenta en estas instituciones, sobre todo en las privadas.

Un trabajo más que se puede mencionar es el de Lazo de la Vega (2021), donde casi todas las alumnas de la investigación presentan ansiedad y depresión. Se mostró en el estudio que existe una asociación significativa con el desarrollo de ansiedad y depresión en alumnas que acataron el confinamiento social y piensan que el confinamiento las afectó emocionalmente. Las características sociodemográficas que predominaron para ansiedad y depresión fueron la edad de 15 años, el vivir con ambos padres, depender económicamente de ambos padres y el grado de instrucción superior de padre y madre (pp. 38).

Además, en la indagación de Cevallos et al. (2021), estos destacaron que durante la pandemia por Covid-19, se generaron varios cambios a nivel mundial, donde uno de los más relevantes fue el educativo, debido al cierre de sus instituciones, por lo que la modalidad presencial se adaptó a la virtualidad. Con lo expuesto, el estudio se generó por medio de una revisión de literatura, en el que se pudo destacar el apoyo que deben recibir los docentes en esta transición, como capacitación, intervenciones psicológicas, jornadas de comunicación efectiva y actividades preventivas con el cuerpo docente.

Titistar et al. (2022) mencionaron que, un integral funcionamiento de los sujetos en todos los componentes de su vida, se debe a la salud mental. En el estudio citado se realizó un barrido sistemático de diversos trabajos empíricos sobre la salud mental de maestros en América Latina, desde el punto de vista patológico. Esta investigación utilizó una metodología de tipo PRISMA-P, a través de la búsqueda en plataformas digitales como SCIELO, ScienceDirect y EBSCO. Se investigaron, y escogieron una cantidad de 30 trabajos, los cuales se trataron entre el año 2014 al 2019 en una proporción de 70%, con temáticas entre primaria y secundaria en un 53.3%, y además sobre el estrés en el trabajo con un 70%. Esta investigación concluye que, en América Latina, la salud mental del profesorado se encuentra ligada al estrés laboral que los afecta en sus labores cotidianas, por lo que es imperativo emprender acciones para el bienestar de los docentes.

En otro estudio, realizado por Ayala (2020), se analiza el bienestar integral del profesorado y su propósito fue analizar las acciones o medidas que se realizan como respuesta al estrés laboral de los educadores de las Escuelas Básicas Públicas de la ciudad de Encarnación de Paraguay, basado en un enfoque cuantitativo, de alcance descriptivo, correlacional y con un diseño transversal. Como hallazgos, se exhibe que de 3 de 4 docentes presentan medio o alto nivel de estrés laboral, siendo el causante el compromiso de tener a cargo 30 a más estudiantes de distintas capacidades, además, las autoridades institucionales no han apoyado en las medidas paliativas para superar los síntomas por el estrés, y se afirma que el nivel de estrés laboral docente irá en aumento, incidiendo negativamente en el

rendimiento académico de los alumnos. Por lo que, es pertinente que el profesorado cuente con apoyo psicológico y espacios de recreación para sobrellevar los niveles de estrés laboral.

En función de todo lo planteado, los autores indudablemente concuerdan en que la salud mental configura un componente fundamental dentro del dinamismo laboral docente, pues las capacitaciones o procedimientos destinados al beneficio íntegro de la salud mental en la comunidad educativa, son fundamentales para la transición laboral y el desempeño adecuado del maestro. Además, la enseñanza de la salud mental, es un aliciente sustancial para la eficiencia de los educadores, para crear comunidades educativas mentalmente sanas. La salud mental, es un problema que acontece en todas las adversidades sociales y por ello es necesario contemplar este elemento en el marco social.

### **1.3. Capital psicológico y satisfacción laboral de los docentes**

Dentro de este compendio, se expresarán diferentes connotaciones teóricas referentes a las diferentes conceptualizaciones propias del capital psicológico y la satisfacción laboral de los maestros; todas estas expresiones teóricas darán un realce significativo al lector, con el fin de que obtenga distintas perspectivas y enfoques de la teoría, y de esa manera tener una percepción y concepción propia de lo que expresa la literatura en función de estas variables.

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

Según Gamarra (2015), el capital psicológico, es un gran constructo, el cual está conformado por sub constructos de tipo oblicuo, los cuales son: el optimismo, la autoeficacia, la esperanza y la resiliencia, mientras que, Cuadra et al. (2018), lo definen como el estado psicológico de desarrollo positivo, el cual se encuentra más allá del capital humano y social; adicionalmente Azanza et al. (2014) complementan el concepto mencionando que este capital, es necesario para desarrollar habilidades para la mejora de rendimiento y competitividad en las diferentes actividades a desarrollar.

Schönfeld y Mesurado (2020) hacen mención de que el capital psicológico es conceptualizado como una condición de construcción psicológica positiva, que se tiene una representación valorativa positiva que el individuo hace de las situaciones y su probabilidad de éxito fundamentado en el esfuerzo y perseverancia.

Desde otra postura, en Colín (2019) se menciona que el capital psicológico es comprendido como la adaptación psicológica positiva y de las fortalezas del colaborador, tales como recursos para autoeficacia, optimismo, la esperanza y la capacidad de responder ante las diferentes adversidades.

En ese mismo sentido, el capital psicológico puede ser considerado como las destrezas del individuo para actuar, perseverar, querer e interceder, respecto de las diferentes implicancias y retos; es en la medida que se consiga potenciar, desplazar e incrementar la estimulación, los recursos cognitivos y los esfuerzos para conseguir con éxito metas retadoras y determinantes en un período establecido (Polizzi y Claro, 2019). También se entiende como una condición de desarrollo que enmarca la valoración positiva que un sujeto hace de las circunstancias y probabilidad de éxito, fundamentado en la perseverancia y el esfuerzo; estos componentes están íntimamente relacionados con el optimismo, esperanza, eficacia y resiliencia (Schönfeld y Carina 2019).

De los conceptos anteriormente mencionados, se puede definir al capital psicológico como un estado de positivismo, que las personas requieren para lograr desarrollar adecuadamente las actividades que componen su trabajo diario, para lograr ser eficientes, y eficaces. Para ello se debe poseer características resilientes, además de confianza y esperanza en el desarrollo de las actividades y en la realización de los objetivos planeados, lo cual se puede definir como optimismo en el futuro, y permite crecer en las actividades cotidianas.

Por otra parte, cuando se habla de la satisfacción laboral, se puede decir que es un agente que motiva a las personas a maximizar su desempeño laboral (Mora y Mariscal , 2019).

Complementando este concepto, Chiang et al. (2018), indica que la estructura organizacional, es una de las variables que generan una satisfacción laboral, así como la estabilidad laboral, y la remuneración adecuada, en relación a las actividades realizadas. La satisfacción laboral, se puede definir más coloquialmente, como el grado de gusto que una persona guarda por su trabajo, de acuerdo a sus procesos emocionales y cognitivos (Pujol y Dabos, 2018).

Y es que la satisfacción laboral es contemplada como la percepción que tienen los individuos respecto del trabajo, las funciones que efectúa y el reconocimiento que recibe, como también de las actitudes que evidencia respecto al mismo, las opiniones que puede poseer del trabajo y de su desenvolvimiento – funcionamiento (Saveedra y Delgado, 2020). La satisfacción laboral puede entenderse como una respuesta afectiva frente al trabajo, es una condición mental placentera que es producto de la percepción subjetiva de la experiencia laboral, pues representa un conjunto de sensaciones o emociones a través de los cuales los empleados perciben el trabajo (Boada, 2019).

Augurto et al. (2020), señalan que la satisfacción laboral se encuentra representada por las condiciones emocionales de cada implicado, dependiendo de las funciones asociadas al puesto de trabajo; estas variables posibilitarán comprender el grado de compromiso, desafío y orgullo de la actividad que efectúa el personal colaborativo de la organización.

También puede ser considerada como una actitud común del sujeto frente a su campo laboral, enmarcada desde la motivación autónoma; podrá precisarse como la tendencia que tienen los trabajadores en función del salario, el reconocimiento, la supervisión, las oportunidades de ascender, asociados con otros aspectos como la salud, edad, vínculos familiares, recreación, posición familiar y resto de funciones en las instituciones laborales, sociales y políticas.

Por lo expuesto anteriormente, se puede determinar, que la satisfacción laboral, es un estado de una persona, donde el gusto por trabajar es muy amplio, y por ello, esta se transforma en un gran trabajador, realizando su trabajo de una manera eficaz y eficiente, y

sin problema alguno. El desempeño laboral de una persona puede medirse cuantitativamente, pero, la satisfacción laboral, es más bien un indicador subjetivo, que los trabajadores experimentan por diferentes circunstancias, propias de la organización, o del trabajo en sí, que lo alientan a continuar y mejorar en su trabajo (Simbron y Sanabria, 2020).

En función de lo planteado, puede enfatizarse que la satisfacción laboral se sitúa como un campo idóneo u oportuno del trabajador en el entorno en el que se dinamiza; puestas todas las condiciones, alicientes o simplemente factores únicos de la institución organizacional, hacen que el trabajador lo perciba como un elemento conciliador o placentero en este, pues son todos los condicionantes del entorno, que hacen que el trabajador se alinee o desempeñe oportunamente con las actividades laborales que se someten a su función.

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

El capital psicológico tiene gran importancia, ya que se relaciona directamente con el bienestar de las personas, además de ser trascendental, para evitar caer en trastornos psicológicos profundos, como la depresión o la angustia (De Sousa Dominguez, 2019). Además, el capital psicológico ayuda a una persona con la confianza en sí mismo, a superar la adversidad, a tener expectativa para obtener resultados positivos, además de conseguir motivación y éxito (Hernández-Hervas, 2020). Cabezas (2015) menciona que este es de vital importancia en la psicología organizacional positiva.

Por tanto, el capital psicológico es muy significativo, ya que incide directamente al recurso humano de las organizaciones, llevándolo a mejorar sus características de autoeficacia, esperanza, optimismo y resiliencia, mejorando sus relaciones laborales, y convirtiéndolo en un mejor trabajador, y de esta manera, convirtiéndose en un elemento de calidad para las empresas, para conseguir eficacia y eficiencia en sus procesos, optimizando su crecimiento, y su competitividad, de cara a mercados cada vez más competitivos y complicados de manejar.

Además, se encuentra el estudio de Elcicek et al. (2022), en el que examinan el impacto del capital psicológico positivo de los maestros en sus niveles de satisfacción laboral, donde se utilizó el modelo de encuesta y un análisis de regresión jerárquica. La muestra del estudio se basó en 376 profesores seleccionados al azar en Turquía. Los datos se recogieron con la Escala de Capital Psicológico Positivo y la Escala de Satisfacción Laboral de Minnesota (MSQ-Short form). Según los hallazgos, el capital psicológico positivo de los docentes está en un nivel muy alto. En el análisis de regresión, el efecto de todas las dimensiones del capital psicológico positivo sobre la satisfacción laboral es importante. Este resultado implica que la PPC es un predictor significativo de la satisfacción laboral y aproximadamente el 22% de la varianza total de la satisfacción laboral se explica por el capital psicológico positivo en la satisfacción laboral. Los resultados del estudio implican que la autoeficacia y el optimismo del capital psicológico positivo pueden utilizarse para aumentar la satisfacción laboral de los profesores, incluso cuando las necesidades económicas no se encuentran satisfechas.

Por otra parte, la satisfacción laboral es importante, ya que influye positivamente en el desempeño laboral y en este contexto, influye en gran medida en la eficiencia y eficacia de la empresa (Boada, 2019). Adicionalmente De la Cruz (2020), advierte, de la correlación entre la inteligencia emocional con la satisfacción laboral, ya que la primera ejerce influencia por parte de las organizaciones, en fomentar la segunda, generando un trabajo óptimo. Finalmente, Pino et al. (2020), menciona que la satisfacción laboral, puede ayudar a fomentar trabajo en equipo, y otras cualidades importantes para los trabajadores.

De lo antes mencionado, los autores coinciden en que la satisfacción laboral, es una máxima que las empresas deben conseguir, a través de buenas condiciones de trabajo, y de pagos equitativos, y justos para todos sus trabajadores (relacionado con la satisfacción extrínseca), ya que esta característica es importante para mejorar el ambiente laboral, y conseguir eficiencia y eficacia, además de características como el trabajo en equipo efectivo, o la lealtad a las organizaciones, lo cual es importante para mejorar su productividad, generando estabilidad, crecimiento y sobre todo buen nombre de la organización.

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

Las investigaciones previas acerca del capital psicológico y la satisfacción laboral son fundamentales para el desarrollo de este trabajo; existe una amplia línea de investigación alrededor de estos conceptos y de su impacto en el bienestar de las personas y las organizaciones.

Sobre este tema, existen algunos trabajos anteriores, por ejemplo, el de Téllez et al. (2022), el cual concluye que la satisfacción laboral en los docentes estuvo relacionada en la pandemia por el acceso que se tuvo a la tecnología, ya que esto se convirtió en una fuente de ejecución de funciones durante esta pandemia, y que, el retorno a la normalidad, tuvo una relación inversa al inicio con la satisfacción laboral, ya que fue difícil el pasar a esta modalidad después de casi dos años, y también por el aumento de la probabilidad de contagio de la Covid-19.

Se puede encontrar también el estudio de Zeynep y Meltem (2021), quienes señalan que el nivel de satisfacción de los docentes (una muestra de 372 personas), además de influir en su vida personal, lo hacen en la vida de los educandos. De esta manera, se propuso y probó un modelo de satisfacción laboral docente predicho por la autoeficacia, la esperanza, la resiliencia y el optimismo a través del papel mediador de las conductas prosociales. Los resultados del análisis mostraron que los valores de ajuste para el modelo propuesto eran pobres. Se generó un segundo modelo excluyendo la esperanza, en el que la autoeficacia, la resiliencia y el optimismo mantienen una relación significativamente positiva con las conductas prosociales, mientras que las conductas prosociales tienen una relación significativamente positiva con la satisfacción laboral entre los docentes.

En la investigación realizada por Salessi (2022), se señala que durante la pandemia causada por el Covid-19, se generó en los docentes sobrecarga de tareas y agotamiento. Por lo cual se estableció un propósito de explorar el capital psicológico, compromiso afectivo y satisfacción laboral en el personal docente, por medio de un estudio empírico, cuantitativo y

transaccional con alcance descriptivo y correlacional, con una muestra de 244 profesores. Los hallazgos demuestran que el profesorado cuenta con altos recursos psicológicos, satisfacción laboral y compromiso afectivo, además de un mayor compromiso y satisfacción laboral entre los que tienen más antigüedad; se estableció igualmente que, a mayor capital psicológico, mayor satisfacción y compromiso docente, y el compromiso afectivo regula positivamente las relaciones entre el capital psicológico y la satisfacción laboral.

Además, se encuentra la investigación de Demir (2018), donde destaca la importancia del capital psicológico para mejorar el desempeño en las organizaciones educativas, por lo que el objetivo de su investigación fue determinar la relación entre el capital psicológico y el estrés, la ansiedad, el burnout, la satisfacción laboral y la implicación laboral. Se utilizó una muestra de 335 docentes de 27 escuelas escogidas aleatoriamente, con el uso de los instrumentos: Escala de Capital Psicológico, Escala de Estrés, Escala de Ansiedad, Escala de Burnout, Escala de Satisfacción Laboral, y la escala de participación en el trabajo. Se determinó que, a medida que aumenta el capital psicológico de los docentes, sus niveles de estrés se reducen y tienen una incidencia positiva en la satisfacción laboral de estos, a través de los efectos de mediación parcial del estrés, la ansiedad y el agotamiento; por otro lado, se evidenció que el capital psicológico tiene un impacto negativo en los niveles de ansiedad de los docentes por medio del efecto de mediación total del estrés, así como en los niveles de agotamiento de los docentes a través de los efectos de mediación parcial del estrés y la ansiedad.

Otro trabajo que se puede referir sobre este tema, es el de De los Heros et al. (2020), donde también se concluye que el cambio de modalidad de presencial a virtual, trajo una satisfacción laboral a los docentes, ya que se podía acceder a recursos virtuales más fáciles. En su estudio de encuestas, menciona que los docentes y sus metas educacionales, están correlacionadas con las metas educativas y esto se pudo incorporar en su trabajo durante la pandemia, mejorando las perspectivas educacionales, y, por ende, aumentando su satisfacción laboral.

Se puede mencionar el trabajo de Pedraza (2020), el cual concluye que los docentes están totalmente identificados con la gran responsabilidad que conlleva el formar capital humano altamente competitivo, a través de su rol en las instituciones de educación superior, por lo que, estos mencionan algunos fenómenos que afectan el desempeño, y por ende, su satisfacción laboral, como son la falta de recursos, y la falta de capacidad de gestión de las instituciones, las cuales implican disminuir su eficiencia y eficacia.

Por otro lado, se encuentra el estudio de Han et al. (2022) en el que se destaca que el impacto del clima organizativo en la satisfacción laboral genera atracción para su estudio, pues de esta manera se puede ayudar a los responsables de la toma de decisiones y a los líderes escolares a mejorar el compromiso, la identidad profesional y la satisfacción laboral de los profesores mediante la construcción del ambiente escolar. Este estudio explora el impacto del ambiente escolar en la satisfacción laboral de los profesores y examina el papel mediador de la cadena del capital psicológico y la identidad profesional. Para lo cual, se utilizaron las escalas de capital psicológico, ambiente escolar, identidad profesional y satisfacción laboral en 648 docentes de primaria y secundaria en China.

Los hallazgos de Han et al. (2022) exhibieron que el ambiente escolar tenía un efecto positivo en la satisfacción laboral de los maestros, además se denotó que el capital psicológico no desempeña un papel mediador entre el ambiente escolar y la satisfacción laboral; la identidad profesional desempeña un papel mediador entre el ambiente educativo y la satisfacción laboral; el capital psicológico y la identidad profesional desempeñan un papel entre el ambiente escolar y la satisfacción laboral.

La investigación de Viseu et al. (2016) señala que la motivación de los profesores es vital para el sistema educativo por lo que es importante que los profesores estén motivados, y dentro de esto la satisfacción laboral y su capital psicológico positivo son perentorios. De esta manera se realizó una revisión bibliográfica sobre los estudios que relacionan la motivación docente y los constructos mencionados, por medio de bases de datos, se lograron identificar los artículos publicados entre 1990-2014 sobre estos temas, en el que se

seleccionaron un total de 43 estudios. Así se halló que la satisfacción laboral fue el concepto más estudiado junto con la motivación docente ( $n = 42$ ; 97,67%). Se resaltó la relevancia de la satisfacción laboral en la motivación del profesorado y la necesidad de realizar más estudios sobre la relación entre la motivación docente y el capital psicológico positivo.

En otro estudio realizado por Hu et al. (2022), se tuvo como propósito investigar las características, relaciones y mecanismos que subyacen al capital psicológico, el compromiso con la carrera, la gratitud y el bienestar profesional de los docentes en áreas étnicas. Para lo cual investigaron a 573 docentes de escuelas primarias y secundarias en la provincia de Sichuan, China, por medio de los siguientes instrumentos: cuestionario de capital psicológico para docentes de primaria y secundaria, cuestionario de gratitud, cuestionario de bienestar profesional docente y cuestionario de compromiso profesional para docentes de primaria y secundaria. Los resultados exhiben que el capital psicológico de los docentes de áreas étnicas es mayor que el de los docentes de áreas no étnicas, además el profesorado de áreas étnicas tiene niveles más bajos de bienestar profesional y niveles más bajos de gratitud que los docentes de áreas no étnicas. Además, hubo correlaciones positivas significativas entre el capital psicológico, la gratitud, el bienestar profesional y el compromiso profesional. El capital psicológico puede predecir el compromiso profesional de manera significativa y positiva. El efecto mediador del bienestar profesional entre el capital psicológico de los docentes y el compromiso profesional fue significativo, tanto en áreas étnicas como no étnicas. Concluyendo de la investigación que el capital psicológico puede predecir el compromiso profesional docente de manera efectiva.

Desde todo este orden de ideas, es decir, de todas las manifestaciones teóricas sustentadas en todo el apartado investigativo, se ha podido de corroborar o más deducir que la salud mental es un factor que permite estar predispuesto para las distintas generalidades del contexto social, y que pueden soslayarse conforme a las capacidades o condiciones que tenga el sujeto para enfrentarse; además, es importante añadir que, la salud mental tiene una connotación inequívoca independientemente del sujeto; no obstante, cuando este se

encuentra comprometido, puede estar inmerso o sujeto a distintas peculiaridades que atentan contra la integridad física y mental de los individuos, como son: la ansiedad, el estrés y la depresión.

En ese mismo sentido, se puede aseverar que, la salud mental (docente) es un componente esencial para el dinamismo oportuno del docente, el cual debe ser promulgado en todo el entorno educativo. El capital psicológico por su parte, conforma una edificación psicológica positiva tanto del contexto como de las posibilidades del éxito, articulado con el desempeño y la conducta optimista en términos de eficacia y eficiencia; mientras que la satisfacción laboral, abarca todas las particularidades de la organización, mismas que hacen posible que el trabajador lo perciba satisfactoriamente, porque de ello dependerán la potencialidad de las funciones o actividades que competan a su cargo, que en este caso, es el trabajo de educador.

Así, todas las variables mencionadas son importantes en tanto que las capacidades o factores intrínsecos de los docentes sean fuertes o tengan la capacidad para hacer frente a las adversidades de la cotidianidad; eso no quita que la salud mental alineada al capital psicológico y la satisfacción laboral son de gran relevancia para quienes tienen ausencia de la misma; por ello, la potencialidad que tienen estos factores, radica en el desenvolvimiento de los docentes, pero en el caso opuesto, estos pueden provocar grandes contrariedades a nivel psicológico y físico de los educadores, por tanto, enaltecer o facilitar intervenciones en función de estos componentes, resultará en mejorar las dificultades por las que transitan los profesores, como también robustecer sus capacidades y destrezas personales para las futuras adversidades.

## 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 el sector Norte de la ciudad de Machala durante el año 2022.

##### 2.1.2. Específicos

- Determinar la prevalencia de las variables de salud mental (ansiedad, depresión, estrés) en docentes ecuatorianos en el sector norte de la ciudad de Machala durante el año 2022.
- Identificar el capital psicológico en los docentes de la muestra.
- Determinar la satisfacción laboral en los participantes.

#### 2.2. Preguntas de investigación

Las preguntas de investigación, según Trillos (2017), son el eje fundamental del estudio, es decir, se puede encontrar una consolidación de la justificación de la investigación, el planteamiento de sus objetivos, la metodología y el análisis que se presentará. Esto podrá mantener la coherencia y cohesión dentro del estudio que ha sido realizado desde un inicio.

Por medio de estas preguntas de investigación, se procedió a partir de las mismas para resolver el problema investigativo, que dio lugar a las conclusiones, estas preguntas de investigación son:

- ¿Cuál es el estado de salud mental de los docentes en relación al estrés, ansiedad y depresión?

- ¿Cuáles son los niveles del capital psicológico con base en las dimensiones de autoeficacia, esperanza, resiliencia y optimismo?
- ¿Cuál es el nivel de satisfacción laboral en la muestra de estudio?

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

### **2.3.1. Enfoque de investigación**

El enfoque trabajado es el cuantitativo, que según Sánchez (2019), es un enfoque que se puede medir, es decir, se le puede otorgar un número. Esto es para poder llegar a un análisis que involucre las estadísticas de los datos que se han tomado de la muestra delimitada. Su objetivo es poder describir, contextualizar o explicar a través del método hipotético-deductivo.

Se ha realizado esta investigación por medio de este enfoque, debido que se busca poder explicar el estudio con un análisis estadístico y descriptivo de los diferentes factores implicados en la salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en los docentes ecuatorianos.

### **2.3.2. Tipo de Investigación**

Esta es una investigación de tipo descriptiva, donde se recaba información para describir la situación de determinada población, mediante el análisis de los datos obtenidos. Se responde a las preguntas formuladas en el acápite 2.2. Las diferentes variables de salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral no se manipulan deliberadamente, solo se observan en su entorno natural para realizar el respectivo análisis.

### **2.3.3. Diseño**

En el diseño, se utilizó el transaccional, el cual hace referencia a la evaluación en un determinado y único momento, no se realiza el seguimiento de las variables en un intervalo de tiempo, su propósito es aplicar un enfoque analítico para asociar o interrelacionar dos o más variables en ese momento dado (Cvtkovic *et al.*, 2021).

Basado en el diseño transversal se recopiló la información en una sola ocasión y el estudio es descriptivo porque con los resultados obtenidos se desarrolló la descripción de los mismos, posibilitando la contestación a las interrogantes y objetivos ya expuestos.

## **2.4. Población y muestra**

La población es entendida como el conjunto de elementos que cumplen con unas características determinadas por el investigador para cumplir con la hipótesis o preguntas de investigación (Hernández & Mendoza, 2018).

Es así que la población para esta investigación está constituida por los docentes cualificados de instrucción primaria, secundaria y universitaria, título de tercer nivel, que laboran en el sector norte de la ciudad de Machala.

### **2.4.1. Muestra participante**

La presente investigación fue realizada en una unidad educativa privada en el sector norte de la ciudad de Machala, la misma que estuvo compuesta por una muestra de 40 docentes de la institución.

La muestra hace referencia a una proporción de la población, donde es factible la recolección de información para la contestación a la hipótesis o preguntas de investigación (Hernández & Mendoza, 2018). El muestreo es no probabilístico accidental, el cual se fundamenta en la elección de los casos hasta que se complete el valor deseado, escogiendo a los que se encuentren accidentalmente a disposición (Otzen y Manterola, 2017).

La muestra de los participantes se delimita por una muestra recolectora de 38 datos, mientras que la muestra procesadora es de 37 datos, de esta forma se emiten las características sociodemográficas y laborales del personal docente, en la cual el rango de edad promedio es de 36 años, mientras que su máximo es de 52 y su mínimo de 23 obteniendo una desviación típica de 7 años. El 40.5% corresponde a género masculino y el 59.5% al femenino. En cuanto al estado civil, el 54.1% son casados/unión libre, seguido de

solteros con un 40.5% y divorciados con 5.4%. Trabajan a tiempo completo el 88.2% de la muestra y a tiempo parcial el 10.8%.

Acercas del tipo de institución en el que normalmente laboran, el 2.7% lo hace en el sector público y el 97.3 en el privado. Las horas de trabajo por día presentan una media de 8 horas, un máximo de 10, y un mínimo de 6, emitiendo una desviación típica de 1. Finalmente, los años de experiencia laboral de los trabajadores presentan una media de 11 años.

Estos resultados ante las características sociodemográficas y laborales del personal de salud indican que en la muestra predomina el género femenino, en su mayoría están casados o en unión libre, al igual que comparten un tipo de trabajo de tiempo completo y la institución en la que laboran en su mayoría es privada. De igual manera se puede delimitar que en su mayoría tienen una gran experiencia laboral, trabajan habitualmente sus 8 horas al día y su edad es promedio para tener una condición para trabajar.

#### **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.
- No cumplir con alguno de los criterios de inclusión.

#### **2.5. Instrumentos de recogida de información**

### **Cuestionario Ad Hoc Sociodemográfico y laboral**

Es un cuestionario no generalizado, comprendido por varios ítems que permiten recoger información sociodemográfica, como: sexo, edad, estado civil, nacionalidad, remuneración, entre otros, que sean oportunos para el estudio, como lo es: profesión, nivel en que ejerce la docencia, años de experiencia, tipo de institución, tipo de contrato, horas que trabaja a diario, si la institución suministra los recursos necesarios, y otros.

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

Es un instrumento que mide los estados emocionales negativos de depresión, ansiedad y estrés, según estudios de Lovibond y Lovibond (1995). Originalmente sus autores incluyeron 42 ítems, pero años más tarde se desarrolló una versión reducida por Roman, et al. (2014), que consta de 21 preguntas, quienes además hicieron la adaptación cultural e idiomática de la versión abreviada DASS-21 de Lovibond y Lovibond (1995).

La medición se realiza a través de 21 ítems que se aplican de forma individual o colectiva, con una escala tipo Likert, y un rango de respuesta del 0 al 3 (nada aplicable en mí, aplicable a mí en algún grado, aplicable en mí en alto grado, muy aplicable en mí). El objetivo de esta escala es aglutinar la mayor cantidad de síntomas componentes de la ansiedad y depresión, adicional al cumplimiento de los requisitos psicométricos, generando una escala de autorreporte, obteniendo la máxima distinción entre dichas escalas (Román et al., 2014).

Para evaluar cada subescala por separado, se deben sumar las puntuaciones de los ítems correspondientes a cada una de ellas, y luego se utilizan los puntos de corte según lo planteado por Lovibond y Lovibond (1995): Leve, Moderado, Severo y Extremadamente severo, con las respectivas puntuaciones en cada una de las variables de salud mental.

La prueba original realizada por Lovibond y Lovibond en 1995 se ejecutó en 717 sujetos, mostrando propiedades psicométricas correctas, con un alfa de Cronbach de Depresión = .91; Ansiedad = .84; Estrés= .90 para cada subescala. Las correlaciones entre

los factores fueron: Depresión-Ansiedad  $r = .42$ ; Ansiedad-Estrés  $r = .46$ ; y Depresión-Estrés  $r = .39$  (Lovibond, Lovibond., 1995).

Otros estudios corroboran que la escala de estrés del DASS - 21 se correlaciona significativamente tanto con el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) (Beck & Steer, 1990), con  $r = .71$ , como con el Inventario de Depresión de Beck ( $r = .70$ ), lo que indica que el DASS - 21 presenta una sólida consistencia interna y proporciona una adecuada distinción entre ansiedad y depresión, en relación con otras escalas existentes. Entre ellos, Antúnez y Vinet (2012) presentaron un análisis de confiabilidad del DASS – 21, donde las escalas de depresión y estrés presentaron un alfa de  $.85$  y  $.83$  respectivamente, mientras que en la escala de ansiedad se obtuvo un alfa de  $.73$ . En conjunto, los ítems que componen el DASS - 21 presentaron un alfa de  $.9$ . Con respecto a la confiabilidad de esta escala, se reportan valores adecuados de alfa para la escala de Depresión de  $0,88-0,87$ ; para la escala de Ansiedad de  $0,79$ ; para la escala de Tensión/Estrés es  $0,82-0,83$  y para la escala total es de  $0,93$  (Tully y cols., 2009).

Las tres sub escalas que maneja el DASS, pueden considerarse como un modelo tripartito, mientras la depresión tiene características de acciones positivas minimizadas, la autoestima del individuo ha sido reducida, además que la ansiedad y el estrés causan frustración, perturbando a la persona y obteniendo un decaimiento en su vida (Alves-Apóstolo et al., 2006).

#### **Cuestionario de Capital psicológico PCQ-24**

El cuestionario de capital psicológico o PCQ por sus siglas en inglés, creado por Luthans, et al. (2007), es un instrumento que tiene como finalidad medir el estado de crecimiento psicológico positivo del ser humano. Consta de cuatro dimensiones (autoeficacia, esperanza, resiliencia y optimismo). La escala está conformada por 24 ítems que se evalúan acorde a la escala de tipo Likert en seis puntos (1= Muy en desacuerdo a 6= Muy de acuerdo). El coeficiente alfa es de  $0,70$  (Luthans, 2007).

Para calificar el cuestionario, se suman los puntajes obtenidos en cada uno de los ítems correspondientes a cada componente, y luego, se puede obtener un puntaje total de capital psicológico, que puede oscilar entre 24 y 144; los puntajes más altos indican un mayor capital psicológico. Además, también se pueden calcular puntajes individuales de cada componente.

La confiabilidad y validez de este instrumento fue analizada por Restrepo (2018), en 267 trabajadores, con los siguientes resultados: eficacia (0.86), esperanza (0.85), resiliencia (0.73) y optimismo (0.67), dando un total a la escala de 0.91, donde se recomienda su utilización y estandarización en futuras investigaciones. Además, cada constructo cuenta con validez discriminante, basada en estudios realizados por Bryant y Cvengros (2004), y Magaletta y Oliver (1999). Cid et al. (2020) verificaron la adaptación del cuestionario a la realidad brasileña, recolectando datos de 749 trabajadores de varias regiones del país. Los indicadores de ajuste fueron satisfactorios, el alfa de Cronbach fue de 0,92 y el coeficiente de confiabilidad compuesta fue de 0,95. Por lo que se acepta la validez de los resultados del PCQ-24 para medir el capital psicológico en el contexto estudiado. De igual manera Azanza, et al (2014) confirmaron que la versión española del cuestionario, aplicado a 372 trabajadores españoles, presentó una alta fiabilidad, así como validez convergente y discriminante.

### **Escala de Satisfacción laboral**

La Escala de Satisfacción Laboral de Warr et al. (1979), valora la satisfacción laboral, es decir la experiencia o apreciación personal de un trabajador ante su propio trabajo. Mide 15 ítems, que se relacionan con la satisfacción intrínseca y extrínseca, en una escala de Likert, que contiene puntuaciones de 1 “muy insatisfecho” hasta 7 “muy satisfecho” (Boluarte, 2014).

Los resultados se obtienen de la suma de los valores de cada uno de los quince ítems, donde la puntuación total oscila entre 15 y 105. Una mayor puntuación significa que existe una mayor satisfacción general. Los resultados de las subescalas de satisfacción intrínseca

y extrínseca son menores, sus valores oscilan entre 7 y 49 (satisfacción intrínseca) y 8 y 56 (satisfacción extrínseca).

Boluarte (2014), para una muestra de 88 trabajadores, indica que la valoración puede hacerse en los tres niveles: general, satisfacción intrínseca y extrínseca, sin embargo, los resultados mostraron una mayor consistencia con la medida de la satisfacción general. De igual manera Arias, et al (2017) realizaron un estudio en una muestra de 20 trabajadores, y sus resultados indicaron que la escala presenta mayor validez y confiabilidad si se le considera como un instrumento de una sola dimensión, en lugar de una prueba bifactorial.

## **2.6. Procedimiento**

Para desarrollar el presente trabajo de investigación, se lo llevó a cabo en diferentes fases. Primeramente, se realizó el acercamiento a la institución educativa para solicitar autorización en la ejecución del trabajo de investigación, y con el consentimiento informado, aprobado debidamente, se procedió a tomar una muestra para realizar el estudio.

La aplicación se realizó dentro del horario normal de labores por lo que no se utilizó permanencia de tiempo extra. Se les indicó que los datos obtenidos solo iban a ser usados para los fines de la investigación, garantizándoles la confidencialidad y el uso anónimo de los resultados.

Se les pidió además que expresaran críticamente sobre la dificultad en la comprensión o lo que consideraran confuso, tanto en las indicaciones de ejecución como de los ítems redactados. Se realizaron las aclaraciones pertinentes, para una mejor comprensión.

Una vez aplicados los instrumentos mencionados, se procedió a tabular y depurar los datos obtenidos, y con estos, se realizan las pruebas estadísticas correspondientes, con la ayuda del software estadístico SPSS v26 (Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales), para obtener medias y desviaciones típicas de las variables socio demográficas y generar análisis descriptivos mediante las medias y las desviaciones típicas de las variables

cuantitativas, para una adecuada interpretación y mejor visualización de los hallazgos de cada uno de los instrumentos aplicados.

## Capítulo tres

### Análisis de resultados y discusión

El presente apartado muestra el análisis de la evaluación de la salud mental de docentes ecuatorianos en el sector norte de la ciudad de Machala, además del capital psicológico y la satisfacción laboral, resultados que se detallan a continuación.

#### 3.1. Análisis de resultados

Tabla 1

*Percepción de salud mental de docentes*

Dimensiones	Escala	N	Indicador de escala	%
Estrés	Leve	36	8-9	97,3%
	Moderado	1	10-12	2,7%
	Severo	0	13-16	0,0%
	Extremadamente severo	0	17 o más	0,0%
Ansiedad	Leve	30	4-5	81,1%
	Moderado	6	6-7	16,2%
	Severo	1	8-9	2,7%
	Extremadamente severo	0	10 o más	0,0%
Depresión	Leve	36	5-6	97,3%
	Moderado	1	7-10	2,7%
	Severo	0	11-13	0,0%
	Extremadamente severo	0	14 o más	0,0%

*Nota:* N =Frecuencia; %=Porcentaje. Leve autor.

La tabla 1 demuestra la percepción de salud mental de los docentes, según resultados de la aplicación del instrumento DASS – 21. Se evidencia la percepción de estrés leve en el 97.3% de la muestra, mientras que en el 2.7% es moderado; por otro lado, se percibe ansiedad de

nivel leve en el 81.1% de los participantes y de nivel moderado para el 16.2%, y finalmente en el 97.3% se observa depresión leve y en el 2.7% depresión moderada.

**Tabla 2**

*Capital psicológico en docentes*

	M	Máx.	Mín.	DT
Eficacia	31.95	42.00	20.00	6.10
Esperanza	33.70	42.00	12.00	6.39
Resiliencia	32.43	42.00	21.00	4.34
Optimismo	30.92	41.00	16.00	5.19
Capital psicológico	127.65	166.00	88.00	18.34

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

La tabla 2 demuestra la existencia en los docentes de un capital psicológico alto, con 127,65; el mismo que se distribuye en esperanza, con una media de 33,70, seguido de resiliencia, con un valor medio de 32.43, eficacia con 31.95, y finalmente el optimismo con una media de 30.92.

**Tabla 3**

*Satisfacción laboral en docentes*

	M	Máx.	Mín.	DT
Satisfacción intrínseca	35.30	46.00	14.00	7.77
Satisfacción extrínseca	34.51	45.00	19.00	6.97
Satisfacción general	69.81	91.00	33.00	14.13

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

La tabla 3 demuestra la satisfacción laboral en los docentes, evidenciándose una buena satisfacción general con una media de 69,91; las mismas que se distribuyen en una mayor satisfacción intrínseca (media de 35.30), máxima de 46 y mínima de 14, obteniendo una desviación típica de 7.77; y en una satisfacción extrínseca con un valor medio de 34.51, máxima de 45 y mínima de 19, con desviación típica de 6.97. Finalmente, la satisfacción

general tiene una media de 69.81, máximo de 91 y mínimo de 33, dando una desviación típica de 14.13.

### **3.2. Discusión**

Este estudio exhibe la dimensión del estrés en relación a la salud mental de los docentes. Se observa un nivel leve de estrés en un 97.3%, lo cual difiere de los hallazgos de Campos et al. (2021) desarrollado en 124 colaboradores de Lima y Callao donde el estrés en categoría leve se presentó en un 52% de la muestra y en el resto fue de categorías más altas. También difiere de los resultados de Borda (2022), que recolectaron información de 25 docentes de tres niveles de educación de colegios privados del distrito de Chincha Alta, departamento de Ica, Perú, quienes reportaron un nivel leve en el 32% de los individuos, y predominan el estrés en niveles más altos. Rodríguez et al. (2022) en cambio, obtuvieron valores similares a la presente investigación, de estrés de nivel leve, en una muestra total de 68 profesores (39,7% hombres y 60,3% mujeres), el cual tuvo prevalencia entre las mujeres, pero al mismo tiempo observaron que la respuesta dependía de las dimensiones de personalidad dominantes, fundamentalmente la apertura mental, ya que se observó el incremento de las capacidades creativas e intelectuales de su población de estudio a medida que era menor su nivel de estrés laboral. Granados et al. (2020) analizaron las variables de depresión, ansiedad y estrés, y a la misma vez midieron la capacidad predictiva de estas variables sobre la presencia de factores de Burnout, en 834 profesores no universitarios españoles (42.9% de profesoras). Los resultados confirman que los profesores que manifestaron altas puntuaciones en los factores ansiedad, depresión y estrés emocional, también presentan un nivel significativamente más alto en agotamiento emocional y despersonalización, variables predictoras significativas de Burnout, por lo que se puede decir que es importante considerar las necesidades de salud mental de los maestros, y propiciar su bienestar personal para lograr un desempeño efectivo en sus tareas diarias, evitando con ello que se derive en un deterioro de su salud mental.

En relación a la dimensión de la ansiedad, en este estudio se registró un alto porcentaje del nivel leve en un 81.1% de la muestra. Estos resultados presentaron una similitud con la investigación llevada a cabo por Heredia et al. (2021), en 139 estudiantes y docentes de maestría de la Universidad Técnica Particular de Loja, ciudad de Loja, quienes reportaron un nivel de ansiedad leve en el 71.23% de la muestra. Por otro lado, se observó una discrepancia respecto a los hallazgos de Mora et al. (2021), quien realizó la recolección de información en 132 docentes de la ciudad de Quito, donde el nivel de ansiedad fue del 78.6%, siendo inferior en comparación con la muestra de docentes evaluados. Los resultados de esta investigación también tienen diferencias con los de Solórzano (2015), quien realizó un estudio sobre el nivel de ansiedad en 25 docentes femeninas de un colegio privado en Asunción, Guatemala, de las que el 60% presenta un nivel de ansiedad severo, con síntomas físicos, psicológicos y conductuales, motivado fundamentalmente por la excesiva carga laboral que reciben como docentes, esto puede deberse a que en el estudio solamente se consideraron mujeres y un menor número de muestra. Asa et al (2016) en su estudio evaluaron la preponderancia de niveles altos de estrés, depresión y ansiedad, en 471 docentes de las escuelas secundarias en Ibadán, Nigeria. La prevalencia del estrés fue alta comparada con el presente estudio, con un 72.2% de la muestra, la depresión fue del 29.3% y la ansiedad fue del 29.5%. Sus hallazgos muestran la necesidad de fortalecer el sistema organizativo en las escuelas públicas y evaluar con periodicidad la salud mental de los docentes para evitar que deriven en morbilidades siquiátricas. Por lo tanto, se subraya la relevancia de atender la ansiedad y potenciar el bienestar de los profesores, incluso si se observa que existe una prevalencia de niveles leves.

En relación a la depresión, se encontró un nivel leve en un 97.3% de la muestra, distinto al estudio de Yamaguachi et al. (2021), donde analizaron a 665 docentes de 27 escuelas secundarias japonesas, y como resultado se reportó un nivel leve de depresión para el 37.8% de los docentes. También se observa una diferencia con el estudio de Carpio y San Martín (2020) en 83 docentes del área de la salud, donde el nivel leve se presentó en el 12.9%

de los encuestados. En cambio hay similitud con el estudio de Rodrigues, et al. (2020), quienes realizaron un estudio analítico con 163 docentes de una institución pública de enseñanza en la ciudad de Teresina, Brasil, de los cuales 66,3% eran del género masculino. Además de identificar niveles mínimos de estrés en hombres y leves en las mujeres, se concluyó que la incidencia de la depresión fue mínima para los hombres, a diferencia de las mujeres donde hubo un nivel leve. De similar manera Orrillo y Yauri (2022) analizaron el nivel de depresión en una muestra de 160 docentes de ambos géneros, del nivel secundario en Instituciones Educativas Públicas de la región Cajamarca, con edades entre 25 y 65 años, concluyendo que tienen un bajo porcentaje de depresión en los docentes, ya que el 78% de los participantes se ubicaron en un nivel mínimo, 14% se ubicaron en un nivel leve y el 8% de los participantes se ubicaron en un nivel moderado.

Es fundamental tener en cuenta medidas de intervención oportunas para evitar el incremento de los niveles de depresión en los maestros, a pesar de que la mayoría de la muestra evaluada lo presentó en niveles leves.

En relación al capital psicológico, en el presente estudio se observa que la eficacia muestra un promedio de 31.85, la esperanza alcanza un valor medio de 33.7, la resiliencia se sitúa en 32.43, el optimismo en 30.92, y el capital psicológico total es de 127.65. Estos resultados difieren de los obtenidos en el estudio de Salessi (2020), donde el capital psicológico presentó un promedio de 4.10 en 244 personas trabajadoras docentes de nacionalidad argentina. Además, contrastan con los hallazgos de Téllez et al. (2022), estudio realizado en 149 profesores universitarios quienes reportaron una media de 4.73 para la esperanza, 4.58 para la resiliencia y 3.52 para el optimismo, así como con el estudio de Azanza et al. (2014) en 372 colaboradores docentes en España, que reportaron una media de 4.59 para la esperanza, 4.66 para la resiliencia, eficacia de 4.96 y 3.83 para el optimismo. De igual manera hay contraste con el estudio de Mesurado y Laudadio (2019), que reportaron una media de 4.58 para la esperanza, 4.33 para la resiliencia, eficacia de 4.66 y 4.51 para el optimismo, en docentes con hasta 5 años de docencia, con incremento de estos valores para

docentes con 11 o más años de experiencia, quienes mostraron una media de 4.88 para la esperanza, 4.74 para la resiliencia, eficacia de 5.04 y 4.67 para el optimismo. Todos estos hallazgos resaltan las variaciones en el capital psicológico entre los profesores, lo cual puede estar relacionado con diversos factores como aspectos sociodemográficos, años de experiencia, demandas laborales, apoyo social, entre otros aspectos. Sin embargo, es muy importante proporcionar apoyo e intervención adecuada para contribuir con el bienestar de los docentes.

Por último, en lo que respecta a la satisfacción laboral de los maestros, la satisfacción intrínseca tiene un promedio de 35.30, mientras que la extrínseca se sitúa en 34.51. El estudio que presenta Páramo et al (2016) acerca de la satisfacción laboral en docentes de nivel básico, donde participaron 27 docentes, con edad promedio de  $35.64 \pm 12.5$  años, muestra que el componente más sólido fue el de la satisfacción extrínseca, contrario la investigación presente, donde este valor fue inferior, con un resultado global promedio de 39.0, lo que representa una satisfacción de casi el 70% y los factores intrínsecos alcanzaron a cubrir 36.4 (65%) del rango de la escala, valores similares a los obtenidos por la investigación actual.

Los resultados se contrastan también con la investigación Menghi y Oros (2014), quienes trabajaron con una muestra de 229 profesores de nivel primario, de las provincias de Entre Ríos y Buenos Aires, la mayoría de los cuales son del sexo femenino (92 %) con edades entre los 21 y los 63 años. En este estudio el factor extrínseco (3.47) fue inferior al factor intrínseco (3.74), pero con valores de satisfacción mucho más bajos, similares a los que se observan en el estudio de Demir (2018), desarrollado con una muestra de 335 docentes en 27 escuelas del distrito de Kirikhan de Hatay, donde la satisfacción laboral presenta un promedio de 4.15 y los resultados del estudio de Kurt & Demirbolat (2019), que tuvieron una muestra de 384 docentes de colegios de la provincia de Ankara, donde la satisfacción intrínseca es de 3.87 y la extrínseca es de 3.39.

Es esencial implementar diversas acciones en los centros educativos que permitan el incremento de la satisfacción laboral de los docentes.

## Conclusiones

Frente al primer objetivo específico sobre las variables de salud mental, se concluye que los docentes presentan una buena salud mental, donde prevalecen valores leves de estrés, ansiedad y depresión; de ellos la ansiedad es la que se presenta con un nivel ligeramente superior, seguido de ansiedad y depresión, todos con niveles muy bajos como se señaló anteriormente.

En relación al capital psicológico, se concluye que todos los docentes tienen un buen nivel del mismo, lo que indica su capacidad para hacer frente a los desafíos en el trabajo, así como una visión general positiva del futuro. Los docentes analizados mostraron sentirse confiados en las capacidades que poseen, tener mayor nivel de satisfacción y se encuentran motivados para alcanzar sus objetivos.

Finalmente, la satisfacción laboral entre los docentes participantes fue generalmente alta según los resultados obtenidos. Esto puede estar relacionado con factores como una carga de trabajo equilibrada, accesibilidad a recursos y una presión laboral adecuada.

## Recomendaciones

Se recomienda la asistencia a terapia de los docentes con niveles moderados y severos de las variables de salud mental. También se puede implementar un programa de promoción de la salud mental para las instituciones educativas de la región norte de Machala, brindando servicios de apoyo psicológico y capacitación en habilidades de afrontamiento. Esto ayuda a reducir la incidencia de problemas de salud mental entre los docentes. Además, proporcionar programas de apoyo y recursos para el manejo del estrés laboral. Esto puede incluir servicios de asesoramiento, técnicas de relajación y actividades de bienestar que ayuden a los maestros a equilibrar su vida profesional y personal, aumentando así su satisfacción laboral.

Se aconseja desarrollar estrategias para fortalecer el capital psicológico de los docentes, con especial énfasis en el desarrollo de la esperanza y la resiliencia. Así como realizar talleres y programas de desarrollo de capital psicológico para maestros, que se enfocan en aumentar su autoconciencia de las fortalezas y recursos personales. Esto puede ayudar a los profesores a reconocer y utilizar eficazmente su propio capital psicológico en su trabajo diario. Se debe incorporar también la promoción del capital psicológico en la formación inicial y continua de los docentes; esto significa incluir módulos o cursos que aborden temas como la autoeficacia, el optimismo, la esperanza y la resiliencia, brindando a los docentes las herramientas que necesitan para mejorar su salud emocional y su desempeño laboral.

Se sugiere crear programas de reconocimiento y recompensas que valore la labor de los docentes. Esto puede incluir recompensas tangibles, como bonos o capacitación especial, y reconocimiento público por su dedicación y logros. Promover la participación docente en la toma de decisiones y planificación de las actividades educativas. Proporcionar un espacio para que los docentes expresen sus opiniones y participen activamente en la mejora del diseño curricular y la política educativa, puede mejorar su satisfacción y sentido de pertenencia.

Se recomienda realizar futuras investigaciones con un diseño correlacional que permita discernir el comportamiento de las variables de salud mental, el capital psicológico y la satisfacción laboral, considerando otros parámetros, tales como la antigüedad de los docentes, el nivel de enseñanza donde imparten sus clases, el acceso a formación y desarrollo profesional, entre otros factores. ~~para cualificar de forma óptima cada uno de los segmentos de la muestra y definir estrategias o programas que mejoren su estado de bienestar.~~

## Referencias

- Aguilar Cisneros, E. (2019). Estrés y desempeño laboral en el personal de suboficiales de la Comisaria de Villa, Chorrillos. *Tesis de Pregrado. Universidad Nacional de Educación.*
- Aguilar, A., Arias, P., Arjona, M., Baltazar, J., Rosas, J., Sánchez R., & Sandoval, E. (2020). El estrés académico. *Revista de la Facultad de Medicina UV.* Obtenido de <https://www.studocu.com/es-mx/document/universidad-veracruzana/teorias-de-la-educacion/estres-academico/11812431>
- Álvarez Morales, N., Hernández, L., & Rodríguez Lafuente, M. (2019). Bienestar psicológico y ansiedad rasgo-estado en miembros de parejas con infertilidad primaria. *Revista Electrónica Medimay, 26 (1), 75-87.*
- Alves-Apóstolo, J. L., Cruz-Mendes, A., & Aguilar-Azeredo, Z. (2006). Adaptación para la lengua portuguesa de la Depression, anxiety and stress scale (DASS). *Revista Latino-am.* Obtenido de <https://www.scielo.br/j/rlae/a/qSztYX5Xyn8sLjyybxMyvfm/?lang=es&format=pdf>
- Antony, M., Bieling, P., Cox, B., Enns, M., & Swinson, R. (1998). Psychometric properties of the 42-item and 21-item versions of the Depression Anxiety Stress Scales in clinical groups and a community sample. *Psychological Assessment, 10(2), 176–181.* <https://doi.org/10.1037/1040-3590.10.2.176>
- Antúnez, Z., Vinet, E., (2012) Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS - 21): Validación de la Versión abreviada en Estudiantes Universitarios Chilenos. *TERAPIA PSICOLÓGICA, Vol. 30, N° 3, 49-55.*

- Arias, W., Rivera, R., & Ceballos, K. (2017). Análisis psicométrico de la Escala de Satisfacción Laboral de Warr, Cook y Wall en una muestra mulocupacional de Arequipa, Perú. *Interacciones*, 3(2), 79-85. doi: 10.24016/2017.v3n2.74
- Asa, F., Lasebikan, V., (2016) Mental Health of Teachers: Teachers' Stress, Anxiety and Depression among Secondary Schools in Nigeria. *Int Neuropsychiatr Dis J* [Internet]. Jan [cited 2018 Jun 4]; 7(4): 1-10. Available from: [http://www.journalrepository.org/media/journals/INDJ\\_29/2016/Jul/Lasebikan742016INDJ27039.pdf](http://www.journalrepository.org/media/journals/INDJ_29/2016/Jul/Lasebikan742016INDJ27039.pdf)
- Augurto Ruiz, K. P., Mogollón García, F. S., & Castillo Chung, L. B. (2020). El papel del engagement ocupacional como alternativa para mejorar la satisfacción laboral de los colaboradores. *Revista Universidad y Sociedad*, 12(4), 112-119.
- Ayala, L. (2020). La salud mental de los educadores: Respuesta al estrés laboral en las Escuelas Públicas de Encarnación-Paraguay. *Revista Científica Qualitas*, 18, 62-76.
- Azanza, G., Dominguez, Á., Moriano, J., & Molero, F. (2014). Capital psicológico positivo. Validación del cuestionario PCQ en España. *Anales de Psicología*, 294-301. Obtenido de [https://scielo.isciii.es/pdf/ap/v30n1/psicologia\\_social8.pdf](https://scielo.isciii.es/pdf/ap/v30n1/psicologia_social8.pdf)
- Barroso, R., Ferreira, F., Meidutė-Kavaliauskienė, L., Banaitienė, N., & Falcão, P. (2019). ANALYZING THE DETERMINANTS OF E-COMMERCE IN SMALL AND MEDIUM-SIZED ENTERPRISES: A COGNITION-DRIVEN FRAMEWORK. *Technological and economic development of economy*, 25(3), 496-518.
- Beck, A. & Steer, R. (1990). Beck anxiety inventory manual. San Antonio, United States: The Psychological Corporation.
- Boada, N. A. (2019). Satisfacción laboral y su relación con el desempeño laboral en una Pyme de servicios de Seguridad de Perú. *Journal of Economics, Finance and*

*International Business*, 75-103. Obtenido de  
<http://dx.doi.org/10.20511/jefib.2019.v3n1.398>

Boluarte, A. (2014). Propiedades psicométricas de la Escala de satisfacción laboral de Warr, Cook y Wall, versión en español. *Revista Médica Herediana*, 25(2), 80-84. Obtenido de [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1018-130X2014000200005&script=sci\\_abstract](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1018-130X2014000200005&script=sci_abstract)

Borda-Luna, B. E. (2022). Riesgos psicosociales y salud mental en docentes de colegios privados en Chincha Alta (Ica) dentro del contexto del COVID-19. *Revista Científica Yotantsipanko*, 34-50. Obtenido de <http://revistas.uniscjsa.edu.pe/index.php/Yotantsipanko/article/view/14/16>

Bryant, F. B., y Cvengros, J. A. (2004). Distinguishing hope and optimism: Two sides of a coin, or two separate coins? *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(2), 273-302. <https://doi.org/10.1521/jscp.23.2.273.31018>

Burgos, D., Rendón, V., Díaz, C., Aguirre, J., Peralta, G., & Angulo, T. (2020). La relajación y estrés laboral en el personal docente: una revisión sistemática. *ecturas: Educación Física y Deportes*, 25(266), 109-123.

Butriago, L., Barrera, M., Plazas, L., & Chaparro, C. (2021). Estrés laboral: una revisión de las principales causas consecuencias y estrategias de prevención. *Revista Investigación en Salud Universidad de Boyacá*, 8(2), 131-146.

Caballero, M. S., Franco, V. J., Marchán, J., & Montagut, A. (2020). Depresión resistente al tratamiento: Un concepto desgregado y el más infortunado diagnóstico evolutivo de la depresión. *Monografía*. Universidad del Norte, Barranquilla. Obtenido de <http://manglar.uninorte.edu.co/handle/10584/9619#page=1>

- Cabezas, A. (2015). Capital Psicológico: un constructo fundacional dentro de la psicología organización positiva. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 50-55. Obtenido de [https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc\\_salud/article/download/251/251](https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud/article/download/251/251)
- Calleja Peredo, C. (2003). Ansiedad. Tratamiento. *Homeopatía* (7), 1-4.
- Campos, I., Burneo, M., & Runzer, F. (2021). Asociación entre salud mental y actitudes ante el confinamiento durante la pandemia COVID-19 en hospitales de Lima y Callao. *Acta Médica Peruana*, 38(3), 177-185. Obtenido de [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1728-59172021000300177&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1728-59172021000300177&script=sci_arttext)
- Canales Zavala, M., Hernández, A., González, S., Monroy, A., Velázquez, A., & Bautista, M. (2019). Calidad de vida, sintomatología de ansiedad y depresión en personas con VIH: el papel del psicólogo de la salud. *Educación y Salud Boletín Científico Instituto de Ciencias de la Salud Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo*, 8(15), 80-91.
- Carpio, S., & SanMartín, B. (2020). Efectos Psicológico asociados a la pandemia Covid-19 en el personal de salud y administrativo del Hospital Monte Sinaí de la ciudad de Cuenca. Tesis de Pregrado, Universidad del Azuay. Obtenido de <https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/10402/1/16029.pdf>
- Carranza. (2019). *DEFINICIONES DE VARIABLES EN ESTADOS DE PSICOLOGIAS. ECUADOR-QUITO.*
- Carvajal, A., & Carvajal, E. (2019). La importancia del rol docente. *Revista de Investigación psicológica*, 21, 107-114. Obtenido de [http://www.scielo.org.bo/pdf/rip/n21/n21\\_a08.pdf](http://www.scielo.org.bo/pdf/rip/n21/n21_a08.pdf)
- Cevallos, A., Mena, P., & Reyes, E. (2021). Salud mental docente en tiempos de pandemia por Covid-19. *Revista Investigación y Desarrollo*, 14, 132-138. Obtenido de <https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/dide/article/view/1334/1656>

- Chiang, M. M., Riquelme, G. R., & Rivas, P. A. (2018). Relación entre satisfacción laboral, estrés laboral y sus resultados en trabajadores de institución de beneficencia de la provincia de Concepción. *Revista Ciencia & Trabajo*, 178-186. Obtenido de <https://www.scielo.cl/pdf/cyt/v20n63/0718-2449-cyt-20-63-00178.pdf>
- Cid, D. T., Martins, M. do C. F., Dias, M., & Fidelis, A. C. F.. (2020). Psychological Capital Questionnaire (PCQ-24): Preliminary Evidence of Psychometric Validity of the Brazilian Version. *Psico-usf*, 25(1), 63–74. <https://doi.org/10.1590/1413-82712020250106>
- Colín Flores, C. G. (2019). El rol mediador del capital psicológico entre la adicción al trabajo y el burnout en trabajadores mexicanos. *The Anáhuac Journal*, 19(2), 71-97.
- Conti, N. A. (2007). *Historia de la depresión: la melancolía desde la antigüedad*. Buenos Aires: Polemos.
- Cruz, M., Obaco, E., & Ponce, E. (2019). Estrés docente: causas y repercusiones laborales. *Revista Magazine de las Ciencias*, 145-156. Obtenido de <https://revistas.utb.edu.ec/index.php/magazine/article/view/683/619>
- Cuadra-Peralta, A., Sjoberg, Ó., Beyle, C., Veloso-Besio, C., Leiva-Barrios, J., Muñoz-Pineda, C., & Mally-Guerra, I. (2018). Capital psicológico, y su relación con las actitudes deseadas. *Revista Interciencia*, 758-762. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/339/33957918004/html/>
- Cvtkovic, A., Maguiña, J., Soto, A., Lama, J., & Correa, L. (2021). Estudios transversale. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 21(1), 179-185. doi:<http://dx.doi.org/10.25176/rfmh.v21i1.3069>
- Danet Danet, A. (2021). Impacto psicológico de la COVID-19 en profesionales sanitarios de primera línea en el ámbito occidental. Una revisión sistemática. *Medicina Clínica*, 156 (9), 449-458.

- De la Cruz, A. C. (2020). Influencia de la inteligencia emocional sobre la satisfacción laboral: Revisión de estudios. *Revista Unimar*, 63-94. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8083728>
- De los Heros, M. G., Murillo, S., & Solana, N. (2020). Satisfacción laboral en tiempos de pandemia: el caso de docentes universitarios del área de la salud. *Revista de economía del Caribe*. Obtenido de [https://media.proquest.com/media/hms/PFT/1/HhP4I?\\_s=l5tW6Hb1Y6ydj7QPx4yD4i4ZYlw%3D](https://media.proquest.com/media/hms/PFT/1/HhP4I?_s=l5tW6Hb1Y6ydj7QPx4yD4i4ZYlw%3D)
- De Sousa Dominguez, M. (2019). El Capital Psicológico y su importancia en el bienestar de agentes de policía. *Tesis*. Universitat JAume, Barcelona. Obtenido de [http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/185992/TFM\\_2019\\_DeSousaDominguez\\_Maria.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=El%20capital%20psicol%C3%B3gico%20\(PsyCap\)%20es,cuyas%20demandas%20sean%20muy%20exigentes.](http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/185992/TFM_2019_DeSousaDominguez_Maria.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=El%20capital%20psicol%C3%B3gico%20(PsyCap)%20es,cuyas%20demandas%20sean%20muy%20exigentes.)
- Delgado, G. D. (2020). Ansiedad en el personal de salud. *Tesis*. Universidad Continental, Arequipa. Obtenido de [https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/9883/2/IV\\_FHU\\_501\\_TI\\_Delgado\\_Angulo\\_2020.pdf](https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/9883/2/IV_FHU_501_TI_Delgado_Angulo_2020.pdf)
- Demir, S. (2018). The Relationship between Psychological Capital and Stress, Anxiety, Burnout, Job Satisfaction, and Job Involvement. *Eurasian Journal of Educational Research*(75), 137-153. Obtenido de <https://eric.ed.gov/?id=EJ1181447>
- Díaz Kuaik, I., & De la Iglesia, G. (2019). Ansiedad: Revisión y Delimitación Conceptual. *Summa Psicológica UST* (1) 42, 42-50.
- Díaz, C. (16 de noviembre de 2021). *cuidate plus*. Obtenido de <https://cuidateplus.marca.com/bienestar/2021/11/03/ansiedad-o-depresion-causar-dolor-fisico-179210.html>

- Ehrenberg, A. (2000). *La fatiga de ser uno mismo*. Buenos Aires: Nueva Visión.
- Elcicek, Z., Han, B., & Yildiz, S. (2022). Can Teachers' Job Satisfaction Be Ensured Despite Economic. *European Journal of Educational Sciences*, 9(1), 1-10.  
doi:<http://dx.doi.org/10.19044/ejes.v9no1a1>
- Escobar, E. R., Soria , B. W., López, G. F., & Peñafiel , D. D. (2018). Manejo del estrés académico; revisión crítica. *Revista Atlante*. Obtenido de [https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html?fb\\_comment\\_id=1881566745289288\\_4030013307111277](https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html?fb_comment_id=1881566745289288_4030013307111277)
- Espada, J. P., Orgilés, M., Méndez, X., & Morales, A. (2021). Libro Blanco de la Salud Mental. En *Problemas relacionados con la regulación emocional: Depresión y problemas de ansiedad*. Consejo General de la Psicología España. Obtenido de [https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/7459\\_d\\_LibroBlanco-Volumen1.pdf#page=22](https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/7459_d_LibroBlanco-Volumen1.pdf#page=22)
- Félix Verduzco, R., García, C., & Mercado Ibarra, S. (2018). El estrés en el entorno laboral revisión genérica desde la teoría. *Cultura Científica Y Tecnológica*, 64(15).
- Fernández Sánchez, A., Estrada Salvarrey, M., & Arizmendi Jaime, E. (2020). Relación de estrés-ansiedad y depresión laboral en profesionales de enfermería. *Revista De Enfermería Neurológica*, 18(1), 29-40.
- Gallardo , I. (2021). *cuidate, plus*. Obtenido de <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psicologicas/estres.html>
- Gamarra, O. (2015). *Capital psicológico, bienestar psicológico, rendimiento laboral objetivo de los vendedores: Relaciones y efecto del entrenamiento en capital psicológico*. Universidad de Palermo, Palermo. Obtenido de [https://dspace.palermo.edu/dspace/bitstream/handle/10226/1723/Gamarra\\_Olivia\\_Tesis\\_CC.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://dspace.palermo.edu/dspace/bitstream/handle/10226/1723/Gamarra_Olivia_Tesis_CC.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- García, D., Hernández, J., Espinosa, J. F., & Soler, J. M. (2020). Salud mental en la adolescencia montevideana: una mirada desde el bienestar psicológico. *Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*, 182--190.  
doi:<https://biblat.unam.mx/es/revista/archivos-venezolanos-de-farmacologia-y-terapeutica/articulo/salud-mental-en-la-adolescencia-montevideana-una-mirada-desde-el-bienestar-psicologico>
- González-Alzate, N., Hernández-Rincón, E. H., & Ulloa-Rodríguez, M. F. (2022). La telesalud como estrategia de atención primaria en la diabetes mellitus tipo 2 en Colombia. *IATREIA*, 35(2), 151-164. doi:10.17533/udea.iatreia.109
- Granados, J., Gómez, O., Islas, M., Maldonado, G., Martínez, H., & Pineda, A. (2020). Depresión, ansiedad y conducta suicida en la formación médica en una universidad en México. *Investigación en educación médica*, 9(35).
- Guamán, S. M. (2022). Ansiedad, depresión y estrés en el personal prehospitalario. *Tesis*. Universidad Central del Ecuador, Quito. Obtenido de <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/28153/1/UCE-FCDAPD-CAPH-GUAMAN%20SOFIA.pdf>
- Gutarra, R., & Valente, A. (2018). Las mipymes tecnológicas peruanas al 2030. Estrategias para su inserción a la industria 4.0. *Nova scientia*, 10(20), 754-778.
- Gutiérrez Trigo, J. M., & Márquez Vázquez, R. (2020). Relación de las estrategias de afrontamiento cognitivas con sintomatología de ansiedad y depresión. *Apuntes de Psicología*, 38(1), 35-41.
- Han, X., Xu, Q., & Xiao, J. (2022). The Influence of School Atmosphere on Chinese Teachers' Job. *Behavioral Sciences*, 13(1), 1-11.  
doi:<https://doi.org/10.3390/bs13010001>

Hans Selye, M.D. (1965) Volume IV, No.1

Heredia, E., Chávez, R., Ortiz, P., & Yahuarshungo, C. (2021). Depresión, Ansiedad, estrés en estudiantes y docentes: Análisis a partir del Covid 19. *Revista Venezolana de Gerencia*, 26(94), 603-622. Obtenido de <https://produccioncientificaluz.org/index.php/rvg/article/view/35763/38074>

Hermosillo, A., & Rivera, M. (2019). Depresión, recursos psicológicos y vulnerabilidad cognitiva a la depresión en jóvenes estudiantes universitarios. *Investigación Y Práctica En Psicología Del Desarrollo*, 5, 3-26.

Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Ciudad de México: McGraw-Hill Interamericana.

Hernández-Hervas, J. M. (7 de junio de 2020). *El Capital psicológico y su importancia en el ámbito laboral*. Obtenido de <https://www.linkedin.com/pulse/el-capital-psicol%C3%B3gico-y-su-importancia-en-%C3%A1mbito-hernandez-hervas>

Hoyos, F. J., Gutiérrez, M., Camargo, O. S., Ramírez, Y., & Díaz, W. (2021). *Consecuencias del teletrabajo en la calidad de vida laboral de los docentes*. Instituto Politécnico Granccolombiano, Bogotá. Obtenido de <https://alejandria.poligran.edu.co/bitstream/handle/10823/6458/CORRECCIONES%20FRTERCER%20ENTREGA%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Hu, D., Zhou, T., Zhou, K., & Deng, F. (2022). The Relationship Between Psychological Capital and Teacher Career Commitment in Ethnic Areas of China: The Mediating Effects of Gratitude and Career Well-Being. *Frontiers in Psychology*, 6342. doi:<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.818274>

Iñiguez-Jiménez, S., Cruz-Pierard, S., & Vaca-Córdoba, S. (2020). uso problemático de tecnologías de la información y comunicación, consumo de sustancias y su impacto

en la salud mental de estudiantes de bachillerato. *Paideia XXI*, 471-489. Obtenido de <http://revistas.urp.edu.pe/index.php/Paideia/article/view/3448/4244>

Kraepelin, E. (1913) *Psychiatrie*, vol. III, Leipzig.

Korman, G. p., & Sarudiansky, M. (2011). Modelos teóricos y clínicos para la conceptualización y tratamiento de la depresión. *Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 15 (1) , 119-145.

Kurt, N., & Demirbolat, A. (2019). Investigation of the Relationship between Psychological Capital Perception, Psychological Well-Being and Job Satisfaction of Teachers. *Journal of Education and Learning*, 8(1), 87-99.  
doi:<https://doi.org/10.5539/jel.v8n1p87>

Lara , E., Aranda, C., Zapata, R. M., Bretones, C., & Alarcón , R. (2019). Depresión y ansiedad en mujeres víctimas de violencia en la relación de pareja. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 11-8. Obtenido de <http://www.scielo.org.ar/pdf/radcc/v11n1/1852-4206-radcc-11-01-00008.pdf>

Lazo de la Vega, A. C. (2021). Nivel de ansiedad y depresión debido al confinamiento por Covid 19 en adolescentes del 4o año de secundaria del Colegio Nuestra Señora de Fátima. *Tesis*. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, Arequipa.  
Obtenido de <http://190.119.145.154/bitstream/handle/20.500.12773/12354/MDlaveliac.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Llosa Martínez, S., & Canetti Wasser, A. (2019). Depresión e ideación suicida en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Psicología, Conocimiento y Sociedad* (1) 19.

Lovibond, S., Lovibond, P. (1995) *Manual for the depression anxiety stress scales*, 2nd Edn Sydney, NSW: Psychology Foundation of Australia.

- Luthans, F., Youssef, C., & Avolio, B. (2007). Psychological capital: investing and developing positive organizational behavior. En D., Nelson, & C., Cooper, Positive organizational behavior. Chennai: SAGE Publications.
- Magaletta, P. R., y Oliver, J. M. (1999). The hope construct, will, and ways: Their relations with self-efficacy, optimism, and general well-being. *Journal of Clinical Psychology*, 55(5), 539- 551. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1097-4679\(199905\)55:53.0.CO;2-G](https://doi.org/10.1002/(SICI)1097-4679(199905)55:53.0.CO;2-G)
- Marinucci, A., Grové, C., & Allen, K. A. (2023). Australian School Staff and Allied Health Professional Perspectives of Mental Health Literacy in Schools: a Mixed Methods Study. *Educational Psychology Review*, 35(1), 3.
- Martínez-Otero Pérez, V. . (2003). Estrés y ansiedad en los docentes. *Pulso. Revista De educación*, (26), 9–21. <https://doi.org/10.58265/pulso.4896>
- Masters, E. R. (2019). Promoting Mentally Healthy Classrooms: Evaluation of Online Mental Health Literacy Instruction in Pre-Service Teacher Education. *Doctoral dissertation, The University of Western Ontario (Canada)*.
- McEwen, B.S.& Sapolsky, R.M. (1995) Stress and cognitive function. *Current Opinion in Neurobiology* (5-2): 205-216.
- Menghi, M., Oros, B. (2014) Satisfacción laboral y síndrome de burnout en docentes de nivel primario. *Revista de Psicología*. Vol. 10, Nº 20, pp. 47-59
- Mesurado, Belén, & Laudadio, Julieta. (2019). Experiencia profesional, capital psicológico y engagement: Su relación con el burnout en docentes universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 12-26. <https://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.327>
- Meza , C. C., & Sánchez, A. M. (2020). Acoso escolar y su relación con la depresión en adolescentes. *Tesis*. Universidad Cooperativa de Colombia, Santa Marta. Obtenido de

[http://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/32595/1/2020\\_acoso\\_escolar\\_d  
epresion.pdf](http://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/32595/1/2020_acoso_escolar_d<br/>epresion.pdf)

Miranda Hiriart, G. (2018). ¿De qué hablamos cuando hablamos de salud mental? *Utopía y Praxis Latinoamericana*, 23(83), 86-95.

Mora , J. L., & Mariscal , Z. M. (2019). Correlación entre la satisfacción laboral y el desempeño laboral. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 1-11.

Mora, C., Bonilla, G., & Bonilla, J. (2021). Impacto de la pandemia de covid-19 en los docentes: burnout, ansiedad y depresión. *Revista Científica de Investigación Educativa*(6), 41-60. Obtenido de <https://revistas.unae.edu.ec/index.php/runae/article/view/488>

Moscoso, S. (2010). El estrés crónico y la Terapia Cognitiva Centrada en Mindfulness: Una nueva dimensión en psiconeuroinmunología. *Universidad de Lima*, 13, 11-29.

Munhon, L., Evangelista, L., Da Silva, R., Sena Furtado, D., Silveira, C., & Fonseca, C. (2017). Prevalencia de diabetes mellitus asociada al estrés laboral en trabajadores bancarios, Minas Gerais, Brasil. *RevCuid*, 8(3), 1863-1874.

Muñoz, D., Orellano, N., & Hernández, H. (2018). Riesgo psicosocial: tendencias y nuevas orientaciones laborales. *Psicogente*, 21(40), 532–544.

Obaco Soto, E. (2020). Estrés docente: causas y repercusiones laborales. *Magazine De Las Ciencias: Revista De Investigación E Innovación*, 4(4), 145–156.

OMS. (13 de septiembre de 2021). Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/depression>

OMS. (8 de junio de 2022). Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/mental-disorders>



*para la investigación y el Desarrollo Educativo*. Obtenido de

<https://www.scielo.org.mx/pdf/ride/v10n20/2007-7467-ride-10-20-e005.pdf>

Pesantes vera, K. T. (2022). Intervención cognitivo conductual en un caso de ansiedad social en un varón adulto. *Tesis de Pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal*.

Pino, R., Arévalo-Avecillas, D., & Padilla-Lozano, C. (2020). El liderazgo servidor y la satisfacción laboral en estudiantes de maestría de Administración de Empresas. *Journal Formación Universitaria*, 205-220. Obtenido de <https://www.scielo.cl/pdf/formuniv/v13n6/0718-5006-formuniv-13-06-205.pdf>

Pocoacá, A. (2020). El poder en las relaciones y la salud mental de docente de ciencias económicas frente al confinamiento de la pandemia. *Revista ITEES*, 3452-3460. Obtenido de <https://revistaseidec.com/index.php/ITEES/article/download/350/292>

Polizzi Filho, A., & Claro, J. (2019). O impacto de bem-estar no trabalho e capital psicológico sobre intenção de rotatividade: Um estudo com professores. *Revista de Administração Mackenzie*, 20(2).

Pruthi, S. (2017). *Mayo Clinic*. Obtenido de <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/depression/symptoms-causes/syc-20356007>

Pruthi, S. (11 de noviembre de 2021). *clinica Mayo*. Obtenido de <https://www.mayoclinic.org/es-es/about-this-site/meet-our-medical-editors>

Pruthi, S. (14 de diciembre de 2021). *Mayo Clinic*. Obtenido de <https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/adult-health/in-depth/mental-health/art-20044098>

Pujol, L., & Dabos, G. (2018). Satisfacción laboral: una revisión de la literatura acerca de sus principales determinantes. *Journal of Management and Economics Iberoamerica*, 1-18. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/212/21255535002/21255535002.pdf>

- Ramírez, L. A., Pérez padilla, E. A., García Oscos, F., Slagado, H., Atzori, M., & Pineda, J. C. (2018). Nueva teoría sobre la depresión: un equilibrio del ánimo entre el sistema nervioso y el inmunológico, con regulación de la serotonina-quinurenina y el eje hipotálamo-hipófiso-suprarrenal. *Biomédica*, 38, 437-50.
- Ramos, G. (2020). Los alcances de una investigación. *CienciAmérica*, 9(3), 1-5.
- Real Academia Española . (2018). Obtenido de <https://dle.rae.es/estrés>
- Restrepo, L. J. T. (2018). Análisis estadístico de la prueba PsyCap—Capital Psicológico en jóvenes adultos trabajadores de la ciudad de Medellín. 26, 23. *Revista Katharsis*, Disponible en DOI: <https://doi.org/10.25057/25005731.1081>
- Rios. (2019). *DISEÑO DE METODOLOGIA DE INVESTIGACIÓN EN AREAS DE PROYECTOS*. GUAYAQUIL.
- Rocha Cuadros, Y. (2018). El método del mindfulness para el control del estrés crónico . *Éxegesis*, 10 (1), 61-66.
- Rodríguez, L. (2019). Estudio prospectivo de escenarios de la tecnología en el trabajo en Colombia al 2050. *Revista Económicas CUC*, 40(2), 101-116.
- Rodríguez, M., Carrera, E., & Quispe, L. (2022). Estudio correlacional de estrés laboral y las dimensiones de personalidad en docentes ecuatorianos. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 3(2), 392–404. <https://doi.org/10.56712/latam.v3i2.98>
- Rodrigues, Louise Tatiana Mendes, Lago, Eliana Campelo, Landim Almeida, Camila Aparecida Pinheiro, Ribeiro, Ivonizete Pires, & Mesquita, Gerardo Vasconcelos. (2020). Estrés y depresión en docentes de una institución pública de enseñanza. *Enfermería Global*, 19(57), 209-242. Epub 16 de marzo de 2020. <https://dx.doi.org/eglobal.19.1.383201>

Rodriguez, M., & Mendivelso, F. (2018). Diseño de investigación de corte transversal.

*Revista médica sanitas*, 21(3), 141-146.

Román Mella, F., Vinet, E., & Alarcón Muñoz, A. M. (2014). Escalas de Depresión, Ansiedad

y Estrés (DASS-21): Adaptación y propiedades. *Revista Argentina de Clínica*

*Psicológica*, 23(2), 179-190. Obtenido de

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281943265009>

Romero Pino, J. L., & Salazar Vera, L. R. (2021). Estrés y rendimiento laboral de los

colaboradores en Eseget Ingeniería Y Construcción S.A.C, Callao, 2020. *Tesis de*

*Pregrado. Universidad César vallejo* .

Salessi, S. (2022). Capital psicológico, satisfacción laboral y compromiso organizacional en

tiempos de Covid-19: Un estudio con personas docentes argentinas. *Revista*

*Puertorriqueña de Psicología*, 33(2), 244-257.

doi:<https://doi.org/10.55611/reprs.3302.04>

Sanchez, F. (2019). Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa:

Consensos y disensos. *Revista digital de investigación en docencia universitaria*,,

13(1), 102-122. Obtenido de <http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=s2223->

25162019000100008&script=sci\_arttext

Saveedra Meléndez, J., & Delgado Bardales, J. M. (2020). Satisfacción laboral en la gestión

administrativa. *Ciencia Latina Revista Multidisciplinar*, 4(2), 1510-1523.

Schönfeld, F., & Carina, H. (2019). Asociación entre capital psicológico, engagement y

rendimiento académico en estudiantes de nivel secundario de Entre Ríos. *XI*

*Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVI*

*Jornadas de Investigación. XV Encuentro de Investigadores en Psicología del*

*MERCOSUR. I Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. I Encuentro de*

*Musicoterapia*.

- Schönfeld, F., & Mesurado, B. (2020). Adaptación del Cuestionario de Capital Psicológico al ámbito educativo en una muestra argentina. *Propósitos y representaciones*, 8(1), e315. Obtenido de <http://www.scielo.org.pe/pdf/pyr/v8n1/2310-4635-pyr-8-01-e315.pdf>
- Sierra, J. C., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2009). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-estar E Subjetividade*, 10-59. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf>
- Silva Ramos, M. f., López Cocotle, J. J., & Meza Zamora, M. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28 (79), 75-83.
- Simbron Espejo, S., & Sanabria, B. (2020). Liderazgo directivo, clima organizacional y satisfacción laboral del docente. *CIENCIAMATRIA*, 6(1), 59-83.
- Straffon, D., Valencia, A., Bautista, M., & Lima, A. (2019). Hábitos alimentarios y sintomatología de depresión en niños escolares: estudio de seguimiento a un año. *Journal of Basic and Applied Psychology Research*, 1(1), 15-25.
- Tellez, C., Barahona, M., & Tellez, C. (2022). Capital psicológico y satisfacción laboral, tras el retorno a la presencialidad, de los profesores en Ciencias Económicas de una universidad colombiana. *FACE: Revista de la Facultad de Ciencias Económicas y Empresariales*, 22(2), 51-68. Obtenido de [https://www.researchgate.net/publication/362405199\\_CAPITAL\\_PSICOLOGICO\\_Y\\_SATISFACCION\\_LABORAL\\_TRAS\\_EL\\_RETORNO\\_A\\_LA\\_PRESENCIALIDAD\\_DE\\_LOS\\_PROFESORES\\_EN\\_CIENCIAS\\_ECONOMICAS\\_DE\\_UNA\\_UNIVERSIDAD\\_COLOMBIANA/link/62eadb6d88b83e7320a6848b/download](https://www.researchgate.net/publication/362405199_CAPITAL_PSICOLOGICO_Y_SATISFACCION_LABORAL_TRAS_EL_RETORNO_A_LA_PRESENCIALIDAD_DE_LOS_PROFESORES_EN_CIENCIAS_ECONOMICAS_DE_UNA_UNIVERSIDAD_COLOMBIANA/link/62eadb6d88b83e7320a6848b/download)
- Titistar, E., Matabanchoy, J., & Ruíz, O. (2022). Dos enfoques de salud mental en docentes de Latinoamérica: una revisión sistemática. *Revista Cultura, Educación y Sociedad*, 13(2), 183-203. doi:<https://doi.org/10.17981/culteducoc.13.2.2022.10>

- Trillos, C. (2017). La pregunta, eje de la investigación. Un reto para el investigador. *Revista Ciencias de la Salud*, 309-312. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/562/56253119001.pdf>
- Tully, P.J., Zajac, I.T. y Venning, A.J. (2009) The structure of Anxiety and Depression in a normative sample of younger and older Australian adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 37, 677-680
- Vázquez, F., Muñoz, R., & Becoña, E. (2000). Depresión; diagnóstico, modelos teóricos y tratamiento a finales del siglo XX. *Psicología Conductual*, 8(3), 417-449.
- Vélez, L. (04 de julio de 2022). *Cetro de Psicología Avanzada*. Obtenido de <https://centrodepsicologiaavanzada.com/consecuencias-fisicas-y-psicologicas-de-la-ansiedad>
- Virues, R. A. (2005). Ansiedad estudio. *Revista Psicológica Científica*, 7 (8).
- Viseu, J., Neves de Jesus, S., Rus, C., & Canavarro, J. (2016). Teacher motivation, work satisfaction, and positive psychological capital: A literature review. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 14(2), 439-461. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/2931/293146873011.pdf>
- Wu, D. (2020). Relationship between job burnout and mental health of teachers under work stress. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 29(1), 310.
- Warr, P., Cook, J., & Wall, T. (1979). Scales for the Measurement of Some Work Attitudes and Aspects of Psychological Well-Being [Escala para la medición de algunas actitudes hacia el trabajo y aspectos del bienestar psicológico]. *Journal of Occupational Psychology*, 52, 129-148.
- Yamaguchi, S., Foo, J. C., Kitagawa, Y., Togo, F., & Sasaki, T. (2021). A survey of mental health literacy in Japanese high school teachers. *BMC psychiatry*, 21(1), 1-9.

Zeynep, A., & Meltem, A. (2021). Psychological capital and job satisfaction in public-school teachers: the mediating role of prosocial behaviours. *Journal of Education for Teaching*, 47(2), 147-162. doi:<https://doi.org/10.1080/02607476.2021.1877086>

Solórzano, M. (2015). Nivel de ansiedad que existe en las docentes de educación primaria, que laboran en un colegio privado de la zona 11 capitalina. (Tesis de Grado). Universidad Rafael Landívar. Recuperado de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2015/05/42/Solorzano-Maria.pdf>