



UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA

La Universidad Católica de Loja

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES,

HUMANIDADES Y EDUCACIÓN

CARRERA DE PSICOLOGÍA GENERAL

“SALUD MENTAL, CAPITAL PSICOLÓGICO Y

SATISFACCIÓN LABORAL EN DOCENTES

ECUATORIANOS”

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

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

Autor: Balcázar Castillo Anggie Nicole

Director: Tocto Maldonado Ivan Gabriel

ALAMOR

2024



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

2024

Aprobación del director del Trabajo de Integración Curricular

Loja, 16 de enero de 2024

Magister

David Mauricio Ortega Jiménez

Director de la carrera de Psicología General

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 Ecuatorianos, realizado por Balcázar Castillo Anggie Nicole, 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: Ivan Gabriel Tocto Maldona

C.I.:

Correo electrónico:

Declaración de autoría y cesión de derechos

Yo, Balcázar Castillo Anggie Nicole, 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 Ecuatorianos” de la carrera de Psicología General, específicamente de los contenidos comprendidos en: Marco teórico, metodología, análisis de resultados y discusión, siendo el Sr. Ivan Gabriel Tocto Maldonado director (a) del presente trabajo; también declaro que la presente investigación no vulnera derechos de terceros ni utiliza fraudulentamente obras preexistentes. Además, ratifico que las ideas, criterios, opiniones, procedimientos y resultados vertidos en el presente trabajo investigativo, son de mi exclusiva responsabilidad. Eximo expresamente a la Universidad Técnica Particular de Loja y a sus representantes legales de posibles reclamos o acciones judiciales o administrativas, en relación 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: Balcázar Castillo Anggie Nicole

C.I.: 1104642036

Correo electrónico: dmortega1@utpl.edu.ec

Dedicatoria

El trabajo actual de investigación se lo dedico principalmente a Dios, quien me ha inspirado y dado la fuerza para seguir avanzando hacia uno de mis mayores anhelos.

En segundo lugar, le dedico este trabajo a mis padres por su amor, trabajo y sacrificio durante todos estos años, gracias a ellos es que he logrado llegar hasta aquí y convertirme en lo que soy ahora. Ha sido un privilegio y un orgullo ser su hija; y ver su ejemplo de fortaleza, respeto, honradez, responsabilidad, amor, cuidado y cariño; valores que han infundado en mi y que cada día de mi vida mantengo firmes en mi actuar.

En tercer lugar, a mi enamorado por su apoyo incondicional, su paciencia y su amor que han sido mi mayor motivación, gracias por estar a mi lado en cada paso del proceso y por creer en mí cuando yo misma dudaba.

Agradecimiento

Agradezco principalmente a Dios por bendecir mi vida y la de todos mis seres queridos, por guiarme a lo largo de la vida y por ser el apoyo y la fortaleza en aquellos momentos de dificultad y debilidad.

Gracias a mis padres, quienes han sido mis pilares y mi mayor fuente de inspiración. Han estado a mi lado en cada paso del camino, brindándome su sabiduría, paciencia y aliento cuando más lo necesitaba. Han trabajado arduamente para proporcionarme las herramientas y oportunidades necesarias para mi educación. Han invertido tiempo, recursos y energía para asegurarse de que pudiera alcanzar mis metas académicas.

Gracias a mi enamorado, por estar a mi lado, por su constante apoyo emocional y su disposición para escucharme hicieron que este proceso fuera mucho más llevadero, por comprender mis momentos de estrés y por celebrar mis logros. Su amor y apoyo son un regalo invaluable que valoro profundamente.

Me gustaría agradecer en estas líneas la ayuda que muchas personas y colegas me han prestado durante el proceso de investigación y redacción de este trabajo; a los docentes de la Universidad Técnica Particular de Loja, por haberme brindado sus experiencias para prepararme en todo el transcurso de la carrera. En particular, agradezco al docente Ivan Gabriel Tocto Maldonado, quien ha sido mi tutor de proyecto de investigación y me ha guiado con su paciencia y honestidad como docente.

Índice de Contenidos

Carátula	I
Aprobación del director del Trabajo de Integración Curricular.....	ii
Declaración de autoría y cesión de derechos	iii
Dedicatoria.....	v
Agradecimiento	vi
Índice de Contenidos	vii
Indice de Figuras	x
Indice de Tablas.....	xi
Resumen	1
Abstract	2
Introducción.....	3
Capítulo uno	5
Marco Teórico.....	5
1.1. Conceptualización y etiología de las variables de salud mental.....	5

1.2. Indicadores de las variables de salud mental.....	7
1.2.1. Ansiedad.....	7
1.2.1.1. Causas	9
1.2.2. Depresión.....	10
1.2.2.1. Causas	11
1.2.3. Estrés.....	12
1.2.3.1. Causas	13
1.3. Salud Mental en docentes.....	14
1.4. Repercusiones de las variables de la salud mental.....	15
1.4.1. Ansiedad.....	15
1.4.2. Depresión	17
1.4.3. Estrés.....	18
1.5. Investigaciones previas en salud mental.....	20
1.5.1. Ansiedad.....	21
1.5.2. Depresión	24
1.5.3. Estrés.....	27
1.6. Capital psicológico y satisfacción laboral en docentes.....	30
1.6.1. Conceptualización y etiología del capital psicológico y satisfacción laboral.	30
1.6.2. Importancia del capital psicológico y satisfacción laboral	32
1.6.3. Investigaciones previas del capital psicológico y satisfacción laboral.....	33
Capítulo 2.....	39
Marco Metodológico.....	39
2.1. Objetivos	39
2.1.1. General.....	39
2.1.2. Específicos	39

2.2.	Preguntas de investigación	39
2.3.	Enfoque, tipo y diseño de investigación	39
2.4.	Población y muestra	40
2.4.1.	Muestra participante.....	40
2.4.2.	Criterios de inclusión/exclusión	42
2.4.2.1.	Criterios de inclusión	42
2.4.2.2.	Criterios de exclusión	42
2.5.	Instrumentos de recogida de información	42
2.6.	Procedimiento	43
3.	Capítulo III.....	44
3.	Análisis de resultados y discusión.....	44
3.1.	Análisis de resultados	44
3.2.	Discusión.....	47
	Conclusiones	53
	Recomendaciones	55
	Bibliografía	57
	Apéndice.....	70
	Apéndice A. Consentimiento informado	70
1.1.1	Formulario de consentimiento informado	71
	Apéndice B. Cuestionarios y baterías psicométricas	76

Indice de Figuras

Figura 2 Causas de la Ansiedad	9
Figura 3 Herencia- Ambiente	10
Figura 4: Causas de la Depresión	12

Indice de Tablas

Tabla 1	40
Tabla 2	44
Tabla 3	45
Tabla 4	46

Resumen

El presente estudio de investigación tuvo como objetivo determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos en el cantón Zapotillo de la ciudad de Loja; el estudio fue cuantitativo, no experimental y de tipo descriptivo. Para la medición de las variables de estudio se utilizó el Cuestionario Ad Hoc sociodemográfico y laboral, la Escala DASS-21 y el cuestionario de Capital Psicológico Positivo; la muestra estuvo conformada por 40 docentes. Los resultados muestran niveles leves correspondientes a las variables de salud mental, el 85% de la muestra presentó ansiedad leve, el 97,5% estrés leve y el 92,5% depresión leve; el capital psicológico fue positivo con una media de 140,27 y la satisfacción laboral también fue positiva con una media de 80,35 %. Dichos resultados determinan que los docentes poseen estrategias de afrontamiento efectivas para estas variables de salud mental en niveles leves, el capital psicológico positivo y una adecuada satisfacción laboral demuestran que la mayoría de los educadores consideran que su entorno laboral es saludable y poseen recursos personales para afrontar desafíos.

Palabras clave: ansiedad, depresión, estrés, capital psicológico, satisfacción laboral.

Abstract

The objective of this research study was to determine the prevalence of mental health, psychological capital and job satisfaction in Ecuadorian teachers in the Zapotillo canton of the city of Loja; the study was quantitative, non-experimental and descriptive. The study variables were measured using the Ad Hoc Sociodemographic and Workplace Questionnaire, the DASS-21 Scale and the Positive Psychological Capital questionnaire; the sample consisted of 40 teachers. The results show mild levels corresponding to the mental health variables, 85% of the sample presented mild anxiety, 97.5% mild stress and 92.5% mild depression; psychological capital was positive with a mean of 140.27 and job satisfaction was also positive with a mean of 80.35%. These results determine that teachers possess effective coping strategies for these mental health variables at mild levels, positive psychological capital and adequate job satisfaction demonstrate that most educators consider their work environment to be healthy and possess personal resources to face challenges.

Key words: anxiety, depression, stress, psychological capital, job satisfaction.

Introducción

La profesión docente ha sido fundamental para la construcción del conocimiento y el desarrollo de las sociedades, ésta se enfrenta a una serie de importantes desafíos, que van desde la parte organizacional hasta la socioemocional; desafíos como la carga de trabajo, la presión constante por cumplir con estándares educativos, la ausencia de recursos y apoyo administrativo son problemas que no solo tienen un impacto en la educación, sino que también en la salud mental de los docentes (Junior et al., 2023).

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) en su Plan de Acción Integral sobre Salud Mental, menciona que los trastornos mentales incrementan el riesgo de desarrollar otras patologías, la depresión es el trastorno mental más común y es dos veces más común en mujeres, sólo en el año 2019 alrededor de 301 millones de personas se vieron afectadas por patologías emocionales como ansiedad y estrés. Por otro lado, la profesión docente es una profesión que se enfrenta a grandes retos contextuales e individuales acentuando una predisposición al desarrollo de enfermedades mentales (Titistar et al., 2022).

Valdivia et al. (2023) mencionan que como resultado de los continuos desafíos de la fuerza laboral, las políticas educativas y problemas contextuales como la reciente pandemia; la satisfacción laboral de los docentes se ha visto comprometida al percibir y condicionar sus propias deficiencias en la motivación laboral; el capital psicológico, también se ha notado afectado negativamente.

Por tal motivo se ha desarrollado el presente estudio, con el objetivo de determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos en el cantón Zapotillo de la ciudad de Loja, ya que los docentes desempeñan un papel clave en la educación y el desarrollo social, en tal virtud este estudio es importante, ya que en el contexto postpandemia los docentes han tenido que hacer frente a varios retos además de los propios de su profesión a fin de precautelar su salud y la de sus estudiantes.

Araoz et al. (2021) indica que retos como, el cambio de modalidad de virtual a presencial, retroceso en cuanto a rendimiento académico de los estudiantes, carga curricular acumulada, reformas educativas, apoyo institucional, entre otros; son situaciones que ponen en riesgo la salud mental de los docentes, viéndose afectado su bienestar general, su desempeño laboral, su capacidad para educar y orientar a estudiantes, partiendo de esta premisa el presente estudio es relevante dentro de la población docente a fin de

Esta investigación es indispensable para comprender y abordar las condiciones que afectan directamente el bienestar de los profesionales de la educación en el contexto laboral ecuatoriano. Se ha demostrado que la satisfacción laboral y el capital psicológico están relacionados con la calidad del desempeño docente (Quispe y Paucar, 2020), teniendo un impacto directo en la calidad de la educación.

Respecto a las oportunidades que surgieron en el presente estudio, se pudo establecer una colaboración con varias instituciones educativas del cantón Zapotillo de Loja, estableciéndose una comunicación directa con los docentes esto facilitó la comprensión de su entorno laboral; también existieron algunas limitantes, como el sesgo de participación ya que una participación voluntaria podría influir en la percepción de sus respuestas, por el mero hecho de su predisposición a participar; otra limitante fue que el estudio se centró en maestros del cantón Zapotillo, lo que podría limitar la generalización de los hallazgos a toda la población

Finalmente, para llevar a cabo el presente estudio, se siguió una estructura que consistió en tres capítulos; en el primer capítulo llamado marco teórico se hizo una revisión de la literatura, en donde se profundizó en la conceptualización, indicadores, causas, repercusiones e importancia de las variables salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral; en el segundo capítulo llamado marco metodológico, se desarrolló el diseño de investigación el cual fue cuantitativo, no experimental y de tipo descriptivo, también se delimitó la muestra y se describieron los instrumentos de medición; en el capítulo tres se realizó el análisis de resultados, discusión y finalmente se realizaron conclusiones y recomendaciones.

Capítulo uno

Marco Teórico

1.1. Conceptualización y etiología de las variables de salud mental

La salud mental es un estado del ser humano en el que se encuentra en bienestar pleno, en dicho estado, la persona es capaz de identificar y valorizar sus capacidades y de hacerle frente a las adversidades de la vida cotidiana, a su vez, la forma de trabajo que tiene en sus diversas esferas es productiva y rendidora, pudiendo incluso realizar contribuciones a sus entornos (OMS, 2018). Por otro lado Muñoz et al. (2022) nos mencionan que la salud mental hace referencia al bienestar psicológico, el cual simboliza el potencial humano, en virtud de que incluye aspectos afectivos y cognitivos de la persona, relacionados con una sensación positiva de las experiencias que adquiere la persona

Carrasco y Recalde (2018) relatan que siguiendo la línea histórica de la salud mental, civilizaciones políglotas y primitivas atribuían los problemas mentales a los dioses, a los demonios, los cuales podrían ser representados por divinidades propias de la naturaleza, como las montañas, el sol, grande árboles o bosques; una creencia lamentable que terminaría por dar paso a procedimiento inhumanos como las perforaciones craneales; dichos procedimientos han sido realizados a nivel mundial, dejando a su paso evidencias tangibles de su falta de funcionalidad y su inmensa crueldad.

Continuando en la línea del tiempo, los estudios sobre enfermedades mentales adoptan una perspectiva naturalista cuando son abordados por filósofos de la antigua Grecia; Macaya et al. (2018) en su recopilación bibliográfica revela que durante el siglo V d.C. nace el humoralismo, una teoría somatista que establece que la salud está determinada por el equilibrio de cuatro fluidos corporales, la bilis amarilla, la flema, la bilis negra y la sangre; ubicando al desequilibrio de las enfermedades mentales en el cerebro.

Ya en el siglo II d.C., Galeno dividió a las enfermedades mentales en la manía, exceso de sangre o bilis amarilla exteriorizada por medio de alteraciones en las sensopercepciones;

y la melancolía, exceso de bilis negra exteriorizada por medio de la depresión; posteriormente surgieron grandes pensadores sobre el tema, como es el caso de Aristóteles en su tratado acerca del alma, Platón en sus escritos sobre el pensamiento, Sísifo o Seneca, quienes pretendían dar una explicación a la razón humana, de igual forma muy destacado en este ámbito citamos a René Descartes quien comienza a dilucidar la pandora entre mente y cuerpo (Pavón, 2019).

Por otro lado, cuando el cristianismo tomó protagonismo en la historia, Constantino retoma la postura de la lucha entre el bien y el mal y el dogma de que cualquier tipo de enfermedad mental se refiere a un daño en el alma humana originada por causas relacionadas estrechamente con la religión señalando dichos desequilibrios mentales a posesiones demoniacas, las cuales poseían las almas generando grandes daños y afectando la fe cristiana (Santiago et al., 2020).

Posteriormente aparece Sigmund Freud, un médico neurólogo quien se interesó en el análisis a profundidad de la mente y salud mental, dicho autor se presenta como uno de los pioneros en el análisis del psiquismo, como herramienta de cura para lo que en dicha época se lo denominó la neurosis y la histeria principales patologías que afectaban la salud mental; cercana a esta línea de tiempo podemos nombrar a Fechner quien pretendió rebasar las brechas del empirismo y dotar a la psicología de metodología tangible (Florenzano, 2022).

A lo largo de la historia, los múltiples enfoques psicológicos han mantenido el objetivo común de encontrar respuestas, alternativas y modelos de tratamiento para problemáticas de la salud mental que surgen conforme a la época. Previo al siguiente salto en la historia cuando se tomó en cuenta al estado mental como una parte integral de la salud humana, es imperativo recalcar que, a partir de la conformación de la Organización Mundial de la Salud, entidad que decretó el estado de bienestar de una persona como derecho irrevocable, se define por primera vez a la salud como “un estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de afecciones y enfermedades” (OMS,2023).

La salud mental de acuerdo con OMS (2022) es parte de nuestro bienestar general y un derecho humano; básicamente, la salud mental es importante porque permite tener la capacidad de conectar, desarrollar y reaccionar. La salud mental involucra un proceso continuo y complejo, que permite vivenciar la experiencia del mejor estado de felicidad a un agonizante estado de debilidad y dolor emocional; cuando una persona padece una enfermedad mental es probable que su salud mental experimente bajos niveles de bienestar.

La Constitución de la República del Ecuador (2022) menciona que, el derecho por la salud mental es una realidad que se encuentra amparada bajo los lineamientos de la constitución (Art. 66). Es así como llegamos a una actualidad en la que gozamos de la oportunidad de acceder a una atención de salud mental, siendo no solo un derecho ciudadano, sino más bien una responsabilidad individual y social el cuidado de nuestra salud mental.

1.2. Indicadores de las variables de salud mental.

La salud mental presenta una dualidad entre salud y enfermedad, por lo cual es importante tomar en cuenta los principales indicadores que la rigen; según el estudio de Flores et al. (2022) indicadores de estrés, depresión, ansiedad, cansancio tienen relación estricta con la salud mental y bienestar en general.

1.2.1. Ansiedad.

La palabra ansiedad proviene del latín *anxietas/atis* cuyo significado es agitación, nerviosismo o inquietud, no debe confundirse con angustia, pues ésta se diferencia por ser una opresión en el pecho, a diferencia de la ansiedad la cual se expresa como una sensación de inseguridad en la persona, misma que sitúa a la persona en un estado de alerta ante una situación de amenaza de su integridad física o psicológica (Cury, 2018).

De acuerdo al Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-V, 2017) la ansiedad es una respuesta que permite anticipar una amenaza en tiempo futuro, esta se asocia con manifestaciones fisiológicas como tensión muscular, estado de vigilia

frente a un peligro futuro y comportamiento evitativo y reservado; cuando este se presenta de manera frecuente y llega a afectar el desenvolvimiento del individuo podríamos estar hablando de un trastorno de ansiedad, el cual se caracteriza por miedo y ansiedad intensos y excesivos asociados a un objeto o situación específica.

La ansiedad es uno de los problemas de salud mental más prevalentes a nivel mundial, afectando alrededor de 264 millones de personas, puede afectar las esferas biopsicosociales del individuo incluyendo afectación en el entorno laboral, educativo, sentimental, emocional, relaciones interpersonales entre otros, teniendo consecuencias a corto, mediano y largo plazo, como abandono de estudios, desempleo, pobres ingresos económicos y por ende una disminución notoria en la calidad de vida (OMS, 2022).

De acuerdo a Nerea (2020) la ansiedad se define como un sistema orgánico de alerta que libera una respuesta a nivel cognitivo y físico de prevención ante el peligro percibido; mediante los sistemas neuroendocrinos es que nuestro cerebro es capaz de percibir el estímulo amenazante y lo que hace es brindar una respuesta que permita al individuo adaptarse a dicha situación; situaciones comunes y cotidianas pueden representar un gran reto o amenaza para ciertas personas, como rendir un examen, buscar empleo, hablar en público, etc.; cuando la persona se enfrenta a dichas situaciones generalmente experimenta sensaciones psicofisiológicas que son involuntarias, como sudoración, incremento de la actividad cardíaca, sanguínea y respiratoria.

Es importante recalcar que la ansiedad no tiene que ser una patología que afecte la salud mental, puesto que es una respuesta natural del organismo; sin embargo, existe la posibilidad de que se vuelva patológica, cuando se manifiesta de forma continua, y el sistema de alerta alcanza niveles elevados, lo cual podría tener graves repercusiones en la salud mental y emocional, y además afectar el rendimiento y desenvolvimiento en los entornos de la persona (Luzinete, 2020).

Luego de conocer las definiciones de ansiedad es importante mencionar que la ansiedad es una respuesta natural del organismo frente a situaciones que representen un peligro, por tanto permite a la persona adaptarse a una situación amenazante y hacerle, esta función es indispensable en varias situaciones de vida, sin embargo, es importante que exista la capacidad de reestablecer nuestras funciones fisiológicas y volver a la calma, caso contrario, la ansiedad podría convertirse en una patología de la salud mental, que más allá de proteger la integridad de la persona puede causar graves repercusiones psicológicas.

1.2.1.1. Causas

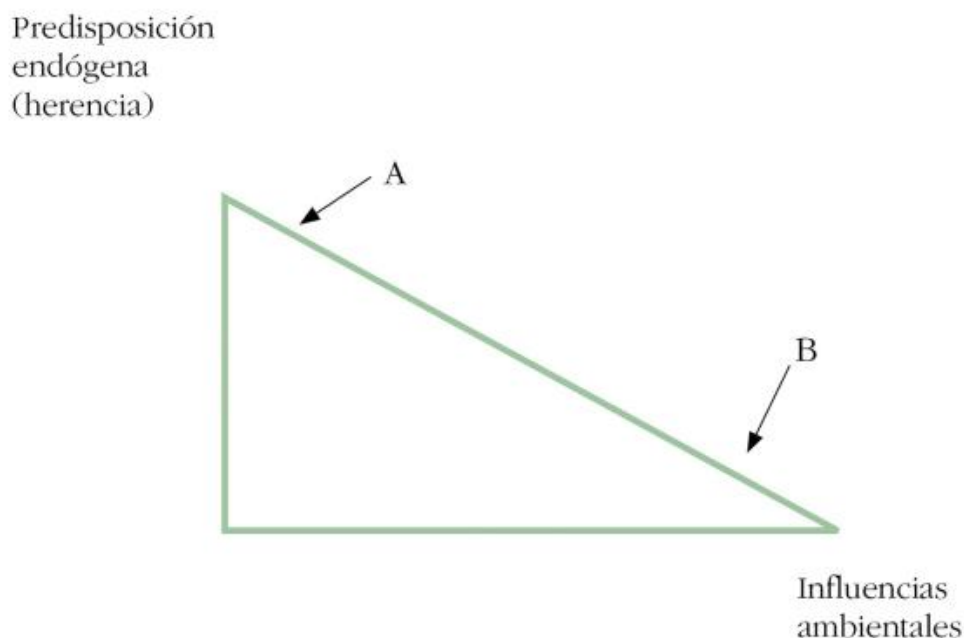
De acuerdo con Cury (2018) existen varias causas que podrían ser considerados factores de riesgo para el padecimiento de ansiedad o un trastorno de ansiedad:

Figura 1

Causas de la Ansiedad

La herencia	<ul style="list-style-type: none"> • De acuerdo con las leyes de Mendel, hay ciertas características genéticas posibles de heredarse, como los trastornos mentales generacionales. • Existe cierta probabilidad de enfermarse si un familiar ha padecido ansiedad, pero se va a regir de la influencia ambiental.
Temperamento y carácter	<ul style="list-style-type: none"> • Ciertas características de personalidad se acercan a la ansiedad, como nerviosismo, hipermotorismo, detallismo, perfeccionismo. • Características asociadas con mayor sensibilidad de percepción de los estímulos externos y por ende tendencia a vivencias síntomas físicos de ansiedad.
La edad y género.	<ul style="list-style-type: none"> • Las edades comprendidas entre los 14 y 16 años son más proclives a desarrollar ansiedad social • Existe mayor predominancia en el género femenino que en el masculino a desarrollar trastornos de ansiedad. • El trastorno de ansiedad generalizada se presenta con mayor prevalencia entre el 60 y 70% de mujeres en relación al 30 y 40% en varones, siendo la edad de inicio variable entre los 20 a 30 años.
Factores del pasado autobiográficos.	<ul style="list-style-type: none"> • El estilo de crianza, ambiente y familia. • Experiencias como las frustraciones, conflictos, aprendizajes erróneos o una comunicación privada o inadecuada, es decir privación del contacto social, estilo de crianza negligente caracterizado por abusos y maltrato o en su defecto un estilo de crianza sobreprotector.

Nota. Elaboración propia [imagen], por Cury (2018)

Figura 2*Herencia-ambiente*

Nota. Adaptado de Luxemburguer [imagen], por Cury (2018).

1.2.2. Depresión.

La depresión proviene del latín depressus, el cual significa abatimiento, es uno de los trastornos mentales más antiguos que existen; caracterizado por un estado de ánimo permanente o temporal generalmente triste, con constantes sentimientos de fracaso, culpa, incapacidad para disfrutar de las cosas y situaciones de la vida, pueden estar acompañados de ansiedad (Chávez y Tena, 2018).

La depresión es una enfermedad mental propia de los trastornos del estado de ánimo, la cual tiene una connotación multifactorial, es decir puede ser provocada por diversos mecanismos de naturalezas distintas; de acuerdo a las estadísticas de la OMS, durante el año 2019, 280 millones de personas sufrían depresión, incluyendo infantes y adolescentes; es una patología bastante compleja en virtud de que presenta varios síntomas y niveles de gravedad, caracterizada principalmente por tristeza, irritabilidad, sensación crónica de vacío,

problemas de concentración, pensamientos de muerte, cansancio y falta de energía (OMS, 2022).

Según el DSM-V (2017) los trastornos depresivos se caracterizan por episodios determinados de cambios en el afecto, funciones neurovegetativas, cognición. También viene acompañado de síntomas como, labilidad emocional, pérdida de interés por sus rutinas habituales, rumiación y auto diálogo destructivo acompañado de ideas autolíticas, sentimiento de impotencia, características que se mantienen por un lapso estimado de tiempo (Corea, 2021).

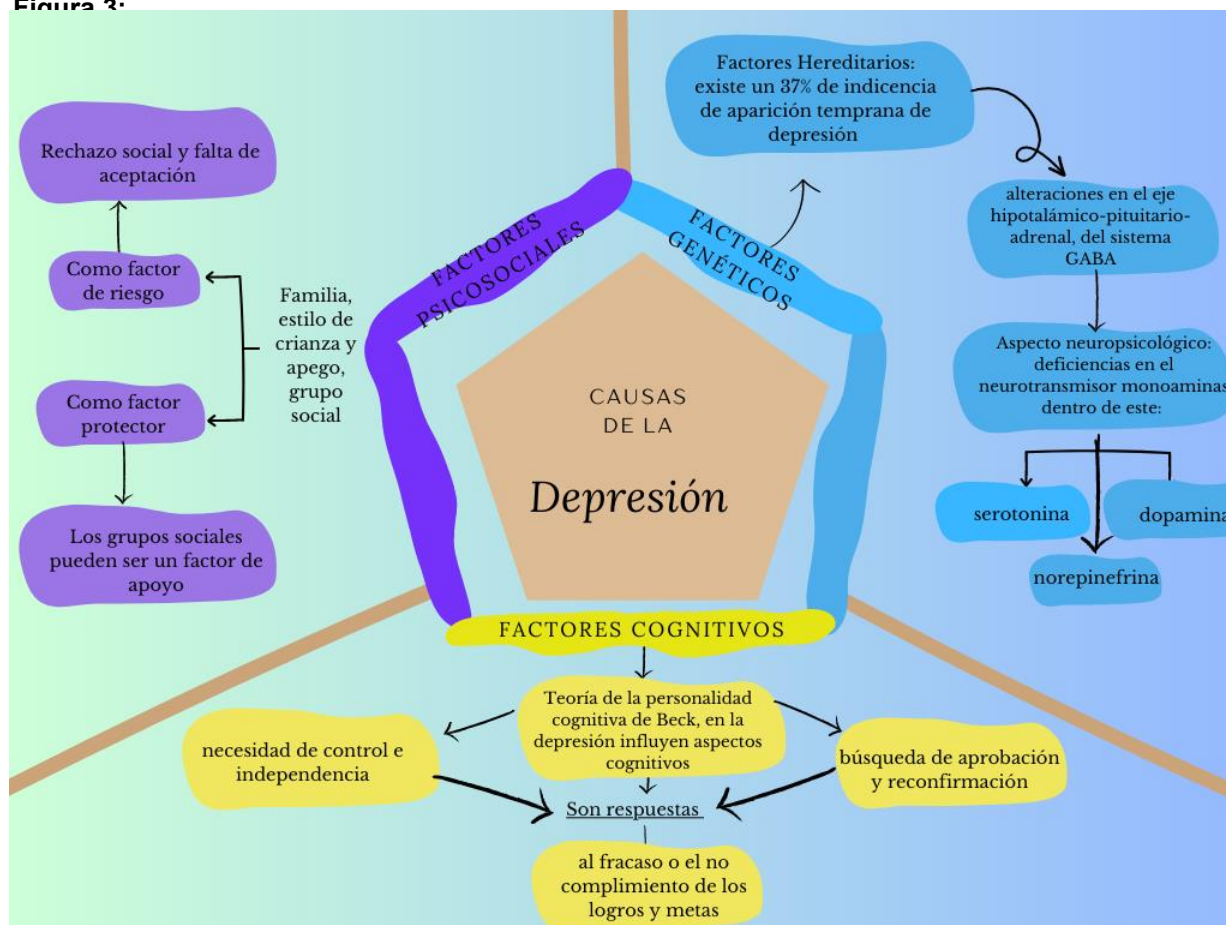
Según la OMS la depresión se encuentra definida como una patología que afecta al bienestar mental de la persona. Presenta signos y síntomas como estados permanentes de tristeza, anhedonia, cansancio, alteración en el apetito y sueño, también se presentan afectaciones en el funcionamiento ejecutivo como la atención y la memoria. Este trastorno afecta significativamente la calidad de vida de la persona y también a nivel familiar, lo cual representa una de las problemáticas más sobresalientes a nivel mundial (OMS, 2022).

La depresión afecta la capacidad para llevar a cabo actividades de la vida diaria y disfrutar de los contextos que nos rodean como familia, los amigos, trabajo, incluso momentos libres; las consecuencias de la depresión en la salud sobrepasan el estado de ánimo, en virtud de que es una enfermedad médica grave que presenta muchos síntomas, incluso físicos.

1.2.2.1. Causas

De acuerdo con Chávez y Tena (2018) la depresión tiene un origen multifactorial, en la cual intervienen factores genéticos, neuropsicológicos, cognitivos y psicosociales, la postura de los presentes autores intenta hacer un análisis a nivel de funcionamiento biopsiológico prestando vital importancia a la aproximación ecológica de la persona.

Figura 3:



Nota: Elaboración propia [imagen], por Alfonso (2021).

1.2.3. Estrés.

La palabra estrés proviene del inglés stress la cual significa aumentada tensión psíquica misma que es producida por una preocupación excesivo y sobreesfuerzo, mismos que causan profundo sufrimiento, este término es bastante actual, por lo cual incluso en la actualidad continua en construcción; niveles elevados de estrés pueden generar cansancio a nivel emocional y pobre autorrealización (Carrillo et al., 2019).

Rochette et al. (2023) hace mención al primer concepto de estrés, donde se lo vincula con el sufrimiento y la poca capacidad de adaptación, para este autor, los componentes que generaban estrés no eran el foco de atención sino los efectos que estos pudieran tener en el organismo y en cómo éste se veía afectado en su capacidad de adaptación.

Actualmente se ha logrado definir de mejor manera el estrés, y es que gracias a los avances médicos se conoce que el estrés es una respuesta natural a eventos angustiantes o amenazantes, y cuando es grave, puede volverse patológico, interfiriendo con el funcionamiento diario y el equilibrio emocional; además actúa como un factor de riesgo para el desarrollo de otros trastornos mentales como la ansiedad y la depresión; el estrés puede desencadenarse cuando las demandas externas sobrepasan la capacidad del individuo para hacerles frente (Agyapong et al., 2022).

De acuerdo con Esperidião et al. (2020) conceptualizar el estrés es una tarea bastante complicada, en virtud de que puede representar tres significados a la vez, su primer interpretación sugiere que puede ser el actor estresante como el trabajo excesivo o preocupaciones; su segunda interpretación lo toma como la respuesta ante el estrés, la cual sería una elevación de la tensión arterial y la última definición se refiere a relaciones estresantes, como conflictos con otras personas, dificultades de comunicación entre otros.

Es importante comprender que el estrés al igual que la ansiedad y la depresión, son un problema relacionado con la salud mental, el cual tiene grandes repercusiones a nivel de adaptación sobre varias esferas de la vida sin respetar períodos del desarrollo, ya que puede generar afectación en la salud del cuerpo, a nivel de cognición-pensamientos, en el aspecto emocional y en el comportamental.

1.2.3.1. Causas

De acuerdo con Carrillo et al. (2019) el estrés puede ser causado por tres variables principales clasificadas de la siguiente manera:

Variables sociodemográficas. Las cuales están relacionadas con el contexto sociodemográfico en donde se desenvuelve la persona tales como edad, estado civil, nivel académico impartido, sexo, situación geográfica a donde pertenece (Julio et al., 2020).

Variables personales. Correspondientes a la propia personalidad, temperamento y actitud, dentro de estas se desglosa la capacidad de gestión emocional de la persona (Carrillo et al., 2019).

Variables propias de las organizaciones. Mismas que pueden ser de acuerdo al tipo de trabajo a desempeñar, demanda, cantidad de horas laborales, cantidad de trabajo y el tiempo del que la persona dispone para su realización, responsabilidades a cargo, consistencia del rol de trabajo, ambiente laboral, además de ello interviene la carga mental, emocional y afectiva que implica la realización de una tarea, además de ello interviene también el procesamiento cognitivo y funciones ejecutivas, todos estos componentes son condiciones que influyen en el nivel de estrés (Julio et al., 2020).

Finalmente, tomando en consideración los indicadores mencionados y los estudios realizados, es indispensable tomar en cuenta los diversos factores que influyen en la salud mental, puesto que de éstos depende el deterioro o mantenimiento de la salud mental, considerando que el ser humano está en constante interacción con el entorno es indispensable considerar la influencia del entorno, las relaciones interpersonales, la forma de crianza, en virtud de que de ello dependerá en gran medida la predisposición a padecer ciertas patologías, si bien es cierto existe en gran parte de ellas una predisposición genética-hereditaria, sin embargo este no es un determinante en el desarrollo o no de una patología.

1.3. Salud Mental en docentes

La educación ha sido un pilar importante para el desarrollo del ser humano, pues constituye la base para la edificación y el avance de la sociedad, en ello radica la importancia de analizar el desenvolvimiento de los principales actores del proceso enseñanza que son los docentes; puesto que si bien son varios los retos a los cuales se enfrentan, muchos vinculados a su nivel de formación académica, vocación, manejo de estrategias de pedagogía, un alumnado desmotivado, escasez de recursos académicos, entre otros; es por ello que en el presente trabajo se han considerado varias patologías como la ansiedad, estrés

y depresión, como un análisis de las principales repercusiones a nivel de salud mental que representa la docencia (Titistar et al., 2022).

El estudio de la actividad docente, ha permitido visualizar como los profesores han tenido que adaptarse a escenarios y contextos diversos en la trayectoria de su vida profesional, esto por causa de los cambios que han surgido en la educación con el pasar de los años, a ello sumado también el cambio generacional en relación al alumnado, así como los avances tecnológicos, factores que han puesto a prueba las habilidades pedagógicas de los docentes, si bien es cierto, es indudable el hecho de que el profesional docente ha adquirido experiencia con todos estos cambios, sin embargo, también ha acarreado malestares respecto a su salud tanto física como mental (Mesurado y Laudadio, 2019).

1.4. Repercusiones de las variables de la salud mental

Mantener una buena salud mental se ha convertido en una de las prioridades de la sociedad actual, así pues, a nivel mundial, se ha alcanzado mayor relevancia en la prevención y promoción de un buen estado mental. No obstante, variables como el estrés, la ansiedad, la depresión y demás, generan bloqueos en el proceso pues sus repercusiones son considerables y de afcción a nivel global en todas las esferas del individuo, es decir, pueden afectar tanto a sus relaciones interpersonales, como a su salud física, desempeño laboral, relaciones sentimentales, visión personal, interacciones familiares, expresión emocional, por nombrar algunas. A continuación, se desglosan los efectos específicos que la ansiedad, la depresión y el estrés generan en la salud mental de un individuo (Ribeiro et al., 2020).

1.4.1. Ansiedad

La ansiedad en los docentes, es una problemática bastante común, que tiene un impacto significativo en la salud mental de estos profesionales y en su desempeño laboral; como se apreció en los párrafos que preceden, los docentes se enfrentan diariamente a una serie de desafíos, por tal motivo la salud docente es crucial, puesto que de ellos depende el proceso

de enseñanza- aprendizaje e influye directamente en la calidad de la experiencia de aprendizaje de los estudiantes.

De acuerdo con Tyrer (2018) cuando la ansiedad es patológica y se manifiesta durante tiempos prolongados en ausencia de tratamiento se incrementan los síntomas como dolores de cabeza, vértigo, mareo, insomnio, dolor muscular, fatiga; puede llevar a la discapacidad, o desarrollar enfermedades cardiovasculares, como la cardiopatía isquémica, infarto del miocardio, enfermedades gastrointestinales, pulmonares, neurológicas e incluso trastornos psicosomáticos.

A su vez la ansiedad patológica también presenta repercusiones en el aspecto psicológico, ya que afecta el sistema cognitivo generando sesgos cognitivos como el interpretativo, el cual se caracteriza por interpretar estímulos con una tonalidad amenazante; y la atención selectiva direccionada a dichos estímulos amenazantes; a su vez también influye en el componente emocional ya que viene cargado de sentimientos de inseguridad, incapacidad, pobre autoconfianza, infelicidad (Moreno, 2020).

Por otro lado, desde la perspectiva conductual, la ansiedad patológica también puede producir comportamientos desadaptativos, que afectan la interacción con el entorno; la búsqueda intensa de consuelo y explicación en su círculo social y profesionales médicos, son comportamientos cuya finalidad es averiguar el origen de su sintomatología, lo cual puede incrementar la sintomatología ansiosa, de la misma manera existen constantes comportamientos evitativos, de escape, de aislamiento social, conductas de derrota rituales, obsesiones y compulsiones que llevan a conductas como la comprobación o autoexploración excesiva y en fin un bloqueo del desarrollo personal (Scarella et al., 2019).

Finalmente es importante mencionar que las repercusiones fisiológicas, psicológicas y conductuales dentro del ámbito de la profesión docente, no difieren de las presentadas previamente, no obstante, éstas se presentan con mayor intensidad en virtud de que la docencia es una profesión que requiere de grandes habilidades de comunicación,

emocionales, autocontrol, por lo cual, cuando se presenta la ansiedad patológica ésta va asociada con un deterioro severo en la salud mental, llegando a presentar mayor irritabilidad, enfado, mal humor, problemas para dormir, síntomas de angustia y miedo lo cual repercute de manera directa en su desempeño laboral (Quispe y Curo, 2020).

Cuando la ansiedad no recibe un tratamiento adecuado, puede repercutir a nivel de las esferas biopsicosocial, pues sus consecuencias pueden poner en riesgo la salud física, psicológica y adaptativa-comportamental de la persona que la padece; muchos de estos síntomas signos y síntomas fisiológicos están relacionados con los síntomas propios del trastorno, como la dificultad para respirar, la taquicardia, mareo; estos síntomas pueden causar efectos negativos en la salud a corto plazo

1.4.2. Depresión

La depresión es un trastorno mental caracterizado principalmente por los profundos sentimientos de tristeza, este trastorno presenta varios síntomas que afectan el desarrollo normal de la persona, incluyendo el aspecto fisiológico, psicológico y conductual, mismos que generan grandes dificultades de adaptación en la persona y su entorno, los cuales se explican a continuación:

Las repercusiones a nivel fisiológico, incluyen problemas digestivos así como debilitación del sistema inmune lo cual hace que el organismo de la persona esté propenso a desarrollar infecciones lo cual dificulta mayormente cualquier condición de salud previa; se asocia también con el cansancio físico como mental; pérdida del deseo sexual, dificultades en cuanto al ritmo del sueño, pérdida de apetito marcada por una tendencia a subir o bajar de peso, dolores de cabeza y ritmo cardiaco acelerado lo cual podría incrementar el riesgo de enfermedades cardiovasculares (Romain et al., 2021)

Con respecto a las repercusiones a nivel psicológico se presenta la angustia, sentimientos crónicos de vacío, apatía, baja autoestima, obsesiones, amargura, mal humor, pérdida cognitiva que incluyen déficits en memoria, atención y concentración (Grahek et al., 2019);

también existe un patrón de pensamiento negativo con atribuciones internas de la persona, sentimientos de indefensión y desesperanza; por otro lado también se hacen evidentes esquemas de desconexión y rechazo mismos que repercuten en la interacción social de la persona e incrementan la ideación suicida (Mateos y Calvete, 2019).

Finalmente, en el aspecto conductual Moreno et al. (2019) mencionan que la consecuencia mayor es la conducta suicida; a su vez existen otras repercusiones como conducta marcada por una tendencia al descuido, des validación y conductas autolesivas; lo cual afecta respecto a su adaptabilidad a los entornos en donde se desarrolla, además de ello se aprecia apatía y aislamiento social; a su vez también se desarrollan conductas dañinas como consumo de tabaco y estupefacientes. Para los docentes todas estas repercusiones afectan en gran medida su adaptabilidad respecto al desempeño laboral, llegando incluso al ausentismo laboral.

La depresión docente, puede acarrear varias consecuencias en la salud mental, como se aprecia en los antecedentes, puede incluso llegar a atentar la propia vida, por lo cual es un tema crucial que afecta directamente la calidad de la educación en los docentes, por tal motivo es fundamental la creación de condiciones laborales que fomenten el bienestar docente y proporcionen recursos que permitan afrontar los desafíos asociados con la enseñanza.

1.4.3. Estrés

Las experiencias difíciles dentro del área laboral se asocian con patologías como el estrés, el cual puede presentar grandes repercusiones a nivel fisiológico, psicológico y conductual.

Vancheri et al. (2022) nos menciona que experiencias estresantes prolongadas pone a la persona en un estado de activación a nivel fisiológico, generando a su vez activación en los sistemas inmune y endócrino los cuales se co regulan, esto con la finalidad de proporcionar la energía necesaria al cuerpo, sin embargo, cuando estos estados se prolongan

producen un estado cardiovascular de alto riesgo, con pronóstico para el desarrollo de accidentes cerebrovasculares y enfermedad arterial coronaria; por otro lado, si los niveles de estrés no son crónicos, podrían generar afectación en la función sexual, malestares estomacales, dificultades para dormir, tensión o dolores musculares y dolores de cabeza.

El siguiente aspecto trata acerca de las repercusiones psicológicas del estrés Reinozo y Salcedo (2022) menciona que el estrés puede acarrear a déficits emocionales y cognitivos; se presentan distorsiones cognitivas que generan error en la interpretación de las situaciones percibiéndolas como negativas; las principales son la falacia de recompensa dividida, en la cual, los docentes no buscan una solución a los conflictos presentados al contrario permanecen desarrollando sus actividades cotidianas con normalidad a la espera que la situación mejore de manera mágica; también se aprecia culpabilidad, pensamiento polarizado, etiquetas globales y personalización; por otro lado el estrés crónico puede conducir a afecciones neuropsiquiátricas como los trastornos de ansiedad.

Con respecto al aspecto conductual se pueden apreciar ciertos comportamientos generados por la misma sintomatología del estrés, como consumo excesivo de comida, irritabilidad, hábitos dañinos como tabaquismo o alcoholismo, aislamiento social, sedentarismo; sin embargo, en el ámbito laboral estas consecuencias podrían tener repercusiones como ausentismo laboral, malas relaciones interpersonales, pobre autocontrol de conductas irritables (Higuera et al., 2019).

El docente es el principal actor de la educación, la tarea de cubrir las necesidades educativas de sus estudiantes es una situación de estrés constante, generando afectación principalmente en su adaptación laboral, malos estilos de afrontamiento, desmotivación, creencias desadaptativas y agotamiento emocional y se relaciona principalmente con patologías neuropsiquiátricas como depresión y ansiedad (Carrillo et al., 2019); incluso podría llegar a conducir a la despersonalización, pobre realización personal, aplanamiento afectivo,

disminución de la empatía, insatisfacción en cuanto al rendimiento profesional. (Granados et al., 2019).

Los educadores comúnmente se ven inmiscuidos en demandas y presiones laborales, asociados a los requerimientos propios de su profesión como se evidenció en los apartados anteriores, estos factores pueden contribuir a que los niveles de estrés incrementen, por tal motivo es indispensable que las instituciones educativas aborden de manera integral la salud mental, proporcionando entornos laborales de apoyo y con capacitación continua.

1.5. Investigaciones previas en salud mental

La salud mental, ha sido ampliamente estudiada a lo largo de la historia, puesto que engloba los componentes de bienestar emocional, psicológico y social de los seres humanos, por ende, afecta o actúa directamente sobre los sentimientos, pensamientos y conductas de las personas; es por ello que se han establecido múltiples centros sanitarios de atención primaria, que puedan cubrir las necesidades de la sociedad respecto a estos componentes, para poder brindar una atención integral, en virtud de que entre el 25 y 55% de las demandas en los centros de salud se asocian con la presencia de algún trastorno mental (Gómez et al., 2018).

Si bien es cierto la salud mental constituye un elemento central en la vida de las personas, pues permite que sus capacidades se potencien, sin embargo éstas pueden verse disminuidas o atrofiadas si no se mantiene una buena higiene mental, de acuerdo al contexto en donde se desenvuelva la persona; en este contexto el área laboral ha sido ampliamente estudiada como uno de los entornos de mayor riesgo psicosocial frente a la salud mental de las personas, puesto que intervienen varios factores como clima laboral, flexibilidad, liderazgo, carga horaria y de responsabilidad entre otros (Palma et al., 2022).

Otro de los campos de estudio respecto a la salud mental ha sido el impacto de los desastres frente a la salud mental; es importante que se tome en cuenta la naturaleza del evento, así como las circunstancias ambientales asociadas a este, puesto que es importante

comprender que a diferencia de las dolencias físicas las dolencias a nivel de salud mental no suelen ser tan evidentes, lo cual hace más complicado su diagnóstico y tratamiento, muchos de estos eventos catastróficos se asocian con trastorno por estrés postraumático, trastornos depresivos, ansiosos y se asocian con trastornos por consumo de sustancias (León y Huarcaya, 2019).

Respecto a los últimos estudios que han surgido en la salud mental ha sido en cuanto al abordaje de los daños psicológicos que ha provocado el más recién desastre como es la pandemia por COVID-19, en donde se hicieron evidentes varias patologías que afectaron a la población, de acuerdo con Rodríguez et al. (2020) la crisis sanitaria vivida en el año 2019 ha generado grandes cambios en cuanto las rutinas cotidianas de las personas, pues ha acarreado un confinamiento restrictivo para todos además de los efectos mismos de la enfermedad, generando un incremento notable de patologías como ansiedad, depresión y estrés.

Finalmente es importante considerar que la salud mental en los últimos años se ha visto gravemente afectada a nivel general de la población, pero dentro de ésta, existen profesiones que evidencian más repercusiones, como es el caso de los docentes, quienes tuvieron que enfrentarse a grandes retos educativos y pedagógicos, como la educación virtual a distancia por el confinamiento lo cual ha generado la aparición de malestares respecto a su salud mental como ansiedad, depresión y estrés (Ribeiro et al., 2020).

1.5.1. Ansiedad

Un estudio realizado en China por Li et al. (2020) evaluó la ansiedad y sus efectos durante la pandemia por COVID.19, en 88.611 docentes de primaria, secundaria y universidad, mediante un muestreo por conglomerados; los hallazgos mostraron que a nivel global la prevalencia fue de 13,67%, siendo mayor en el género masculino en un 14,06% en edades comprendidas entre 60 y 100 años; y en mujeres la prevalencia fue del 14,70% en edades comprendidas entre los 50 a 60 años; se pudo identificar factores sociodemográficos

asociados a los diversos niveles de gravedad en ansiedad correspondientes a sexo, edad, tipo de docente y ubicación de la institución educativa.

Un estudio sistemático, realizado por Silva et al. (2021) mediante una revisión de 1372 registros a nivel mundial, en países como China, España, India, Brasil, Estados Unidos, en poblaciones de docentes entre los 24 y 60 años de instituciones de primaria y universidad, arrojó resultados de ansiedad entre el 10% y el 49,4% de la población, teniendo mayor incidencia en aquellos docentes de instituciones de primaria.

A nivel mundial, Desouky y Allam (2017) realizaron un estudio en Egipto, acerca de el estrés laboral, ansiedad y depresión en profesores, evidenciándose que el estrés es un predisponente para el desarrollo de ansiedad y depresión, el estudio fue transversal y se realizó en una población de 568 docentes, quienes fueron evaluados mediante el Inventario de Depresión de Beck, Escala de ansiedad manifiesta de Taylor y el Índice de estrés ocupacional; los resultados mostraron que la prevalencia de ansiedad y depresión fue; 100% para estrés, 67,5% para ansiedad y 23,2% para depresión.

Un estudio realizado en Grecia con el objetivo de evaluar los efectos psicológicos de la pandemia COVID-19 en una muestra de 226 docentes de secundaria, mediante un estudio transversal y muestreo aleatorio simple pudo evidenciar que el 34% mantuvieron picos elevados de ansiedad, debido a la situación de emergencia sanitaria y a la necesidad de adaptación asociada al cumplimiento de sus funciones laborales remotas; a su vez pudo notarse que la población femenina presentaba mayor correlación con emociones de miedo y tristeza (Stachteas y Stachteas, 2020).

A nivel de América, se evidenció un estudio realizado en Canadá por Agyapong et al. (2022) con la finalidad de medir los niveles de ansiedad en docentes durante los años 2020 y 2021, posterior al confinamiento por pandemia de COVID-19; mediante una revisión de alcance en las principales fuentes de estudio se logró recabar 190 artículos que embarcaban las variables estrés, ansiedad, depresión en docentes; los hallazgos permitieron evidenciar

que los niveles de ansiedad moderada y severa oscilaba entre el 4,9% a 68,0% de la población de docentes.

Lizana y Lera (2022) realizaron un estudio con diseño transversal en Chile en una muestra de 313 profesores seleccionados mediante un muestreo de bola de nieve en instituciones de primaria y secundaria durante los años de pandemia, a través del reactivo psicológico DASS-21; el objetivo fue medir la ansiedad, depresión y estrés asociado a los efectos del COVID-19; los hallazgos mostraron altos niveles de los 3 componentes evaluados, respecto a la ansiedad se evidenciaron síntomas en un 73% de la población evaluada; por otro lado, se observó que el pertenecer a una institución educativa privada era un factor protector para el desarrollo de ansiedad.

A nivel de Latinoamérica se realizó un estudio en Perú, con el objetivo de evaluar el impacto psicológico de la pandemia por COVID-19 en un grupo de 74 docentes de inicial, primaria y secundaria; el diseño de estudio fue de tipo cuantitativo, con un muestreo no probabilístico por conveniencia; los hallazgos evidenciaron mayor presencia de síntomas de ansiedad y estrés en un 53% de la población existiendo mayor incidencia en mujeres (Quispe y Curo, 2020).

Hidalgo et al. (2021) realizaron una investigación con métodos mixtos en Ecuador, con la finalidad de evaluar variables como angustia psicológica y estrés mediante la Escala de Estrés Percibido evidenciados durante la pandemia por COVID-19, además que usaron un grupo de 394 docentes para mantener su salud mental, se evidenció que la angustia psicológica asociada con la ansiedad predominó en el 89,1% de los docentes, a su vez se evidenció que usaron las estrategias de planificación con anticipación, aceptación y reencuadre.

Bello et al. (2023) realizaron una investigación en 260 docentes de Ecuador, mediante un diseño mixto cualitativo y cuantitativo, con el objetivo de categorizar las manifestaciones de ansiedad que presentan los docentes durante el proceso de acreditación mientras a su

vez realizaban un abordaje en resiliencia; se evaluó categorías cognitivas, reacciones fisiológicas y manifestaciones motoras; los hallazgos mostraron niveles de ansiedad altos en las tres categorías evaluadas; mientras que en el retest aplicado posterior a la intervención en resiliencia se apreció evolución respecto a conducta resiliente en un 80% de la población.

Se llevó a cabo una investigación con métodos mixtos, en docentes universitarios, con la finalidad de valorar por medio de una encuesta las principales afectaciones o inconvenientes que vivenciaron respecto a la educación remota durante la pandemia por COVID-19; la muestra estuvo conformada por 20 docentes; los hallazgos muestran que los docentes no se encontraban preparados para un cambio en sus metodologías de trabajo, ni los cambios en el estilo de vida que implicó la pandemia, lo cual generó sentimientos de ansiedad en el 100%; también se evidenció mayor dificultad de adaptación en cuanto a la carga laboral adicional por la educación virtual (Estrella, 2022).

Los estudios revisados a nivel macro, meso y micro dejan en evidencia una notable prevalencia de patologías de salud mental como la ansiedad en población docente, mostrando diversas causas asociadas a carga laboral, cambios en metodología de trabajo por la pandemia y dificultades de adaptación a la misma; en este sentido es importante mencionar que los docentes se ven expuestos a frecuentes cambios, para lo cual deben poseer habilidades en cuanto a la gestión emocional para lidiar con su capacidad de adaptabilidad a éstos diversos cambios, dejando en manifiesto la importancia de la implementación de programas que brinden una guía relacionada con gestión emocional.

1.5.2. Depresión

En un estudio con diseño correlaciones realizado en India con la finalidad de estimar la prevalencia de depresión y sus diversos niveles de gravedad en una muestra de 105 docentes de primaria en relación a sus características sociodemográficas, a través del Inventario de Depresión de Beck permitió identificar que 55 de 105 docentes tenían depresión,

de ellos, el 28,6% mostró sintomatología de depresión leve, el 18,1% de depresión moderada y el 5,7% depresión mayor (Veda y Gopalakrishnan, 2018).

Se realizó un estudio con diseño de revisión sistemática en donde se tomaron investigaciones de varios continentes, el objetivo fue valorar la prevalencia de depresión ansiedad, agotamiento y estrés en profesores; se encontraron hallazgos que permitieron evidenciar que los niveles de depresión prevalecían en el 19% de los estudios, con mayor predominancia en Asia; el estrés predominó en el 30% mientras que la ansiedad en el 17%, se apreció también que los niveles más altos se presentaban en docentes universitarios en comparación con docentes de primaria (Ozamiz et al., 2021).

Hindman y Bustamante (2019) realizaron un estudio de revisión sistemática en Alemania, con la finalidad de explorar los niveles de depresión en docentes, en su investigación manifiestan que existe un gran número de estudios que confirman que tanto la depresión como emociones negativas asociadas a esta, como el agotamiento, despersonalización y ansiedad son síntomas bastante comunes en población docente a nivel mundial, con mayor incidencia en aquellos docentes de primaria y secundaria.

Se realizó una investigación de tipo revisión sistemática en Canadá con la finalidad de determinar la prevalencia de las variables, depresión, ansiedad y estrés asociado a la labor docente. Los hallazgos mostraron que en niveles severos existió una prevalencia entre el 4% al 77% en los docentes, a su vez estos variaban de acuerdo con variables sociodemográficas como edad, género, estado civil, factores relacionados con la práctica laboral, cantidad de estudiantes y niveles de satisfacción laboral (Agyapong et al., 2022).

Mendes et al. (2020) realizaron una investigación con diseño analítico en Brasil con la finalidad de analizar la presencia de depresión y estrés en una muestra de 163 docentes de una institución pública; la evaluación se llevó a cabo mediante el Inventario de Depresión de Beck y la Escala de Estrés Percibido; los resultados mostraron que no existían altos niveles

de depresión, siendo el 64,8% de la muestra los varones que mostraron sintomatología de depresión leve.

Baculima et al. (2021) llevaron a cabo un estudio exploratorio, descriptivo y correlacional realizado en la ciudad de Cuenca-Ecuador, en donde la finalidad era determinar los niveles de depresión durante la pandemia por COVID-19 asociado a la labor remota de 661 docentes; los resultados permitieron vislumbrar que la depresión es una patología mental que afecta a gran parte de la población y que interfiere en el desempeño adecuado de las actividades laborales.

Un estudio realizado en Quito-Ecuador, mediante un diseño mixto, transversal, no experimental y descriptivo con el objetivo de determinar el nivel de autopercepción en relación a la salud mental de docentes universitarios durante la pandemia por COVID-19, mediante el Cuestionario de Goldberg GHQ-30 se valoró una muestra de 106 docentes, los resultados mostraron puntuaciones altas en problemas de disfunción social como depresión y estrés siendo un 23,6% de docentes afectados quienes experimentaban sintomatología relacionada con la depresión con síntomas psicósomáticos como disminución en los niveles de energía y cansancio; se logró identificar que los problemas tenían su origen en preocupaciones respecto a la no seguridad laboral y el aspecto económico relacionado a ello (Noroña y Vega, 2022).

Un reciente estudio con metodología mixta y enfoque cuantitativo realizado en Quito-Ecuador, permitió analizar el malestar psicológico percibido en un grupo de 20 docentes generado por las diversas modalidades de enseñanza que tuvieron que emplear tras la pandemia por COVID-19; los resultados permitieron identificar que los docentes presentaron niveles bajos de depresión con una prevalencia del 65% en síntomas de depresión mínima, 30% en depresión leve y 5% en depresión moderada; valores no significativos respecto a ansiedad, estrés y dolor emocional (López, 2022).

Como se ha podido evidenciar en las indagaciones científicas acerca de la depresión, es una patología de la salud mental bastante frecuente en la población docente, esto debido a causas múltiples entre ellas su gran mayoría relacionadas con los requerimientos propios de la profesión y también con las reformas institucionales, lo cual hace que la labor docente se desarrolle en un marco de presión e inconformidad lo cual puede asociarse con sentimientos de tristeza.

1.5.3. Estrés

Un estudio cuantitativo no experimental de corte transversal, realizado en España con la finalidad de analizar los niveles de estrés ansiedad y depresión en una población de 1633 docentes de educación infantil, secundaria y universidad; posterior a la pandemia por COVID-19, todos entre una edad media de 42 años, para ello se aplicó la Escala DASS-21; los resultados permitieron evidenciar niveles de estrés leves en un 3,5% de la población, siendo mayormente acentuados los síntomas en las mujeres a diferencia de los varones, los niveles de ansiedad por otro lado fueron más altos; por otro lado se pudo evidenciar que la sintomatología de estrés fue mayor en los docentes entre 23 y 30 años (Santamaría et al., 2021).

Un estudio con diseño descriptivo y correlacional realizado en China posterior al brote de COVID-19, con el objetivo de evaluar la eficacia del apoyo social sustancial, necesidades psicológicas y sentido de control en docentes con estrés agudo, para lo cual se tomó una muestra de 751 docentes de primaria y secundaria quienes tenían una prevalencia del 9,1% de síntomas de estrés agudo, los resultados evidenciaron que el apoyo social se asocia al alivio de la sintomatología por estrés, siempre y cuando dicho apoyo satisface las necesidades psicológicas del individuo mientras a su vez incrementa el sentido de control, (Zhou y Yao, 2020).

En India se realizó un estudio descriptivo, con la finalidad de evaluar el estrés en una muestra de 200 docentes universitarios entre 25 y 60 años, asociado al cambio de modalidad

de enseñanza online durante la pandemia por COVID-19; se utilizó el cuestionario PHQ-9 y el Formulario de Información Personal el cual permitió evidenciar que existe un estado de depresión en los docentes jóvenes, notándose como el 33,5% de docentes tienen un nivel de depresión leve; el 37% acentuó en un Trastorno depresivo moderado-mayor y 16,5% de docentes entre los 20 años o más apuntaron a un Trastorno depresivo severo (Sheikh et al., 2020).

Redondo et al. (2020) llevaron a cabo un estudio comparativo entre docentes españoles y latinoamericanos con la finalidad de explorar los factores psicológicos, de nutrición y actividad física asociados al estrés, en una muestra de 598 docentes, los hallazgos demostraron puntuaciones superiores a los docentes de Latinoamérica, en cuanto a estrés, evidenciándose una prevalencia del 20,36% en docentes latinoamericanos, sin embargo en cuanto a hábitos de nutrición y actividad física los resultados mostraron mayor salud en docentes españoles.

En Costa Rica se llevó a cabo una investigación cuantitativa, exploratoria y descriptiva con la finalidad de evaluar cómo una muestra de 131 docentes de instituciones públicas afrontaba el estrés; mediante la Escala de Estrés docente se valoraron cinco componentes: ansiedad, Presión, depresión, esquemas mal adaptativos, mal afrontamiento y desmotivación. Los hallazgos demostraron niveles elevados de estrés asociados a la carga laboral y cansancio, de la misma manera se aprecia que existen adecuados esquemas de afrontamiento; estos niveles de estrés se asocian con depresión (Retana et al., 2022).

Zuniga et al. (2018) realizaron un estudio no experimental, cuantitativo y transversal en Chile con la finalidad de medir la existencia de estrés agudo laboral en una muestra de 61 docentes de primaria; mediante el Inventario de Maslach por Agotamiento, el cual aborda componentes como agotamiento en el aspecto emocional, despersonalización y realización personas; los resultados permitieron evidenciar que no existió relación entre las variables, sin

embargo se estimó que el nivel de estrés fue elevado ocupando un 55% de la población evaluada.

Jarrín et al. (2022) realizaron una investigación cuantitativa no experimental de corte transversal y descriptiva con la finalidad de medir la prevalencia del estrés agudo en 399 docentes ecuatorianos universitarios del sector público durante la pandemia por COVID-19; los hallazgos evidenciaron altos niveles de estrés agudo a nivel global en la muestra en un 33,08%, a su vez se apreció agotamiento emocional en el 30,08% y sentimientos de baja realización personal en un 15,79%.

Álvarez et al. (2022) llevaron a cabo una investigación en Ecuador de tipo no experimental, transversal y descriptiva, con la finalidad de analizar los niveles de estrés laboral asociada a la modalidad e- learning impuesta durante la pandemia por COVID-19, en una muestra de 272 docentes; los resultados mostraron que el 81,59% de docentes femeninas presentaron altos niveles de estrés, mientras que en los docentes masculinos el porcentaje fue de 81.01%, estos resultados se relacionan con los componentes de decisión, apoyo social y demandas psicológicas, concluyéndose que el estrés no sólo se asocia a factores biológicos sino también contextuales.

En otro estudio de tipo cuantitativo, correlacional y descriptivo realizado en Ambato-Ecuador, con el objetivo de determinar la relación entre estrés laboral y personalidad en un grupo de 68 profesores universitarios; mediante la Escala de Estrés Laboral OIT-OMS y el Cuestionario Big Five de personalidad, se logró evidenciar una prevalencia de estrés del 82.4% en mujeres con una dimensión de personalidad de estabilidad emocional (Rodríguez et al., 2022).

1.6. Capital psicológico y satisfacción laboral en docentes.

1.6.1. Conceptualización y etiología del capital psicológico y satisfacción laboral.

Partiendo desde la psicología positiva surge el capital psicológico como uno de los constructos de gran impacto a la hora de hablar de cómo es la autopercepción que hace un individuo respecto a las circunstancias de la vida en relación con la posibilidad de éxito a obtener a través del esfuerzo y la constancia que dedique a la superación de dicha circunstancia; en este proceso se ven inmersas cuatro dimensiones que harán posible el éxito como con la eficacia, optimismo, esperanza y resiliencia; dichos factores sugieren mejor productividad y rendimiento laboral (Mesurado y Laudadio, 2019).

El capital psicológico surgió desde una perspectiva de la psicología positiva, con la finalidad de mejorar el comportamiento organizaciones positivo y los recursos psicológicos dentro del ámbito laboral, enfocado en los actores principales que son los trabajadores, esto a raíz de las limitaciones que presentaban el capital social, económico y humano los cuales eran ineficaces frente a los cambios de época que traían consigo implementación de reformas laborales, lo cual disminuía el bienestar del trabajador y a su vez precariedad en el ámbito laboral (Santana et al., 2018).

El capital psicológico puede conceptualizarse como un estado psicológico que se enfoca en variables de una personalidad positiva como: confianza la hora de superar actividades desafiantes, optimismo enfocado en el éxito en el aquí y el ahora y en el futuro, capacidad para mantener los objetivos o a su vez reformularlos en caso de ser necesario y capacidad de resiliencia para sobrellevar las dificultades que se presenten, así mismo poder recuperarse y alcanzar el éxito (López-Núñez et al., 2018).

Salessi (2020) concibe al capital psicológico como un estado de la persona en donde se encuentra con predisposición al cambio, a pesar de gozar de estabilidad, existe una plena actitud de optimismo frente a los retos laborales; además de ello, se refleja también actitud

motivacional respecto a su desempeño, lo cual dota su función de creatividad e innovación, incrementando las capacidades para la solución de problemas, siendo éstas caracterizadas por una mayor efectividad y originalidad; finalmente este autor menciona que aquellas personas que gozan de un capital psicológico positivo son personas proactivas, que buscan generar y aportar ideas, promoviendo e implementando proyectos innovadores.

El término satisfacción laboral tiene su origen, en las teorías de la Personalidad de Cattell, la cual sugiere que una persona manifestará su personalidad de acuerdo a la situación que experimente, lo cual determinará su conducta; por otro lado, la teoría X y Y de Mc Gregor, hace referencia a los estilos en cómo una persona administra y lidera en una organización, explicando que la teoría X hace alusión al cumplimiento de la necesidad fisiológica de la persona por ende esta buscará cubrir su necesidad de seguridad esperando ser dirigido; mientras que en la teoría Y hace referencia en la concepción actual del comportamiento, en la que la persona asume posición de cambio frente a su exposición laboral, pues busca la satisfacción en la actividad que desempeñe (Hernández y Azahuanche, 2021).

La satisfacción laboral se define como el grado de percepción positiva que tiene la persona acerca de su trabajo, al hablar de percepción se ve involucrada principalmente la respuesta emocional que tiene un individuo hacia las actividades laborales que desempeña; por otro lado, para que existe una satisfacción laboral deben existir ciertas condiciones como el clima laboral, salario, nivel de socialización y relaciones entre trabajadores, condiciones laborales, posibilidades de ascenso; crecimiento profesional y laboral (De los Heros et al., 2020).

La satisfacción laboral se considera como un estado emocional o una respuesta guiada por el componente emocional de una persona hacia su trabajo, cuando la persona se encuentra en un entorno organizacional, en donde se toman en cuenta sus capacidades, existe un adecuado reconocimiento, retribución económica y el clima laboral es idóneo al punto de llenar sus expectativas, se podría decir que existe satisfacción laboral, puesto que

su salud mental se encuentra cuidada lo cual brinda equilibrio a la persona (Rodas y Pérez, 2021).

1.6.2. Importancia del capital psicológico y satisfacción laboral

La docencia es una de las profesiones que requiere mayor capacidad de adaptación por parte del profesional, en virtud de que está sujeta a los cambios generacionales de manera directa, al ser actores del proceso de enseñanza-aprendizaje requieren de varias destrezas para su adecuado desenvolvimiento profesional; si bien es cierto el paso del tiempo ha traído diversas generaciones a lo largo de la historia las cuales han traído consigo cambios a nivel de percepción personal, expectativas de vida y avance tecnológico, lo cual tiene grandes implicaciones en los sectores económico, político, religioso, salud y educación; en este contexto surge el capital psicológico, como un recurso para mejorar el comportamiento organizacional (López et al., 2018).

Con este antecedente deja en manifiesto la importancia del capital psicológico, dentro de las múltiples profesiones y sobre todo dentro la docencia; como una herramienta que permite adquirir recursos humanos que vayan en pro del desempeño laboral; tomando como punto principal el desarrollo psicológico de la persona. Para ello Luthans como autor del concepto de capital psicológico nos pone en conocimiento las cuatro capacidades personales para un comportamiento organizacional positivo: optimismo, autoeficacia, esperanza y resiliencia (Ortega et al., 2021).

En base a estas cuatro capacidades es posible ampliar beneficios en docentes que promuevan un capital psicológico positivo; la autoeficacia, la cual actúa sobre sistema de creencias de la persona y en la facultad para cumplir con los objetivos planteados previamente; en cuanto al optimismo se enfoca en los mecanismos internos de la persona, como la visión positiva hacia las acciones propias y la forma de percibir las situaciones desafiantes; por otro lado la esperanza simboliza la motivación que tiene la persona hacia los

objetivos y finalmente la resiliencia que actúa como un recurso capaz de ampliar el nivel de adaptación y recuperación frente a una circunstancia adversa (Yang et al., 2022).

Por otro lado, la importancia de la satisfacción laboral radica en que es un estado emocional, el cual puede ser positivo dependiendo de las experiencias que vivencien en la empresa, esto garantizará a su vez el compromiso de la persona con su trabajo, evidenciándose un mejor desempeño. Hablando con respecto a la profesión de la docencia, un nivel adecuado de satisfacción, se verá reflejado en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes, quienes serán los principales beneficiados de un desempeño proactivo por parte del profesor, pues si bien es cierto autores manifiestan que una adecuada satisfacción laboral en docentes incrementa la implicación del docente, a la hora de abordar nuevas estrategias de aprendizaje, es decir, realmente se involucran en la enseñanza (Zang y Feng, 2023).

Otro de los puntos indispensables del porque la satisfacción laboral es necesaria es el hecho de que influye en el estudiante, respecto a su situación emocional, cognitiva, social y comportamental, en función de que un docente con un adecuado nivel de satisfacción laboral invertirá mayor cantidad de recursos personales en brindar una enseñanza propicia, a su vez existirá un mayor cumplimiento de objetivos, un mejor desarrollo y progreso de sus estudiantes (Yang et al., 2022).

1.6.3. Investigaciones previas del capital psicológico y satisfacción laboral.

Freire et al. (2020) realizaron una investigación con diseño correlacional, descriptivo y transversal en España con la finalidad de examinar el florecimiento y el capital psicológico asociado al burnout en una muestra de 1379 docentes de educación preescolar, primaria y secundaria; mediante la Escala de Capital Psicológico se logró identificar que el capital psicológico tiene una correlación directa con el florecimiento y un efecto negativo sobre las dimensiones de burnout; estos resultados sugieren que los docentes con altos recursos de

capital psicológico adquirirían a su vez recursos de florecimiento y esto disminuiría sintomatología asociado al burnout.

Wu et al. (2022) realizaron un estudio comparativo y descriptivo en Indonesia con la finalidad de determinar el impacto y la relación entre las variables capital psicológico asociado a la preferencia de clima laboral y liderazgo en una muestra de 42 profesores de élite dentro del ámbito deportivo; los hallazgos permitieron determinar que existe una influencia moderada respecto al capital psicológico que perciben los docentes asociado a la preferencia de clima laboral y estilo de liderazgo; por otro lado se pudo notar que la variable liderazgo influía sobre el clima laboral, mientras que la variable capital psicológico actuaba como moderador.

A nivel mundial se realizó un estudio sistemático, con el objetivo de revisar estudios asociados al capital psicológico en docentes; mediante la búsqueda en bases como SCOPUS, ERIC y Web of Science, se logró recopilar una muestra de 39 artículos; los resultados mostraron una relación entre capital psicológico, desempeño, motivación, compromiso, salud, bienestar emocional además de que se logró evidenciar que el capital psicológico actúa como una herramienta protectora frente al burnout; por otro lado, se pudo apreciar que el capital psicológico viene determinado en gran medida por ciertas características de personalidad (Vizoso, 2020).

A nivel de Latinoamérica se llevó a cabo un estudio en Argentina, con el objetivo de analizar los efectos directos e indirectos del capital psicológico asociados a un comportamiento innovador mediados por la pasión por el trabajo, en una muestra de 458 docentes; mediante un estudio con diseño exploratorio, empírico, cuantitativo y transversal; se logró identificar que aquellos docentes que poseen un capital psicológico positivo dotado de recursos psicológicos adecuados, manifiestan conductas enfocadas en promover y generar ideas innovadoras en su trabajo; a su vez se correlaciona positivamente con la pasión por el trabajo, en virtud de que dicha actitud promueve la capacidad de flexibilidad y amplitud mental (Salessi, 2020).

Mesurado y Laudadio (2019) realizaron una investigación en Argentina con el objetivo de estudiar las etapas a nivel de desarrollo profesional y si estas influyen en el capital psicológico, burnout y engagement y a su vez analizar la relación entre variables en una muestra de 250 docentes universitarios; los hallazgos permitieron identificar que aquellos docentes con mayor desarrollo y experiencia profesional poseen un capital psicológico positivo en relación a los menos experimentados; sin embargo en el nivel de burnout no se encontraron diferencias significativas.

Se realizó un estudio experimental y descriptivo en Perú con la finalidad de determinar la influencia de un programa enfocado en el capital psicológico sobre el desempeño laboral, para ello la muestra se compuso de dos grupos; el experimental conformado por 35 docentes universitarios y el grupo de control compuesto por 33 docentes universitarios; los resultados permitieron identificar que el programa capital psicológico influyó positivamente en el grupo experimental el cual obtuvo mejoras en el 97,14% de la muestra en cuanto a su desempeño laboral (Donayre, 2022).

En Ecuador se llevó a cabo un estudio con diseño transversal-correlacional con el objetivo de analizar la relación que existía entre el capital psicológico y burnout en una muestra de 116 docente; los hallazgos permitieron evidenciar una relación negativa entre burnout con las dimensiones de capital psicológico de esperanza y optimismo; al igual que entre capital psicológico y dimensiones de burnout como despersonalización y agotamiento emocional; estos resultados sugieren que el capital psicológico podría ser un instrumento psicológico positivo efectivo para la disminución de sintomatología asociada al burnout (Ortega et al., 2021).

Ramírez y Ortega (2021) otro estudio realizado en Ecuador con el objetivo de analizar la relación entre las variables capital psicológico y apoyo social en una muestra de 100 docentes; los resultados permitieron identificar una relación altamente significativa respecto al apoyo social con la dimensión esperanza y resiliencia de capital psicológico; dichos

hallazgos sugieren que el apoyo social actúa como un factor protector en cuanto al clima organizacional de las instituciones educativas.

A nivel mundial se realizó una investigación con diseño correlacional y descriptiva en China, en donde el objetivo era examinar como la sobrecarga laboral con el estrés, las conflictivas laborales y familiares se asocian con la satisfacción laboral en una muestra de 718 docentes de preescolar durante la pandemia por COVID-19; los resultados evidenciaron incremento en las conflictivas laborales y la sobrecarga laboral en un 40,0% asociado a la implementación de la modalidad virtual durante la pandemia, por otro lado los conflictos familiares de la misma manera se hicieron mas notorios en la crianza de los hijos la cual la describen como estresante; todos estos factores se asociaron negativamente con la satisfacción laboral (Hong et al., 2021).

En china se llevó a cabo una investigación con diseño correlacional y transversal con el objetivo de explorar la relación existente entre las variables satisfacción laboral asociada al compromiso laboral en una muestra de 462 docentes de preescolar; los hallazgos permitieron identificar que cuando no existe una adecuada gratificación vocacional el compromiso organizacional disminuye; otro dato encontrado es que cuando existe mayor experiencia profesional en docencia existe mayor satisfacción laboral, estableciéndose un mayor compromiso con la organización (Zang y Feng, 2023).

En Malasia se realizó un estudio cualitativo en donde mediante una encuesta se propuso evaluar la percepción de 11 coordinadores docentes de un programa de educación especial en relación a su satisfacción laboral y la remuneración económica recibida; los resultados permitieron evidenciar que la percepción docente es que existe mayor satisfacción laboral cuando existe una adecuada remuneración económica, otra percepción que obtuvo renombre fue el hecho de que los profesores sugirieron que cuando existen recursos financieros en la empresa existe mayor entusiasmo por el desarrollo de proyectos y actividades (Ali y Al, 2021).

Ponce et al. (2022) realizaron una investigación con diseño correlacional no experimental y transversal en Perú, con el objetivo de valorar la relación que existe entre clima organizacional y satisfacción laboral en una muestra de 678 docentes universitarios; los hallazgos mostraron una correlación positiva y significativa, es decir que cuando incrementa el clima interno del lugar de trabajo también incrementa la satisfacción laboral y en gran medida este clima organizacional se vio mediado por mejores relaciones interpersonales.

Araoz et al. (2021) realizaron un estudio con diseño no experimental y cuantitativo realizado en la Amazonía de Perú, con la finalidad de identificar la relación entre las variables satisfacción laboral y compromiso con la organización en una muestra de 185 docentes de educación básica; los resultados permitieron identificar que el nivel de satisfacción laboral se relacionaba de manera directa con el compromiso organizacional; por ende las conclusiones determinaron que a mayor satisfacción laboral, mayor compromiso con la empresa.

En México, De los Heros et al. (2020) realizaron un estudio correlacional de corte transversal, con el objetivo de explorar la satisfacción laboral en relación a las habilidades, socialización, autonomía y condiciones de trabajo durante la pandemia por COVID-19 en una muestra de 102 docentes. Los resultados mostraron que una correlación positiva significativa entre variables habilidades, socialización y autonomía respecto a satisfacción laboral; sin embargo, entre condiciones de trabajo y satisfacción laboral la correlación fue negativa, estos resultados sugieren que las medidas implementadas frente a la pandemia de realizar el teletrabajo no causaron insatisfacción laboral.

Mesías et al. (2022) realizaron un estudio cualitativo en Cotopaxi Ecuador, con la finalidad de determinar la incidencia del clima organizacional en la satisfacción laboral de una muestra de 60 docentes universitarios; los hallazgos permitieron determinar que existió una correlación significativa entre las variables de estudio, sugiriendo que cuando existe un clima

laboral adecuado y fluido genera mayor nivel de satisfacción laboral, esto a su vez se traduce en un mayor compromiso institucional de los docentes.

Dumes (2019) realizó una investigación con diseño descriptivo y correlacional, realizada en Yaguachi Ecuador, con el objetivo de determinar la relación existente entre las variables estrategias educativas y satisfacción laboral, en una muestra de 27 docentes de primaria; los resultados permitieron identificar una relación significativa entre las variables, puesto que las estrategias educativas predominaron en el 100% de la población en relación al nivel de satisfacción laboral que fue del 74%.

Baque (2021) realizó una tesis doctoral en Ecuador, con un diseño mixto cualitativo y cuantitativo y experimental, el objetivo fue determinar si la satisfacción laboral está medida por la gestión organizacional y el liderazgo de los líderes empresariales; en una muestra de 353 docentes, los resultados permitieron determinar que la satisfacción laboral es un indicativo de cómo se desarrolla el sistema administrativo de la empresa, puesto que se logró identificar que el liderazgo, el trato justo, reconocimiento docente influyen sobre el desempeño docente y son dimensiones importantes dentro de la gestión organizacional.

Capítulo dos

Marco Metodológico

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 cantón Zapotillo de la provincia de Loja.

2.1.2. Específicos

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

2.2. Preguntas de investigación

¿Cuál es el estado de salud mental de los docentes del cantón Zapotillo de la ciudad de Loja, 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 docentes del cantón Zapotillo de la ciudad de Loja?

2.3. Enfoque, tipo y diseño de investigación

La presente investigación tiene un enfoque cuantitativo el cual de acuerdo con Amaiquema et al. (2019) en base a una recolección de datos pretende llegar a la comprobación de una hipótesis, mediante una medida numérica y haciendo uso de un análisis estadístico; este enfoque permite que el investigador realice inferencias más allá de los datos, pues los resultados son sólidos.

El tipo de investigación es no experimental, ya que no implementa condición de experimento, por tanto las variables no van a ser sometidas a estudio ni intervención; más

bien la muestra será evaluada en su entorno natural sin alterar ningún factor (Arias y Covinos 2021); a su vez dentro de este tipo de diseño puede existir el subtipo transversal, es decir que recolecta los datos en un momento específico y por única ocasión para posteriormente poder describirlo (Rojas, 2021) y finalmente es descriptivo ya que permite adentrarse en el fenómeno investigativo, puesto que ya se conoce las características de dicho fenómeno, el fin más bien es detallar cómo es su presencia en una muestra (Ramos, 2020).

La elección del enfoque cuantitativo se da porque se pretende determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos en el cantón Zapotillo de la provincia de Loja, para ello se requiere realizar un análisis estadístico que permita obtener una medida numérica en base a la hipótesis planteada.

2.4. Población y muestra

El presente estudio tuvo una muestra recolectora de datos con 46 docentes, mientras que la muestra procesadora de datos fue de 40 docentes; para ello, se llevó a cabo un muestreo no probabilístico accidental, el cual es una técnica en la que el investigador es quien se encarga de la selección de la muestra mediante un juicio interno o subjetivo; este tipo de muestreo se usa cuando existe imposibilidad para realizar un muestreo aleatorio sea por diversas circunstancias como tiempo, limitaciones económicas o de población (González, 2021).

A su vez este muestreo no probabilístico presenta una accesibilidad accidental el cual de acuerdo con Otzen y Manterola (2017) consiste en reclutar sujetos hasta que se complete la muestra deseada, dichos sujetos son elegidos casualmente es decir el investigador elige el lugar en el que reclutará a los sujetos los cuales deben ser accesibles. Este tipo de muestreo permite investigar fenómenos inusuales y se ejecuta mientras el grupo de sujetos se encuentra presente hasta que la muestra esté completa (Hernández y Escobar, 2019).

2.4.1. Muestra participante

Tabla 1

Características sociodemográficas y laborales del personal de salud

		N	%		
Género	Masculino	17	42,5%		
	Femenino	23	57,5%		
	Otro	0	0%		
Estado civil	Soltero/a	17	42,5%		
	Casado/unión libre	20	50%		
	Viudo/a	0	0%		
	Divorciado/a	3	7,5%		
Tipo de trabajo	Tiempo completo	37	92,5%		
	Tiempo parcial	3	7,5%		
	Pública	38	95%		
Tipo de institución	Privada	2	5%		
		M	Máx.	Min.	DT
Edad		44	65	22	12
Horas de trabajo por día		8	10	5	1
Experiencia laboral		15	33	1	10

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

En el presente estudio, la muestra recolectora de datos que se tomó en consideración fue de 46 docentes, mientras que la muestra procesadora de datos fue de 40 docentes; respecto a las características sociodemográficas y laborales del personal de salud se aprecia que el 42% corresponde al género masculino, mientras que el 57,5% corresponde al género femenino; en cuanto al estado civil, el 50% eran casados o se encontraban en unión libre, seguidamente del 42,5% de docentes solteros y el 7,5% divorciados.

Referente al tipo de trabajo, el 92% de los docentes laboraban tiempo completo, mientras que el 7,5% tiempo parcial. Finalmente, correspondientemente al tipo de institución se puede observar que el 95% de docentes pertenecen al sector público, mientras que el 5% al sector privado. El promedio de edad de la muestra es de 44 años; y cuentan con un promedio de 8 horas diarias de trabajo; respecto a la experiencia laboral la media indica que fue de 15 años.

2.4.2. Criterios de inclusión/exclusión

2.4.2.1. Criterios de inclusión

Los docentes deben pertenecer a instituciones educativas del cantón Zapotillo.

Encontrarse en situación laboral activa.

Aceptar el consentimiento informado

Tener como mínimo 1 año laborando dentro de organización pública o privada.

Ser un profesional cualificado (título de tercer nivel o superior)

2.4.2.2. Criterios de exclusión

No aceptar participar en este estudio

No encontrarse laborando en la institución por maternidad o enfermedad.

No cumplir con alguno de los criterios de inclusión

2.5. Instrumentos de recogida de información

Cuestionario Ad Hoc sociodemográfico y laboral

Dicho cuestionario, puede aplicarse de manera individual o colectiva y aborda 9 preguntas, las cuales se relacionan con 3 categorías compuestas por la información sociodemográfica como edad y sexo; información laboral, como tipo de establecimiento laboral, jornada y tipo de contrato o servicio prestado; y finalmente información relacionada con la satisfacción e insatisfacción laboral en donde se valora dimensiones respecto al salario y la valoración o reconocimiento laboral (Soria et al., 2018).

Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21)

La escala DASS-21 es un instrumento psicométrico de auto aplicación el cual evalúa 3 factores relacionados con estados emocionales negativos, estos son: ansiedad, depresión y estrés; se centra principalmente en síntomas emocionales y conductuales relacionados con las 3 variables, la evaluación se centra en la sintomatología percibida durante la última semana hasta el presente; consta de 21 preguntas en su versión breve, sin embargo existe

otra versión de 42 preguntas la cual es la versión completa dicha escala tiene una adecuada consistencia interna y una buena confiabilidad de constructo (Malas y Tolsá, 2022).

Capital psicológico

El cuestionario de capital psicológico positivo, es un reactivo psicológico que permite evaluar de manera introspectiva el estado psicológico positivo de una persona, su forma de administración puede ser individual o colectiva; está compuesto por 24 ítems los cuales se dividen en varios factores: esperanza, resiliencia, esperanza y optimismo; dichos apartados se califican mediante una escala de tipo Likert , siendo el 6 correspondiente a muy de acuerdo y el 1 correspondiente a muy en desacuerdo (Bayona et al., 2019).

Cuestionario de satisfacción laboral

El cuestionario de Satisfacción laboral tiene el objetivo de medir 9 factores asociados al trabajo, como tensiones y presión asociados al trabajo, competencia profesional, relaciones interpersonales con compañeros y jefes, monotonía laboral, características extrínsecas del status y satisfacción por el trabajo; todos estos ítems se evalúan mediante una escala Likert que va desde el 1 siento insatisfecho y el 5 como muy satisfecho (Párraga et al., 2018).

2.6. Procedimiento

La primera fase, se procedió con la recogida de información, para ello, se realizó el primer contacto con el director de cada institución educativa, posteriormente se realizó una charla con los sujetos de investigación, es decir los docentes, en donde se explicó el tema de investigación, sus objetivos y el consentimiento informado, en el cual se acentuó en la importancia de que existirá plena confidencialidad respecto a los datos e información evaluada y además la participación será voluntaria.

En la segunda fase se procedió con la aplicación de la encuesta y los instrumentos psicométricos de evaluación, esto se realizó en diversos tiempos.

Capítulo tres

Análisis de resultados y discusión

3.1. Análisis de resultados

El presente capítulo presenta los resultados del análisis de las variables salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos, así como la discusión de dichos resultados y comparación con otros estudios.

Tabla 2

Percepción de salud mental en docentes

		N	%
Estrés	Leve	39	97,5%
	Moderado	1	2,5%
	Severo	0	0%
Ansiedad	Leve	34	85%
	Moderado	3	7,5%
	Severo	3	7,5%
Depresión	Leve	37	92,5%
	Moderado	3	7,5%
	Severo	0	0%

Nota: N =Frecuencia; %=Porcentaje

La tabla N°2 presenta la distribución entre las variables de salud mental, donde podemos ver que existe una prevalencia del 97,5% en la muestra de estrés leve, lo cual sugiere las exigencias propias de la profesión si influyen sobre la respuesta fisiológica y comportamental de la persona sin embargo, éstas no llegan a ser patológicas; a su vez se aprecia que sólo el 2,5% de la muestra presenta un estrés moderado en donde si se acentúan síntomas propios del estrés como dificultades emocionales, problemas musculares, estomacales, entre otros.

Por otro lado respecto a la variable ansiedad se puede observar que el 85% de la muestra manifiesta una ansiedad leve, caracterizada principalmente por ser una respuesta

que permite anticipar una amenaza en tiempo futuro, esta se asocia con manifestaciones fisiológicas y síntomas controlables de inquietud psicomotora, sudoración, irritabilidad; mientras que el 7,5% se ubica en ansiedad moderada y severa, esto quiere decir que este porcentaje de la muestra podría presentar síntomas negativos de la ansiedad como incremento del ritmo cardiaco, sudoración excesiva, dolor estomacal, muscular, náuseas, nerviosismo, entre otros, en estos niveles de ansiedad es prioritaria la atención por un profesional de salud mental.

Con respecto a la última variable de salud mental, depresión, se puede evidenciar que el 92,5% de la muestra se ubica en un nivel leve, seguidamente de un 7,5% quienes presentan depresión moderada, lo cual indica que los docentes con estos puntajes, pueden estar vivenciando variaciones en su estado de ánimo, dificultad para disfrutar de sus actividades diarias, irritabilidad, alteraciones del sueño y apetito, entre otros, lo cual puede ser causa de sufrimiento y alteración en las esferas biopsicosociales de la persona.

Tabla 3

Capital psicológico en docentes

	Media	Máximo	Mínimo	Desviación estándar
Eficacia	34,65	42,00	20,00	5,95
Esperanza	38,95	42,00	29,00	3,65
Resiliencia	34,67	42,00	21,00	4,69
Optimismo	34,20	42,00	24,00	4,34
Capital psicológico	140,27	159,00	108,00	14,51

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

La tabla N°3 nos muestra el capital psicológico como recurso para el manejo de situaciones estresantes que atentan la salud mental y el bienestar laboral; respecto a los componentes del capital psicológico puede evidenciarse que la media en eficacia es de 34,65 lo cual significa que los docentes se perciben más autoeficaces esto tiene relación con la creencia

de que la persona se siente capaz de realizar una actividad con excelencia; respecto a la esperanza se aprecia una media de 38,95 evidenciándose que los docentes perciben mayor esperanza, esta creencia también permite que la persona pueda mantenerse en un estado positivo y alentador hacia el futuro.

En cuanto a la resiliencia se aprecia una media de 34,67 lo cual sugiere que los docentes poseen grandes habilidades de la resiliencia; finalmente respecto al optimismo se aprecia una media de 34,20 lo cual significa que los docentes se perciben más optimistas es decir mantienen una actitud positiva, con una fuerte tendencia a valorar las situaciones desde su punto más favorable; con esto demostrando un capital psicológico con una media de 140,27 evidenciándose de ésta manera que los docentes evaluados, poseen una serie de competencias, habilidades y fortalezas, adecuadas para el manejo de diversas situaciones en la labor docente.

Satisfacción laboral en docentes

Tabla 4

Satisfacción laboral en docentes

	M	Máx.	Mín.	DT
Satisfacción intrínseca	40,55	49,00	7,00	9,63
Satisfacción extrínseca	39,80	49,00	7,00	8,75
Satisfacción general	80,35	98,00	14,00	18,22

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

La tabla N°4 nos indica la satisfacción laboral que posee la muestra, se puede apreciar que existe una media de 40,55 correspondiente a la satisfacción intrínseca, lo cual indica una adecuada automotivación para la realización de actividades con el fin de conseguir una meta; en cuanto a la satisfacción extrínseca se puede evidenciar una media de 39,80 lo cual indica una adecuada motivación reforzada en medios externos, como incentivos o refuerzos; finalmente en cuanto a la media de satisfacción general se aprecia un 80,35 demostrándose

de esta manera que en la muestra de docentes evaluados existe una mayor motivación a la realización de sus actividades laborales.

3.2. Discusión

Esta investigación enfocada en determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y satisfacción laboral en docentes, se encontró en el primer objetivo relacionado con las variables, ansiedad, estrés y depresión que el 97,5% de la muestra presenta estrés leve y sólo el 2,5% de la muestra presenta un estrés moderado como se puede observar en la Tabla 2; estos resultados difieren del estudio realizado por Villarreal (2023) en donde el 50% de docentes presentaron un grado moderado y extremo de estrés manifestando signos de despersonalización y agotamiento emocional, esto se explica por el cambio de modalidad virtual a presencial en el contexto post pandemia, además de que la muestra evaluada fue mucho mayor a la del presente estudio.

En otro estudio realizado por Álvarez et al. (2022) se pudo evidenciar niveles elevados de estrés con un promedio de 81.67 lo cual se contrapone con los resultados del presente estudio, dichos niveles de estrés asociados a la presión psicológica por cumplir las actividades adecuadamente en la modalidad virtual durante el COVID-19, de la misma manera la modalidad e learning como tentativa para una posterior educación híbrida, ha generado que los docentes vean incrementada su carga laboral, al tener que aprender y capacitarse en temas tecnológicos, pues pese a que las plataformas educativas pueden ser grandes herramientas que brindan potenciales recursos de aprendizaje es un reto aún a día de hoy que los docentes puedan adaptarse pues existe una notable preferencia por los métodos de enseñanza tradicionales.

Los resultados del presente estudio apuntan a bajos niveles de estrés en los docentes, estos resultados difieren con Santamaría et al. (2021) en donde mediante una evaluación realizada con la Escala DASS-21 se observó que una mínima cantidad de la muestra de docentes de educación infantil, secundaria y universidad mantenían niveles bajos de estrés

en un 3,5% de la población, apuntando los mayores porcentajes a niveles elevados de estrés y siendo las mujeres quienes desarrollaban más síntomas fisiológicos asociados a esta patología.

En cuanto a la ansiedad, los resultados evidenciaron que el 85% de la muestra manifiesta una ansiedad leve y el 7,5% se ubica en ansiedad moderada y severa; en oposición con los hallazgos encontrados por GÖK et al. (2023) en donde se aprecia que entre el 57,1% y el 42,2% de docentes presentaba ansiedad moderada; en cuanto a la depresión se puede evidenciar que el 92,5% de la muestra se ubica en un nivel leve mientras que el 7,5% quienes presentan depresión moderada, por el contrario Al Awwas et al. (2023) en su estudio indican que el 36,6% de docentes padecía depresión leve, mientras que el 30,4% padecía depresión moderada y el 11,2% presento niveles de depresión grave.

Los resultados del presente estudio muestran un estado de salud mental asociado a la ansiedad conservado, estos resultados concuerdan con el estudio de Fernandez Rengifo (2023) en donde también predominó el nivel leve de ansiedad en el 63,0% de docentes evaluados, seguida de un 33,3% de ansiedad moderada y con pocos casos de ansiedad grave, los docentes que presentaron ansiedad moderada, manifestaron síntomas somáticos como debilidad, cansancio, elevación del ritmo cardiaco y respiratorio, entre otros; esto asociado principalmente a la cognición, centrado en pensamientos irracionales hacia el futuro y a nivel conductual una excesivo control de las situaciones personal, laboral, familiar y social.

La carga de trabajo, así como los retos propios de la profesión contribuyen a niveles elevados de ansiedad, esto menciona el estudio realizado por Li et al. (2020) en donde a nivel global la prevalencia de síntomas de ansiedad fue de 13,67%, siendo mayor en el género, dicho autor menciona que existen factores sociodemográficos asociados a los diversos niveles de gravedad en ansiedad correspondientes a sexo, edad, tipo de docente y ubicación de la institución educativa; estos resultados no concuerdan con el presente estudio, pues los niveles de ansiedad de los docentes fue mínima, prevaleciendo una adecuada salud mental.

En cuanto a la variable depresión queda en manifiesto que el contexto de pandemia la docencia fue una de las profesiones que afrontaron la mayor cantidad de retos, en un estudio realizado por Junior et al. (2023) quedaron plasmados la ausencia de cuidado por parte de las instituciones educativas en relación a los problemas de salud mental presentados por sus docentes, puesto que el 49,3% de la muestra manifestó sintomatología de depresión leve estos indicadores difieren del presente estudio en donde la tendencia de respuesta se ubicaba en depresión leve.

Los hallazgos del presente estudio demostraron que el 92,5% de docentes presentaba síntomas de depresión leve, estos resultados se acercan al estudio realizado por Mendes et al. (2020) en donde un gran porcentaje correspondiente al 64,8% de la muestra de la misma manera mostró niveles leves de depresión en el 64,8% de la muestra, siendo en este estudio los hombres quienes manifestaron sintomatología asociada al estrés, tales como estado de ánimo bajo, pérdida de interés en actividades, sentimientos profundos de tristeza, tendencia al llanto y al aislamiento, alteraciones del ritmo del sueño y hábitos alimenticios.

Los factores psicosociales han sido un conglomerado importante tomado en cuenta por varias investigaciones, evidenciándose que las interacciones en el lugar de trabajo, el entorno, satisfacción, capacidades y habilidades del profesional, cultura, necesidades, y situación personal son factores que pueden influir sobre la salud mental de los docentes, evidenciándose niveles de depresión variables, correspondiendo el 35% a depresión leve, y el 4% a depresión moderada (Orellana, 2023); dichos resultados difieren del presente estudio, en donde se pudo evidenciar que los docentes gozaban de buenas estrategias de afrontamiento de patologías de salud mental pues las cifras mostraron mínimos niveles de depresión.

De la misma manera difieren con Al Awwas et al. (2023) quienes en su estudio evidenciaron que el 36,6% de docentes padecía depresión leve, mientras que el 30,4% padecía depresión moderada y el 11,2% presento niveles de depresión grave. Estos

resultados dejan en manifiesto que los docentes del presente estudio muestran niveles leves en las variables de salud mental, lo cual sugiere que poseen adecuados mecanismos de autocontrol emocional, lo cual ha contribuido a que mantenga un estado adecuado de salud mental, pese a que la docencia es una profesión que de por sí representa grandes retos y que requiere de grandes habilidades de comunicación y autocontrol emocional (Quispe y Curo, 2020).

En cuanto al segundo objetivo identificar el capital psicológico, se puede apreciar que la media en esperanza es de 38,95, seguida de resiliencia con una media de 34,67, la autoeficacia se aprecia en una media de 34,65 y el optimismo se aprecia una media de 34,20, demostrando un capital psicológico con una media de 140,27, lo cual indica adecuada autopercepción de recursos; estos resultados concuerdan con Donayre (2022) quien de la misma manera evidenció que el 97,14% de docentes mostraron capital psicológico positivo, pero difieren con Tellez et al. (2022) en donde las medias correspondieron a Autonomía 4,73; esperanza 5,04; resiliencia 4,58 y optimismo 3,52.

Estos resultados insinúan que los constantes cambios y condiciones variables de los docentes en el nuevo contexto de educación presencial posterior a la pandemia, representa dificultades de adaptación afectando directamente en su capital psicológico, lo cual no se aprecia en el presente estudio, pues la autopercepción de los docentes, demuestra un capital psicológico positivo, evidenciándose una beneficiosa capacidad de recursos, competencias, habilidades y fortalezas, adecuadas para el manejo de diversas situaciones que pueden resultar complicadas en la labor docente, permitiendo que éstos docentes sean capaces de ampliar su nivel de adaptación y recuperación frente a alguna circunstancia adversa (Yang et al., 2022).

El compromiso con la educación y las relaciones y fuentes de apoyo en las instituciones son factores que influyen en el capital psicológico, en el presente estudio se evidenció que las variables, eficacia, esperanza, resiliencia y optimismo propias del capital psicológico eran

elevadas, estos resultados concuerdan con el estudio de Kong et al. (2023) en donde el capital psicológico fue el punto clave como mediador entre el compromiso como profesional frente a su labor y el apoyo institucional percibido por el docente.

Finalmente en cuanto al tercer objetivo determinar la satisfacción laboral se puede notar una media de 40,55 correspondiente a la satisfacción intrínseca, una media de 39,80 en satisfacción extrínseca y con una media de 80,35 en satisfacción general, estos hallazgos indican una adecuada automotivación para la realización de actividades en pro de una meta, además de una adecuada motivación reforzada en medios externos, como incentivos; estos resultados concuerdan con Ancco et al. (2022) quien en su investigación encontraron que el 68% de su muestra presentaba un alto nivel de satisfacción laboral, estos datos insinúan que la muestra percibe bienestar ambiental dentro de las instituciones en donde laboran.

La mayoría de estudios actuales se han centrado en evaluar el nivel de satisfacción laboral asociado a uno de los grandes cambios vivenciados en el último siglo, como fue la pandemia, en este sentido se vio expuesta la satisfacción laboral de los docentes al tener nuevos retos y cambios de modalidad de presencial a virtual, lo cual fue un desafío en el cumplimiento de un adecuado proceso de enseñanza- aprendizaje para los estudiantes, los hallazgos evidenciaron que la educación presencial refuerza la comunicación, las relaciones sociales, la adaptación, la motivación produciendo estados emocionales positivos, evidenciándose 65,78% satisfacción laboral adecuada, lo cual concuerda con el presente estudio en donde se ha obtenido niveles elevados de satisfacción laboral (Cortés et al., 2023).

La profesión docente implica un gran esfuerzo y capacidades adaptativas, pues situaciones contextuales como horarios laborales, carga horaria, honorarios y situaciones internas como la motivación son factores que se toman en cuenta al evaluar satisfacción laboral, pues del contexto en donde se desenvuelva el profesional dependerá su nivel de satisfacción referente a su trabajo, en el presente estudio se evidencian adecuados niveles de satisfacción laboral con una media de 80,35 en satisfacción general, estos resultados

concuerdan con el estudio de Valdivia et al. (2023) en donde el puntaje demostró que el 76,6% de docentes se encontraba satisfecho, siendo la satisfacción intrínseca la más acentuada con un 81,8%.

Conclusiones

Al determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos en el cantón Zapotillo de la ciudad de Loja, los hallazgos fueron sorprendentes pues se pudieron evidenciar niveles favorables en todas las variables de estudio.

Los resultados evidenciaron que los docentes de la muestra presentan niveles leves de ansiedad, depresión y estrés; se puede inferir que los docentes poseen estrategias de afrontamiento efectivas para estas variables de salud mental en niveles leves, demostrando prácticas adecuadas de autocuidado, apoyo social y habilidades para gestionar la presión. Por otro lado, existen también casos aislados en donde el nivel de estrés y depresión fue moderado y en ansiedad incluso se pudo visibilizar niveles severos; a pesar de que dichos casos no representan una prevalencia significativa en la muestra, sugieren una atención prioritaria con el profesional de salud mental adecuado para su tratamiento, pues es indicativo de dificultad para una adecuada gestión emocional.

Con respecto al segundo objetivo, se identificó que los maestros de la muestra tenían un alto capital psicológico, lo que llevó a la conclusión de que poseían habilidades como la autoeficacia, la esperanza, la resiliencia y el optimismo, lo que beneficia su bienestar mental, poseer recursos mentales y emocionales positivos contribuye al bienestar, y la resiliencia psicológica implica desarrollar y mantener estos recursos; esto no solo contribuye al bienestar personal, sino que también puede mejorar la capacidad para enfrentar desafíos, gestionar el estrés y lograr un mayor éxito en diversas áreas de la vida.

En relación con el tercer objetivo, se determinó que los participantes experimentaron una alta satisfacción laboral, lo que sugiere una percepción extrínseca de que las condiciones laborales en Ecuador, al menos en el contexto estudiado son buenas; esto podría incluir factores como una carga de trabajo adecuada y el reconocimiento profesional; es decir, la mayoría de los educadores consideran que su entorno laboral es saludable. Por otro lado,

también se observa una satisfacción intrínseca elevada, esto demuestra la existencia de recursos personales para afrontar desafíos; en conjugación la satisfacción extrínseca e intrínseca no sólo incrementa el bienestar y salud mental, sino que además sugiere un mejor desenvolvimiento profesional, adecuada motivación y gran nivel vocacional.

En cuanto a los resultados en conjunto de los tres objetivos, se han podido identificar resultados positivos en relación a las variables de salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral; a pesar de que estos hallazgos representan un bienestar general en la salud mental de los docentes, por otro lado, podría representar un sesgo de selección, ya que la población participativa fue voluntaria, esto podría influir en la calidad de sus respuestas, ya que los docentes podrían sentirse presionados para su colaboración en el presente estudio, y a su vez responder de manera positiva respecto a su desenvolvimiento laboral a fin de evitar represalias.

Finalmente, es importante recalcar que el resultado de las tres variables de estudio, indican un impacto positivo en su desempeño en el aula, pues docentes satisfechos y emocionalmente saludables son más propensos a ofrecer experiencias educativas positivas para sus estudiantes. En este sentido, si los docentes muestran prácticas de autocuidado efectivas, las conclusiones pueden destacar la importancia de fomentar estas prácticas, pues la atención a aspectos como la gestión del estrés, ansiedad y depresión, el equilibrio entre trabajo y vida personal, es crucial para el bienestar a largo plazo.

Recomendaciones

Como se apreció en el apartado anterior, las conclusiones pueden sugerir adecuadas prácticas y enfoques positivos identificados entre los docentes, éstos pueden servir como modelos para la formación inicial y continua de educadores; por lo cual se recomienda, reforzar y expandir programas de bienestar existentes que hayan contribuido a los resultados positivos, esto puede incluir actividades de autocuidado, asesoramiento emocional que fomenten la salud mental y el equilibrio laboral; a su vez, se recomienda la creación de programas de prevención de sintomatología con la incorporación de estrategias nuevas e innovadoras de bienestar en los programas de formación docente, tales como:

- Técnicas para el manejo de estrés.
- Mindfulness.
- Estrategias para mantener un equilibrio saludable entre el trabajo y la vida personal

Se recomienda establecer un sistema de monitoreo regular de la salud mental de los docentes, la prevención primaria es vital para un diagnóstico temprano de posibles patologías, esto puede incluir encuestas periódicas, sesiones de retroalimentación y evaluaciones que ayuden a identificar posibles desafíos y brinden apoyo temprano, a fin de que problemáticas de salud mental avancen en su sintomatología y causen graves afectaciones que impacten en la calidad de vida y rendimiento de los docentes; un adecuado sistema de monitoreo sería el mejor sistema de prevención, pues evaluaría de manera independiente a cada docente, considerando cada una de sus particularidades.

Se recomienda brindar apoyo administrativo continuo, asegurándose de que los maestros se sientan respaldados en sus funciones, manteniendo una comunicación abierta, una retórica abierta y un sentido de responsabilidad a nivel emocional y laboral; en este punto el seguimiento profesional de aquellos casos en los que las variables de salud mental mostraron resultados moderados y severos es vital para evitar patologías emocionales; por otro lado, la inclusión de oportunidades continuas de crecimiento personal y profesional es

indispensable, éstas permitirán mejorar sus habilidades y mantenerse actualizados en las mejores prácticas educativas; el crecimiento profesional puede contribuir al capital psicológico y a la satisfacción laboral.

Es importante continuar fomentando un ambiente de apoyo para los docentes; se sugiere implementar un programa de recompensas como el modelo de equidad de John Stacy Adams, en el cual se considere un análisis minucioso de capacidades, preparación, desempeño y responsabilidades de cada trabajador, con la finalidad de que las remuneraciones y recompensas sean equitativas de acuerdo con sus esfuerzos; la implementación de un programa de incentivos y sistemas de reconocimiento que valoren el desempeño excepcional y el compromiso de los docentes sería eficaz, pues, el reconocimiento adecuado puede aumentar el bienestar emocional y la satisfacción laboral.

Finalmente, se sugiere la replicación de las buenas prácticas identificadas, esto podría inspirar a otras instituciones educativas a implementar estrategias similares para mejorar el bienestar de sus docentes; además, se sugiere llevar a cabo un estudio exploratorio del impacto de los resultados positivos en la salud mental y la satisfacción laboral de los docentes en el rendimiento y el bienestar de los estudiantes, ya que esto puede respaldar la evidencia de la relación entre el bienestar del personal educativo y el éxito educativo, proporcionando información valiosa para la mejora continua.

Bibliografía

- Agyapong, B., Obuobi-Donkor, G., Burbach, L., y Wei, Y. (2022a). Stress, Burnout, Anxiety and Depression among Teachers: A Scoping Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17), 10706. <https://doi.org/10.3390/ijerph191710706>
- Agyapong, B., Obuobi-Donkor, G., Burbach, L., y Wei, Y. (2022b). Stress, Burnout, Anxiety and Depression among Teachers: A Scoping Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17), 10706. <https://doi.org/10.3390/ijerph191710706>
- Al Awwas, M. Y., Alqasem, O. S., Alhussain, H. M., y Alqahtani, A. M. (2023). The Prevalence of Depression and Its Associated Risk Factors Among Government Primary School Teachers in Dammam, Khobar, and Qatif (2019-2021): A Cross-Sectional Study. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.36271>
- Ali, S. A., y Al, E. (2021). Financial Elements In Job Satisfaction Of Special Education Teachers In Malaysia. *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education (TURCOMAT)*, 12(11), Article 11.
- Álvarez Silva, L. A., Herrera López, P. S., Lániz Vargas, C. A., y González Zhagñay, J. O. (2022). Estrés laboral docente, e-learning y tiempos de COVID-19. *Podium*, 41, 105-118. <https://doi.org/10.31095/podium.2022.41.7>
- Amaiquema Marquez, F. A., Vera Zapata, J. A., Zumba Vera, I. Y., Amaiquema Marquez. (2019). Enfoques para la formulación de la hipótesis en la investigación científica. *Conrado*, 15(70), 354-360.
- American Psychiatric Association. (2017). *DSM-5 Actualización: Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales*. American Psychiatric Association.

- Ancco, V. N. V., Mamani, G. E. V., y Mamani, M. Y. C. (2022). Cultura organizacional y satisfacción laboral en docentes de Espinar. *Puriq*, 4, e190-e190. <https://doi.org/10.37073/puriq.4.1.190>
- Araoz, E. G. E., Ramos, N. A. G., Araoz, E. G. E., y Ramos, N. A. G. (2021). Satisfacción laboral y compromiso organizacional en docentes de la Amazonía peruana. *Educação y amp; Formação*, 6(1). <https://doi.org/10.25053/redufor.v6i1.3854>
- Arias Gonzáles, J. L., y Covinos Gallardo, M. (2021). Diseño y metodología de la investigación. *Enfoques Consulting EIRL*. <http://repositorio.concytec.gob.pe/handle/20.500.12390/2260>
- Baculima, J., Solis, J., García, J., y Pinos, E. (2021). La depresión como factor del COVID-19 que incide en el desempeño docente online universitario—ProQuest. 286-297.
- Baque, M. (2021). El liderazgo y la gestión administrativa: Su influencia en la satisfacción laboral docente en instituciones educativas adventistas de la Unión Ecuatoriana, 2020.
- Bayona, H., Guevara, L., Bayona, H., y Guevara, L. (2019). El Capital Psicológico Positivo y su Relación con Comportamientos Discrecionales en Trabajadores de Lima, Perú. *Revista Colombiana de Psicología*, 28(1), 49-64. <https://doi.org/10.15446/rcp.v28n1.66462>
- Bello, J., Pacheco, E., Franco, O., y Villafuerte, J. (2023). Ansiedad y resiliencia laboral en procesos de acreditación. *Profesorado, Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 27(1), 229-253. <https://doi.org/10.30827/profesorado.v27i1.21591>
- Carrasco, D. R. Z., y Recalde, A. Y. R. (2018). Historia de la salud mental en Ecuador y el rol de la Universidad Central del Ecuador, viejos paradigmas en una sociedad digitalizada. *Revista de la Facultad de Ciencias Médicas (Quito)*, 43(1), Article 1. https://doi.org/10.29166/ciencias_medicas.v43i1.1455
- Carrillo, M., Obaco, E., y Ponce, E. (2019). Estrés docente: causas y repercusiones laborales. *Magazine de las Ciencias: Revista de Investigación e Innovación*, 4(4), 145-156.

- Chávez, K., y Tena, E. (2018). Depresión: Manual de Intervención Grupal em: Habilidades Sociales. Manual Moderno.
- Corea, del C. (2021). La depresión y su impacto en la salud pública | Revista Médica Hondureña. <https://www.lamjol.info/index.php/RMH/article/view/12047>
- Cortés, K. C. M., Ocampo, V. M., Espíndola, M. G. M., y Alarcón, M. del R. G. (2023). Satisfacción laboral del capital humano (docentes de educación secundaria) durante la pandemia por Covid 19. *Dictamen Libre*, 32, Article 32. <https://doi.org/10.18041/2619-4244/dl.32.10402>
- Cury, A. (2018). *Ansiedad: Cómo enfrentar el mal del siglo*. Océano.
- De los Heros, M., Murillo, S., y Solana, N. (2020). Satisfacción laboral en tiempos de pandemia: El caso de docentes universitarios del área de salud. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttextpid=S2011-21062020000200001
- Desouky, D., y Allam, H. (2017). Occupational stress, anxiety and depression among Egyptian teachers. *Journal of Epidemiology and Global Health*, 7(3), 191-198. <https://doi.org/10.1016/j.jegh.2017.06.002>
- Donayre, Y. (2022). Influencia del programa capital psicológico en el desempeño docente de dos instituciones educativas de Piura, 2021.
- Dumes Tigrero, J. B. (2019). Estrategias educativas y nivel de satisfacción laboral de los docentes de la Escuela Rosaura Maridueña—Yaguachi—2018. Repositorio Institucional - UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/40807>
- Esperidião, E., Saidel, M. G. B., y Rodrigues, J. (2020). Mental Health: Focusing On Health Professionals. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 73(suppl 1), e73supl01. <https://doi.org/10.1590/0034-7167.202073supl01>

- Estrella, F. (2022). Ecuadorian university English teachers' reflections on emergency remote teaching during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Educational Research Open*, 3, 100141. <https://doi.org/10.1016/j.ijedro.2022.100141>
- Fernandez Rengifo, J. P. J. (2023). Nivel de ansiedad en docentes que laboran en un centro pedagógico superior de la ciudad de Iquitos, 2022. <http://repositorio.ucp.edu.pe/handle/UCP/2406>
- Florenzano, R. (2022). Breve historia del psicoanálisis. Editorial Universitaria de Chile.
- Flores, J., Caqueo-Urizar, A., Escobar, M., y Irarrázaval, M. (2022). Well-Being and Mental Health in Teachers: The Life Impact of COVID-19. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(22), 15371. <https://doi.org/10.3390/ijerph192215371>
- Freire, C., Ferradás, M. del M., García-Bértoa, A., Núñez, J. C., Rodríguez, S., y Piñeiro, I. (2020). Psychological Capital and Burnout in Teachers: The Mediating Role of Flourishing. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(22), 8403. <https://doi.org/10.3390/ijerph17228403>
- Gök, B., Akkuş, E. B., Kavak, G., y Kasap, Phd. Y. (2023). Investigation of the Variables Affecting Primary School Teachers' State of Anxiety and Motivation in Mathematics Teaching through Data Mining Methods. *Current Psychology*, 42(31), 27678-27693. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03711-w>
- Gómez, R., Reinaa, L., Méndez, I., García, J., y Briñol, L. (2018). El psicólogo clínico en los centros de salud. Un trabajo conjunto entre atención primaria y salud mental.
- González, O. H. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 37(3), Article 3. <https://revmgj.sld.cu/index.php/mgi/article/view/1442>

- Grahek, I., Shenhav, A., Musslick, S., Krebs, R. M., y Koster, E. H. W. (2019). Motivation and Cognitive Control in Depression. *Neuroscience and biobehavioral reviews*, 102, 371-381. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2019.04.011>
- Granados, L., Aparisi, D., Inglés, C. J., Aparicio López, M. D. P., Fernández Sogorb, A., y García Fernández, J. M. (2019). ¿Predicen los factores de depresión, ansiedad y estrés la dimensión de la despersonalización y la baja realización personal en el profesorado? *European Journal of Child Development, Education and Psychopathology*, 7(1), 83. <https://doi.org/10.30552/ejpad.v7i1.91>
- Hernández, C., y Escobar, N. (2019). Introducción a los tipos de muestreo. 2(1), 75-79.
- Hernández, W., y Azahuanche, M. (2021). Influencia del liderazgo directivo en la satisfacción laboral docente. 6(2), 90-104.
- Hidalgo-Andrade, P., Hermosa-Bosano, C., y Paz, C. (2021). Teachers' Mental Health and Self-Reported Coping Strategies During the COVID-19 Pandemic in Ecuador: A Mixed-Methods Study. *Psychology Research and Behavior Management*, 14, 933-944. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S314844>
- Hindman, H., y Bustamante, A. (2019). Teacher depression as a dynamic variable: Exploring the nature and predictors of change over the head start year. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 61, 43-55. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2018.09.004>
- Hong, X., Liu, Q., y Zhang, M. (2021). Dual Stressors and Female Pre-school Teachers' Job Satisfaction During the COVID-19: The Mediation of Work-Family Conflict. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2021.691498>
- Jarrín-García, G. H., Patiño-Campoverde, M. M., Moya-Lara, I. N., Barandica-Macías, Á. E., y Bravo-Zurita, V. E. (2022). Prevalencia del Síndrome de Burnout en docentes ecuatorianos de educación superior en tiempos de pandemia Covid-19. *Polo del Conocimiento*, 7(2), Article 2. <https://doi.org/10.23857/pc.v7i2.3579>

- Julio, R. A., Buchard, K. R., Vizcaino, H. C., Angulo, R. F., León-García, M., y Rodríguez-Barraza, P. (2020). Relación entre el nivel de estrés laboral y los factores de riesgos psicosociales intralaborales en trabajadores de una fundación de niños con discapacidad ubicado en el departamento del Atlántico/Colombia. 29.
- Junior, G. A., Monteiro, E. M., y Silva, L. de A. M. (2023). Análisis de la ansiedad y la depresión en docentes universitarios en el período de docencia a distancia por el COVID-19: Análise da ansiedade e da depressão em professores universitários no período de ensino à distância pela COVID-19. Editora Home Publishings, 115-129.
- Kong, L.-N., Liao, H.-P., Liu, D.-X., y Chen, S.-Z. (2023). Relationship of Organizational Support, Psychological Capital, and Engagement Among Clinical Nursing Teachers. *Nurse Educator*, 48(4), E105. <https://doi.org/10.1097/NNE.0000000000001355>
- León-Amenero, D., y Huarcaya-Victoria, J. (2019). Salud mental en situaciones de desastres. *Horizonte Médico (Lima)*, 19(1), 73-80. <https://doi.org/10.24265/horizmed.2019.v19n1.12>
- Li, Q., Miao, Y., Zeng, X., Tarimo, C. S., Wu, C., y Wu, J. (2020). Prevalence and factors for anxiety during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) epidemic among the teachers in China. *Journal of Affective Disorders*, 277, 153-158. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.08.017>
- Lizana, P. A., y Lera, L. (2022). Depression, Anxiety, and Stress among Teachers during the Second COVID-19 Wave. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(10), 5968. <https://doi.org/10.3390/ijerph19105968>
- López Espinosa, P. E. (2022). Análisis del malestar psicológico en docentes universitarios a causa de las distintas modalidades de trabajo implementadas desde el Covid-19 en la ciudad de Quito. <http://localhost:8080/xmlui/handle/123456789/4587>
- López-Núñez, M. I., Neves De Jesús, S., Viseu, J., y Santana-Cárdenas, S. (2018). Capital Psicológico de los Trabajadores en España. Análisis Factorial Confirmatorio del PCQ-

12. Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica, 48(3). <https://doi.org/10.21865/RIDEP48.3.06>
- Luzinete, M. (2020). Trastornos de ansiedad y evaluación psicológica: Instrumentos utilizados en Brasil (2023). *Dixemi*, 13(10), 100-1013.
- Macaya Sandoval, X. C., Pihan Vyhmeister, R., y Vicente Parada, B. (2018). Evolución del constructo de Salud mental desde lo multidisciplinario. *Humanidades Médicas*, 18(2), 338-355.
- Malas, O., y Tolsá, M. (2022). Vista de Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21): Estructura factorial, confiabilidad, invarianza y validez de la versión catalana. <https://revistes.ub.edu/index.php/Anuario-psicologia/article/view/37406/38702>
- Mateos, E., y Calvete, E. (2019). Interacción entre diferentes factores cognitivos en la predicción de los síntomas de depresión. 27(1), 21-39.
- Mendes, L., Campelo, E., Pinheiro, C., Pires, I., y Vasconcelos, G. (2020). Stress and depression in teachers from a public education institution. 57.
- Mesías, V. D. C., Trávez, M. de los Á., y Vilcacundo, O. (2022). Clima organizacional y satisfacción laboral en la educación superior. *Aula virtual*, 3(8), Article 8. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7504923>
- Mesurado, B., y Laudadio, J. (2019a). Experiencia profesional, capital psicológico y engagement. Su relación con el burnout en docentes universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 12. <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.327>
- Mesurado, B., y Laudadio, J. (2019b). Experiencia profesional, capital psicológico y engagement. Su relación con el burnout en docentes universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 12. <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.327>
- Moreno Proaño, G. (2020). Pensamientos distorsionados y ansiedad generalizada en COVID-19. *CienciAmérica: Revista de divulgación científica de la Universidad Tecnológica Indoamérica*, 9(Extra 2), 251-255.

- Moreno-Gordillo, G. de J., Trujillo-Olivera, L. E., García-Chong, N. R., y Tapia-Garduño, F. (2019). Suicidio y depresión en adolescentes: Una revisión de la literatura. *Revista Chilena de Salud Pública*, 23(1), Article 1. <https://doi.org/10.5354/0719-5281.2019.55041>
- Muñoz Arroyave, C. O., Cardona Arango, D., Restrepo-Ochoa, D. A., Calvo, A. C., (2022). Salud mental positiva: Entre el bienestar y el desarrollo de capacidades. *CES Psicología*, 15(2), 151-168. <https://doi.org/10.21615/cesp.5275>
- Nerea, H. (2020). Trastornos del estado de ánimo: Síntomas y tratamiento.
- Niño Higuera, R. I., Universidad Nacional Autónoma de México, Bravo Paz, X. Y., , Ordaz-Carrillo, M. I., Santillan Torres, C., Gallardo Contreras, M. R., y Hospital Juárez de México. (2019). Estrés percibido y estrategias de afrontamiento en el equipo de enfermería: Implicaciones para su formación. *Revista de Psicología y Educación - Journal of Psychology and Education*, 14(2), 157. <https://doi.org/10.23923/rpye2019.02.180>
- Noroña Salcedo, D. R., y Vega Falcón, V. (2022). Autopercepción de la salud laboral en docentes del Instituto Superior Tecnológico Sucre. *Revista de la Asociación Española de Especialistas en Medicina del Trabajo*, 31(1), 79-91.
- Orellana, V. C. (2023). Factores psicosociales en la labor docente. *Ergonomía, Investigación y Desarrollo*, 5(1), Article 1.
- Organización Mundial de la Salud. (2022a). Informe mundial sobre salud mental: Transformar la salud mental para todos. *Panorama genera.* <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240050860>
- Organización Mundial de la Salud. (2022b). Plan de Acción Integral sobre Salud Mental 2013—2030. <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240031029>
- Organización Mundial de la Salud. (2022c). Trastornos mentales. Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>

- Ortega Jiménez, D., Ramírez, M., y El. (2021). Burnout and the relationship with psychological capital in teachers from southern Ecuador (pp. 360-378).
- Otzen, T., y Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232. <https://doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Ozamiz-Etxebarria, N., Idoiaga Mondragon, N., Bueno-Notivol, J., Pérez-Moreno, M., y Santabárbara, J. (2021). Prevalence of Anxiety, Depression, and Stress among Teachers during the COVID-19 Pandemic: A Rapid Systematic Review with Meta-Analysis. *Brain Sciences*, 11(9), Article 9. <https://doi.org/10.3390/brainsci11091172>
- Palma, A., Gerber, M. M., Ansoleaga, E., Palma, A., Gerber, M. M., y Ansoleaga, E. (2022). Riesgos Psicosociales Laborales, Características Organizacionales y Salud Mental: El Rol Mediador de la Violencia Laboral. *Psyche (Santiago)*, 31(1), 1-18. <https://doi.org/10.7764/psyche.2019.22383>
- Párraga Martínez, I., González Hidalgo, E., Méndez García, T., Villarín Castro, A., León Martín, A. A., Párraga Martínez, I., González Hidalgo, E., Méndez García, T., Villarín Castro, A., y León Martín, A. A. (2018). Burnout y su relación con el estrés percibido y la satisfacción laboral en profesionales sanitarios de Atención Primaria de una Comunidad Autónoma. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 11(2), 51-60.
- Pavón-Cuéllar, D. (2019). Psicología crítica: Definición, antecedentes, historia y actualidad. Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.
- Ponce, L., Ruelas, M., y Flores Quispe, L. R. (2022). El clima organizacional y la satisfacción laboral en docentes de una universidad pública. *Revista Innova Educación*, 4(4), 19-30.
- Quispe Flores, R., y Paucar Sullca, S. (2020). Satisfacción laboral y compromiso organizacional de docentes en una universidad pública de Perú. *Apuntes Universitarios*, 10(2), 64-83. <https://doi.org/10.17162/au.v10i2.442>

- Quispe-Victoria, F., y Curo, G. G. (2020). Impacto psicológico del covid-19 en la docencia de la Educación Básica Regular. *Alpha Centauri*, 1(2), Article 2. <https://doi.org/10.47422/ac.v1i2.10>
- Ramirez, M., y Ortega, D. (2021). Capital psicológico y su relación con el apoyo social en docentes de la zona 7 del Ecuador.
- Ramos, C. (2020). Vista de Los Alcances de una investigación. <http://201.159.222.118/openjournal/index.php/uti/article/view/336/621>
- Redondo-Flórez, L., Fernández-Lucas, J., y Clemente-Suárez, V. J. (2020). Cultural Differences in Stress-Related Psychological, Nutrition, Physical Activity and Oral Health Factors of Professors. *Nutrients*, 12(12), Article 12. <https://doi.org/10.3390/nu12123644>
- Reinozo, J. K. S., y Salcedo, D. R. N. (2022). Asociación entre distorsiones cognitivas y estrés laboral en profesionales de la salud pública. *Revista Scientific*, 7(23), Article 23. <https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2022.7.23.9.171-192>
- Retana-Alvarado, D., González-Ríos, J., y Pérez-Villalobos, D. (2022). Afrontamiento emocional implementado por las personas docentes en Costa Rica para el manejo del estrés.
- Ribeiro, B. M. D. S. S., Scorsolini-Comin, F., Dalri, R. de C. de M. B., Ribeiro, B. M. D. S. S., Scorsolini-Comin, F., y Dalri, R. de C. de M. B. (2020). Ser docente en el contexto de la pandemia de COVID-19: Reflexiones sobre la salud mental. *Index de Enfermería*, 29(3), 137-141.
- Rochette, L., Dogon, G., y Vergely, C. (2023). Stress: Eight Decades after Its Definition by Hans Selye: "Stress Is the Spice of Life". *Brain Sciences*, 13(2), Article 2. <https://doi.org/10.3390/brainsci13020310>
- Rodas Hernández, W., y Pérez Azahuanche, M. Á. (2021). Influencia del liderazgo directivo en la satisfacción laboral docente. *INNOVA Research Journal*, 6(2), 90-104.

- Rodríguez-Pérez, M. L., Fernández, E. E. C., y Camino, L. E. Q. (2022). Estudio correlacional de estrés laboral y las dimensiones de personalidad en docentes ecuatorianos. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 3(2), Article 2. <https://doi.org/10.56712/latam.v3i2.98>
- Rodríguez-Quiroga, A., Buiza, C., Mon, M. A. Á. de, y Quintero, J. (2020). COVID-19 y salud mental. *Medicine - Programa de Formación Médica Continuada Acreditado*, 13(23), 1285-1296. <https://doi.org/10.1016/j.med.2020.12.010>
- Rojas, V. M. N. (2021). *Metodología de la investigación: Diseño, ejecución e informe*. 2a Edición. Ediciones de la U.
- Salessi, S. (2020). Capital psicológico, pasión por el trabajo y comportamiento innovador: Un estudio exploratorio con docentes santafesinos. *Revista de Psicología*, 045. <https://doi.org/10.24215/2422572Xe045>
- Santamaría, M. D., Mondragon, N. I., Santxo, N. B., y Ozamiz-Etxebarria, N. (2021). Teacher stress, anxiety and depression at the beginning of the academic year during the COVID-19 pandemic. *Global Mental Health*, 8, e14. <https://doi.org/10.1017/gmh.2021.14>
- Santana-Cárdenas, S., Viseu, J. N., López-Núñez, M. I., y Jesus, S. N. (2018). Evidencias psicométricas sobre la validez y fiabilidad del cuestionario de capital psicológico (PCQ-12) en población mexicana. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 34(3), Article 3. <https://doi.org/10.6018/analesps.34.3.319211>
- Santiago, J., Bernaras, E., y Jaureguizar, J. (2020). Salud mental positiva: Del concepto al constructo. Evolución histórica y revisión de teorías. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, 7. <https://doi.org/10.19131/rpesm.0256>
- Scarella, T. M., Boland, R. J., y Barsky, A. J. (2019). Illness Anxiety Disorder: Psychopathology, Epidemiology, Clinical Characteristics, and Treatment. *Psychosomatic Medicine*, 81(5), 398. <https://doi.org/10.1097/PSY.0000000000000691>

- Sheikh, M., Chaudhry, N., y Ghogare, A. (2020). Depression in Teachers Due to Cyberbullying Who are Working in COVID-19 Pandemic: A CrossSectional Study. *International Journal of Current Research and Review*, 12, 98-102. <https://doi.org/10.31782/IJCRR.2020.122015>
- Silva, D. F. O., Cobucci, R. N., Lima, S. C. V. C., y de Andrade, F. B. (2021). Prevalence of anxiety, depression, and stress among teachers during the COVID-19 pandemic. *Medicine*, 100(44), e27684. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000027684>
- Soria, I. N., Monsalve, B. L., y Llopis, J. H. (2018). Estrés laboral, burnout y estrategias de afrontamiento en trabajadores que intervienen con menores en riesgo de exclusión social.
- Stachteas, P., y Stachteas, C. (2020). The psychological impact of the COVID-19 pandemic on secondary school teachers. *Psychiatrike = Psychiatriki*, 31(4). <https://doi.org/10.22365/jpsych.2020.314.293>
- Tellez Bedoya, C., Barahona Varon, M., y Tellez Bedoya, C. A. (2022). Capital psicológico y satisfacción laboral, tras el retorno a la presencialidad, de los profesores en ciencias económicas de una universidad colombiana. <https://doi.org/10/32149>
- Titistar-Cruz, E. D., Matabanchoy-Salazar, J. M., y Ruíz-Bravo, O. T. (2022). Dos enfoques de salud mental en docentes de Latinoamérica: Una revisión sistemática. *Cultura educación y sociedad*, 13(2), Article 2. <https://doi.org/10.17981/cultedusoc.13.2.2022.10>
- Troubat, R., Barone, P., Leman, S., Desmidt, T., Atanasova, B., Brizard, B., El Hage, W., Surget, A., Belzung, C., y Camus, V. (2021). Neuroinflammation and depression: A review. *The European journal of neuroscience*, 53(1). <https://doi.org/10.1111/ejn.14720>
- Tyrer, P. (2018). Recent Advances in the Understanding and Treatment of Health Anxiety. *Current Psychiatry Reports*, 20(7), 49. <https://doi.org/10.1007/s11920-018-0912-0>

- Valdivia Ramírez, E., González Casanova, F. R., y Armesto Céspedes, M. S. (2023). Motivación y satisfacción laboral de docentes en gastronomía de institutos de Lima. *Revista Venezolana de Gerencia: RVG*, 28(Extra 9), 316-329.
- Vancheri, F., Longo, G., Vancheri, E., y Henein, M. Y. (2022). Mental Stress and Cardiovascular Health—Part I. *Journal of Clinical Medicine*, 11(12), 3353. <https://doi.org/10.3390/jcm11123353>
- Veda, N., y Gopalakrishnan, G. (2018). A Cross-Sectional Study Of Depression And Stress Levels Among School Teachers Of Bangalore. 15(3).
- Villarreal-Fernández, J. E. y Institución Educativa Félix Henao Botero (Colombia). (2023). El Estrés y Burnout percibidos en docentes colombianos en el regreso a la presencialidad en las aulas. Un estudio exploratorio. *Revista de Psicología y Educación - Journal of Psychology and Education*, 18(1), 71. <https://doi.org/10.23923/rpye2023.01.236>
- Vizoso-Gómez, C. (2020). Caracterización del capital psicológico en el profesorado: Una revisión sistemática. *Estudios sobre Educación*, 39, 267-295. <https://doi.org/10.15581/004.39.267-295>
- Wu, M., Kader Cassim, F. A., Priambodo, A., y Ko, C. (2022). Psychological Capital's impact on the leadership-organizational climate preference relationship in potential leaders ~ A study comparing teachers and sportsmen~. *Heliyon*, 8(5), e09310. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e09310>
- Yang, Y., Lu, X., Ban, Y., y Sun, J. (2022). Social Support and Job Satisfaction in Kindergarten Teachers: The Mediating Role of Coping Styles. *Frontiers in Psychology*, 13, 809272. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.809272>
- Zang, L., y Feng, Y. (2023). Relationship between job satisfaction and work engagement in Chinese kindergarten teachers: Vocational delay of gratification as a mediator. *Frontiers in Psychology*, 14, 1114519. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1114519>

- Zhou, X., y Yao, B. (2020). Social support and acute stress symptoms (ASSs) during the COVID-19 outbreak: Deciphering the roles of psychological needs and sense of control. *European Journal of Psychotraumatology*, 11(1), 1779494. <https://doi.org/10.1080/20008198.2020.1779494>
- Zuniga-Jara, S., Pizarro-Leon, V., Zuniga-Jara, S., y Pizarro-Leon, V. (2018). Mediciones de Estrés Laboral en Docentes de un Colegio Público Regional Chileno. *Información tecnológica*, 29(1), 171-180. <https://doi.org/10.4067/S0718-07642018000100171>

Apéndice

Apéndice A. Consentimiento informado

1.1.1 Formulario de consentimiento informado

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

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

	Nombres completos	# de cédula	Institución a la que pertenece
Investigador Principal	Balcázar Castillo Anggie Nicole	1104642036	Universidad Técnica Particular de Loja

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

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

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

Introducción

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

Objetivo del estudio

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

Descripción de los procedimientos

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

¿Incurriré en algún gasto?

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

Confidencialidad de los datos:

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

Participación voluntaria:

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

Riesgos y beneficios

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

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

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

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

Beneficios

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

Otras opciones si no participa en el estudio

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

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

Usted tiene derecho a:

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

Manejo del material biológico recolectado (si aplica)

No aplica

Información de contacto

Si usted tiene alguna pregunta sobre el estudio, por favor llame al siguiente teléfono 0983120938 que pertenece a Balcázar Castillo Angie Nicole.

Consentimiento informado (Es responsabilidad del investigador verificar que los participantes tengan un nivel de comprensión lectora adecuado para entender este documento. En caso de que no lo tuvieran, el documento debe ser leído y explicado frente a un testigo, que corroborará con su firma que lo que se dice de manera oral es lo mismo que dice el documento escrito)

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

Apéndice B. Cuestionarios y baterías psicométricas

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

Muchas gracias. Apreciamos su colaboración.

Género	Masculino	Femenino		
Edad:	años		Número de hijos:	
Ciudad de trabajo				
Nacionalidad				
Estado civil	Soltero	Casado Unión Libre	Viudo	Divorciado
La zona en que trabaja es	Urbana		Rural	
Su remuneración es de	\$425 a \$800	\$1201 a \$1600	\$801 a \$1200	mayor a \$1601
Profesión:				
Nivel en que ejerce la docencia	Primaria	Secundaria	Universitaria	
Tipo de contrato	Nombramiento permanente		Nombramiento provisional	
	Libre nombramiento y remoción		Servicios ocasionales	Otro
La institución provee de recursos necesarios para su trabajo:				
Totalmente				
Medianamente				
Poco				

Nada		
Tiempo de experiencia laboral	Años	Meses.
Tipo de trabajo	Tiempo completo	Tiempo Parcial
Tipo de institución	Pública	Privada

