



UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA
La Universidad Católica de Loja

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

CARRERA DE PSICOLOGÍA

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

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

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

Autor: Celin Córdova, Patricia Mishell

Director: Matovelle Romero, Luis Felipe

SANTO DOMINGO

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, 14 de marzo de 2024

David Mauricio Ortega Jiménez

Magíster,

Director de la carrera de Psicología

Ciudad. -

De mi consideración:

Me permito comunicar que, en calidad de director del presente Trabajo de Integración Curricular denominado: Prevalencia de la salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos realizado por Celin Córdova Patricia Mishell, 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: Mgtr. Luis Felipe Matovelle Romero

C.I.: 0301867743

Correo electrónico: luisfelipematovelleromero@outlook.com

Declaración de autoría y cesión de derechos

Yo, Celin Córdova Patricia Mishell, declaro y acepto en forma expresa lo siguiente:

Ser autora del Trabajo de Integración Curricular denominado: Prevalencia de la salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos, de la carrera de psicología, específicamente de los contenidos comprendidos en: Capítulo I Marco Teórico, Capítulo II Metodología, Capítulo III Análisis de resultados y discusión, siendo Matovelle Romero Luis Felipe, director 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: Celin Córdova Patricia Mishell

C.I.: 2350178113

Correo electrónico: pmcelin@utpl.edu.ec

Dedicatoria

Mi tesis la dedico a mis padres, por guiarme y apoyarme incondicionalmente, cada paso desde que me dieron la vida; este logro se lo debo a ustedes, porque sé que todo el sacrificio y esfuerzo ha valido la pena. A pesar de que he aprendido en este proceso a valorar el tiempo debido a que mi profesión me impulsa a adquirir nuevas actitudes y metas de las cuales he tenido que valorar; y sin la ayuda de mis amigos o familiares no lograría este objetivo finalizado.

Agradecimiento

Agradezco a mi Dios, quien no me ha abandonado en este proceso de enseñanza, y sobre todo a la universidad y maestros, quienes han forjado en mi un gran conocimiento eficaz para enfrentar las difíciles situaciones que se presentarán en mi profesión, porque es una carrera que sé que me permitirá buscar el bienestar de los demás.

A mis padres, por sus consejos y a mis hermanos por el cariño, comprensión que ha permitido ayudarme a terminar esta meta.

En fin, a todas a mis amistades por creer en mí que durante todos años me acompañaron y fueron parte de mi crecimiento profesional. Desde mi corazón fluye mi sentimiento de agradecimiento y deseos positivos a mis seres queridos.

Índice de contenido

Carátula	I
Aprobación del director del Trabajo de Integración Curricular	II
Declaración de autoría y cesión de derechos	III
Dedicatoria	V
Agradecimiento	VI
Índice de contenido.....	VII
Resumen	1
Abstrac	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 la salud mental: ansiedad, depresión y estrés... 6	6
1.2.1 <i>Indicadores de la salud mental</i>	6
1.2.2 <i>Indicadores de la ansiedad</i>	6
1.2.3 <i>Indicadores de la depresión</i>	7
1.2.4 <i>Indicadores del estrés</i>	8
1.3 Salud mental en docentes	9
1.3.1 <i>Repercusiones de las variables de la salud mental: ansiedad, depresión. y estrés</i> 10	10
1.3.2 <i>Investigaciones previas en la salud mental: ansiedad, depresión y estrés</i> .	13
1.4 Capital Psicológico y satisfacción laboral en docentes	16
1.4.1 <i>Conceptualización y etiología del capital psicológico</i>	16
1.4.2 <i>Conceptualización y etiología de la satisfacción laboral</i>	16
1.4.3 <i>Repercusiones del capital psicológico y satisfacción laboral</i>	17
1.4.4 <i>Investigaciones previas del capital psicológico y satisfacción laboral</i>	18

Capítulo dos	21
Metodología.....	21
2.1 Objetivos	21
2.2 Preguntas de investigación	21
2.3 Enfoque, tipo y diseño de investigación	21
2.3.1 Población y muestra.....	22
2.4 Criterios de inclusión / exclusión	22
2.5 Instrumentos de recogida de información	23
2.5.1 Cuestionario Ad Hoc sociodemográfico y laboral.....	23
2.5.2 Escalas de depresión, ansiedad y estrés	23
2.5.3 Cuestionario del Capital psicológico.....	24
2.5.4 Cuestionario de Satisfacción laboral.....	24
2.6 Procedimiento.....	24
2.6.1 Revisión de la literatura para redacción del marco teórico	24
2.6.2 Diseño de investigación y muestra.....	25
2.6.3 Recogida de información	25
2.6.4 Análisis de base de datos	25
Capítulo tres	26
Análisis de resultados y discusión	26
3.1 Análisis de resultados.....	26
3.1.1 Cuestionario sociodemográfico.....	26
3.1.2 Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS – 21).....	27
3.1.3 Capital psicológico.....	27
3.1.4 Satisfacción laboral en docentes.....	28
3.2 Discusión de resultados	29
Conclusiones	33
Recomendaciones.....	34
Referencias	35

Índice de tablas

Tabla 1 Características sociodemográficas y laborales del personal de salud	26
Tabla 2 Percepción de la salud mental del personal de salud.....	27
Tabla 3 Capital Psicológico en docentes	28
Tabla 4 Satisfacción laboral en docentes.....	28

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos en el sector público y privado de la ciudad de Picoaza y Santo Domingo durante el año 2022. Mediante los instrumentos: Cuestionario Ad Hoc sociodemográfico y laboral, Escalas de depresión, ansiedad y estrés, Cuestionario de Capital Psicológico y el Cuestionario de la Satisfacción Laboral, fueron evaluados 62 docentes. Se encontró que, para la Salud Mental el estrés severo es del 19,4%; la ansiedad severa es del 27,4% y la depresión severa es del 21%; en el Capital Psicológico la eficacia media es de 34,54; la esperanza media es de 35,63; la resiliencia media es de 32,50 y el optimismo medio es de 29,79; así mismo la satisfacción intrínseca media es de 36,94 y la satisfacción extrínseca media es de 37,29. De manera general los niveles encontrados en este estudio coinciden con investigaciones similares, debiendo identificar y actuar sobre aquellos individuos que perciben dimensiones severas de salud mental, antes que se conviertan en trastornos psicológicos.

Palabras clave: salud mental, docentes, capital psicológico, satisfacción laboral

Abstrac

The aim of this research was to determine the prevalence of mental health, psychological capital and job satisfaction in Ecuadorian teachers in the public and private sectors in Picoaza and Santo Domingo during the year 2022. Using the instruments: Sociodemographic Questionnaire, Depression, Anxiety and Stress Scales, Psychological Capital Questionnaire and the Job Satisfaction Questionnaire, 62 teachers were evaluated. It was found that, for Mental Health, severe stress is 19.4%; severe anxiety is 27.4% and severe depression is 21%; In Psychological Capital the average effectiveness is 34.54; the average expectancy is 35.63; the average resilience is 32.50 and the average optimism is 29.79; Likewise, the average intrinsic satisfaction is 36.94 and the average extrinsic satisfaction is 37.29. In general, the levels found in this study coincide with similar research, and it is necessary to identify and act on those individuals who perceive severe dimensions of mental health before they become psychological disorders.

Keywords: mental health, teachers, psychological capital, job satisfaction

Introducción

La salud mental es el estado relacionado con el bienestar emocional, psicológico y social del individuo al interactuar con el medio que le rodea y con la sociedad. El detrimento de la salud mental siempre se presenta de manera anticipada, siendo importante actuar a tiempo para evitar afecciones psicológicas. Se cumplió con el objetivo de determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos en el sector público y privado de la ciudad de Picoaza y Santo Domingo durante el año 2022. Tanto las instituciones como los docentes mostraron el interés y su colaboración durante la recolección de los datos. La mayor dificultad fue el tiempo requerido y el llenado objetivo de los cuestionarios por los docentes.

Para determinar el nivel de estrés, ansiedad, depresión, el capital psicológico y la satisfacción laboral se utilizaron los siguientes instrumentos: el Cuestionario ad hoc sociodemográfico, la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS – 21), el Cuestionario de Capital Psicológico y el Cuestionario de la Satisfacción Laboral. Este trabajo de investigación está compuesto por tres capítulos, el marco teórico, la metodología, y análisis e interpretación de resultados.

En el marco teórico se realiza una revisión a los principales conceptos, definiciones y repercusiones de la salud mental, el capital psicológico y la satisfacción mental; así como una reseña a investigaciones previas realizadas de estos parámetros. En el capítulo de la metodología, se muestran los objetivos, el enfoque, el tipo y diseño de investigación, así como los instrumentos para determinar el estado de la salud mental de los docentes de estudio. En el capítulo análisis e interpretación de resultados, se realiza un análisis descriptivo de las dimensiones de la salud mental, el capital psicológico y la satisfacción laboral para establecer niveles de prevalencia, además de comparándolos con otros estudios.

El trabajo de investigación desarrollado es de gran interés para las instituciones educativas, el sistema de educación y para la sociedad en general. Los resultados dan una idea clara del estado de salud mental, capital psicológico y la satisfacción de los docentes estudiados, siendo de especial interés los resultados donde hay un detrimento en la salud

mental de los docentes. El estado debe implantar en el sistema educativo medidas adecuadas para el monitoreo de la salud mental de los docentes, para actuar a tiempo y evitar que se conviertan en patologías psicológicas. Al ser los docentes un pilar fundamental de nuestra sociedad es importante cuidar de ellos y del ambiente que les rodea.

Capítulo uno

Marco Teórico

1.1 Conceptualización y etiología de las variables de salud mental

La definición de la salud mental proviene del estado de bienestar de un individuo, además, Ribeiro B. y et al. (2020), refieren el individuo es consciente de sus propias capacidades o presenta un adecuado comportamiento que se realiza de manera efectiva como actividades de trabajar e incluso es participe de acciones fructíferas en una comunidad.

Para muchos investigadores consideran que la salud mental se relaciona con diferentes enfoques entre ellas se mencionan:

Diversos enfoques en salud mental son: 1) Cognitivismo, enfocado en procesamiento de información y pensamientos (Llanga E. et al., 2019). 2) Conductual, relacionado con comportamientos inadecuados o hábitos perjudiciales (Álvarez D. y Reyes F., 2019). 3) Biomédico, considerando enfermedades mentales y su tratamiento farmacológico (Leiva V. et al., 2021a). 4) Socioeconómico, basado en estatus social y su impacto en identificación y respuesta del individuo (Bergmann et al., 2018).

En cuanto al sistema de salud mental, diversos países han adoptado estrategias y normativas propias. En Ecuador, existe un modelo de atención de salud mental, protegido por el Ministerio de Salud Pública (MSP), que abarca elementos físicos, cognitivos, emocionales, ideológicos y religiosos, del cual, según Sánchez H. Moreta R. (2022) tuvo una modificación especial en el tiempo de la pandemia.

A lo largo de la historia, la salud mental ha sido de gran interés debido a diversas enfermedades mentales, cognitivas o emocionales en los seres humanos. Onocko R. et al. (2021) señala que la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha alentado a los países a formular leyes específicas y reorganizar estrategias de atención para evitar la discriminación y proteger los derechos.

Sin embargo, la integración de normativas y atención sigue siendo un desafío. Martínez J. et al. (2021) estiman a nivel mundial una brecha del 11% entre la carga de trastornos neuropsiquiátricos (representando el 13% de los costos globales de salud) y el

presupuesto destinado a salud mental (2%). Además, el autor advierte que una de cada cuatro personas experimentará un trastorno mental en algún momento de su vida.

1.2 Indicadores de las variables de la salud mental: ansiedad, depresión y estrés

1.2.1 Indicadores de la salud mental

La salud mental está influenciada por el entorno y los derechos humanos, incluidas las condiciones socioeconómicas. Rivero et al. (2021) destaca una clasificación crítica que critica la normalización, medicalización e individualismo, y aboga por estrategias de promoción de salud docente en un modelo económico capitalista centrado en el estilo de vida individual.

Los determinantes sociales, según Jiménez Á. et al. (2021b), son fundamentales para el desarrollo de psicopatologías. Se plantean dos hipótesis: la selección social, donde las personas con predisposición genética a patologías pueden descender socialmente tras enfermar; y la casualidad social, donde el entorno o lugar de residencia puede causar enfermedad mental.

Es importante mencionar que los factores genéticos y epigenéticos transmiten intergeneracionalmente influyen en la salud mental, como indica Casavilca S. y et al. (2019), citando a los padres como ejemplo de comportamiento.

Es evidente que las condiciones de vida desempeñan un papel crucial en la evaluación de la salud mental de una persona, determinando la identificación de estructuras familiares o estilos individualistas que hacen que ciertas personas sean más vulnerables a enfermedades. Lázaro L. (2020) destaca en su artículo ejemplos adicionales, como el estigma, el abuso y la exclusión, causas por el entorno en el que vive un individuo, con énfasis en los grupos vulnerables que pueden ver más afectados que otros.

1.2.2 Indicadores de la ansiedad

Otro indicador relevante en este subtema es la ansiedad, asociado por varios estudios a una reacción al estrés que provoca síntomas como tensión y palpitaciones, progresado la concentración y la toma de decisiones del individuo. Para Zaldívar M. (2021) define la

ansiedad como una respuesta a la anticipación de un daño, donde el individuo se preocupa por pensamientos y sentimientos negativos a futuro.

Estudios recientes de Ávila M. y Medellín D. (2022) mencionan que la Organización de las Naciones Unidas (ONU) reportó una prevalencia del 25% de ansiedad en la población durante el año 2020, probablemente relacionada con los acontecimientos durante la pandemia del Covid -19, que se prolongó hasta el año 2021. Es importante destacar que este mismo autor afirma que existen varios tipos de ansiedad, siendo el trastorno de ansiedad generalizada (TAG) uno de los más complejos, que implica la presencia de varios síntomas somáticos, entre otros.

Los investigadores Díaz C. y Santos L. (2018) señalan que los síntomas más comunes de ansiedad son físicos (náuseas, palpitaciones, tensión muscular, etc.), psicológicos (aprensión, miedo a perder el control, irritabilidad, etc.) y conductuales (bloques y tensiones). Es importante diferenciar entre angustia normal y ansiedad patológica; la primera surge ante problemas específicos, mientras que la segunda implica síntomas persistentes relacionados con hechos no ocurridos y sentimientos hacia acontecimientos futuros.

Estas patologías han llevado a los expertos a considerar diversas alternativas de tratamiento; Cruz A. (2021) indica que se pueden recetar ansiolíticos, antidepresivos o compuestos de benzodiazepinas. Además de las terapias medicinales, existen otras opciones como grupos de apoyo, programas hospitalarios o residenciales, psicoterapia y consejería.

1.2.3 Indicadores de la depresión

En la actualidad, la depresión es reconocida como una enfermedad que se relaciona con el deterioro cognitivo, como lo ha afirmado Parada K. (2022). Estos acontecimientos han sido agravados por la pandemia del 2021. Es importante definir la depresión como una enfermedad confirmada por diversos postulados, y que se manifiesta con características como tristeza, pérdida de interés en actividades y elimina toda esperanza de vida tranquila y feliz, según Alonso, J. R. (2020).

En la evaluación de la depresión, los instrumentos de psicología clínica desempeñan un papel fundamental al analizar los indicadores de esta condición. La Escala de Depresión

Geriátrica y la Escala de Autovaloración de Ansiedad de Zung son herramientas útiles para obtener resultados en la recopilación de información (Cabal D. y Molina K., 2019). Por otro lado, Jiménez E. (2021) resalta que en el caso de los ancianos, es relevante determinar su salud mental mediante la consideración de la interacción social y el uso de redes sociales, ya que esto puede influir positivamente en su estilo de vida .

Labra L. y Ruvalcaba J. (2019) subrayan la importancia de analizar el trastorno de depresión en distintos grupos etarios o sociodemográficos. Por ejemplo, en personas de tercera edad, los síntomas de pérdida de memoria o concentración pueden ser producto del envejecimiento y su estado anímico, lo que debe ser considerado en el diagnóstico y tratamiento de la depresión. La comprensión detallada de las características y factores que influyen en la depresión en diferentes grupos de edad es esencial para brindar una atención adecuada y personalizada a quienes padecen esta enfermedad.

1.2.4 Indicadores del estrés

Un estudio realizado por Rivera G. (2023) abordó el tema del estrés y sus manifestaciones en el ser humano, señalando que provoca sentimientos de frustración y nerviosismo, debilitando el sistema inmunológico. Una evidencia de esto es la medición de los estresores académicos mediante el inventario Sisco aplicado a estudiantes de Medicina, quienes experimentaron efectos como somnolencia, aumento del apetito, ansiedad y desesperación, buscando soluciones incluso en la religión.

Gallego Y. y et al. (2018) agregan que el estrés puede identificarse en dos tipos: el efecto positivo (estrés positivo), que representa un estado normal en el que el individuo se enfrenta intensamente a un problema en busca de soluciones, aunque esto puede generar agobio; y el efecto negativo (distrés o estrés negativo), que ocurre cuando el individuo no puede controlar adecuadamente la situación problemática y esto afecta su salud.

Es importante destacar que existen investigaciones más detalladas sobre los efectos del estrés en los órganos y sistemas del cuerpo humano. Morera L. y et al. (2019) han demostrado que la incidencia de este trastorno puede medirse a través de biomarcadores,

siendo el sistema inmunológico, el simpático adrenomedular (SAM) y el hipotalámico-hipofisoadrenal (HHA) algunos de los más conocidos.

El estudio del estrés y sus efectos en la salud humana sigue siendo relevante y se deben continuar investigando enfoques y estrategias para abordar y manejar este problema. La comprensión de los diferentes tipos de estrés y su influencia en el bienestar físico y emocional de las personas es crucial para promover un enfoque adecuado y ofrecer herramientas para la prevención y tratamiento de esta condición.

1.3 Salud mental en docentes

La identificación de la salud mental de los maestros es una responsabilidad tanto de las instituciones como de los gobiernos. Titistar E. y et al. (2022) han publicado evidencias significativas al respecto, mostrando la posición del educador frente a su labor, donde a veces se observa un ritmo acelerado, falta de precio y dificultades para relacionarse con los familiares de los alumnos.

En los últimos años, se ha replanteado la observación de la salud mental mediante estrategias de afrontamiento como el "coping". Santos B. y et al. (2021) mencionan que durante el aislamiento y las clases virtuales, se implementaron métodos de "coping" para identificar las experiencias de los maestros y sus respuestas adaptativas. Concluyeron que lo más difícil fue encontrar el equilibrio entre lo laboral y lo familiar.

El distanciamiento y aislamiento durante la última crisis sanitaria impactaron en la salud mental de la comunidad educativa. Orrego V. (2022) justifica que muchas personas experimenten angustias e incertidumbre, buscando soluciones y enfrentando las consecuencias de la situación.

Los cambios de adaptación generan riesgos psicosociales en los docentes, especialmente debido a la falta de estabilidad emocional y el entorno en el que viven. Oberst U. y Azkarraga, J. (2023). reflexionan sobre cómo los seres humanos desarrollan autodefensas psíquicas para enfrentarse a un mundo agitado.

En definitiva, es esencial abordar la salud mental de los maestros con estrategias de afrontamiento adecuado, considerando los efectos del distanciamiento y la adaptación

durante situaciones de crisis. La identificación temprana de posibles problemas de salud mental y la implementación de medidas de apoyo son fundamentales para garantizar el bienestar de los educadores y, a su vez, el éxito en su labor educativa.

1.3.1 Repercusiones de las variables de la salud mental: ansiedad, depresión. y estrés

1.3.1.1 Repercusiones de salud mental. En la actualidad, los profesionales de salud mental, como psicólogos y psiquiatras, aplican diferentes tratamientos, pero es necesario integrar la promoción y prevención de enfermedades mentales en la atención primaria. Carpinello B. y et al. (2021c) argumentan que a nivel internacional, la mayoría de los recursos de salud mental se concentran en centros de salud psiquiátrico y centros de rehabilitación

Sin embargo, si los profesionales de atención primaria no están preparados para distinguir los tipos de enfermedades mentales y sus causas, se perpetúa el estigma hacia la salud mental. Escalona J. y Danae A. (2020) identifican la persistencia de estereotipos y prejuicios, como cuando se minimizan los efectos de la violencia psicológica en el bienestar de una persona.

A lo largo del tiempo, se han desarrollado diferentes enfoques en el campo de la salud mental, como la Antipsiquiatría, la Medicina Social y la Psicología Comunitaria. Miranda G. (2018) enfatiza la importancia de una asistencia de salud mental que considere la relación entre el individuo y la sociedad. Para lograr una atención integral y efectiva, es fundamental capacitar a los profesionales de salud en atención primaria o contar con especialistas en psicoterapia.

Un hecho relevante en la observación de la salud mental fue el brote del coronavirus (COVID-19) en diciembre de 2019 en Wuhan, que se propagó por todo el mundo. Cabezas E. y et al. (2021) destacan las repercusiones de la ansiedad, depresión y estrés que afectaron la salud mental durante esta crisis mundial.

En conclusión, es esencial fortalecer la atención primaria en salud mental y capacitar adecuadamente a los profesionales para abordar y prevenir las enfermedades mentales. La superación de estigmas y prejuicios es fundamental para brindar una asistencia integral y

efectiva a quienes enfrentan desafíos en su bienestar psicológico, especialmente en situaciones de crisis global como la pandemia del COVID-19.

1.3.1.2 Repercusiones de ansiedad. En efecto, la repercusión de la ansiedad también se asocia en los últimos años por estudios de la pandemia. Cuiyan W. y et al. (2020) destaca la prevalencia de un impacto psicológico en los niveles más altos de estrés, ansiedad y depresión en estudiantes con el uso de los siguientes instrumentos Escala de impacto de eventos revisada (IES-R), y el estado de salud mental se evaluó mediante la Escala de depresión, ansiedad y estrés (DASS-21).

Otra investigación, evaluó a 1.354 adultos canadienses, en la que se aparecieron enfermedades como la coronofobia con síntomas parecido al COVID-19 lo que causaba un aumento de ansiedad- preocupación en los individuos, y xenofobia principalmente en el área educativa ante las personas que eran de origen chino.

A parte de que estas afecciones se presentaban en estudiantes, los principales actores para controlar y ser parte de la educación están los docentes. Por esta razón, no solo basta con medir la ansiedad si no observar las causas esenciales que provocan esta enfermedad ante los docentes, como lo establece Obregón G. (2019), detallando que son: el desequilibrio de compañerismo laboral, estar rodeado de un entorno laboral saludable, exigencias de horario laboral y limitaciones de la toma de decisiones en el rol como docente.

Por ello, desde la perspectiva individual en un docente aparecen sentimientos negativos, así lo afirma Moran M. (2020), asegurando que los cambios conductuales de un docente lo llevan a discusiones, violencia y rupturas en las relaciones sociales o de la comunidad educativa, surgiendo además vulneraciones, culpabilidad o extorsión en un docente.

1.3.1.3 Repercusiones de depresión. Para lograr una pronta recuperación del paciente, es crucial identificar el tratamiento adecuado, lo cual puede depender en gran medida de las condiciones y enfoques del sistema de salud de un Estado, especialmente en el contexto de la comunidad educativa.

Desde el año 2014, los países de la Región de las Américas, en conjunto con la OPS, implementaron estrategias dentro de un plan que abarcó desde 2015 hasta 2020. Estas estrategias, según Etienne F. (2018), incluyeron el desarrollo e implementación de políticas, planes y normas en el ámbito de la salud mental, con el objetivo de lograr una dirección de gobierno efectiva y mejorar la capacidad de respuesta de los sistemas y servicios de salud mental, adaptándose a las necesidades de la comunidad científica.

La depresión es considerada por varios investigadores como una de las enfermedades más significativas del siglo XXI, con un profundo impacto en la humanidad, las familias y la comunidad en general, según señalan Cabal D. y Molina K. (2019). Su alcance la ha convertido en un problema de salud pública de gran envergadura.

El brote de COVID-19 ha planteado desafíos complejos para comprender plenamente y apreciar las consecuencias psicológicas de la pandemia, según argumentan Cabezas E. y et al. (2021). No obstante, investigaciones realizadas en China, donde se originó la pandemia, han identificado el miedo a lo desconocido como un factor que puede llevar al desarrollo de enfermedades mentales, como trastornos de estrés, ansiedad, depresión y somatización, así como comportamientos perjudiciales para la salud, como el aumento del consumo de alcohol, tabaco y otras sustancias nocivas.

Por lo tanto es fundamental implementar políticas y normativas en el ámbito de la salud mental para mejorar la atención y capacidad de respuesta a nivel gubernamental y de servicios de salud. La depresión, como una de las enfermedades más relevantes de nuestro tiempo, requiere una atención especializada y una mirada integral que involucre a la comunidad científica. Además, el brote de COVID-19 ha puesto de manifiesto la importancia de abordar las consecuencias psicológicas y emocionales asociadas a la pandemia para proteger la salud mental de la población.

1.3.1.4 Repercusiones de estrés. El estrés laboral es una variable de gran importancia a considerar, ya que puede surgir debido a diversos agentes. Es fundamental identificar los estresores y las causas, ya que sus consecuencias repercutirán en los procesos. Algunas personas canalizan su control emocional de diversas formas, lo que les

permite afrontar situaciones de diversas maneras y mejorar las relaciones interpersonales en la institución educativa, reducir así los niveles de estrés (Cháides J. y Barraza A., 2018).

El estrés afecta a una gran parte de los docentes en diferentes países, independientemente de su nivel de ingresos o educación. Un estudio realizado con maestros noruegos reveló que, aunque se mostraran satisfechos con su trabajo, aún experimentaban estrés en sus actividades. En países como Nigeria, la prevalencia del estrés en los docentes alcanzó el 72,2%, un número significativamente elevado en comparación con sus niveles de satisfacción (Mendes L. y et al., 2020).

Iguasnia S. y Saquisela M. (2020) señalan que los vínculos interpersonales con la comunidad educativa, especialmente con los estudiantes, pueden generar desgaste emocional constante debido a situaciones relacionadas con la disciplina, problemas de aprendizaje, desidia y resistencia a los cambios durante las horas pedagógicas. Asimismo, las relaciones con los padres de familia pueden convertirse en estresores cuando estos evaden sus responsabilidades en la educación de sus representados.

En el mismo sentido, Cladellas R. y et al. (2018) mencionan la situación contractual de los docentes como un factor de estrés, debido a que la inseguridad laboral provoca procedimientos extensos e insatisfactorios para preservar su permanencia en la institución educativa, golpeado su desempeño y dejándolos sujetos a las decisiones de las autoridades superiores.

1.3.2 Investigaciones previas en la salud mental: ansiedad, depresión y estrés

1.3.2.1 Investigaciones previas en la salud mental. La indagación de estudios se ha basado a lo largo de la historia para interpretar los hechos o acontecimientos que permitan mejorar en este caso la salud de la humanidad. De esta manera, Titistar E. y et al. (2022), en una investigación de una revisión sistemática de salud mental a docentes se identificaron 30 artículos de Latinoamérica del año 2014-2019, en la que se concluye que es necesario la construcción y aplicación de políticas públicas de salud mental en las instituciones educativas por parte de los entes administrativos del sector educativo y de la salud; las cuales presentaron un enfoque de promoción y prevención de la salud.

Así mismo, con la integración de identificar los problemas mentales de los docentes, ciertas investigaciones la realizan determinando el tipo de población o área en la que labora el maestro para así abordar una problemática como lo menciona Narváez J. y Vallejo Y. (2021), que en Colombia el síndrome de Burnout o de agotamiento profesional incide en factores psicosociales del entorno laboral.

A su vez, en Ecuador en un artículo de Rodríguez et al. (2018), se dirige directamente a 160 docentes universitarios aplicando el test de Hamilton, en la que indica que el exceso laboral es la principal fuerte, porque en la actualidad la vida cotidiana tiene se encuentra en un clima de tensión y aceleración. Esto queda para formular ¿Cuáles son los causantes de la carga laboral de los docentes? ¿La solución efectiva a esto será la salud ocupacional para buscar soluciones a los riesgos psicosociales del entorno laboral?

Cabe destacar, que durante la recopilación de información para la elaboración de este estado de arte teórico, la mayoría de las investigaciones de salud mental a docentes son de los años 2018- 2022, por tal, existe una gran variedad de estudios enfocados a los efectos de la pandemia. Matute V. y et al. (2021), refieren que al trastorno de despersonalización/desrealización, y sus causas fue la carga laboral y familiar que el docente mantenía en su hogar debido a que la mayoría debían otorgar sus clases virtuales. Para la respectiva medición de este estudio se usó Maslach Burnout Inventory-General y que sus dimensiones fueron: 1 cansancio emocional 2 despersonalización y 3 realización personal.

1.3.2.2 Investigaciones previas de Ansiedad. En un estudio correlacional que resultó 5 meses con docentes chilenos que realizaron clases virtuales, se les aplicó el Cuestionario de Salud General de Goldberg (GHQ-12). Orrego (2022) concluyó que aparecieron síntomas de ansiedad debido a la preocupación por el contagio del COVID-19, tanto en el ámbito personal como en sus estudiantes y familiares.

Los niveles de ansiedad en el ser humano son un tema crucial en la actualidad, ya que es necesario investigar si esta enfermedad está alcanzando niveles que pongan en riesgo la vida. Rodríguez L. y et al. (2018) aseguran que en Ecuador este trastorno se relaciona con un consumo de sustancias psicoactivas, lo que provoca una desconexión con la realidad.

Cabezas E. y et al. (2021) señalan que los niveles de estrés, ansiedad y depresión están aumentando en la población y deben ser estudiados, ya que las personas vulnerables que presentan otras enfermedades como diabetes, hipertensión, obesidad, entre otros, sufren mayores riesgos para su salud.

En investigaciones previas sobre la depresión, Labra L. y Ruvalcaba J. (2019) llevaron a cabo un estudio con adultos mayores utilizando el instrumento Geriatric Depression Scale GDS YESAVAGE. Concluyeron que las manifestaciones de este trastorno cambiaron más a las mujeres, y en el diseño de la atención se debe tener en cuenta las necesidades individuales.

De 151 actores educativos que participaron en el cuestionario DASS 21, se concluyó que 65 docentes conformaban el 30% de la población con depresión severa, según lo establecido por Aldana J. y Rodríguez J. (2020). Estos mismos autores aseguran que las improvisaciones educativas son un factor determinante para aumentar el estrés, por lo que recomiendan aplicar metodologías como la clase invertida en el aula.

1.3.2.3 Investigaciones previas de Estrés. La enseñanza es una de las profesiones más propensas al desarrollo de estrés, depresión y ansiedad debido a una combinación de aspectos con características multifacéticas asociadas con la actividad laboral.

Rodríguez J. (2023) aseguran que las condiciones curriculares de Latinoamérica son determinantes para no mantener un equilibrio en las instituciones desde una perspectiva pedagógica. Esto podría deberse a la falta de conocimiento en la aplicación de un modelo curricular que promueva la igualdad y defensa de los derechos humanos, respetando por igual a los actores de la comunidad académica.

Mendes L. y et al. (2020) exponen en una recopilación bibliográfica que la carga de trabajo y el entorno psicológico adverso predicen la depresión. Asimismo, el sistema operativo también se consideró un factor de riesgo para la depresión y la ansiedad entre los docentes. El estrés y la depresión pueden interferir con las actividades diarias de los maestros, especialmente en el trabajo, perjudicando su desempeño.

Desde una perspectiva médica, Razo M. y et al. (2021) señalan que para identificar el trastorno del estrés, este puede ser medible mediante los niveles de cortisol capilar. Este biomarcador es fácil de acceder y puede indicar si el paciente padece estrés crónico. También analizan otros biomarcadores como el eje HHA, eje SAM y sistema inmunológico.

1.4 Capital Psicológico y satisfacción laboral en docentes

1.4.1 Conceptualización y etiología del capital psicológico

El capital psicológico, desarrollado por Luthans F. y et al. (2007) con sus siglas PCQ por Psychological Capital Questionnaire, representa las cualidades que el ser humano adquiere a lo largo de su vida para garantizar una vida estable, como el optimismo y la búsqueda de una mejor vida (Delgado L. y Mañas M. , 2019).

Esta medida consiste en la resolución de un cuestionario que busca conocer el grado de acuerdo de cada individuo en su esfera laboral con respecto a diversas afirmaciones presentadas en la prueba.

El capital psicológico está compuesto por cuatro componentes, según Cuadra A. y et al. (2018): la confianza (autoeficacia), las atribuciones positivas (optimismo) y las metas (esperanza). Estos elementos, cuando se aplican de manera adecuada, influyen en el éxito de un individuo.

Desde la perspectiva psicológica, lo mencionado anteriormente se refiere a aquellos factores que influyen en el individuo para sobresalir dentro de su entorno. Las fortalezas personales, como el optimismo, la resiliencia y la perseverancia, tienen una influencia positiva en cada una de sus acciones, mostrando cambios positivos no solo en su desarrollo personal, sino también en el institucional.

1.4.2 Conceptualización y etiología de la satisfacción laboral

En cuanto a la satisfacción laboral (SL), intervienen diversos factores sociodemográficos y académicos, que de manera integral, Limaymanta C. y Turpo O. (2021) amplían la idea al mencionar tres componentes: cognitivo, afectivo y comportamental, que se muestran a través de las percepciones, sentimientos y actitudes, respectivamente.

Cabe indicar que, según Chung P. y Hazel R. (2018), existen "cinco facetas" relevantes para juzgar la satisfacción laboral general: en primer lugar, la satisfacción monetaria, que se refiere al salario satisfactorio para la persona que trabaja; en segundo lugar, las oportunidades de promoción y prevención en el ámbito laboral; en tercer lugar, la satisfacción con la supervisión y la calidad de las relaciones comunicativas. Mientras que la cuarta faceta se relaciona con la satisfacción de las relaciones con los compañeros de trabajo y su perspectiva hacia ellos. La quinta y última faceta implica los sentimientos relacionados con las condiciones y metas laborales, lo que permite identificar la habilidad de un profesional.

Es importante destacar también que el tiempo y la carga laboral son otros factores que influyen en la satisfacción laboral. Según Norona D. y Vega V. (2022), el agotamiento emocional surge de tareas complejas, falta de tiempo y falta de control, aparecido tanto a la parte física como a la mental y emocional del individuo.

1.4.3 Repercusiones del capital psicológico y satisfacción laboral

1.4.3.1 Repercusiones del capital psicológico. Miranda G. (2018) sostiene que la promoción y prevención de la salud mental requiere de una planificación estatal que incluya trabajos realizados mediante asociaciones ciudadanas, terapias, talleres educativos y grupos de autoayuda. Asimismo, destaca la importancia de la investigación-acción y la investigación estadística para identificar la problemática y obtener resultados.

Las repercusiones de la salud mental tienen influencia en el aspecto sociopolítico y representan un problema socioeconómico. Al estar enmarcada dentro de los derechos de toda persona, su impacto se refleja en el bienestar político. Sin embargo, la falta de protección de fondos en el ámbito real de la salud impide una promoción y prevención en relación con la salud mental de los trabajadores.

Para abordar los factores psicosociales que inciden en el ámbito laboral, es necesario establecer normativas o resoluciones claras y comunicadas en las instituciones educativas. Gallego Y. et al. (2018) sugiere que tanto los aspectos intralaborales como extralaborales deben ser definidos considerando también la capacidad y habilidad del profesional.

En concordancia, para enfrentar las repercusiones psicosociales y el riesgo de estrés ocupacional, se requiere la implementación de modelos de prevención, evaluación y monitoreo. Estos factores intralaborales y extralaborales pueden afectar la salud mental y la vida cotidiana de las personas, generando una percepción de amenaza y vulnerabilidad en el ámbito laboral y profesional.

1.3.3.2 Repercusiones de la satisfacción laboral. En el año 2020, diversas organizaciones enfocaron su atención en la satisfacción laboral de los docentes debido a la implementación del teletrabajo y el uso de sus propios recursos tecnológicos desde el hogar. No obstante, Camacho A. y et al. (2021) señalan que los factores de riesgo psicosocial predominan en aspectos organizativos y del entorno laboral, así como en las relaciones de trabajo, la seguridad en el empleo y el desarrollo de la carrera profesional.

En este sentido, se puede inferir que el tiempo laboral se ve afectado cuando no existe una adecuada distribución organizativa de las tareas y cuando el docente no se adapta a nuevos objetivos o situaciones planteadas en la institución, lo que genera pensamientos negativos y una sensación de incapacidad para enfrentar nuevos desafíos, llevando una elevada tensión mental y física, así como una profunda frustración.

Herranz T. (2021) destaca la importancia de mantener la satisfacción laboral libre de factores de riesgo, respetando la cultura social y decisiones personales del individuo, y manteniendo una separación entre el entorno laboral y la vida personal. Se reconoce que el desempeño laboral no solo afecta la docencia, sino que tiene un impacto en todas las áreas de la vida, pudiendo afectar negativamente el bienestar individual y la salud mental, lo que puede desencadenar o empeorar enfermedades. Por tanto, tanto las empresas como las instituciones tienen la responsabilidad de asegurar la prevención de riesgos laborales.

1.4.4 Investigaciones previas del capital psicológico y satisfacción laboral

1.4.4.1 Investigaciones previas del capital psicológico. El capital psicológico en ciertas investigaciones depende del éxito laboral o metas propuestas; por ende, Buendía D. y Álvarez R. (2019), demuestra en su análisis que las personas con un alto capital psicológico

verán una mayor posibilidad de éxito frente a los desafíos y objetivos que se propongan, y esto es gracias a retos que bien son impuestos en el entorno laboral.

Bayona H. y Guevara L. (2019), refieren que, la incidencia en los niveles de desempeño del docente surge de los siguientes aspectos, el primero se determina por la convicción o confianza del empleado acerca de sus habilidades para movilizar la motivación, y como segundo aspecto son los recursos que se usan para el interés por una vida saludable y sus ambiciones que conforman la personalidad y valores morales y éticos de un individuo.

En organizaciones con un capital alto positivo en temas de salud como lo es el estudio de Lupano M. y Castro A. (2019), realizado en Argentina e identifica que los efectos positivos que se generan en instituciones con una verdadera responsabilidad social, con resultados positivos y más aún que el trabajador presenta una gran satisfacción laboral por lo cual un alto nivel organizacional empleado genera resultados positivos y evidentes en sus empleados.

De hecho, el PsyCap se centra prácticamente en los aspectos positivos, en donde se busca valorar ciertas circunstancias de forma positiva y que la persona se sienta satisfecha en todos los niveles con su desempeño y el trabajo que desarrolla, evidenciando el optimismo, satisfacción y una conducta organizacional dentro de su esfera laboral teniendo alto capital psicológico.

En consecuencia, no solamente se trata de combatir lo que va mal: liderazgos inefectivos, actitudes y conductas disfuncionales de los empleados, estrés laboral y conflictos mal manejados. Por supuesto, hacer esto es absolutamente necesario, pero no es suficiente. Sin embargo, Delgado L. (2021), asegura que alcanzar desempeños buenos o promedios en el desempeño laboral no garantiza sostenibilidad en ambientes altamente competitivos.

No obstante, es sumamente importante impulsar en todas las instituciones el capital psicológico de los trabajadores mediante actividades que sean consideradas dentro en su actividad laboral diaria, con la finalidad en estos casos de aumentar o procurar el bienestar, buen desempeño laboral y relaciones interpersonal. Por último, ayudar a mejorar lo

relacionado a salud organizacional evitando todo tipo de situación que afecte a la salud mental de los trabajadores o la aparición del síndrome de burnout.

1.4.4.2 Investigaciones previas de satisfacción laboral. Dentro de todas las instituciones independientemente del área que desempeñen las personas es de vital importancia evaluar el comportamiento del trabajador para poder saber y determinar cómo es su estado mental o psicológico previo a la carga laboral que cada uno presenta; por ello, algunas organizaciones realizan las investigaciones necesarias para determinar el riesgo a lo que está expuesto los trabajadores como son los docentes.

En una investigación analítica de la delimitación de satisfacción en el trabajo de Sierra E. (2021), se concluye que el riesgo psicosocial es parte de las normas de prevención de la empresa al destacar, porque para lograr una efectividad durante la pandemia se regularon ciertos aspectos como el ciberacoso.

En efecto, dentro del desenvolvimiento de las actividades laborales es importante considerar los riesgos. Por ello, la prevención de los mismos en el aspecto psicosocial, estableciendo que es importante disponer de las medidas necesarias para salvaguardar la salud mental del docente, ya que dentro del marco legal nacional e internacional se dispone que todas las empresas deben garantizar los derechos de cada individuo, así como la integridad física y psicológica mediante el cumplimiento de normativa técnica.

Un estudio realizado por Norona J. y Vallejo Y. (2022) en docentes del Instituto Superior Tecnológico Sucre en la provincia de Manabí concluyó que la satisfacción laboral debe ser considerada en las estrategias de mejora de las instituciones educativas, y que esta dimensión es evaluada de manera insuficiente.

En relación a la forma en que los trabajadores enfrentan las demandas laborales y su posible relación con el desgaste laboral o burnout, Techera D. (2021) afirmó que su investigación sobre el Modelo Demandas-Recursos tiene como objetivo aumentar el bienestar individual del trabajador y reducir el malestar latente generado por las exigencias laborales y el estrés ocupacional, manteniendo relaciones recíprocas acordes a las variables involucradas.

Capítulo dos

Metodología

2.1 Objetivos

Objetivo General

- Determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos en el sector público y privado de la ciudad de Picoaza y Santo Domingo durante el año 2022.

Objetivos Específicos

- Establecer la prevalencia de las variables de salud mental (ansiedad, depresión, estrés) en docentes del sector público y privado de la ciudad de Picoaza y Santo Domingo.
- Identificar el capital psicológico y satisfacción laboral en los docentes de la muestra.
- Examinar las variables del estudio mediante Cuestionario Ad Hoc sociodemográfico y laboral y el Dass -21

2.2 Preguntas de investigación

- 1.- ¿Cuál es la salud mental de los docentes con respecto al estrés, ansiedad y depresión?
- 2.- ¿Cuáles son los niveles del capital psicológico de acorde a las dimensiones de autoestima, esperanza, júbilo y resiliencia?
- 3.- ¿Cuál es el nivel de satisfacción laboral que se refleja en la muestra de estudio?

2.3 Enfoque, tipo y diseño de investigación

El Enfoque de investigación

Cuantitativo: El enfoque para esta investigación tiene como propósito más en la descripción, explicación, predicción y control objetivo de sus causas y la predicción de su ocurrencia a partir del desvelamiento de las mismas, al detallar también se ve un riguroso uso de la métrica o cuantificación, para la realización de un procesamiento, análisis e interpretación (Sánchez F.,2019).

Tipo de investigación

No experimental: Se realiza sin la manipulación deliberada de variables y se observan los fenómenos en su ambiente natural para después analizarlos.

Diseño:

Transversal: Se analiza cuál es el nivel o estado de una o diversas variables en un momento dado, es decir, en un punto en el tiempo. En que la duración de esta investigación fue de 6 meses.

Descriptiva: Se seleccionan una serie de Criterios y variables del estudio, que a la vez serán medibles basado en instrumentos, además, de recolectar información de manera independiente o conjunta sobre cada una de las variables de estudio para así describir la problemática de este estudio.

2.3.1 Población y muestra

López-Roldán y Fachelli (2015), señalan que la población o universo son términos que se utilizan para hacer referencia al conjunto de elementos que forman parte del ámbito de interés del investigador.

La muestra que se pretende tomar considera a 40 docentes cualificados de instrucción primaria, secundaria y universitaria de instituciones públicas y privadas a nivel nacional, es por esto que usted invitará a estos profesionales para formar parte de su investigación. Recuerde que es necesario que la muestra sea lo más homogénea posible en cuanto al sexo, edad; y los participantes deben poseer un título de tercer nivel (personal cualificado).

No obstante, participaron 10 hombres y 30 mujeres de instituciones privadas y públicas; como la Unidad Educativa 2 de Marzo de Santo Domingo de los Tsáchilas; la Unidad Educativa "San José" y la Unidad Educativa "Carchi Imbabura", las dos están situadas en la parroquia Picoazá de la ciudad de Portoviejo.

2.4 Criterios de inclusión / exclusión

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

Criterios de inclusión

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

Criterios de exclusión

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

2.5 Instrumentos de recogida de información

2.5.1 Cuestionario Ad Hoc sociodemográfico y laboral

Es un cuestionario no estandarizado, compuesto por una serie de ítems que permiten la recolección de información socio demográfica de los docentes que participaron, en la cual, se identifica el género, edad, nacionalidad, ciudad, zona en la que trabaja, estado civil, número de hijos, remuneración salarial. A su vez, se recopilan datos laborales como: profesión, nivel en que ejerce la docencia, años de experiencia laboral, tipo de institución, tipo de contrato, horas que trabaja diariamente, si la institución provee de los recursos necesarios, entre otras. Este cuestionario sirve de referencia para contemplar los criterios de inclusión y exclusión detallados anteriormente. Escalas de depresión, ansiedad y estrés.

2.5.2 Escalas de depresión, ansiedad y estrés

El (DASS – 21) El DASS 21 quedó constituido por tres dimensiones que son las siguientes; la depresión como un trastorno compuesto por síntomas típicamente asociados con estado de ánimo disfóricos como la tristeza; la ansiedad es descrita en torno a los síntomas físicos de excitación, ataques de pánico, tensión muscular y miedo, y el estrés descrito como cierta tendencia a reaccionar a los acontecimientos estresantes con síntomas tales como tensión, irritabilidad y activación persistente. Los ítems se contestan en una escala tipo Likert con un rango de respuesta del 0 al 3 (nada aplicable en mí, aplicable a mí en algún grado, aplicable en mí en alto grado, muy aplicable en mí).

Las escalas de depresión y estrés presentaron un alfa de 0.85 y 0.83 respectivamente, mientras que en la escala de ansiedad se obtuvo un alfa de 0.73. En conjunto, los ítems que componen el DASS - 21 presentaron un alfa de 0.91.

2.5.3 Cuestionario del Capital psicológico

El instrumento consta de un total de 24 ítems que permiten realizar la evaluación del constructo capital psicológico, así como cada una de sus dimensiones: esperanza, autoeficacia, resiliencia y optimismo (el cuestionario contiene 6 preguntas para cada dimensión). Cada afirmación es evaluada con opciones de respuesta en escala de Likert que oscilan en puntuaciones desde 1 (muy en desacuerdo) hasta 7 (muy de acuerdo). Un ejemplo de ítem es el siguiente:

2.5.4 Cuestionario de Satisfacción laboral

La escala operacionaliza el constructo de satisfacción laboral, reflejando la experiencia de los trabajadores de un empleo remunerado, considerando la respuesta afectiva ante el propio trabajo.

Consta de un total de 15 ítems con opciones de respuesta en una escala de Likert que oscila con puntuaciones desde “muy insatisfecho” hasta “muy satisfecho”, incluye dimensiones que revelan puntuaciones de satisfacción general, factores intrínsecos y factores extrínsecos. Su aplicación puede ser realizada por un evaluador, o de manera individual y colectiva. la atención.

2.6 Procedimiento

2.6.1 Revisión de la literatura para redacción del marco teórico

Para la realización de esta investigación se procedió a la búsqueda y revisión en Google Escolar de artículos científicos indexados, se filtró información reciente con las palabras clave: estrés, ansiedad, depresión, esperanza, autoeficacia, resiliencia, optimismo, satisfacción intrínseca y satisfacción extrínseca. También se revisó libros, informes y reportes médicos de páginas web de organizaciones u organismos reconocidas de salud.

2.6.2 Diseño de investigación y muestra

Esta investigación es de tipo: cuantitativa, no experimental, transversal, descriptiva. La muestra fue no probabilística, estableciendo en un mínimo de 40 docentes a evaluar, siendo estos docentes ecuatorianos de instituciones públicas y privadas.

2.6.3 Recogida de información

Para realizar el análisis de la prevalencia de la salud mental, capital psicológico y estabilidad laboral en docentes ecuatorianos se utilizaron los instrumentos estandarizados de estas variables. Se eligió docentes en Picoaza y Santo Domingo, a quienes se les explicó lo importante de realizar este tipo de investigaciones recibiendo una buena aceptación e interés. Aplicando los criterios inclusión y exclusión se procedió a tomar una muestra recolectora de 80 docentes, llegando a una muestra procesadora de 62 docentes, se excluyó 18 evaluaciones debido a que eran válidas para el estudio.

2.6.4 Análisis de base de datos

La información recogida a ha sido tabulada y procesada mediante una hoja electrónica, se ha realizado un análisis descriptivo de las dimensiones estudiadas para la interpretación de la muestra.

Capítulo tres

Análisis de resultados y discusión

3.1 Análisis de resultados

3.1.1 Cuestionario sociodemográfico

Para esta investigación se utilizaron cuatro instrumentos para evaluar la salud mental de docentes ecuatorianos en instituciones públicas y privadas de Picoaza y Santo Domingo. Se realizaron 80 encuestas, de las cuales se llegaron a procesar 62 eliminándose 18 por no cumplir con los criterios de aceptación. El cuestionario sociodemográfico determina las características de la muestra en relación con el género, estado civil y condiciones de trabajo. En la Tabla 1, se muestran los resultados sociodemográficos encontrados en la muestra.

Tabla 1

Características sociodemográficas y laborales del personal de salud

		N	%		
Género	Masculino	12	19,4%		
	Femenino	48	77,4%		
	Otro	2	3,2%		
Estado civil	Soltero/a	18	29%		
	Casado/unión libre	39	62,9%		
	Viudo/a	1	1,6%		
	Divorciado/a	4	6,5%		
Tipo de trabajo	Tiempo completo	58	93,5%		
	Tiempo parcial	4	6,5%		
	Pública	60	96,8%		
Tipo de institución	Privada	2	3,2%		
		M	Máx.	Min.	DT
Edad		41	62	24	9
Horas de trabajo por día		8	20	6	2
Experiencia laboral		11	33	1	8

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

Se observa que la mayoría de los docentes encuestados pertenecen al género femenino, siendo el 77,4% de la muestra. Con respecto al estado civil, la mayoría se encuentra casado o en unión libre, alcanzado este grupo el 62,9%, mientras que el 29% de

los docentes son solteros. Sobre las condiciones de trabajo, el 93,5% está empleado a tiempo completo y el 96,8% pertenece a una institución pública.

La edad mínima encontrada en el estudio es de 24 años y la edad máxima de 62 años, siendo la edad promedio de los encuestados de 41 años. Las horas de trabajo en promedio se sitúa en 8 horas diarias y la experiencia laboral media de los encuestados se sitúa en 11 años.

3.1.2 Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS – 21)

Para determinar la depresión, ansiedad y estrés de los docentes se ha utilizado el instrumento DASS-21, el cual contiene 21 preguntas en una escala de leve, moderado y severo. Los resultados se muestran en la Tabla 2.

Tabla 2

Percepción de la salud mental del personal de salud

		N	%
Estrés	Leve	48	77,4%
	Moderado	2	3,2%
	Severo	12	19,4%
Ansiedad	Leve	30	48,4%
	Moderado	15	24,2%
	Severo	17	27,4%
Depresión	Leve	40	64,5%
	Moderado	9	14,5%
	Severo	13	21%

Nota. Cuestionario de salud mental DASS-21.

El estudio muestra que para la dimensión estrés el 77,4% de los docentes encuestados tiene estrés leve, y el 19,4% estrés severo. Con respecto a la ansiedad cerca de la mitad de los docentes encuestados, el 48,4% tiene ansiedad leve y el 27,4% ansiedad severa. Para la depresión el 64,5% de los docentes tiene depresión leve y el 21% padece de depresión severa.

3.1.3 Capital psicológico

Para determinar el capital psicológico de los docentes estudiados, se ha medido las dimensiones: esperanza, autoeficacia, resiliencia y optimismo. Los encuestados han

respondido 6 preguntas en cada dimensión en una escala 1 a 7. La Tabla 3 muestra para cada dimensión su valor medio, su desviación estándar, el valor máximo y el valor mínimo obtenido.

Tabla 3

Capital Psicológico en docentes

	Media	Máximo	Mínimo	Desviación estándar
Eficacia	34,54	42,00	16,00	7,16
Esperanza	35,63	42,00	16,00	6,99
Resiliencia	32,50	42,00	17,00	4,96
Optimismo	29,79	42,00	22,00	4,63
Capital psicológico	137,98	168,00	72,00	25,77

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

Los resultados indican que de las cuatro la dimensión el valor más alto para su media corresponde a la esperanza con 35,63, seguido de la eficacia con una media de 35,54, mientras que la residencia obtuvo un valor medio de 32,50. Por último, la dimensión optimismo obtuvo un valor de 29,79. La media del capital psicológico de los docentes encuestados llega a 137,98 con un máximo de 168 y un mínimo de 72.

3.1.4 Satisfacción laboral en docentes

La satisfacción laboral de los docentes se ha evaluado, mediante el instrumento: escala de satisfacción, el cual consta de 15 preguntas cuyas respuestas están en una escala de 1 a 7, una mayor puntuación reflejará una mayor satisfacción general.

Tabla 4

Satisfacción laboral en docentes

	M	Máx.	Mín.	DT
Satisfacción intrínseca	36,94	49,00	7,00	10,01
Satisfacción extrínseca	37,29	49,00	7,00	10,12
Satisfacción general	74,22	98,00	14,00	19,94

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

En la Tabla 4, se muestra los resultados de la satisfacción que tienen los docentes con relación a su trabajo. La satisfacción extrínseca posee un valor medio de 37,29, mientras

que la satisfacción intrínseca media llega a 36,94. La satisfacción general media de los docentes encuestados es de 74,22, con un máximo de 98 y un mínimo de 14.

3.2 Discusión de resultados

Con respecto a las variables de salud mental: ansiedad, depresión y estrés en docentes del sector público y privado en Picoaza y Santo Domingo, en esta investigación para la dimensión estrés se encontró que es leve en el 77% de los casos, pero es severo en el 19 % de los casos, similar a lo encontrado en el estudio de Ozamiz y otros (2021), donde el estrés severo a extremadamente severo se encuentra en el 18,8%, difiere del estudio Ratanasiripong (2022), donde el valor es menor, situándose en el 6% para estrés de severo a extremadamente severo, esto similar al estudio de Zahiruddin y Vevehkanandar (2019) donde el estrés severo llega al 7% de los casos estudiados (Ozamiz-Etxebarria, Dosil-Santamaria, Picaza-Gorrochategui, & Idoiaga-Mondragon, 2020), (Ratanasiripong, Ratanasiripong, Nungdanjark, Thongthammarat, & Toyama, 2021), (Zahiruddin & Vevehkanandar, 2019).

En el caso de los docentes el estrés puede resultar de la demanda del esfuerzo físico y emocional propias de la labor educativa, dificultando el normal desempeño del docente (Chiang Vega, Heredia Gálvez, & Santamaría Freire, 2017). La actividad laboral está sujeta a varias variables, y el conjunto de todas ellas forman las condiciones de trabajo (Orozco-Orozco, Valle-Barbosa, & Carrillo-Nuñez, 2020). Las fuentes de este estrés laboral dentro de una institución educativa pueden ser provocados por conflictos entre compañeros, falta de medios o recursos educativos, falta de reconocimiento, bajo salario, la cantidad de alumnos, la cantidad de trabajo administrativo; expectativas laborales no cumplidas o autoestima.

El estrés laboral de los docentes estudiados puede conllevar a que padezca de afectaciones en su salud física y mental, con lo cual las afecciones agudas se convertirán en crónicas, su rendimiento será deficiente, así como las relaciones interpersonales con sus pares, estudiantes o padres de familia se verán afectadas negativamente.

En lo que respecta a la dimensión ansiedad la presente investigación muestra que el 27% presenta un nivel severo seguido de 24% moderado, siendo ligeramente superior al

estudio de Zahiruddin y Vevehkanandar (2019), donde ansiedad severa a extremadamente severa llega al 23,3%, y superior a los estudios de Ozamiz-Etxebarria y otros (2021) y Ratanasiripong (2022), donde la ansiedad severa a extremadamente severa llega al 17,78% y al 11,2 % respectivamente. La ansiedad es el estado donde el docente presenta de manera exagerada el miedo o temor a sucesos que aún no sea han materializado, siendo una causa o reacción al estrés laboral. Los docentes afrontan permanentemente cambios en los métodos de enseñanza, uso de nueva tecnología o toma de decisiones, haciendo que su labor sea interminable.

Cuando la ansiedad es notable hará que haya un distanciamiento con otros individuos (Mahecha-Naranjo, Álvarez-Alucema, Campo-Torregrosa, Caballero-Olivares, & López-Sepúlved, 2023), en el caso de la profesión del docente esto se contrapone a su labor pues siempre está rodeado de personas. Sentir ansiedad en situaciones donde hay cierto peligro es normal en los seres humanos, pero si esto se vuelve a diario y de manera excesiva pueden llegar a convertirse en un trastorno emocional. En este estudio 3 de cada 10 participantes, percibe que sufre de ansiedad severa, esto puede llegar interferir en las actividades laborales, familiares y sociales del docente.

Si analizamos la dimensión depresión en este estudio, la depresión severa llega hasta 21% de los docentes encuestados difiriendo de los estudios Zahiruddin y Vevehkanandar (2019), Ozamiz-Etxebarria y otros (2021), Ratanasiripong (2022), donde la depresión severa llega al 9,9%, 7,5% y 3,2% respectivamente. Al igual que en la ansiedad, el estrés tiende a ser un factor de riesgo para desarrollar depresión, la cual muchas veces termina en suicidio. La genética, antecedentes personales, eventos pasados, el aislamiento social entre otros son factores de riesgo para que una persona tienda a estar depresiva (Mendes Rodrigues, Campelo Lago, Pinheiro Landim Almeida, Pires Ribeiro, & Vasconcelos Mesquita, 2020).

En este estudio 2 de cada 10 participantes, percibe que padece de depresión severa, esto hará que estos docentes tengan un sentimiento constante de tristeza y a la vez desinterés en las actividades que realizan. Una vez analizado de manera colectiva, se deberá realizar

un estudio individual para ayudar a estas personal, pues podrían requerir de psicoterapia y medicación para tratar su ansiedad.

Ciertas condiciones laborales han sido asociadas a la manifestación de trastornos psíquicos y psicosomáticos en los docentes, se han encontrado algunas diferenciaciones entre docentes del ámbito público del privado. Aquellos que trabajan en el sector privado presentaron cuatro veces más presencia de trastornos psicosomáticos, como los digestivos, y tres veces más riesgo de cefalea tensional y depresión en comparación con los del sector público (Quintero Idarraga & Hernandez Calle, 2021). La depresión, la ansiedad y el estrés resultan ser más comunes en docentes con características sociodemográficas y del trabajo, como ser mujer, nivel educativo más bajo, tener de 1 a 3 hijos, vivir con suegros, distancia más corta a la escuela, vivir en un edificio alto o tener una casa propia (Zahiruddin & Vevehkanandar , 2019).

Para este estudio los docentes estudiados de Picoaza y Santo Domingo, las dimensiones del capital psicológico se presentan en este orden descendente: Esperanza > Eficacia > Resiliencia > Optimismo , estando en esta escala el optimismo más alejado de las demás dimensiones, esto difiere del estudio de Feng I (2016) donde la escala de las dimensiones es: Autoeficacia > Esperanza > Resiliencia > Optimismo (Feng-I, 2016), o de la investigación de Yong y otros (2019), donde las dimensiones tienen esta ponderación Optimismo > Autoeficacia > Esperanza > Resiliencia (Yong, Hutagalung, & Saad, 2019).

El capital psicológico es el estado de desarrollo psicológico positivo que la persona hace de las circunstancias de su medio y en función a la probabilidad de éxito basada en el esfuerzo y la perseverancia realizada para cumplir sus metas laborales. (Schönfeld & Mesurado, 2020). La noción de capital psicológico es muy nueva y ha recibido especial atención debido a su impacto en los comportamientos deseados, que incluyen la satisfacción vital, el compromiso organizacional y la satisfacción laboral de un grupo de profesionales. (Cuadra-Peralta, et al., 2019). El capital psicológico en este caso está estructurado por cuatro dimensiones, la eficacia que es la capacidad de empezar y culminar exitosamente las tareas y metas laborales, la esperanza que es el pensamiento positivo para mantenerse motivado

de que las metas se vanan cumplir, la resiliencia es la capacidad del docente a sobreponerse a situaciones adversas y llevarlas a un lado positivo y el optimismo que es la postura psicológica de siempre ver el lado bueno y efectivo de la labor como docente.

Los resultados para la satisfacción laboral de los docentes estudiados, refleja que la satisfacción extrínseca media (37,29) es ligeramente mayor a la satisfacción intrínseca media (36,94), aunque podría decirse que son iguales. El valor medio de ambas dimensiones tiende al lado derecho de la escala acercándose al valor máximo de 49, por lo que se refleja una buena satisfacción general de los docentes. Esto difiere del trabajo de Paramo (2019) donde satisfacción extrínseca media (39,11) es mayor a la satisfacción intrínseca media (32,19) (Páramo, Flores-Hernández, & Díaz-De-León, 2016), o del trabajo de arias y otros (2016), donde la satisfacción extrínseca media (43,63) es mucho mayor que la satisfacción intrínseca media (37,67) (Arias G., Sánchez S, & Ceballos C, 2017).

Siendo la satisfacción un estado psicológico donde el individuo siente bienestar al resultado de una actividad, se refleja que hay una aceptable satisfacción general de los docentes estudiados. La satisfacción intrínseca se define como la satisfacción propia del docente desde su interior y que estará relacionada con el cumplimiento de sus obligaciones docentes, el aprendizaje continuo o las ganas de superación. La satisfacción extrínseca que estará relacionada con factores relacionados con el ambiente de trabajo, sintiéndose satisfecho con una jornada adecuada de trabajo, el salario o el reconocimiento a sus labores.

Conclusiones

La muestra de este estudio con docentes ecuatorianos en el sector público y privado de Picoaza y Santo Domingo durante el año 2022, resulta ser en su mayoría de género femenino (77,4%), más de la mitad se encuentra casado o en unión libre (62,9%) y la gran mayoría trabaja a tiempo completo (93,5%). Los docentes estudiados tienen una edad media de 41 años, trabajan una media de 8 horas diarias, y cuenta con una experiencia media de 11 años.

Con respecto al estado de salud mental de los docentes, aproximadamente 2 de cada 10 participantes padece de estrés severo (19,4%). El estrés es una respuesta física y/o mental a situaciones donde el individuo experimenta o percibe una amenaza, así el individuo afronta la situación y la supera. Es estrés severo generará afecciones físicas y mentales en los docentes. En la dimensión ansiedad aproximadamente 3 de cada 10 participantes padece de ansiedad severa (27,4%). La ansiedad es una respuesta emocional de miedo o temor cuando el individuo percibe un peligro a su integridad física o emocional. En los docentes el no saber gestionar adecuadamente este sentimiento hará que se vuelva patológico. Para la dimensión depresión aproximadamente 2 de cada 10 participantes padece de depresión severa (21%). La depresión es la sensación constante de tristeza, vacío, frustración o ira en el individuo con o sin razón aparente. Los docentes que sufren de depresión severa perderán el interés en sus actividades y en el cumplimiento de logros laborales o personales.

Los valores medios de las dimensiones del capital psicológico son de 34,54; 35,63; 35,50 y 29,79 para la eficacia, la esperanza, la resiliencia y el optimismo respectivamente. Siendo el optimismo el valor más bajo de las cuatro dimensiones, siendo de todas maneras un valor aceptable. Un bajo optimismo en los docentes estará relacionado, con la falta de confianza en tener éxito en las actividades laborales actuales y futuras. La satisfacción extrínseca posee un valor medio de 37,29, mientras que la satisfacción intrínseca media llega a 36,94. Siendo en general la satisfacción en los docentes ser muy aceptable.

Recomendaciones

Se recomienda que, al ser el grupo de estudio de gran importancia para la comunidad, el estado implemente un programa de salud mental para los docentes, donde se promocióne, se prevenga y se trate afecciones psicológicas. Para que este programa sea efectivo, se deberá primero analizar las características de salud mental actual de los docentes.

Para mejorar los niveles de estrés, ansiedad y depresión se recomienda realizar actividades grupales donde se mejore la convivencia y la empatía entre compañeros docentes, estas pueden ser reuniones de trabajo donde se respete y se de valor a todas las opiniones, charlas motivacionales sobre salud mental, actividades lúdicas, o pausas activas frecuentemente.

Se recomienda realizar actos de reconocimiento a la sacrificada labor docente, pudiendo ser por logros académicos, por trayectoria o por compañerismo.

Referencias

- Aldana, J., & Rodríguez, J. (2020). Depresión, ansiedad y estrés por COVID -19 en actores educativos. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la salud*, 4(8).
doi:<http://dx.doi.org/10.35381/s.v.v4i8.932>
- Álvarez, D., & Reyes, F. (2019). *Salud mental percibida y distrés psicológico en estudiantes de Ciencias Psicológicas y Médicas de la Universidad Central del Ecuador*. [Tesis Universidad Central del Ecuador]. Obtenido de
<http://www.dspace.uce.edu.ec:8080/handle/25000/18275/statistics>
- Arias G., W., Sánchez S, M., & Ceballos C, K. (2017). Síndrome de burnout, satisfacción laboral y relaciones interpersonales en profesores de una institución educativa de Arequipa. *Acta Psicológica Peruana*, 2(1), 118-139.
- Ávila, M. J., & Medellín, D. C. (2022). *Intervenciones Basadas en Evidencia para ansiedad, depresión y estrés postraumático en la Pandemia COVID 19: Una revisión sistemática*. [Tesis de grado de Universidad El Bosque]. Recuperado el 19 de Noviembre de 2022, de
<https://repositorio.unbosque.edu.co/handle/20.500.12495/8450>
- Bardales, K. (2021). *Capital psicologico entre colaboradores de la generación X y Y de una entidad pública de la libertad*. [Tesis Universidad Privada del Norte]. Recuperado el 27 de Diciembre de 2022, de
<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/29225/Bardales%20Arroyo%20C%20Karla%20Cecilia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Bayona, H., & Guevara, L. (2019). El Capital Psicológico Positivo y su Relación con Comportamientos Discrecionales en trabajadores de Lima, Peru. *Scielo*, 49-64.
doi:[doi:https://doi.org/10.15446/rcp.v28n1.66462](https://doi.org/10.15446/rcp.v28n1.66462)
- Bergmann, R., Rodríguez, L., & Chabesta, J. (2018). Estatus socioeconómico y la salud mental en la población de portoviejo. *Revista: Caribeña de Ciencias Sociales*, 1(1).

Recuperado el 28 de Noviembre de 2022, de

<https://www.eumed.net/rev/caribe/2018/03/salud-mental-portoviejo.html>

Boluarte , A. (2014). Propiedades psicométricas de la Escala de satisfacción laboral de Warr, Cook y Wall, versión en español. *Revista Médica Herediana*.
doi:10.20453/RMH.V25I2.249

Buendía Pereira, D., & Ronald Danny, Á. (2019). *Análisis del capital psicológico y su relación con la motivación y satisfacción laboral de los colaboradores de Servicio al cliente de una empresa del sector de las telecomunicaciones de la ciudad de Guayaquil*. [Tesis Universidad Católica Santiago de Guayaquil]. Obtenido de <http://repositorio.ucsg.edu.ec/handle/3317/13517>

Cabal, D., & Molina, K. (2019). *Determinación de indicadores de ansiedad y depresión en personal de enfermería de la punto ese punto el hospital regional Manuela Beltrán III nivel, socorro- Santander*. [Tesis de grado de la universidad Autónoma de Bucaramanga-UNAB]. Recuperado el 18 de Noviembre de 2022, de <https://repository.unab.edu.co/handle/20.500.12749/6973>

Cabezas, E., Herrera, R., Ricaurte, R., & Novillo, C. (2021). Depresión, Ansiedad, estrés en estudiantes y docentes: Análisis a partir del Covid 19. *Redalyc*. Recuperado el 28 de Noviembre de 2022, de <https://www.redalyc.org/journal/290/29069612008/html/>

Camacho Gordillo, A. L., Gómez López, L. X., & Pirajan García, M. A. (2021). *La salud mental de los docentes de la universidad ECCI asociados al trabajo en casa en tiempos de contingencia Covid-19*. [Tesis de grado de Universidad ECCI]. Recuperado el 18 de Noviembre de 2022, de <https://repositorio.ecci.edu.co/bitstream/handle/001/1229/Trabajo%20de%20grado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Camacho, A., Gómez, L., & Pirajan, M. (2021). *La salud mental de los docentes de la universidad ECCI asociados al trabajo en casa en tiempos de contingencia Covid-19*.

[Tesis de grado de Universidad ECCI]. Recuperado el 18 de Noviembre de 2022, de <https://repositorio.ecci.edu.co/bitstream/handle/001/1229/Trabajo%20de%20grado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Cháides, J., & Barraza, A. (2018). Afrontamiento al estrés y su relación con el tipo de jornada laboral en docentes de educación primaria. *Dialnet*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7044276>
- Chiang Vega, M. M., Heredia Gálvez, S. A., & Santamaría Freire, E. J. (2017). Clima organizacional y salud psicológica de los trabajadores: una dualidad organizacional. *Dimensión Empresaria*, 15(1), 73-86.
- Chung, P., & Hazel., R. (2018). The Level of Job Satisfaction as Indicator of Work Value-Fulfillment Trend in Higher Education Systems. *International Journal of Advanced Science and Technology*, 112, 43–56. Recuperado el 22 de Noviembre de 2022, de <http://article.nadiapub.com/IJAST/vol112/5.pdf>
- Cladellas, R., Castelló, A., & Parrado, E. (2018). Satisfacción, salud y estrés laboral del profesorado universitario según su situación contractual. *Revista de salud pública*, 20(1), 53-59. doi:<https://doi.org/10.15446/rsap.v20n1.53569>
- Cruz, A. (2021). Transtorno de ansiedad generalizada. Revisión Bibliográfica. *Revista Ocronos*, IV(3). Recuperado el 18 de Noviembre de 2022, de <https://revistamedica.com/trastorno-ansiedad-generalizada/>
- Cuadra, A., Sjöberg, O., Beyle, C., Veloso, C., & et al. (2018). Capital Psicológico y su relación con las actitudes deseadas. *Redalyc*, 43(11), 758-762. Recuperado el 27 de Diciembre de 2022, de <https://www.redalyc.org/journal/339/33957918004/html/>
- Cuadra-Peralta, A., Sjöberg Tapia, Ó., Beyle, C., Veloso-Besio, C., Leiva Barrios, J., Muñoz Pineda, C., & Mally Guerra, I. (2019). CAPITAL PSICOLÓGICO Y SU RELACIÓN CON LAS ACTITUDES DESEADAS. *interciencia*, 43(11), 758-762.

- Cuiyan, W., Pan, R., Xiaoyang, W., & et al. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *Int J Environ Res Public Health*. doi:10.3390/ijerph17051729. PMID: 32155789
- Delgado Abella , L. (2021). *Cápital psicológico: revisión sistemática de la literatura (2010-2020) y propiedades psicométrica de un instrumento de medición para las organizaciones colombianas*. Obtenido de <http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/10152/01.%20Tesis.pdf?sequence=1>
- Delgado, L., & Mañas, M. (2019). Propiedades psicométricas del Instrumento para evaluar capital psicológico en las Organizaciones Ipsicap-24. *Dialnet*, 18(5). doi:<https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy18-5.ppie>
- Díaz , C., & Santos, L. (2018). La andiedad en la adolescencia. *RqR Enfermería Comunitaria,,* 6(1), 21-31. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6317303>
- Escalona, J., & Danae, A. (2020). *Análisis de variables predictoras de perspectiva de recuperación respecto de personas con trastornos de salud mental en funcionarios/as de atención primaria, Chile*. [Tesis de la Pontificia Universidad Católica de Chile]. Recuperado el 19 de Noviembre de 2022, de <https://repositorio.uc.cl/handle/11534/50050>
- Etienne, F. (2018). Salud mental como componente de la salud universal. *Rev Panam Salud Publica*, 42(18), 1-2. doi:<https://doi.org/10.26633/RPSP.2018.140>
- Feng-I, F. (2016). <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1116018.pdf>. *International Education Studies*, 9(10), 245-255.
- Gallego, Y., Gil, S., & Sepúlveda, M. (2018). *Revisión teórica de eustrés y distrés definidos como reacción hacia los factores de riesgo psicosocial y su relación con las*

estrategias de afrontamiento. [Tesis de grado de Universidad CES], Medellín.

Recuperado el 19 de Noviembre de 2022, de

<https://repository.ces.edu.co/handle/10946/4229>

Gordon, J., & Asmundson, S. (2020). Coronaphobia: fear and the 2019nCoV

outbreak. *Journal of Anxiety Disorders*. *sciencedirect*.

doi:<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102196>.

Hernaiz, E. S. (2021). Delimitación del concepto de riesgo psicosocial en el trabajo. *Revista*

de Derecho, 37, 7-26. doi:<https://doi.org/10.32719/26312484.2021.35.1>

Iguasnia, S., & Saquisela, M. (2020). Estrés laboral, causas y consecuencias en los

docentes de la Unidad Educativa Fiscal Jaime Roldós Aguilera del Distrito Ximena 2

de la ciudad de Guayaquil. *Publisher*. doi:doi.org/10.33386/593dp.2021.1.408

Jiménez, E., & et al. (2021). Índices de capacidad funcional, ansiedad y depresión en una

muestra de adultos mayores de Santa Clara. *Revista Novedades en Población*,

17(33), 223-244. Recuperado el 10 de Enero de 2023, de

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1817-](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1817-40782021000100223&lng=es&nrm=iso)

[40782021000100223&lng=es&nrm=iso](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1817-40782021000100223&lng=es&nrm=iso)

Labra, L., & Ruvalcaba, J. (2019). Indicadores de Depresión en Adultos Mayores de 60 a 75

años en Ixmiquilpan Hidalgo. *JONNPR*, 4(10), 976-987. doi: 10.19230/jonnpr.3056

Lázaro, L. (2020). Salud mental, psicopatología y poblaciones vulnerables. *Revista de*

Psiquiatría Infanto-Juvenil, 37(2). doi:<https://doi.org/10.31766/revpsijv37n2a1>

Leiva, V., Rubí, P., & Vicente, B. (2021). Determinantes sociales de la salud mental:

políticas públicas desde el modelo biopsicosocial en países latinoamericanos. *Rev*

Panam Salud Publica., 45, 1-7. doi:[doi: 10.26633/RPSP.2021.158](https://doi.org/10.26633/RPSP.2021.158).

- Limaymanta , C., & Turpo, O. (2021). Factores asociados a la satisfacción laboral del profesorado universitario. *Revista Real*, 21(1), 1-21.
doi:<https://doi.org/10.15517/aie.v21i1.42494>
- Llanga , E., Montesdeoca, D., & León, S. (2019). “El pensamiento y razonamiento como un proceso cognitivo en el desarrollo de las ideas. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*. Recuperado el 27 de Diciembre de 2022, de
<https://www.eumed.net/rev/caribe/2019/06/pensamiento-razonamiento-ideas.html>
- Lovibond, P., & Lovibond, S. (1995). *The structure of negative emotional states comparison of the depression anxiety stress scales (DAS) with the beck depression and anxiety inventories* (Vol. 33). Pergamon. Recuperado el 27 de Diciembre de 2022, de
https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/30997586/Lovibond_Lovibond_1995-libre.pdf?1392247367=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DThe_structure_of_negative_emotional_stat.pdf&Expires=1672683303&Signature=IcwMpLursyKYUzdDLGzn6AtctWGNwQPHGIa1x4-
- Lupano, M., & Castro, A. (2019). Virtudes organizacionales y Capital psicológico como predictores positivos de satisfacción y performance laboral. *Revista de Psicología*. Recuperado el 27 de Diciembre de 2022, de
<https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9575/1/virtudes-organizacionales-satisfaccion.pdf>
- Luthans, F., Avolio, B., Avey, J., & et al. (2007). Positive psychological capital: Measurement and relationship with performance and satisfaction. 60(3), 541-572.
doi:<https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.2007.00083.x>
- Mahecha-Naranjo, G., Álvarez-Alucema, L., Campo-Torregrosa, Y., Caballero-Olivares, T., & López-Sepúlved, R. (2023). Caracterización del síndrome del agotamiento psicológico en profesores universitarios de América Latina: una revisión bibliográfica. *Duazary*, 20(3), 200-206.

- Martínez, J., Pujal, M., & Mora, E. (2021). Ética del cuidado y atención pública en salud mental: un estudio de caso en Barcelona. *Salud Colectiva*, 17, 1-3. doi:doi:10.18294/sc.2021.2966
- Matute, V., & et al. (2020). Tecnología en tiempos de pandemia Una panorámica de salud mental en docentes. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 5(1), 344-357. doi:http://dx.doi.org/10.35381/r.k.v5i10.1047
- Mendes Rodrigues, L., Campelo Lago, E., Pinheiro Landim Almeida, C., Pires Ribeiro, I., & Vasconcelos Mesquita, G. (2020). Estrés y depresión en docentes de una institución pública de enseñanza. *Enfermería Global*, 19(57), 232-242.
- Mendes, L., Campelo, E., Pinheiro, L., Almeida, C., & et al. (2020). Estrés y depresión en docentes de una institución pública de enseñanza. *Scielo*, 19(57), 209-242. doi:https://dx.doi.org/eglobal.19.1.383201
- Miranda, G. (2018). ¿De qué hablamos cuando hablamos de salud mental? *Utopía y Praxis Latinoamericana*, 83(23), 86-95. doi:https://doi.org/10.5281/zenodo.1438570
- Moran Jarquin, M. (2020). ESTRÉS LABORAL COMO GENERADOR DE CONFLICTOS ESCOLARES EN EL AULA A NIVEL PREESCOLAR. *Revista Mexicana de Memoria*.
- Morera, L., Tempesti, T., Pérez, E., & Medrano, L. (2019). Biomarcadores en la medición del estrés: una revisión sistemático. *Elsiever*, 25(1), 49-58. doi:10.1016/j.anyes.2019.02.001
- Narváez, J., & Vallejo, Y. (2021). Salud mental de docentes de primaria y secundaria: aproximaciones. *Educit*, 11, 577–588. Recuperado el 14 de Enero de 2023, de <https://die.udistrital.edu.co/revistas/index.php/educyt/article/view/68>
- Noroña Salcedo, D. R. (2022). Autopercepción de la salud laboral en docentes del Instituto Superior Tecnológico Sucre. *ECA Sinergia*, 13(1), 80-92. doi:https://doi.org/10.33936/eca_sinergia.v13i1.3831

- Noroña, D. (2021). Autopercepción de la salud laboral en docentes del Instituto Superior Tecnológico Sucre. *Redalyc*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/5885/588569800006/html/>
- Obregón, G. (2019). Propuesta de investigación para la implementación de un Programa de Activación Física para disminuir el Estrés Laboral en docentes de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, VII , 1-27. doi:<https://doi.org/10.46377/dilemas.v29i1.1906>
- Onocko, R., Davidson, L., & Desviat, M. (2021). Salud mental y derechos humanos: desafíos para servicios de salud y comunidades. *Salud Colect*, 17, 1-3. doi:<https://doi.org/10.18294/sc.2021.3488>
- Orozco-Orozco, T. C., Valle-Barbosa, M. A., & Carrillo-Nuñez, G. G. (2020). La satisfacción laboral como promotora de salud mental: una revisión narrativa. *Revista de Educación y Desarrollo*, 54(1), 63-68.
- Orrego, V. (2022). Educacion remota y salud mental docente en tiempos de covid 19. *Scielo*, 21(45). doi:<http://dx.doi.org/10.21703/0718-5162.v21.n45.2022.001>
- Ozamiz-Etxebarria, N., Dosil-Santamaria, M., Picaza-Gorrochategui, M., & Idoiaga-Mondragon, N. (2020). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. *Cad. Saúde Pública*, 36(4), 1-9.
- Páramo, D., Flores-Hernández, C., & Díaz-De-León, L. (2016). Evaluación de la Satisfacción Laboral en Docentes de Nivel Básico. *Ciencia & trabajo*, 18(57), 173-176.
- Quintero Idarraga, S., & Hernandez Calle, J. A. (2021). Síntomas de depresión asociados al síndrome de burnout y a condiciones socio laborales de docentes de colegios públicos de Envigado (Colombia). *Psicología desde el Caribe*, 38(1), 133-147.

- Ratanasiripong, P., Ratanasiripong, N., Nungdanjark, W., Thongthammarat, Y., & Toyama, S. (2021). Mental health and burnout among teachers in Thailand. *Journal of Health Research, 36*(3), 404-4016.
- Razo, M., & et al. (2021). Cortisol Capilar como Biomarcador de Estrés Laboral en Docentes Universitarios. *Pol. Con, 6*(12), 160-177. Recuperado el 09 de Enero de 2023, de <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/3362>
- Rita, C., & et al. (2021). Ser docente en el contexto de la pandemia de COVID-19: reflexiones sobre la salud mental. *Scielo, 29*(3), 137-141. Recuperado el 11 de Noviembre de 2022, de https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962020000200008
- Rivero, Y., Albuja, P., & Betty, A. (2021). *Estrategia de promoción de salud para los docentes de Educación Básica* (Vol. 8). Recuperado el 27 de Diciembre de 2022, de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8289126>
- Rodríguez, L., & et al. (2018). El stress y su impacto en la salud mental de docentes universitarios. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales* . Recuperado el 11 de Enero de 2023, de <https://www.eumed.net/rev/caribe/2018/03/estres-docentes-universitarios.html>
- Salvador, L., & Aguilera, F. (2010). El uso del término «cognitivo» en la terminología de salud. Una controversia latente. *Rev .Psiquiatr Salud Men, 3*(4), 137-144. doi:10.1016/j.rpsm.2010.10.001
- Sánchez, F. (2019). Fundamentos Epistémicos de la Investigación Cualitativa y Cuantitativa: Consensos y Disensos. *Revista Digital de Investigación, 13*(1), 102-122. doi:: <https://doi.org/10.19083/ridu.2019.644>

- Schönfeld, F., & Mesurado, B. (2020). Adaptación del Cuestionario de Capital Psicológico al ámbito educativo en una muestra Argentina. *Propósitos y Representaciones*, 8(1), 1-12.
- T, H. (2018). Psicodram: Un escenario al servicio de la clínica. Obtenido de .
<https://doi.org/10.5093/cc2018a12>Irigoyen, F. y Martínez, S. (2015). Estímulos económicos, productividad y salud en docentes de la Universidad Autónoma Benito Juárez de Oaxaca. *Salud de los Trabajadores*, 23(2), 127–136.
<http://servicio.bc.uc.edu.ve/>
- Techera, D. (2021). *Programa de intervencion psicologica para la mejora del engagement, el desempeño y el desarrollo de una organizacion saludable*. [Trabajo de master de Universitat Jaime I]. Recuperado el 27 de Diciembre de 2022, de
http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/196523/TFM_2021_Techera%20Fernandez_Dayana%20Marcela.pdf?sequence=1
- Titistar, E., Matabanchoy, J., & Ruiz, O. (2022). Dos enfoques de salud mental en docentes de Latinoamérica: una revisión sistemática. *Cultura, Educación y Sociedad*, 13(2), 183-202. doi:<http://dx.doi.org/10.17981/cultedusoc.13.2.2022.10>.
- (s.f.). *Una panorámica de la salud mental de los profesores*.
- Yong, W., Hutagalung, F., & Saad, M. (2019). The level of psychological capital in chinese university efl lecturers. *International Journal of Education, Psychology and Counseling*, 4(33), 223-237.
- Zahiruddin , O., & Vevhkanandar , S. (2019). Depression, Anxiety, and Stress among Secondary School Teachers in Klang, Malaysia. *International Medical Journal*, 26(2), 71 - 74.

Zaraza, D., & Contreras, J. (2020). El modelo de recuperación de la salud mental y su importancia para la enfermería colombiana. *Epistemología, filosofía de la mente y bioética.*, 49(4), 305-310. doi:10.1016/j.rcp.2018.10.002