



**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 del sector  
de Sayausí de la Ciudad de Cuenca, durante el año 2023.**

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de:

**LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**Autora:** Salazar Galindo, Fabiola Berónica

**Directora de tesis:** Sánchez Ramírez, Alejandrina del Cisne

Cuenca

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, 18 de diciembre de 2023

Magister

David Mauricio Ortega Jiménez

**Director de la carrera de Psicología**

Ciudad. -

De mi consideración:

Me permito comunicar que, en calidad de director del presente Trabajo de Integración Curricular denominado: Prevalencia de la Salud Mental, Capital Psicológico y Satisfacción Laboral en Docentes Ecuatorianos del sector de Sayausí de la Ciudad de Cuenca, durante el año 2023. Realizado por Fabiola Berónica Salazar Galindo, 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,

Alejandrina del Cisne Sánchez Ramírez

Directora del Trabajo de Integración Curricular

C.I.: 1104015316

Correo electrónico: [acsanchez15@utpl.edu.ec](mailto:acsanchez15@utpl.edu.ec)

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

Yo, Fabiola Berónica Salazar Galindo, 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 del sector de Sayausi de la Ciudad de Cuenca, durante el año 2023, de carrera de Psicología, específicamente de los contenidos comprendidos en: el marco teórico, metodología, análisis de resultados, conclusiones y recomendaciones Mgtr. Alejandrina del Cisne Sánchez Ramírez directora 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.

Autora: Fabiola Berónica Salazar Galindo

C.I.:0102312709

Correo electrónico: [fbsalazar2@utpl.edu.ec](mailto:fbsalazar2@utpl.edu.ec)

### **Dedicatoria**

Dedico el desarrollo de este trabajo, así como el esfuerzo realizado en cada página a mis hijos: Miguel, Francisco y Sofía, ellos han sido fuente de mi inspiración y motor para salir adelante, así como a mi madre, quien ha sido mi compañera eterna, todo en mi vida y con su sabiduría ha estado presente en cada momento de resiliencia en estos cuatro años.

Además, quiero hacer mención a una mujer soñadora, que luchó frente a muchas adversidades para llegar hasta este episodio; con fortaleza y resiliencia hoy ve logrado lo que pasó de ser un sueño a ser una meta de vida cumplida.

Fabiola

### **Agradecimiento**

En primer lugar, agradezco a Dios, mi Padre Celestial, por haberme permitido llegar a cumplir una etapa más de mi vida profesional, por las fuerzas y ánimos brindados diariamente aun cuando muchas veces me he sentido desmotivada y he querido desistir. También agradezco a mi querida madre por sus palabras de apoyo en todo momento. A mis hijos, mi motor, mi fuente de inspiración, por el cual trabajo por mis metas, a ellos que han sabido disculparme por no poderles brindar el tiempo que me dedique a estudiar, por estar conmigo en los momentos difíciles.

A la Universidad Técnica Particular de Loja por abrirme sus puertas y permitirme de ese modo formarme como una profesional en el área de la psicología, así como al personal docente que desde los primeros ciclos hasta este último momento han estado apoyando mis estudios.

A mi directora de tesis, Mgtr. Alejandrina del Cisne Sánchez Vásquez, agradezco de una manera especial por todos los consejos y conocimientos compartidos en este periodo, por su paciencia, por su guía y baluarte del éxito de la presente tesis.

También mi muestra de agradecimiento va a las autoridades del colegio que me permitió realizar la investigación, por su apoyo.

GRACIAS

## 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
Índice de Tablas.	X
Resumen.	1
Abstract.	2
Introducción.	3
<b>CAPÍTULO UNO</b>	<b>6</b>
<b>MARCO TEÓRICO</b>	<b>6</b>
<b>1.1 Conceptualización y etiología de las variables de salud mental.</b>	<b>6</b>
<b>1.1.1 <i>Indicadores de las variables de salud mental.</i></b>	<b>9</b>
<b>Ansiedad.</b>	<b>9</b>
<b>Depresión.</b>	<b>10</b>
<b>Estrés.</b>	<b>11</b>
<b>1.2. Salud mental en docentes.</b>	<b>11</b>
<b>1.2.1 Repercusiones de las variables de la salud mental.</b>	<b>12</b>
<b><i>Ansiedad.</i></b>	<b>13</b>
<b><i>Depresión.</i></b>	<b>14</b>
<b><i>Estrés.</i></b>	<b>15</b>

1.2.2 Investigaciones previas en la salud mental. _____	16
<i>Ansiedad.</i> _____	16
<i>Depresión.</i> _____	18
<i>Estrés.</i> _____	19
1.3 Capital psicológico y satisfacción laboral en docentes. _____	20
1.3.1 <i>Conceptualización y etiología del capital psicológico y satisfacción laboral.</i> _____	21
1.3.2 <i>Repercusiones del capital psicológico y satisfacción laboral.</i> _____	22
1.3.3 <i>Investigaciones previas del capital psicológico y satisfacción laboral.</i> ____	22
1.4 Justificación y propósito del estudio. _____	24
CAPÍTULO DOS _____	26
METODOLOGÍA _____	26
2.1. Objetivos: _____	26
2.1.1 <i>Objetivo General.</i> _____	26
2.1.2 <i>Objetivos Específicos.</i> _____	26
2.2 Preguntas de investigación. _____	26
2.3. Enfoque, tipo y diseño de investigación. _____	27
<i>Enfoque cuantitativo.</i> _____	27
<i>El diseño.</i> _____	27
2.4. Población y muestra. _____	28
2.4.1. <i>Muestra Participante.</i> _____	29
2.4.2. <i>Criterios de inclusión /exclusión.</i> _____	31
2.5 Instrumentos de recogida de información. _____	31
<i>Cuestionario Ad hoc sociodemográfico y laboral,</i> _____	31
<i>Escala de depresión, ansiedad y estrés (DASS – 21).</i> _____	32

<i>Capital psicológico.</i> _____	32
<i>Satisfacción laboral,</i> _____	32
2.6. Procedimiento del trabajo de investigación. _____	33
<b>CAPÍTULO TRES</b> _____	34
<b>DISCUSIÓN</b> _____	34
3.1 Análisis de resultados. _____	34
3.2 Discusión. _____	39
Conclusiones. _____	45
Recomendaciones. _____	46
<b>REFERENCIAS</b> _____	47
<b>APÉNDICES</b> _____	53
Apéndice A. Muestra participante. _____	53
Apéndice B. Percepción de Salud mental de Docentes. _____	54
Apéndice C. Capital Psicológico en docentes. _____	54
Apéndice D. Satisfacción laboral en docentes. _____	55

**Índice de Tablas.**

<b>Tabla 1:</b> .....	29
<b>Tabla 2:</b> .....	34
<b>Tabla 3:</b> .....	36
<b>Tabla 4:</b> .....	38

### **Resumen.**

El presente trabajo de integración curricular mostró el impacto de ciertos factores como el estrés, ansiedad y niveles de satisfacción que tienen los docentes ecuatorianos como desafío a su salud mental, en especial quienes se encuentran en un colegio del sector de Sayausí, en la ciudad de Cuenca, con una muestra no probabilística de treinta y ocho docentes, según edades, género y otros factores; para este propósito se utilizó un conjunto de baterías psicológicas como el Cuestionario AD hoc sociodemográfico y laboral, la Escala de depresión, ansiedad y estrés (DASS – 21), para evaluar el constructo capital psicológico se utilizó un instrumento con 24 ítems, con opción de respuesta en escala de Likert. En el constructo de satisfacción laboral se manejó un instrumento con 15 ítems en la escala de Likert. Además, se empleó un diseño transversal o transeccional, es decir se recolectó los datos en un tiempo específico, con un enfoque cuantitativo. Se pudo elaborar un trabajo investigativo en el que se obtuvo como resultado que la muestra de treinta y ocho profesores analizados, se encuentran mayormente satisfechos en el desarrollo de su profesión, evidenciando la existencia de cuadros muy leves de ansiedad y estrés entre los docentes analizados, concluyendo que este grupo se encuentran satisfechos en forma intrínseca y extrínseca ya que realizan lo que les gusta y hay conformidad con la profesión.

*Palabras clave:* docentes, profesión, salud mental.

**Abstract.**

The present work of curricular integration showed the impact of certain factors such as stress, anxiety and levels of satisfaction that Ecuadorian teachers have as a challenge to their mental health, especially those who are in the sector of Sayausi, in the city of Cuenca, through a quantitative approach, a transversal or transitional design, and the use of techniques such as a sociodemographic and labor questionnaire in which scales of job satisfaction, stress and anxiety are taken into account, it was possible to elaborate a research work in which it was obtained as a result that the 38 teachers analyzed, according to age, gender and other factors are mostly satisfied in the development of their profession. evidencing the existence of very mild symptoms of anxiety and stress within the collection of the data, concluding satisfaction and conformity with the profession.

*Key words:* teachers, profession, mental health

## **Introducción.**

El problema de investigación que se tomó en consideración para el desarrollo de la tesis, giró en torno a los problemas de salud mental que suelen enfrentar los docentes ecuatorianos, en especial los analizados en la muestra, mismos que pertenecen al sector Sayausí, perteneciente a la ciudad de Cuenca, para lo cual se realizó un análisis de carácter cuantitativo detectando aspectos como el capital psicológico dentro de la relación laboral, así como la satisfacción existente con la actividad realizada, a fin de poder lograr los objetivos planteados.

En cuanto al desarrollo de trabajos anteriores, como los realizados por Zuasnabar, Quintero y Hernández, denominado: "Síntomas de depresión vinculados al síndrome de burnout y a factores socio laborales en docentes de instituciones educativas públicas de Envigado (Colombia)", por citar solamente dos de ellos se han podido analizar estudios previos en los cuales se ha hecho énfasis justamente en el manejo de niveles de satisfacción que puedan tener los profesores, así como los problemas de salud mental a los que se exponen a causa de ciertos factores internos y externos.

La importancia de esta investigación se enfoca en conocer cuál es el estado de salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral de la población objeto de estudio, en este caso los docentes, con muestra en el sector de Sayausí, cantón Cuenca, planteando como objetivo general, determinar la prevalencia de salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en los docentes mencionados, quedando como objetivos específicos, la determinación de la existencia de los factores que afectan gravemente la salud mental de los profesores, identificando aspectos relacionados al capital psicológico del personal antes analizado, y finalmente la determinar la satisfacción laboral en dichos docentes.

La mayor facilidad que se encontró en el presente trabajo, fue justamente la predisposición de los docentes investigados para cumplir con los fines establecidos en el plan investigativo, sin embargo, con el factor tiempo en contra, se impide el desarrollo de un trabajo

mucho mejor elaborado y conforme a las exigencias que debe tener la investigación en la carrera y acorde al diseño planteado al inicio de la actividad.

Para un mejor entendimiento del trabajo investigativo, este se encuentra estructurado en tres capítulos: el primer capítulo se encuentra relacionado con el marco teórico y desarrollo completo del problema, con sus variables y dimensiones de carácter conceptual sobre los problemas de salud mental que aquejan a la población ecuatoriana, en especial aquella que se encuentra en el sector de Sayausí, tales como la ansiedad y la depresión, por citar solamente algunos ejemplos.

El segundo capítulo hace referencia a la metodología, esto es, el enfoque que debe llevar la investigación, diseño, población y muestra (38 docentes analizados), así como los métodos y técnicas usadas para el efecto, seguido por un tercer capítulo destinado a determinar la discusión existente entre los resultados obtenidos a partir del muestreo y los puntos de vista obtenidos a raíz de su resolución final, lo cual incluye percepciones resolutivas de otros trabajos similares desarrollados en el Ecuador y fuera de él, para finalizar con las conclusiones y recomendaciones.

El presente trabajo es un compendio de actividades destinadas al entendimiento de los principales problemas psicológicos que aquejan a la población docente de dicho colegio y porque no mencionar de los docentes ecuatorianos, se pretende que permita ser un canal de reflexión existente entre las distintas modalidades profesionales, sobre todo para evitar ciertas enfermedades psicológicas que afecten severamente sus facultades mentales e incluso otros órganos corporales. El estrés como una enfermedad, así como la ansiedad y la depresión como trastornos que a largo plazo pueden derivar en una enfermedad, son propias del siglo y es menester que la gente tome conciencia, para poder buscar medios necesarios para erradicarlos y así tener una salud mental óptima.

Su importancia radica en que este documento permite analizar desde el punto de vista psicológico, la situación de los docentes ecuatorianos, en cuanto a su estado de ánimo y

problemas mentales que puedan enfrentar en el ejercicio de su profesión, a la par que alienta el desarrollo de tratamientos necesarios y suficientes para el efecto.

## **CAPÍTULO UNO**

### **MARCO TEÓRICO**

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

La Organización Mundial de la Salud determina que “la salud mental es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2014). Por lo tanto, el bienestar mental de los seres humanos es tan importante como el bienestar físico y el bienestar social de los mismos; es así que el correcto equilibrio de este bienestar físico y social brinda al ser humano la capacidad de laborar y de ser capaz de contribuir al crecimiento y desarrollo de sí mismo, de su familia y comunidad. (OMS, 2014).

La importancia del significado e historia de la salud se remonta a la antigüedad, y su desarrollo se ha producido desde aspectos culturales y sociales. Como mencionan los psicólogos Blanco, J., Maya, J., y Torres, (2006) “El interés del hombre por la salud, ha existido, posiblemente desde la aparición de la especie humana sobre la faz de la tierra” (p. 1)., de este modo podemos comprender que el estudio o entendimiento de la salud del ser humano ha estado ligado al desarrollo evolutivo de la humanidad.

El campo de la salud mental ha venido evolucionando de manera acelerada en el mundo entero, esta evolución gracias a la colaboración de organismos multilaterales (World Health Organization ([WHO], 2018). Estos organismos que han colaborado entre sí, como defensores de los pacientes y trabajadores de la salud mental, además han apoyado en el desarrollo investigativo y académico en temas de la salud mental.

Como señala la Organización Panamericana de la Salud (Organización Panamericana de la Salud, 2018) a través de estudios investigativos como el Informe Sobre la Salud Mental en el Mundo; en el que sus resultados son un aporte de gran conocimiento acerca de las enfermedades mentales; por ejemplo, el Programa de acción para superar las brechas en la salud mental y artículos científicos en The Lancet y Mental Health Movement, donde se puede mencionar resultados como:

Los trastornos mentales y los trastornos depresivos son la principal causa de discapacidad con mortalidad, representando 3,4% del total de los Años de Vida Ajustados por Discapacidad (AVAD) y 7,8% del total de Años de vida Perdidos por Discapacidad (APD). En referencia a la ansiedad obtuvieron como resultado el 2,1% y 4,9%, respectivamente, del total de AVAD y APD. La autoagresión y los trastornos por dolor también deben considerarse trastornos mentales comunes, responsables respectivamente de 1,6% de los AVAD y 4,7% de los APD.

En un análisis comparativo de América del Sur, Centroamérica y Norteamérica (Estados Unidos y Canadá), la World Health Organization (2018) afirma que:

América del Sur, en general, tiene mayores proporciones de discapacidad debida a enfermedades mentales comunes. En comparación con otras subregiones, Centroamérica tiene una mayor proporción de discapacidad por trastorno bipolar y trastornos de comienzo habitual en la infancia y adolescencia, así como por epilepsia; Estados Unidos y Canadá sufren una carga elevada de discapacidad por esquizofrenia y demencia, y por las tasas abrumadoras de trastornos debidos al consumo de opioides. (p. 10)

La salud mental del ser humano es parte esencial del mismo, y le proporciona una adecuada capacidad de interrelacionarse con la familia, la sociedad, y el trabajo (Mena, 2017).

En tal sentido la salud mental permite la relación con el entorno de manera que se puedan entablar relaciones armónicas y de bienestar con otros seres humanos.

Conforme a lo señalado por Muñoz et al. (2016) se determina que la salud mental es la capacidad o destreza que obtiene el ser humano como proceso dinámico entre un desarrollo social y personal, los cuales son determinantes dentro de la promoción de la salud mental. Es entonces que según las afirmaciones anteriores podemos concluir el concepto de salud mental como un estado de equilibrio que permite al ser humano generar bienestar con la capacidad de afrontar aspectos positivos y negativos en el diario vivir.

En Ecuador, el Ministerio de Salud (MSP) a través de la Dirección Nacional de Estrategias de Prevención y Control para enfermedades no transmisibles, salud mental y fenómeno socioeconómico de las drogas, realizó un Plan Estratégico Nacional y Modelo de Atención de Salud Mental, en el cual se proponen políticas públicas que ayuden a la sociedad en general, a tener una adecuada salud mental. Anteriormente el MSP (2015) define a la salud mental como el estado de desarrollo integral de las personas y una adecuada relación armónica de varios aspectos como la parte física, cognitiva, emocional, ideológica y religiosa de las personas.

El estado de desarrollo integral del sujeto, en que pueden armonizarse los distintos elementos que le constituyen (físicos, cognitivos, emocionales, ideológicos, religiosos,) permitiendo que se adapte en el medio ambiente en que se desenvuelve y se relacione adecuadamente con otros y consigo mismo. En este sentido, la salud mental es materia de interés para todos y todas, no sólo para aquellos afectados por un trastorno mental; es decir que, las acciones deben ser reorientadas desde los servicios, hacia el fortalecimiento de la promoción de la

salud mental con enfoque comunitario, familiar e intercultural, de acuerdo al objetivo propuesto en el Modelo de Atención Integral de Salud (MAIS) (p. 12).

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

Conforme al análisis anteriormente expuesto, se procederá a realizar una conceptualización de 3 variables de salud mental que son: la ansiedad, la depresión y el estrés.

De acuerdo con Sánchez (2018) un factor de riesgo para la salud mental hace alusión a cualquier momento o rasgo individual que altere a la salud mental de la persona e incremente el riesgo de desarrollar problemas mentales. En este contexto podemos afirmar que las variables a ser estudiadas y ya mencionadas se pueden producir por ciertos factores como la condición socio-económica de las personas, la pobreza, violencia, deficiente relación familiar durante la infancia, traumas. A continuación, analizaremos de manera general las variables a estudiarse.

#### ***Ansiedad.***

Desde el punto de vista de Lapo y Medina (2022) la ansiedad es una respuesta emocional que puede externalizarse por el estímulo que la produzca y cuyos síntomas dependen de las características de cada individuo y su manera de afrontar diferentes tipos de situaciones que produzcan dicha ansiedad. Complementando lo anterior, Cabezas et al. (2021) afirman que los seres humanos que tienen o padecen trastorno de ansiedad presentan cuadros de temor y preocupación que debilita y afecta a las actividades diarias, en el desempeño laboral y la manera de relacionarse con los demás. Es decir que las personas que tienen trastorno de ansiedad sienten mucha preocupación y temor, razón por la cual se les dificulta realizar sus actividades diarias, impide tener un buen desempeño laboral y obstaculiza desarrollar una adecuada relación con la familia, amigos y sociedad en general.

Complementando a lo anterior American Psychiatric Association, (2014) define a la ansiedad como el miedo excesivo para el correcto desarrollo del individuo (p. 129). El miedo que generalmente se presenta en personas con síntomas de ansiedad puede darse cuando una persona se encuentra con ciertas circunstancias incómodas y también la preocupación de la pérdida de figuras de mayor apego (familia, amigos) y esto puede derivar en alguna enfermedad, calamidad e incluso la muerte misma.

### ***Depresión.***

Teniendo en cuenta a Cabezas et al. (2021) quienes afirman que la “depresión como patología se presenta para atención clínica y psicológica que puede convertirse en un problema grave de salud mental que puede afrontarse hasta llevar al suicidio” (p. 3). De igual manera la APA (2023) sostiene que la depresión dura varios días, o meses y se presenta como una tristeza extrema o desesperación. Este estado emocional interfiere en las actividades diarias de los seres humanos y viene acompañada de síntomas físicos como el dolor, pérdida o aumento de peso, falta de energía y alteración del sueño. De igual manera, la depresión puede originar la incapacidad de concentración del ser humano, sentimientos de inutilidad, pensamientos recurrentes de suicidio y muerte o culpa excesiva.

Continuando con el mismo tema, Saenz et al. (2019) mencionan que uno de los principales trastornos o problemas de salud mental que agobian en la actualidad a la sociedad en general es la depresión, presentándose en cualquier momento de la vida ya sea en jóvenes, adultos o adultos mayores. La depresión generalmente es derivada de muchos factores psicosociales como la condición-económica, la edad, abusos en momentos específicos de vida, pérdidas graves o momentos estresantes.

### ***Estrés.***

El estrés es la reacción natural y automática del cuerpo ante momentos que resultan amenazadores o desafiantes. El transcurso de vida de todos los seres humanos y su entorno está en constante cambio y exige adaptaciones, éstas por ende generan un estrés (activación) necesario en el diario vivir (Ruiz, 2010). De forma general, el ser humano tiende a reconocer al estrés como producto de una externalidad, pero debe analizar el hecho de que es producto de una interacción de situaciones con el entorno y la manera de reacción de nuestro cuerpo tanto cognitiva, emocional y físicamente.

El prolongamiento de la reacción (estrés) que tiene el ser humano ante las situaciones amenazadoras y desafiantes en el diario vivir afecta a la salud, desempeño académico, laboral, profesional incluyendo a las relaciones interpersonales.

Para Apaza et al. (2020) el estrés se produce por varios factores, entre ellos están los elementos ambientales, familiares, aspectos laborales e interpersonales que cuando se combinaron con la situación de pandemia dieron lugar a diferentes características de presentación agravadas con el confinamiento en diferentes patologías o sintomatologías. Esto quiere decir que los principales factores que afectan a la generación o intensidad de estrés, dependen y son directamente proporcionales a las situaciones negativas o positivas que el ser humano tenga en el entorno que se encuentra (ambiente), en la familia, en las relaciones interpersonales y situación laboral, analizando también un factor presente en todo momento que es la situación socio-económica del individuo.

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

La docencia es una de las profesiones en la cual el padecimiento de patologías o trastornos mentales ha presentado un aumento, ya que, dentro de su labor, se da una gran responsabilidad y exigencia para el docente, además este tipo de actividad es de gran

importancia dentro del proceso educativo de los estudiantes (Granados et al., 2020). Complementado lo antes mencionado, es necesario aludir el hecho de que la salud mental de los docentes no es tomada en cuenta, siendo un factor importante dentro del desarrollo educativo, a nivel general de los docentes.

Algunos de los factores que influyen en la pérdida de la salud mental de los docentes son la carga horaria de trabajo, ritmo de trabajo al que son sometidos, la presión laboral en las exigencias y plazo para cumplir con sus actividades, entre otros. Esto implica que los docentes deben adaptarse a situaciones un tanto incómodas que influyen en la productividad laboral de los mismos, y por ende afecta a su salud mental, interrelacionando estos aspectos con otros también de suma importancia como la atención que reciben dentro de su área de trabajo, la distracción, la gestión y control del tiempo necesario de sus actividades diarias, podemos afirmar que los docentes son susceptibles a padecer trastornos de salud mental (Fernández et al., 2019)

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

Los trastornos de la salud mental en los docentes es un tema donde se analiza una serie de agentes que generan o contribuyen al desgaste de su salud, la realización de sus actividades académicas bajo condiciones y exigencias no tan adecuadas, además de factores como extensas jornadas de trabajo, poco tiempo de descanso, inadecuada infraestructura en el trabajo, precaria remuneración, falta de materiales y equipos adecuados que son necesarios para cumplir eficientemente con la actividad docente; además, las situaciones conflictivas y problemas con estudiantes y padres de familia, generan temores y este miedo e incertidumbre contribuye al desgaste de la salud mental de los mismo (Leiton y Pozo, 2022).

A continuación, analizaremos cómo influyen la ansiedad, depresión y estrés en la salud mental de los docentes.

### ***Ansiedad.***

Los principales factores de ansiedad en los docentes están estrechamente relacionados con el inadecuado comportamiento e indisciplina del alumnado, la carga excesiva laboral, presión, etc. lo que conlleva a una labor no satisfactoria de los maestros. Igualmente podemos mencionar que la ansiedad de los docentes influye en un gasto extra en la gestión y administración de la educación pues ocasiona el tener que buscar profesores de sustitución y su vez afecta al proceso educativo de los estudiantes (Serrano et al., 2017).

Así mismo Leiton y Pozo (2022) analiza el hecho de que hay varios factores que inciden en la generación de ansiedad en los docentes, un ejemplo de esto son los factores psicosociales. Estos factores psicosociales se refieren a las condiciones personales en las que se encuentran los docentes en su entorno laboral, donde la presión laboral a la que son sometidos genera un gran impacto en el rendimiento docente. Acotando lo antes mencionado, está la falta de incentivos y reconocimientos, el exceso de trabajo, entre otros. Estos factores generan efectos perjudiciales y desajustes en la salud psico-emocional, en la salud fisiológica, intelectual y deterioro de las relaciones sociales.

Continuando con el análisis de esta variable, Galindo et al. (2020) especifican que los niveles de ansiedad se relacionan con las tensiones del diario vivir, en un sentido positivo, en niveles muy bajos o leves, puede contribuir a propiciar el aprendizaje y la creatividad de las personas. Posteriormente la ansiedad en niveles moderados, incrementa el insomnio y se relaciona estrechamente con preocupaciones inmediatas que tienen las personas. La ansiedad en intensidad leve y moderada puede cumplir un rol útil y adaptivo que ayude al ser humano a mejorar y tener un adecuado bienestar tanto físico como emocional. Finalmente, la ansiedad severa, en este nivel el ser humano comete errores psicomotores o intelectuales, incluso hay deterioro de la funcionalidad psicológica, pérdida de memoria y concentración.

### ***Depresión.***

En cuanto a la variable de la depresión, Fernández (2014) expone que el padecimiento de los problemas de salud mental en los docentes es un dato confirmado. Y son los síntomas de la depresión los que hacen cambios en los rasgos socio-profesionales de las personas que se dedican a la actividad docente. De igual manera, la deficiente calidad de vida de los docentes se ve reflejado en el insuficiente reconocimiento social de los mismos.

Adicionalmente Llerena (2014) concluye que “la depresión en los docentes es la anergia, la cual hace referencia a la debilitación de los impulsos del individuo, que se expresan en falta de fuerzas y un cansancio marcado hacia la vida” (p. 68) . Es así, que mientras los niveles de depresión se incrementan, también aumenta los niveles de las actitudes disfuncionales de los docentes, y éstas, se ven reflejadas en la vida diaria del docente dentro y fuera de la institución, de igual manera repercuten en la eficiencia, eficacia y nivel de calidad de enseñanza impartida hacia sus alumnos.

En el Ecuador se han dado reformas educativas que han producido una elevada carga de trabajo para los docentes, falta de apoyo organizacional y falta de motivación. Estos factores han estado interrelacionados en el desarrollo de problemas de salud mental entre ellos la depresión; esta problemática lógicamente influye en la generación de amenazas al sistema educativo. Las afirmaciones anteriormente expuestas, nos dicen que, la depresión es uno de los problemas de salud mental que se encuentra en todo el mundo y que influye de manera significativa en el desempeño social, familiar, laboral de las personas y complementando un análisis de la depresión dentro del ámbito laboral docente podemos afirmar que la desmotivación en los profesores también es un factor que influye en la generación de la depresión y por ende en el desempeño del laboral, reduciendo su productividad y la calidad de educación que se imparte en el país (González y Noroña, 2022, p.7)

### ***Estrés.***

Dadas las circunstancias laborales conflictivas, y el agotamiento profesional; el estrés docente está relacionado con el síndrome de burnout, es por eso que Serrano et al. (2017) manifiesta lo siguiente:

Burnout es un término anglosajón cuyas traducciones al español son: quemado, agotado emocionalmente, desgastado profesionalmente, exhausto o desilusionado en el trabajo; además, es importante resaltar que se seleccionó la temática del síndrome de burnout debido a que es una enfermedad que padecen determinadas profesiones, entre ellos los docentes que se encuentran en calidad de riesgo a presentar esta afección, se caracterizan por un agotamiento profesional ocasionado por diversas circunstancias laborales llegando al punto de ser ineficientes en el desempeño de sus funciones. (p. 2)

Analizando lo anterior, el estrés docente influye significativamente en la formación académica y humanística del estudiante se puede manifestar que, una buena salud física y mental del docente influye directamente en la calidad de la educación.

De la misma manera Martínez y Pérez (2003) sostienen que los profesores más competitivos, inseguros, inestables emocionalmente e insatisfechos son los que tienen mayores probabilidades de adquirir estrés y que complementariamente a un clima laboral extremadamente controlador, la prisa, la presión, la rivalidad, individualismo, la ambigüedad son los factores que influyen en la generación de estrés en los docentes.

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

Diferentes tipos de investigaciones sobre la salud mental de los docentes analizan los riesgos, causas y consecuencias que están inmersas dentro del campo de la educación, específicamente de unos de los principales pilares del proceso educativo “Docentes”, es así en la investigación doctoral de Fernández (2014) afirma que los riesgos relacionados a la profesión docente son las enfermedades infecciosas, patologías relacionadas a la voz, dolor músculo-esqueléticos y los problemas psicológicos y psiquiátricos. Adicionalmente el riesgo psico-laboral es el que entendemos como el estado de desequilibrio en el trabajador generado como consecuencia de la imposibilidad de responder adecuadamente a las demandas de su trabajo, y ello por la presencia de factores de riesgo psicosocial que intervienen en la generación de distrés y malestar. Estos factores se encuentran en el trabajo, ya sea en las condiciones laborales, el ambiente, la organización, la carga de trabajo, el sistema de apoyo y supervisión y/o de la formación del trabajador.

A continuación, analizaremos investigaciones previas sobre la salud mental, especificando datos obtenidos en las mismas y de diferentes autores, además de compararlos a nivel general, regional y local, teniendo en cuenta la situación antes de la pandemia, durante la pandemia o después de la pandemia. Ya que este acontecimiento mundial influyó mucho en el desarrollo de patologías de salud mental, concretamente de las tres variables estudiadas en la investigación.

#### ***Ansiedad.***

A nivel general la OMS (2020) en un estudio realizado entre los meses de junio y agosto del año 2020 en donde se analizó la situación de la salud mental, trastornos neurológicos y tratamientos de las toxicomanías provocadas por la pandemia en 130 países, concluyó que un

promedio de tres cuartas partes de los países reportaron la presencia de perturbación en la salud mental, en cuanto a los centros educativos y trabajo el 78% y 75% presentaron perturbaciones en la salud mental de los actores sociales dentro de este tipo de instituciones. Si bien el 89% de los países señalaron que la salud mental y apoyo psicosocial forman parte de sus planes nacionales de desarrollo, pero apenas el 17% de esos países disponen de financiamiento adicional para contrarrestar los trastornos de salud mental.

Para ejemplificar la situación de la ansiedad de manera regional previa a la presente investigación, citaremos una investigación realizada en Perú por parte de Chui et al. (2022) cuyo tema de investigación es “Salud mental y calidad de sueño en los docentes de educación básica regular” y en la que se afirma lo siguiente de los docentes de educación básica regular; en lo que respecta a la ansiedad, los varones sufren mayor ansiedad (87.45%) y las mujeres (70.30 %) en alguna medida (leve, moderada y grave. Y con respecto a la calidad de sueño el 9.80% de los varones y el 14.85% de las mujeres tiene una mala calidad de sueño. En tanto, las mujeres son las más propensas a la mala calidad de sueño. Concluyendo que la ansiedad es un problema que afecta significativamente a las personas que se dedican a la actividad docente.

En una investigación realizada en la ciudad de Quito, por Gallo y Jácome (2022) a una muestra poblacional de 133 docente de la ciudad de Quito estimó que la ansiedad se presenta en un cuadro elevado; y que produce despreocupación por sí mismos, por sus espacios de trabajo, sus relaciones familiares, y en general, de sus actividades externas a su labor como educadores.

### ***Depresión.***

En Ecuador las investigadoras Mora, C., et al.(2021) realizan una investigación sobre el impacto de la pandemia en la salud mental docente en el 2021 y con una muestra poblacional docente de 132, y 67 (50.76%) de los cuales presentan desorden emocional ligados a la depresión y que en su mayoría son de sexo femenino pues son más vulnerables, esto debido a que desempeñan dos papeles con funciones diferentes en su diario vivir. Estas dos funciones son el trabajo y las actividades del hogar.

De la misma manera una investigación realizada por varios psicólogos peruanos liderados por Chui,H. (2022) proporciona datos sobre la depresión docente con los cuales concluye lo siguiente:

Se confirma que la prevalencia de depresión grave y muy grave en varones es mayor (10.78%) que en mujeres (8.91%); lo que causa la disminución de la producción en el lugar donde trabaja, esto puede resultar contraproducente en las labores que realiza el docente ya que impactaría en sus estudiantes. (p. 6)

En México una investigación de docentes universitarios realizada por Contreras et al. (2009) con una muestra poblacional conformada por 270 profesores, 133 de ellos pertenecientes al sexo femenino y 137 al masculino, obtuvieron resultados que estimaron un 8% de profesores muestran síntomas de algún tipo de depresión. De igual manera la investigación reveló que el sexo femenino presenta una tendencia a manifestar trastornos depresivos con 5% a diferencia del sexo masculino que tiene una tendencia del 3%. Confirmando lo expuesto en el análisis de la investigación de la depresión en Ecuador que manifestaba que el sexo femenino tiene mayor probabilidad debido al cumplimiento de dos funciones (trabajo y hogar) en su diario vivir.

### ***Estrés.***

En lo referente al estrés, en el artículo de Desouky y Allam (2019) se analizó la prevalencia de estrés ocupacional, depresión y ansiedad entre profesores egipcios, bajo la hipótesis que el estrés ocupacional entre los profesores predispone a la depresión y la ansiedad. Se realizó la investigación con una muestra de 568 profesores, en donde se identificó una prevalencia de estrés laboral 100%, ansiedad 67.5% y depresión 23.2%. Entre los participantes que superan una edad de 40 años, mujeres, docentes de primaria, con salarios insuficientes, experiencia docente superior y sobrecarga de horas de trabajo, se identificó mayor presencia de problemas de salud mental analizados en la investigación a docentes de Egipto.

De igual manera una investigación previa realizada en Perú, por Vásquez (2021) cuyo tema es “Medición del nivel de estrés laboral de docentes que realizan trabajo remoto en dos instituciones de educación básica de Piura durante la crisis de la COVID-19” donde concluye lo siguiente:

Finalmente, a la luz de los resultados globales sobre la variable principal de estudio, el estrés laboral, se puede indicar que, el 22.4% tiene un nivel de estrés moderado y un 20.8% alto. Asimismo, el 20% presenta un nivel de estrés bajo y un 19.2% muy bajo. Finalmente, solo el 17.6% presenta un nivel normal de estrés. Se evidencia que la quinta parte de la población estudiada presenta un nivel de estrés crítico. Sin embargo, es importante resaltar que aproximadamente el 43% de los docentes, con un nivel alto y moderado de estrés, están experimentando en un grado considerable sensaciones de tensión y malestar emocional, los cuales estarían relacionados a factores laborales. Así, en el contexto del trabajo remoto, las dimensiones que generan más estrés en el docente son la depresión, el mal afrontamiento y la ansiedad. (p.110)

En Ecuador el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD, 2022) dio a conocer que la preocupación y el estrés en Ecuador hacen que el país sea parte de los cinco países con mayores niveles de esta problemática en el mundo. De igual manera en el Informe de (PNUD, 2022) señala que “Se prevé que las incertidumbres del Antropoceno deterioren el bienestar mental de las personas principalmente a través de cuatro vías: sucesos traumáticos, enfermedades físicas, ansiedad general relacionada con el clima e inseguridad alimentaria.” (p.27), determinando claramente que los problemas de salud mental en este caso el estrés y la preocupación aún seguirán siendo una problemática en el Ecuador, en la región y en el mundo.

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

Es muy importante mencionar que el capital psicológico va a depender de muchos factores como la autoeficacia o la confianza que un profesor tiene en el momento de realizar su trabajo, el ambiente laboral, el salario, la relación entre compañeros y jefes; todo esto ayudará a que el docente encuentre satisfacción laboral. (Bedoya, 2018).

Teniendo en cuenta a Bedoya et al. (2018) las personas se encuentran en situaciones que no cumplen sus expectativas dentro del desempeño de sus actividades laborales. El docente generalmente afronta momentos adversos intrínsecos del ambiente laboral; entre los que se pueden mencionar están los siguientes: contenido de las actividades, monotonía, remuneración inadecuada, sistemas de contratación, condiciones y lugares nocivos de trabajo. Estos mencionados momentos o situaciones provocan en el docente una insatisfacción laboral, comportamientos improductivos y asistencia inestable.

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

Desde el punto de vista de Salessi (2013) dentro del marco de psicología organizacional positiva, el capital psicológico (CapSi) se conceptúa como un factor que relaciona los procesos psicológicos de esperanza, optimismo, resiliencia y autoeficacia. Para complementar lo anteriormente conceptualizado Luthans (2012) afirma que el CapSi, puede entenderse como un estado mental u emocional positivo del ser humano, caracterizado por tener confianza para asumir una situación o tarea desafiante (auto-eficiencia); hacer una contribución positiva (optimismo) sobre el resultado de la situación o tarea desafiante; perseverar en proceso para cumplimiento de objetivos; tener la capacidad de redireccionar los esfuerzos para el cumplimiento de las metas y objetivos en caso de ser necesario (esperanza); fortalecerse en medio de la adversidad para alcanzar el éxito en caso de encontrarse con problemas (resiliencia). Las 4 capacidades o características ya mencionadas constituyen una independencia conceptual, pero desde un punto de vista empírico las 4 se interrelacionan entre sí para generar un óptimo capital psicológico.

Ahora analizaremos el concepto de satisfacción laboral con el objeto de profundizar el aspecto psicológico de esta satisfacción y mejorar su comprensión dentro de la actividad docente. “El éxito de cualquier sistema educativo se base en uno de los principales pilares de dicho sistema, este pilar principal es el profesorado” (Torres, 2010). Es por esto que en los últimos años ha existido una preocupación creciente en este ámbito ya que analizar el grado de satisfacción o insatisfacción profesional percibido por los docentes es un indicador de un buen desempeño en sus actividades.

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

El capital psicológico y la satisfacción laboral favorecen positivamente el bienestar psicológico de los docentes y con esto a su efectividad en el proceso de enseñanza aprendizaje óptimo. Es entonces que un adecuado capital psicológico y satisfacción laboral dentro del ámbito docente permitirá tener profesores que según afirman Borja et al. (2021) deben tener una correcta educación y formación técnica profesional (EFTP) con criterios de satisfacción, desempeño y calidad como:

- Amplio conocimiento del campo de aprendizaje.
- Adecuado manejo de las técnicas de información y comunicación (TIC).
- Capacidad de enseñar la realidad socio-económica a los estudiantes.
- Capacidad de trabajar en forma colectiva.
- Capacidad de investigar y analizar cualquier situación dentro del proceso de enseñanza.
- Empatía y adecuada comunicación con los demás.
- Capacidad para innovar y compartir dicha innovación con los estudiantes.

Las características antes mencionadas influyen en conseguir una óptima satisfacción laboral y adecuado capital psicológico, brindando bienestar a los docentes y mejorando la calidad de la educación del estudiantado.

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

En España, Torres (2010) realizó una investigación denominada “Análisis del grado de satisfacción del profesorado de educación secundaria en el desarrollo de su labor docente” en el que se analiza el capital psicológico y la satisfacción laboral, con una muestra de 902 docentes

de 32 centros educativos en 8 capitales de provincia de la Comunidad Autónoma de Andalucía, y cuyos resultados en resumen son que los profesores encuentran satisfactorio su trabajo docente (51%), poco satisfactorio 22,6%, bastante satisfactorio 26,1%, nada satisfactorio 5,5%, concluyendo se puede afirmar que los profesionales encuentran un buen nivel de satisfacción con la docencia que imparten.

La investigación realizada con una población que corresponde a los docentes de una institución de educación superior del Caribe colombiano con énfasis en carreras técnicas y tecnológicas, cuya muestra corresponde a 100 docentes que laboran con una vinculación igual o mayor a 1 año elaborada por Bedoya et al. (2018) concluyó que:

“Los docentes de la institución muestran altos niveles de satisfacción con respecto a los factores de supervisión, ambiente físico, satisfacción intrínseca, prestaciones y participación; sin embargo, las mayores insatisfacciones se presentan en el salario y los espacios físicos de la institución; mientras que la supervisión y la satisfacción intrínseca son las que presentan menores niveles de insatisfacción”.

(p.11)

El porcentaje de satisfacción de los docentes en la anterior investigación, evidencia que los principales niveles de insatisfacción en los docentes se muestran en el salario y en los espacios físicos de trabajo (40% y 30%, respectivamente); mientras que el control por parte de sus superiores es el que presenta menos porcentaje de insatisfacción (8%). Complementando que los docentes que tienen más de 35 años tienen mayor participación en las decisiones de la institución; mientras los docentes con menos de 35 indican en su mayoría (58%) estar insatisfechos en este sentido. Es decir, los docentes jóvenes no sienten ser tomados en cuenta en las decisiones tomadas para los distintos procesos de la institución.

En Ecuador, Sánchez (2019) realizó una investigación sobre la satisfacción laboral de los docentes de la Facultad de Ciencias Médicas, de la Universidad Central del Ecuador, analizando una muestra de 225 docentes, cuyos resultados determinaron que muchos de los educadores calificaron en la mayoría de dimensiones estudiadas con un nivel bajo de satisfacción; estas dimensiones fueron las siguientes:

1. Soporte institucional para el trabajo
2. Seguridad en el trabajo.
3. Integración al puesto de trabajo.
4. Satisfacción por el trabajo.
5. Bienestar logrado a través del trabajo.
6. Desarrollo personal logrado en el trabajo
7. Administración del tiempo libre

De las cuales con más bajo nivel de satisfacción fueron: administración del tiempo libre (68.9%), satisfacción por el trabajo (67,6%), desarrollo personal logrado en el trabajo (60,9%). Estos resultados permitieron concluir que la baja satisfacción laboral se da por la desmotivación, pocas oportunidades de desarrollo y que afectan directamente no solo a la actividad docente, sino también a las actividades de la vida personal y familiar del profesorado.

#### **1.4 Justificación y propósito del estudio.**

La importancia de la presente investigación radica en el hecho de que la prevalencia de la salud mental (ansiedad, depresión, estrés), un inadecuado capital psicológico y deficiente satisfacción laboral, impiden que los docentes desarrollen de forma productiva sus actividades en el trabajo, en su vida diaria, y familiar, teniendo en cuenta que la salud mental docente no ha tenido la debida relevancia en la mayoría de instituciones y que afectan directamente a la calidad de educación y por ende a un lento crecimiento y desarrollo del país. La pertinencia de esta investigación está ligada al sector de Sayausí, de la ciudad de Cuenca y una vez concluida

permitirá contribuir a similares investigaciones en otros sectores o ciudades y regiones del Ecuador.

Complementando lo antes mencionado, la investigación también pretende conocer las consecuencias de una inadecuada salud mental en los docentes y buscar soluciones a dicha problemática, recalcando que cuando los educadores tengan su salud mental eficaz, seguramente su capital psicológico social sería mejor y oportuno, a su vez permitiría mejorar la calidad de la educación en Ecuador y a su vez influiría directamente al crecimiento y desarrollo del país.

## **CAPÍTULO DOS**

### **METODOLOGÍA**

#### **2.1. Objetivos.**

##### ***2.1.1 Objetivo General.***

Determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos en el sector de Sayausí, de la ciudad de Cuenca, durante el año 2023.

##### ***2.1.2 Objetivos Específicos.***

- Determinar la prevalencia de las variables de salud mental (ansiedad, depresión, estrés) en docentes del sector de Sayausí, de la ciudad de Cuenca.
- Identificar el estado del capital psicológico de los docentes de un colegio del sector de Sayausí, en la ciudad de Cuenca.
- Determinar la satisfacción laboral en los docentes de la ciudad de Cuenca en el sector de Sayausí.

#### **2.2 Preguntas de investigación.**

- ¿Cuál es el estado de salud mental de los docentes de un colegio de la ciudad de Cuenca, en el sector de Sayausí, en relación al estrés, ansiedad y depresión?
- ¿Cuál es el nivel de capital psicológico poseen los docentes que se sometieron a las técnicas investigativas y forman parte de las muestras de estudio?
- ¿Cuán satisfechos se encuentran los docentes analizados con su labor profesional?

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

El diseño de investigación de este trabajo, se refiere al plan o estructura que se establece para llevar a cabo este estudio investigativo, la finalidad es responder al problema planteado, además, implica una toma de decisiones sobre ciertos métodos y procedimientos que se utilizan; éstos, están dirigidos a recopilar y analizar los datos, con la finalidad de dar respuesta a las preguntas de investigación (Hernández et al., 2014). Es importante recordar que, “si el diseño está concebido cuidadosamente, el producto final de un estudio (sus resultados) tendrá mayores posibilidades de generar conocimiento” (Hernández et al., 2014, p. 128).

Se debe mencionar que, el enfoque, el diseño y el tipo de investigación de este trabajo, durante el presente ciclo académico tiene las siguientes características:

**Enfoque cuantitativo**, comienza con la recolección de datos para dar respuesta a interrogantes; siguiendo un orden estricto, no se puede saltar ninguno, luego se miden las variables. Debido a que los datos son producto de mediciones, se representan mediante números o cantidades y se deben analizar a través de métodos estadísticos (Hernández et al., 2014).

Para que la metodología sea cuantitativa es necesario que haya una relación de carácter lineal (variables) entre los elementos del problema, es decir que haya claridad y que sea posible definirlo y saber exactamente donde se inicia el problema, su dirección y las incidencias entre sus elementos (Monje, 2011).

La investigación cuantitativa debe ser lo más “objetiva posible”. Se pretende, al final, confirmar y predecir los fenómenos investigados, es decir la formulación y demostración de teorías (Monje, 2011).

**El diseño:** Una de las clasificaciones del diseño no experimental es de **tipo transversal o transeccional** ya que, se recolectan los datos en un solo momento (Mera Constante, 2017),

es decir , para la recolección de los datos en este trabajo se comenzó en el mes de abril del año 2023 hasta el mes de junio del mismo año; el propósito es detallar variables relacionadas al estrés laboral y además cómo influye el capital psicológico, analizando su incidencia e interrelacionándolo en un momento específico y cómo repercute en el proceso de la educación en el sector estudiado.

La investigación transversal, a su vez, es descriptiva ya que indaga la incidencia de las modalidades o niveles de una o más variables de una población. Cuando se habla de un diseño no experimental se puede anotar que se observan situaciones ya existentes, no provocadas en la investigación realizada. Las variables independientes ocurren y no es posible su manipulación directa, tampoco se tiene el control puesto que ya sucedieron en las encuestas (Hernández et al., 2014). “El diseño de corte transversal se clasifica como un estudio observacional de base individual que suele tener un doble propósito: descriptivo y analítico” (Rodríguez y Fredy, 2018, p.2)

#### **2.4. Población y muestra.**

Dentro de la investigación, el concepto de población hace referencia a la totalidad del fenómeno o acontecimiento a ser estudiado, en donde las unidades de población poseen una característica común, ésta es estudiada dando como origen a los datos de investigación (Tamayo y Tamayo, 2003). Lepkowski (como lo citó en Hernández et al. 2014) indica que una población es el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones.

En esta investigación se seleccionará la población de docentes de educación básica y bachillerato de la ciudad de Cuenca, la cual está conformada por docentes de una unidad educativa del sector de Sayausí. La población se da por sus características que en este caso es la docencia, el lugar está detallado en Cuenca y en un tiempo específico. La muestra, en cambio,

es una parte o fragmento de la población. Las muestras pueden ser clasificadas como probabilísticas y no probabilísticas.

#### **2.4.1. Muestra Participante.**

A continuación, se presentará en la siguiente tabla, una descripción gráfica de la muestra participante, cabe resaltar que son treinta y ocho profesionales de la educación, los cuales se encuentran en el sector de Sayausí, correspondiente a la ciudad de Cuenca, los cuales han sido clasificado en diversos rangos, tales como el género, edad, estado civil, experiencia laboral, tipo de contrato al que se encuentran ligados, así como el tipo de institución según el financiamiento que posee.

**Tabla 1:**

*Muestra participante*

		<b>N</b>	<b>%</b>		
<b>Género</b>	Masculino	9	23,7%		
	Femenino	29	76,3%		
	Otro	0	0%		
<b>Estado civil</b>	Soltero/a	5	13,2%		
	Casado/unión libre	26	68,4%		
	Viudo/a	3	7,9%		
	Divorciado/a	4	10,5%		
<b>Tipo de trabajo</b>	Tiempo completo	38	100%		
	Tiempo parcial	0	0%		
<b>Tipo de institución</b>	Pública	30	78,9%		
	Privada	8	21,1%		
		<b>M</b>	<b>Máx.</b>	<b>Min.</b>	<b>DT</b>
Edad		43	64	26	9
Horas de trabajo por día		7	10	6	1
Experiencia laboral		17	34	3	8

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

En el presente trabajo investigativo se tomaron muestras no probabilísticas, de treinta y ocho encuestas a profesionales de la educación de niveles básica y media de la institución educativa antes mencionada. La elección de sus elementos no va a depender de la probabilidad, sino de las causas relacionadas a las características de la investigación o de su propósito. Además, accidental ya que sus individuos son elegidos producto de circunstancias casuales, es decir se elige un lugar, a partir del cual se extraen los sujetos motivo de estudio de la población, que accidentalmente se encuentren a disposición (Otzen y Manterola, 2017).

En este estudio la muestra conformada por los treinta y ocho participantes, los resultados nos indican que los veinte y nueve participantes son de género femenino y los nueve de género masculino; además los veinte y seis participantes están casados o con una relación formal, tres son viudos y los cuatro son divorciados; treinta pertenecen a una institución fiscal y ocho a una institución particular; los treinta y ocho participantes trabajan a tiempo completo. También se ha podido destacar esta descripción frente a otros rangos como la edad, tiempo de trabajo por horas y años de experiencia.

En el primer renglón, se puede afirmar que el rango etario de los docentes que se han sometido al estudio, se encuentra entre los 26 y 64 años de edad, con una media de 43 años y desviación típica de 9; en cuanto a las horas de trabajo, los docentes encuestados laboran entre 6 y 10 horas al día, con una media de siete horas y desviación típica de 1, y sobre los años de experiencia que han acumulado en la actividad docente, el tiempo de trabajo oscila entre 3 y 34 años de actividades, con una media de 17 años y una desviación típica de 8. Lo cual destaca que gran parte de los docentes se encuentra en una edad de más de 40 años, con una jornada de trabajo considerada dentro del rango permitido por la ley, esto es, de siete a ocho horas y con la suficiente experiencia profesional para trabajar con estudiantes de diversa edad, nivel académico, estilos de comportamiento, además con la posibilidad de resiliencia ante la adversidad.

### **2.4.2. Criterios de inclusión /exclusión.**

Este trabajo de investigación contiene los siguientes criterios de inclusión y exclusión.

#### **Criterios de inclusión:**

- Encontrarse en situación laboral activa.
- Firmar el consentimiento informado.
- Tener como mínimo un 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 los criterios de inclusión.

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

La obtención de la información se realiza a través de un conjunto de baterías psicológicas, las mismas que fueron analizadas y revisadas previamente por el equipo de investigación del departamento de Psicología de la UTPL, cuyo objetivo es utilizarlos, analizarlos y evaluar las variables en el presente estudio.

**Cuestionario Ad hoc sociodemográfico y laboral**, se trata de un cuestionario que recolecta información sociodemográfica, como género, edad, nacionalidad, ciudad, zona en que trabaja, estado civil, horas que labora, entre otras. Permite contemplar los criterios de inclusión y exclusión mencionados anteriormente (Mora et al., 2021).

**Escala de depresión, ansiedad y estrés (DASS – 21)** formado por tres dimensiones: la **depresión** que es un trastorno compuesto por síntomas asociados a estados de ánimo disfóricos; la **ansiedad** está relacionada con los síntomas físicos de excitación, tensión muscular, ataques de pánico, miedo y finalmente el **estrés** descrito como una tendencia a reaccionar a los acontecimientos estresantes con algunos síntomas como irritabilidad, tensión. Conforme a Antúnez y Vinet (2012) nos indican que los ítems son contestados en una escala tipo Likert, con un rango de respuestas 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 estrés presentaron un alfa de 0.85, la escala de depresión, un alfa de 0.83, y la escala de ansiedad obtuvo un alfa de 0.73. En conjunto obtuvieron un alfa de 0.91.

**Capital psicológico.** Se utilizó un instrumento con 24 ítems, para realizar la evaluación del constructo capital psicológico y sus dimensiones: autoeficacia, resiliencia, esperanza y optimismo, cada dimensión es evaluada con seis ítems. Cada afirmación es valorada con opciones de respuesta en escala de Likert, con sus respectivas puntuaciones, siendo 1, muy en desacuerdo, hasta 7, muy de acuerdo (Luthans y Youssef, 2007).

**Satisfacción laboral,** de acuerdo a la experiencia de los trabajadores de un empleo remunerado, con el constructo de satisfacción laboral, considerando la respuesta afectiva ante el propio trabajo. Son 15 ítems en la escala de Likert, con sus opciones de respuestas desde “muy insatisfecho” hasta “muy satisfecho”, incluye dimensiones que manifiestan puntuaciones de satisfacción general, factores intrínsecos y extrínsecos. El coeficiente alfa obtenido en la validación al español fue de 0.76 (Boluarte, 2014).

## 2.6. Procedimiento del trabajo de investigación.

El trabajo de investigación se realizó en tres fases:

**Primera fase.** Se procedió a hacer una revisión minuciosa de la literatura requerida para buscar la información. Siendo las palabras clave, las siguientes: docente, estrés, ansiedad, depresión, capital psicológico.

**Segunda fase.** Proceso de recolección de datos: Se procedió a llenar y enviar el oficio de acercamiento a la institución en donde se realizaría el trabajo de investigación. Se procedió luego a una reunión con las autoridades del plantel, rector y vicerrectora para informarles sobre la recolección de datos a través de una encuesta, la misma que fue enviada desde la Universidad. Una vez aprobada la solicitud, se le entregó al rector el link de la encuesta con sus respectivos criterios, quien a su vez envió a través de un correo electrónico a los docentes de la institución, en las posteriores semanas se continuó con el acercamiento a las autoridades para seguir con la recolección de datos, a través de WhatsApp. Semanalmente se fueron analizando y validando los datos hasta finalmente, quedar con los 38 válidos.

**Tercera fase.** La información pasó por un proceso de depuración de la base de datos y luego se llevaron a cabo los análisis a través del *software*: Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales (SPSS), por sus siglas en inglés y cuya versión es 27.0. En cambio, para las variables sociodemográficas y laborales, se utilizaron medias y desviaciones típicas. También se ejecutó el análisis descriptivo de la muestra mediante las medias y las desviaciones típicas para variables cuantitativas, utilizando frecuencias y porcentajes para resumir las variables nominales.

## CAPÍTULO TRES

### DISCUSIÓN

#### 3.1 Análisis de resultados.

A continuación, se detallan los resultados de la muestra sobre la prevalencia de problemas de salud mental, en relación al estrés, ansiedad y depresión, entre los docentes de una institución educativa del sector de Sayausí en la ciudad de Cuenca.

**Tabla 2:**

*Percepción de salud mental de docentes*

		N	%
Estrés	Leve	36	94,7%
	Moderado	1	2,6%
	Severo	1	2,6%
Ansiedad	Leve	30	78,9%
	Moderado	4	10,5%
	Severo	4	10,5%
Depresión	Leve	36	94,7%
	Moderado	2	5,3%
	Severo	0	0%

**Nota:** N =Frecuencia; %=Porcentaje

En este estudio se observa que gran parte de los docentes con un 94% de la muestra experimentó situaciones de estrés leve, en comparación con otras instancias de mayor gravedad, como es el caso del 2.6% que muestra estrés moderado y el 2.6% con un estrés severo. Estos resultados indican que factores familiares, socioeconómicos y ambientales, así como un sólido sistema de apoyo desempeñaron un papel importante en la prevalencia del estrés leve entre los docentes; estos factores de protección han contribuido a superar sus desafíos laborales, y como consecuencia a prevenir enfermedades mentales.

Como se mencionó previamente, dado que la mayoría de los docentes experimentaron estrés leve, se considera que han sabido utilizar estrategias de afrontamiento al estrés para potenciar su rendimiento y, en consecuencia, trabajar de manera más productiva. Sin embargo, en los casos de estrés moderado y estrés severo, que representan un menor porcentaje de la muestra y se presentan en igual proporción, se cree necesario la búsqueda de terapias que ayuden a desarrollar habilidades de afrontamiento, con el objetivo de hacer frente a sus situaciones estresantes de manera efectiva, de modo que no afecten su desempeño laboral ni sus relaciones personales.

En lo que respecta a la ansiedad, la mayoría, es decir, el 78.9% del grupo de docentes, experimenta ansiedad en su forma leve, el 10.5% presentan ansiedad en su forma moderada, mientras que el 10.5% muestran ansiedad severa. En este contexto, se puede inferir que los docentes que experimentan ansiedad en su forma leve han desarrollado habilidades para afrontar las situaciones de ansiedad y la han incorporado como una parte normal de la vida, han logrado controlarla y avanzar en su desarrollo personal y social en respuesta a estas circunstancias generadoras de ansiedad.

Es fundamental señalar que el 21% restante corresponde a docentes que han experimentado ansiedad en su forma moderada y severa, aunque constituyen una minoría en términos numéricos, esta situación es aún más preocupante, ya que estas personas no solo pueden padecer un trastorno de ansiedad, sino que también enfrentan impactos en sus relaciones interpersonales, especialmente en su entorno laboral y en aspectos de su vida cotidiana; por lo tanto, se destaca la necesidad imperante de recibir tratamiento psicológico o terapias en estos casos.

En lo que respecta a la depresión, de los 38 participantes, se observa una mayor prevalencia en su forma leve, abarcando el 94.7% de los casos, lo que equivale a un total de 36 profesores. Solamente el 5.3% presentan depresión en su forma moderada. De esto se deduce que la depresión está relacionada con factores socioeconómicos, como las condiciones

económicas, las relaciones interpersonales negativas, pérdidas significativas o situaciones estresantes. A pesar de que esta muestra padece depresión en su forma leve, como mencionamos previamente, este estado emocional influye en las actividades diarias, manifestándose en dolores físicos, problemas de sueño, fatiga, falta de energía, dificultades de concentración y, en ocasiones, pensamientos suicidas, autorreflexión negativo y culpa excesiva. Por lo tanto, es fundamental resaltar la importancia de mantener una buena salud mental frente a la depresión y la carga laboral en los docentes, con el propósito de mejorar su rendimiento en el trabajo.

En Ecuador, como ya se había manifestado, se han implementado reformas educativas que han resultado en un aumento significativo en la carga de trabajo de los docentes, la falta de respaldo a nivel organizacional y por ende la disminución de la motivación. Estos elementos se han ligado y han dado como resultado, el desarrollo de problemas de salud mental, entre los cuales destaca la depresión. Esta problemática, de manera natural, ejerce una influencia negativa en la estabilidad del sistema educativo. Además, al analizar la relación entre la depresión y el ámbito laboral de los docentes, se puede concluir que la falta de motivación en los profesores también desempeña un papel en el desarrollo de la depresión, y en última instancia, afecta su rendimiento laboral, disminuyendo su productividad y la calidad de la educación proporcionada en el país (González y Noroña, 2022, p. 7).

**Tabla 3:**

*Capital psicológico en docentes*

	Media	Máximo	Mínimo	Desviación estándar
Eficacia	33,45	42,00	18,00	5,56
Esperanza	35,75	42,00	24,00	4,82
Resiliencia	33,00	42,00	26,00	4,35
Optimismo	32,13	41,00	25,00	4,95
Capital psicológico	133,19	166,00	83,00	16,70

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

En relación a la Tabla 3, que trata sobre el capital psicológico de los docentes, en la que se destaca cada una de sus particularidades y se dice que la esperanza tiene la media más alta, alcanzando un 35.75%, es decir que los docentes manifiestan la actitud o mentalidad optimista en relación a su capacidad para alcanzar metas y objetivos, incluso en situaciones difíciles o desafiantes, demostrando mayor confianza en su capacidad para superar obstáculos y lograr el éxito. La esperanza, en el contexto del capital psicológico de los docentes, se considera esencial para el bienestar psicológico y el rendimiento en diversas áreas de la vida, sobretodo en el ámbito laboral y educativo.

La eficacia con un 33.45%, en esta muestra se indica que los docentes tienen la habilidad para desempeñar satisfactoriamente las responsabilidades relacionadas con la enseñanza o cualquier otra función en el ámbito educativo, tienen la confianza de su propia capacidad para llevar a cabo sus tareas laborales de manera competente y alcanzar los objetivos establecidos. Demuestra su motivación y capacidad de afrontar los desafíos laborales con naturalidad; esta autoeficacia tiene un impacto positivo en el rendimiento, la satisfacción laboral y la capacidad para afrontar situaciones difíciles.

La resiliencia con un 33.00%, esto sugiere que un número considerable de docentes en la muestra tienen la capacidad de adaptarse, recuperarse y mantener una actitud positiva incluso en situaciones adversas, es decir, un porcentaje significativo, posee una sólida capacidad para afrontar y superar desafíos en su entorno laboral y personal. Este grupo de profesores que son resilientes tienden a adaptarse mejor a los cambios, a relacionarse mejor con estudiantes con diferentes necesidades y a manejar el estrés relacionado con la enseñanza.

La presencia de un porcentaje tan significativo de resiliencia en el capital psicológico es un indicio positivo de que este grupo, pueden sobrellevar con éxito las tensiones y dificultades que puedan surgir en el ámbito educativo y a su vez, contribuir de manera positiva al sistema educativo en general.

Siendo el optimismo otro de los componentes del capital psicológico, es preocupante que el porcentaje más bajo con el 32.13%, sugiere que una parte de los docentes de la muestra puede estar experimentando un nivel de optimismo relativamente más bajo, lo que indica que pueden enfrentar dificultades en mantener una actitud positiva o un sentido de confianza en su capacidad para alcanzar sus metas y objetivos, esto, a su vez, podría afectar su capacidad para lidiar con la satisfacción laboral, pudiendo tener un impacto en su bienestar y en la calidad de la educación que proporcionan.

**Tabla 4:**

*Satisfacción laboral en docentes*

	M	Máx.	Mín.	DT
Satisfacción intrínseca	39,05	48,00	23,00	5,42
Satisfacción extrínseca	37,21	46,00	21,00	6,48
Satisfacción general	76,25	93,00	44,00	11,02

Al analizar los resultados de la Tabla 4 sobre la satisfacción laboral en los docentes, se observa que la satisfacción intrínseca es la más sobresaliente, alcanzando un porcentaje del 39.05%. Esto refleja el grado de bienestar, gratificación y disfrute que los profesionales de la educación experimentan en su trabajo como resultado de factores internos. Estos factores pueden incluir sus intereses y pasiones, el sentido de logro que obtienen al contribuir de manera significativa, así como su autonomía y control en la ejecución de sus tareas laborales. Además, la flexibilidad que tienen en su trabajo facilita el equilibrio entre sus responsabilidades laborales y su vida personal, lo cual es esencial para la satisfacción en el ámbito laboral.

En segundo lugar, la satisfacción extrínseca se sitúa en un porcentaje del 37.21%, lo que hace referencia al nivel de satisfacción que los empleados experimentan como resultado de factores externos a su trabajo en sí. Entre los aspectos extrínsecos más relevantes que influyen

en la satisfacción laboral, podemos mencionar el salario y los beneficios financieros, como incentivos económicos o bonificaciones, el reconocimiento y el elogio de los superiores y colegas, es decir, sentirse valorado y apreciado por el esfuerzo y los logros, así como la estabilidad y la percepción de seguridad en el trabajo.

### **3.2 Discusión.**

Durante el año 2023, se realizó el estudio en docentes del sector de Sayausí en la ciudad de Cuenca, Ecuador, centrado en la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y la satisfacción laboral. El propósito principal de esta investigación fue analizar los resultados desde la perspectiva de la salud mental de los docentes, evaluar el capital psicológico presente en ellos y comprender su nivel de satisfacción en el ámbito laboral.

El objetivo de esta investigación es determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos en el sector de Sayausí, de la ciudad de Cuenca, durante el año 2023. Por lo que se utilizó una investigación de tipo descriptivo y explicativo con una muestra de 38 docentes, obteniendo como resultados que, siendo el estrés una de las variables de la salud mental que en su mayor porcentaje es leve y afecta a los docentes analizados que trabajan a tiempo completo y muchos de ellos se relacionan con una gran cantidad de alumnos que los acarrea a una sobrecarga laboral.

Ello al contrastar con las mismas problemáticas en base a estudios de universidades del país por estudiantes de la Universidad Estatal de Milagro UNEMI, con el tema: Riesgos Psicosociales y su influencia en la Satisfacción Laboral en los Docentes de la Unidad Educativa Eduardo Kingman, de la ciudad de Milagro año 2019, siendo un estudio cuantitativo desarrollado por medio de instrumentos como un cuestionario de evaluación de riesgo psicosocial y una encuesta de satisfacción laboral aplicada a 153 colaboradores del sector público, los resultados presentan un cierto grado de estrés que afecta al desempeño laboral y sus relaciones

interpersonales, y se ve afectada su estabilidad emocional en rangos muy bajos, al igual que la muestra antes analizada.

Los resultados de esta investigación ponen de manifiesto la influencia del estrés, en su mayoría de carácter leve, en el desempeño laboral y en las relaciones interpersonales de los docentes. Se evidencia que ambas poblaciones suelen manejar de forma adecuada sus emociones negativas como es el caso del estrés. Sin embargo, la similitud de estos resultados entre la Unidad Educativa de Sayausí y la Unidad Educativa Eduardo Kingman recalca que se debe manejar de manera importante la gestión del estrés en los docentes.

En cuanto a los resultados, puede afirmarse que éstos varían de acuerdo a factores externos de los docentes es decir familiares, sociales o económicos e incluso ambientales y para su prevención se requiere de un apoyo que se puedan realizar dentro de las mismas instituciones educativas a partir del apoyo psicológico de profesionales como el DECE, o particulares en el que se pueda contribuir con estrategias de protección que contribuyan a superar desafíos laborales y prevenir enfermedades mentales.

Con respecto a la percepción de salud mental de docentes en el presente trabajo de investigación se observa un porcentaje de 94% con un estrés leve y con un 2,6 % de un estrés severo. Estos resultados indican que factores familiares, socioeconómicos y ambientales, así como un sólido sistema de apoyo desempeñaron un papel importante en la prevalencia del estrés leve entre los docentes; estos factores de protección han contribuido a superar sus desafíos laborales, y como consecuencia a prevenir enfermedades mentales, de acuerdo al análisis se propone a realizar una conceptualización de las variables de ansiedad, depresión y estrés.

El trabajo de investigación titulado “Relación del estrés laboral y la satisfacción laboral en el personal docente de nivel secundario de la provincia de Huancayo Perú” tiene como objetivo determinar la relación que existe entre el estrés laboral y satisfacción laboral en el personal

docente de nivel secundario, este trabajo guarda relación con la tesis en cuanto a la revisión de los niveles de estrés y satisfacción laboral de una muestra poblacional del claustro docente de la ciudad peruana de Huancayo, con un estudio correlacional y descriptivo. (Zuasnabar, 2018).

Si bien en el caso concreto analizado y el estudio realizado en esta investigación existe identidad de objetivos, puesto que ambos buscan determinar en gran parte las relaciones entre el estrés y la satisfacción laboral, se difiere un poco en los resultados, puesto que en el estudio realizado por Zuasnabar, se menciona que existe una relación inversa entre estrés y satisfacción de los docentes del nivel secundario de Huancayo, puesto que gran parte de los profesores se encuentra poco o nada satisfecho con sus actividades y en cambio más estresados, mientras que en este trabajo, si bien existe se tiene la conciencia de ser un trabajo extenuante, existe una gran satisfacción por parte de los profesores analizados.

En conjunto, estos resultados subrayan la necesidad de abordar la importancia de salud mental en el ámbito docente. La ansiedad, el cansancio emocional y físico, así como otras condiciones clínicas identificadas, deben ser considerados en la implementación de estrategias de apoyo y políticas que promuevan el bienestar de los docentes, garantizando así un entorno laboral saludable y sostenible.

En una investigación realizada por Quintero y Hernández (2021) titulada "Síntomas de depresión vinculados al síndrome de burnout y a factores socio laborales en docentes de instituciones educativas públicas de Envigado (Colombia)" el propósito fundamental fue evaluar los síntomas de depresión en 607 docentes de colegios públicos en el municipio de Envigado, Colombia, y analizar su relación con el síndrome de burnout y las condiciones socio laborales. Los resultados revelan que el 65,8% de los docentes manifiestan síntomas de depresión, destacándose que la dimensión del agotamiento emocional está vinculada al aumento de los

síntomas depresivos en este grupo profesional. Además, el 16% de los docentes muestra signos de depresión severa, afectando las áreas familiar, social y laboral.

Por otro lado, en el estudio realizado a los docentes de la Unidad Educativa Sayausí, resalta una mayor prevalencia de depresión en su forma leve, abarcando el 94.7% de los casos, lo que sugiere una predominancia de síntomas menos intensos en este grupo específico de docentes. Solamente el 5.3% presenta depresión en su forma moderada, indicando una minoría que experimenta síntomas más pronunciados. Ambas representaciones contribuyen a una comprensión más completa de la depresión en docentes, destacando tanto la amplia presencia de síntomas como la variabilidad en su intensidad dentro de la población estudiada. Estos resultados resaltan la importancia de abordar la depresión en docentes, considerando sus múltiples dimensiones y factores contribuyentes.

Respecto al capital psicológico en el que se identifican la auto eficiencia, optimismo, esperanza y resiliencia se ha demostrado que uno de los graves problemas que los docentes enfrentan, es muchas veces la falta de motivación sean estas en lo económico, socioemocional e incluso afectivo en el que un alto grado de estrés y cansancio psicológico es muy frecuente en los docentes ecuatorianos.

De acuerdo a Torres (2010) a partir del análisis de satisfacción en el desarrollo de su labor como docente de educación secundaria, en comparación con el capital psicológico en 902 docentes que trabajan en 32 centros educativos ubicados en ocho ciudades de la región de Andalucía, España, de acuerdo al análisis de la presente investigación, se determina el capital psicológico y la satisfacción laboral en la que se destaca que la esperanza tiene la media mínima de 24% en relación a la más alta, alcanzando un 42 %, es decir que los docentes manifiestan la actitud o mentalidad optimista en relación a su capacidad para alcanzar metas y objetivos, incluso en situaciones difíciles o desafiantes.

De acuerdo a los resultados de la tabla 4 sobre la satisfacción laboral en los docentes se puede observar que la satisfacción intrínseca es la más destacada esto refleja el grado de bienestar de los profesionales de la educación, mientras que comparando con los docentes de otra institución, los niveles de satisfacción con respecto a los docentes de la investigación que se menciona en el marco teórico en la que se puede observar, de acuerdo a los salarios, indica que los niveles de insatisfacción varían.

De acuerdo a Sánchez (2018) el riesgo que para la salud mental hace alusión a cualquier momento o rasgo individual que altere su salud mental. La docencia es una de las profesiones en la cual el padecimiento de patologías o trastornos mentales se ha presentado en aumento, ya que, dentro de su labor, hay una gran responsabilidad y exigencia para el docente.

Otra de las investigaciones dirigida a evaluar la satisfacción laboral, se destaca la realizada por Anaya y Suárez, que se realizó una vez centrado el interés en aportar datos que brinden medidas pertinentes en pro de su mejora, la investigación que se realizó por medio de una muestra de 2562 profesores distribuidos por toda la geografía nacional, la obtención de un modelo de satisfacción laboral subyacente al profesorado a partir de importancia sobre la base de un modelo que fundamente la satisfacción laboral, de acuerdo a las 32 facetas en estudio de la presente investigación, en la validez de las variables tanto del constructo convergente y discriminante (Anaya Nieto & Suárez Riveiro, 2007). En ello, se observa que la satisfacción intrínseca es la más sobresaliente con un porcentaje alto de 48% lo que refleja un grado de satisfacción en lo referente a su estado de ánimo con un bajo estrés laboral, mientras que la satisfacción extrínseca se sitúa en un 46 % lo que hace referencia al nivel de satisfacción de los docentes en los factores externos de su trabajo.

Con respecto al estudio realizado, también puede decirse que la satisfacción intrínseca es la predominante entre los docentes analizados con un 39,05%, frente al 37,26% de la

satisfacción extrínseca, en esto puede manifestarse que los factores relacionados a la conformidad del docente ecuatoriano y en especial de la zona de Sayausí con su labor ya que proviene de una actividad para la cual se han preparado y una vocación profesional que les permite generar ingresos.

### **Conclusiones.**

El presente trabajo de integración curricular, una vez que se han obtenido los datos tendientes al esclarecimiento de la problemática ha arrojado las siguientes conclusiones:

Dentro del trabajo se ha evidenciado que los docentes se ven expuestos a factores de riesgo que afectan su salud mental que han formado parte de las técnicas de investigación se ha podido determinar la prevalencia de salud mental como la ansiedad, depresión y estrés y se concluye que por lo general no han experimentado situaciones de estrés grave o severo.

Generalmente se puede mencionar que los profesores que se han sometido al análisis pertinente se encuentran conformes y satisfechos con la labor realizada, logrando desarrollar actitudes positivas y la predisposición a seguir trabajando en su profesión, sobrellevando justamente las vicisitudes que puedan presentarse en el camino. Se muestra que el capital psicológico tiene como media más alta, la esperanza, lo que ha demostrado la actitud positiva de los docentes estudiados para alcanzar sus metas y mejorar su ámbito de vida especialmente en lo laboral y educativo.

En cuanto a los niveles de satisfacción determinado, en general el profesorado objeto de estudio, se encuentra satisfecho de forma intrínseca, más que todo porque realiza lo que más le gusta y por lo que se ha preparado profesionalmente, seguido de la satisfacción por factores extrínsecos, como por ejemplo recibir una remuneración económica justa por los servicios que realizan, lo cual incide también en el amor a la profesión.

### **Recomendaciones.**

Las presentes recomendaciones que pueden darse, una vez elaboradas las conclusiones de lo ya analizado, a fin de proponer soluciones o dar ideas para trabajos investigativos en cuanto al tema ya examinado:

En primer lugar, es importante desarrollar programas destinados a la psicoeducación, en las que se les facilite estrategias de afrontamiento para la prevención y control de las variables de salud mental como estrés, ansiedad y depresión de los profesores, fomentar la autoconciencia, crear espacios en el que los docentes expresen sus preocupaciones y experiencias para brindándoles apoyo emocional.

Es importante considerar, que se pueda ofrecer y desarrollar programas de apoyo profesional a los educadores de tal manera que, si se percibe de forma positiva, será un factor amortiguador para mejorar los niveles de satisfacción laboral y así, mejorar el trabajo en equipo y el compromiso docente.

En la investigación se destaca un número inferior de docentes que padezcan de situaciones de depresión, ansiedad y estrés, en forma moderada y severa, que no abarque únicamente la consulta sino también un tratamiento y seguimiento de la evolución de dichas condiciones, así no solo se fortalecería la salud mental del docente, sino que además se estará contribuyendo a un ambiente educativo más positivo y efectivo.

De manera general, se recomienda el uso de este tema a fin de poder desarrollar nuevas investigaciones relacionadas al tema en mención, a fin de analizar los diversos niveles del capital psicológico en otras áreas del sector educativo y profesional.

## REFERENCIAS.

- American Psychiatric Association. (2014). *Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-5*.
- American Psychological Association. (2023). *Depresión*. 1–8.  
<https://www.apa.org/topics/depression>
- Antúñez, Z., & Vinet, E. V. (2012). Escalas de depresión, ansiedad y estrés (DASS - 21): Validación de la versión abreviada en estudiantes universitarios Chilenos. *Terapia Psicológica*, 30(3), 49–55. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082012000300005>
- Apaza, C. M., Seminario, R. S., & Santa-Cruz, J. E. (2020). Factores psicosociales durante el confinamiento por el covid-19 – Perú. *Revista Venezolana de Gerencia*, 25(90), 402–413. <https://doi.org/10.37960/rvg.v25i90.32385>
- Bedoya, E., Carrillo, M., Severiche, C., & Espinosa, E. (2018). Factores asociados a la satisfacción laboral en docentes de una institución de educación superior del Caribe Colombiano. *Espacios*, 39(2).
- Blanco, J. H., Maya, J. M., & Torres De Galvis, Y. (2006). *Fundamentos de Salud Pública tomo III* (Corporación para investigaciones Biológicas CIB (ed.)). <https://www.perlego.com/es/book/1925618/fundamentos-de-salud-pblica-tomo-iii-epidemiologia-bsica-y-principios-de-investigacin-pdf>
- Boluarte, A. (2014). Propiedades psicométricas de la Escala de satisfacción laboral de Warr, Cook y Wall, versión en español. *Revista Medica Herediana*, 25(2), 80. <https://doi.org/10.20453/rnp.2014.249>
- Borja, I., Cortez, M., & Carrillo, W. (2021). Estudio sobre la situación actual de la docencia en la educación y formación técnica profesional en Bolivia, Colombia, Ecuador y Venezuela. *Organización de Las Naciones Unidas Para La Educación, La Ciencia y La Cultura Oficina de La UNESCO En Quito y Representación Para Bolivia, Colombia, Ecuador y Venezuela*,

- 1–144. <https://es.unesco.org/sites/default/files/doc-estudio-situacion-docencia-23-09-2021.pdf>
- Cabezas, E., Herrera, R., Ricaurte, P., & Novillo, C. (2021). Depresión, Ansiedad, estrés en estudiantes y docentes: Análisis a partir del Covid 19. *Revista Venezolana de Gerencia*, 26(94), 603–622. <https://doi.org/10.52080/rvgluzv26n94.9>
- Chui, H., Roque, E., Jinez, E., Pérez, K., Castro, J., & Salas, B. (2022). *Salud mental y calidad de sueño en los docentes de educación básica regular*. 15, 865–873. <https://doi.org/10.33996/revistavive.v5i15.194>
- Contreras, G., Veytia, M., & Huitrón, G. (2009). Detección del trastorno depresivo en profesores universitarios. *Psicología y Salud*, 19(1), 133–139. <http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=29111983013>
- Desouky, D., & Allam, H. (2019). *Occupational stress , anxiety and depression among Egyptian teachers*. *April*, 191–198.
- Dirección Nacional de Estrategias de Prevención y Control para Enfermedades No transmisibles Salud Mental y Fenómeno Socioeconómico de las Drogas. (2023). *Dirección Nacional de Estrategias de Prevención y Control para Enfermedades No transmisibles , Salud Mental y Fenómeno Socioeconómico de las Drogas*. 1–4.
- Fernández, A. (2014). Una panorámica de la salud mental de los profesores. *Revista Iberoamericana de Educación*, 66, 19–30.
- Fernández, R., Baena, A., Ortiz, M. del M., Zamarripa, J., Beltrán De la Fuente, A., & Juvera, J. L. (2019). Influencia de las competencias del profesorado de secundaria en los comportamientos disruptivos en el aula | Influence of the competences of secondary teachers on disruptive behavior in the classroom. In *Espiral. Cuadernos Del Profesorado* (Vol. 12, Issue 24, pp. 3–10). <https://doi.org/10.25115/ecp.v12i24.2141>
- Fernández, V. (2014). *Evaluación De La Salud Laboral Docente: Estudio Psicométrico Del Cuestionario De Salud Docente*. 239.

- Galindo, P., Aguirre, Y., & Morales, Y. (2020). *ANSIEDAD GENERALIZADA EN JÓVENES UNIVERSITARIOS DEL POLI*. 1–23.
- González, M., & Noroña, D. (2022). *Influencia de la depresión en la motivación laboral en trabajadores de una Unidad Educativa*. 22.
- Granados, L., Aparicio, M. P., Fernández, A., & García, J. M. (2020). Depresión, ansiedad y estrés y su relación con el burnout en profesorado no universitario. *Revista Espacios*, 41(30), 127–141. <https://www.revistaespacios.com>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. del P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6 Edición).
- Lapo, M. A., & Medina, S. E. (2022). *Prevalencia De problemas De Salud Mental En Docentes: Diferencias Según Características Sociodemográficas Y Laborales. Caso De Estudio En Napo-Ecuador*. 27. <https://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/13954/1/UDLA-EC-TMSSO-2022-20.pdf>
- Leiton, K., & Pozo, F. (2022). LA ANSIEDAD EN DOCENTES LATINOAMERICANOS DURANTE EL CONTEXTO DE PANDEMIA EN LOS AÑOS 2020-2021. In *Universidad Politécnica Salesiana* (Vol. 1, Issue 69).
- Llerena, L. (2014). “DEPRESIÓN Y ACTITUDES DISFUNCIONALES EN DOCENTES DE UNIDADES DE EDUCACIÓN PRIMARIA Y SECUNDARIA.” *Repositorio UTA*, 76. <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/19565?mode=full>
- Luthans, F. (2012). Psychological Capital: Implications for HRD, Retrospective Analysis, and Future Directions. *Computational Complexity*, 2(1), 1–9. <https://doi.org/10.1002/hrdq>
- Martinez, V., & Pérez, O. (2003). Estrés y ansiedad en los docentes. *Pulso. Revista de Educación*, 26, 9–21. <https://doi.org/10.58265/pulso.4896>
- Mena, M. M. (2017). Salud Mental Y Estrategias De Afrontamiento En Los Estudiantes Del Sindicato. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9). <file:///C:/Users/User/Downloads/fvm939e.pdf>

- Monje, C. A. (2011). Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. Guía didáctica. *Universidad Surcolombiana*, 1–216.  
<http://carmonje.wikispaces.com/file/view/Monje+Carlos+Arturo+-+Guía+didáctica+Metodología+de+la+investigación.pdf>
- Mora, C. E., Bonilla, G., & Bonilla, J. (2021). Impacto de la pandemia de covid-19 en los docentes: burnout, ansiedad y depresión. *Runae*, 6(6), 41–60.
- OMS. (2014). Documentos básicos. *Oms*, 1–217.
- OMS. (2020). Los servicios de salud mental se están viendo perturbados por la COVID-19 en la mayoría de los países, según un estudio de la OMS. *Oms*, 4–7.  
<https://www.who.int/es/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey>
- Organización Panamericana de la Salud. (2018). Guía de intervención mhGAP para los trastornos mentales, neurológicos y por consumo de sustancias en el nivel de atención de salud no especializada. In *Repositorio Institucional para intercambio de información: Vol. Versión 2*.  
[http://iris.paho.org/xmlui/handle/123456789/34071%0Ahttp://whqlibdoc.who.int/publications/2011/9789243548067\\_spa.pdf%5Cnhttps://www.scribd.com/doc/64758557/Guia-de-Intervencion-Trastornos-Mentales-Neurologicos-y-por-uso-de-sustancias-OMS](http://iris.paho.org/xmlui/handle/123456789/34071%0Ahttp://whqlibdoc.who.int/publications/2011/9789243548067_spa.pdf%5Cnhttps://www.scribd.com/doc/64758557/Guia-de-Intervencion-Trastornos-Mentales-Neurologicos-y-por-uso-de-sustancias-OMS)
- Otzen, T., & 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>
- Ovidio, C., Restrepo, D., & Cardona, D. (2016). Construcción del concepto de salud mental positiva: revisión sistemática. *Rev Panam Salud Publica*, 39(3), 2016.
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). (2022a). *Informe sobre Desarrollo Humano 2021/2022 Panorama General*.
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD). (2022b). *Múltiples crisis frenan el desarrollo humano en todo el mundo*. 1–8.

- Ramírez, G., & Lizbeth, K. (2022). *SÍNDROME DE BURNOUT Y ANSIEDAD EN DOCENTES EN LA CUIDAD QUITO*.
- Rodríguez, M., & Fredy, M. (2018). *DISEÑO DE INVESTIGACIÓN DE CORTE TRANSVERSAL*. 7.
- Ruiz, P. M. (2010). El estrés docente. *Temas Para La Educación*, 9, 1–10. <https://feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7379.pdf>
- Saenz, S. M., Runzar, F., & Parodi, J. (2019). *Trastornos depresivos en adultos mayores de once comunidades altoandinas del Perú, 2013-2017. Acta Médica Peruana [revista en Internet] 2019 [acceso 25 de marzo de 2022]; 36(1):26-31. 36(1), 26–31. <http://www.scielo.org.pe/pdf/amp/v36n1/a05v36n1.pdf>*
- Salessi, S. (2013). CAPITAL PSICOLOGICO. *Jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 6(August), 128.
- Sánchez, D. (2019). “Calidad de vida Laboral: Satisfacción laboral de los docentes de una institución de educación superior del Ecuador.” *Jurnal Kajian Pendidikan Ekonomi Dan Ilmu Ekonomi*, 2(1), 28. [http://www.scopus.com/inward/record.url?eid=2-s2.0-84865607390&partnerID=tZOtx3y1%0Ahttp://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=2LIMMD9FVXkC&oi=fnd&pg=PR5&dq=Principles+of+Digital+Image+Processing+fundamental+techniques&ots=HjrHeuS\\_](http://www.scopus.com/inward/record.url?eid=2-s2.0-84865607390&partnerID=tZOtx3y1%0Ahttp://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=2LIMMD9FVXkC&oi=fnd&pg=PR5&dq=Principles+of+Digital+Image+Processing+fundamental+techniques&ots=HjrHeuS_)
- Sánchez, M. M. (2018). *Factores psicosociales asociados al estrés en docentes universitarios*. 105.
- Serrano, M., Rangel, A., Vidal, C., Ureña, Y., Anillo, H., & Angulo, G. (2017). Burnout : Síndrome silencioso que afecta el desempeño laboral de los docentes universitarios. *Revista Espacios*, 38(Educación), 1–28. <http://www.revistaespacios.com/a17v38n55/a17v38n55p28.pdf>
- Tamayo y Tamayo, M. (2003). El proceso de la investigación. *El Proceso de La Investigación Científica*, 256.
- Torres, J., & Grupo D.I.E.A., E. de I. (2010). Análisis del grado de satisfacción del profesorado

de educación secundaria en el desarrollo de su labor docente. *Contextos Educativos. Revista de Educación*, 0(13), 27. <https://doi.org/10.18172/con.624>

Vásquez, S. V. (2021). Medición del nivel de estrés laboral de docentes que realizan trabajo remoto en dos instituciones de educación básica de Piura durante la crisis de la COVID-19. *Universidad de Piura*. <https://pirhua.udep.edu.pe/handle/11042/5371>

World Health Organization (WHO). (2018). La carga de los trastornos mentales en la Región de las Américas, 2018. In *Organización Mundial de la Salud Oficina Regional para las Américas*. [https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/49578/9789275320280\\_spa.pdf?sequence=9&isAllowed=y](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/49578/9789275320280_spa.pdf?sequence=9&isAllowed=y)

## APÉNDICES.

### Apéndice A. Muestra participante.

		N	%		
<b>Género</b>	Masculino	9	23,7%		
	Femenino	29	76,3%		
	Otro	0	0%		
<b>Estado civil</b>	Soltero/a	5	13,2%		
	Casado/unión libre	26	68,4%		
	Viudo/a	3	7,9%		
	Divorciado/a	4	10,5%		
<b>Tipo de trabajo</b>	Tiempo completo	38	100%		
	Tiempo parcial	0	0%		
<b>Tipo de institución</b>	Pública	30	78,9%		
	Privada	8	21,1%		
		M	Máx.	Min.	DT
Edad		43	64	26	9
Horas de trabajo por día		7	10	6	1
Experiencia laboral		17	34	3	8

### Apéndice B. Percepción de Salud mental de Docentes.

		N	%
Estrés	Leve	36	94,7%
	Moderado	1	2,6%
	Severo	1	2,6%
Ansiedad	Leve	30	78,9%
	Moderado	4	10,5%
	Severo	4	10,5%
Depresión	Leve	36	94,7%
	Moderado	2	5,3%
	Severo	0	0%

**Nota:** N =Frecuencia; %=Porcentaje

### Apéndice C. Capital Psicológico en docentes.

	Media	Máximo	Mínimo	Desviación estándar
Eficacia	33,45	42,00	18,00	5,56
Esperanza	35,75	42,00	24,00	4,82
Resiliencia	33,00	42,00	26,00	4,35
Optimismo	32,13	41,00	25,00	4,95
Capital psicológico	133,19	166,00	83,00	16,70

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

**Apéndice D. Satisfacción laboral en docentes.**

	M	Máx.	Mín.	DT
Satisfacción intrínseca	39,05	48,00	23,00	5,42
Satisfacción extrínseca	37,21	46,00	21,00	6,48
Satisfacción general	76,25	93,00	44,00	11,02