



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 en el sector
público y privado de la ciudad de Catamayo durante el año
2023**

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

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

Autora: Chávez Romero, Lady Pamela

Directora: Tamay Montero, Yonny Cecilia

LOJA
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, 19 de marzo del 2024

Magíster

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 Titulación denominado: Prevalencia de la salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos en el sector público y privado de la ciudad de Catamayo durante el año 2023 realizado por Lady Pamela Chávez Romero 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,

Directora: Yonny Cecilia Tamay Montero

C.I.: 1102423470

Correo electrónico: yctamay@utpl.edu.ec

Declaración de autoría y cesión de derechos

Yo, Lady Pamela Chávez Romero declaro y acepto en forma expresa lo siguiente:

Ser autor del Trabajo de Titulación denominado: Prevalencia de la salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos en el sector público y privado de la ciudad de Catamayo durante el año 2023 de la carrera de Psicología, específicamente de los contenidos comprendidos en: capítulo uno marco teórico, capítulo dos metodología, capítulo tres resultados, conclusiones y recomendaciones, siendo que la Yonny Cecilia Tamay Montero, 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: por Lady Pamela Chávez Romero

C.I.: 1104473614

Correo electrónico: lpchavez4@utpl.edu.ec

Dedicatoria

Durante mi camino personal, laboral y como estudiante, Dios me ha acompañado y la virgen me ha cubierto con su manto para no desistir en esta travesía. Por lo que el presente trabajo de investigación primeramente se lo dedico a ellos. De igual manera, a mis padres, Rocio Romero y Rogelio Chávez, quienes a pesar de las dificultades familiares y económicas me apoyaron y dieron un voto de esperanza en mí persona. Así mismo, lo dedico a mis hermanos Yanina Medina y Johnny Medina quienes han sido testigos de mis derrotas y progresos; les dedico mis logros por brindarme aliento cuando más lo necesitaba. De igual manera, a mi abuelito Juventino Romero quien me ha enseñado paz y amor sincero. A mi prima Priscilla a quien he visto crecer y ella me ha visto estudiar y luchar. Y a Neus y Ciscu por creer en mí. Finalmente, a mis amistades y familiares que me han apoyado en cada paso que he dado.

Agradecimiento

Para avanzar en un camino con obstáculos es necesario confiar en nuestras capacidades y apoyarnos en el prójimo, por eso quiero agradecer a Dios y a la virgen por no dejar de acompañarme cuando mi fe tambaleo, a mis padres por no abandonarme cuando tuve tropiezos, a mis hermanos por apoyarme y creer en mi cuando yo dudaba de mis capacidades, a mi abuelito por rezar por mi presente y futuro, a Priscilla por verme como su guía y acompañarme. A mis familiares y amistades por brindarme algunas veces palabras de aliento. Así mismo, agradecer a Ona y a su familia quienes me acompañaron en mi faceta de estudiante, trabajadora y amiga.

De igual manera, agradezco al personal de la sede de Madrid de la Universidad Técnica Particular de Loja por acompañarme e impulsarme a iniciar la carrera de Psicología, a cada uno de los docentes que me brindaron sus conocimientos, a mi Directora de tesis por guiarme en el proceso de la investigación, por su paciencia y por su didáctica de estudio. A la unidad de bienestar universitario (área de becas), porque sin esa oportunidad no podría haber continuado con mis estudios.

Gracias infinitas.

Índice de contenido

Carátula	I
Aprobación del director del Trabajo de Titulación	II
Declaración de autoría y cesión de derechos.....	III
Dedicatoria	V
Agradecimiento.....	VI
Resumen.....	1
Abstract	2
Introducción	3
Capítulo uno	6
Marco teórico	6
1.1. Conceptualización y etiología de las variables de salud mental	6
1.1.1. Indicadores de variables de salud mental.....	7
1.2. Salud mental en docentes	11
1.2.1. Repercusiones de las variables de salud mental	11
1.2.2. Investigaciones previas en la salud mental	13
1.3. Capital psicológico y satisfacción laboral	17
1.3.1. Conceptualización del capital psicológico y satisfacción laboral.....	17
1.3.2. Importancia del capital psicológico y satisfacción laboral.....	20
1.3.3. Investigaciones previas del capital psicológico y satisfacción laboral.	22
Capítulo dos	25
Metodología.....	25
Objetivos	25
2.1.1. <i>General</i>	25
2.1.2. <i>Específicos</i>	25
2.2. Preguntas de investigación	25

2.3. Enfoque, tipo y diseño de investigación	25
2.3.1. <i>Enfoque</i>	25
2.3.2. <i>Tipo</i>	26
2.3.3. <i>Diseño</i>	26
2.4. Población y muestra	27
2.4.1. <i>Muestra participante</i>	27
2.4.2. <i>Criterios de inclusión / exclusión</i>	28
2.5. Instrumentos de recogida de información.....	28
2.5.1. <i>Cuestionario Ad Hoc sociodemográfico y laboral</i>	28
2.5.2. <i>Escalas de depresión, ansiedad y estrés (DASS-21)</i>	29
2.5.3. <i>PCQ-24 de capital psicológico</i>	30
2.5.4. <i>Escala de satisfacción laboral:</i>	30
2.6. Procedimiento	31
2.6.1. <i>Fase 1</i>	31
2.6.2. <i>Fase 2</i>	31
2.6.3. <i>Fase 3</i>	32
Capítulo tres	33
Resultados	33
2.1. Análisis de resultados	33
3.2. Discusión	35
Conclusiones	42
Recomendaciones	44

Índice de tablas

Tabla 1 Percepción de salud mental de docentes	33
Tabla 2 Capital psicológico en docentes.....	34
Tabla 3 Satisfacción laboral en docentes.....	34

Resumen

La investigación tiene como objetivo general, determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos, en el sector público y privado de la ciudad de Catamayo durante el año 2023. Para ello se aplica una metodología no experimental, con enfoque cuantitativo, transversal, descriptivo y una muestra de accesibilidad-accidental no probabilístico en 40 docentes. Los instrumentos aplicados son: cuestionario sociodemográfico laboral Ad-hoc, escala DASS-21, el PCQ – 24 y escala de satisfacción laboral. Los resultados indican niveles leves en estrés (92.5%), ansiedad (80%) y depresión (90%), cuyas variables posibilitan un desempeño laboral eficiente; la dimensión de esperanza del capital psicológico obtuvo la media más alta con 36.1, en donde los docentes se sienten impulsados a alcanzar las metas con estrategias para su desempeño óptimo. Así mismo, se destaca la satisfacción laboral intrínseca, con una media de 38,22, refiriendo que la mayoría de los docentes tienen una sensación de gratificación interna sin necesidad de motivaciones externas. Se recomienda mantener la motivación y las buenas relaciones entre colegas, estudiantes, y directivos, orientados al crecimiento personal y profesional.

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

Abstract

The general objective of the research is to determine the prevalence of mental health, psychological capital and job satisfaction in Ecuadorian teachers, in the public and private sectors of the city of Catamayo during the year 2023. For this, a non-experimental methodology is applied. , with a quantitative, transversal, descriptive approach and a non-probabilistic accidental-accessibility sample in 40 teachers. The instruments applied are: Ad-hoc labor sociodemographic questionnaire, DASS-21 scale, the PCQ - 24 and job satisfaction scale. The results indicate levels of stress (92.5%), anxiety (80%) and depression (90%), whose variables enable efficient work performance; The hope dimension of psychological capital obtained the highest mean with 36.1, where teachers feel driven to achieve goals with strategies for optimal performance. Likewise, intrinsic job satisfaction stands out, with an average of 38.22, referring to the fact that the majority of teachers have a feeling of internal gratification without the need for external motivations. It is recommended to maintain motivation and good relationships between colleagues, students and managers, aimed at personal and professional growth.

Keywords: Mental health, psychological capital and job satisfaction.

Introducción

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) reveló que alrededor de mil millones de personas en el año 2019 experimentaron trastornos mentales, lo que equivale al 15% de los adultos en edad laboral. Los hallazgos resaltan la magnitud de los desafíos en términos de salud mental a nivel global. Entre las profesiones que se exponen a desafíos emocionales significativos se encuentran los docentes, quienes deben lidiar con una carga laboral exigente, la necesidad de estar a la vanguardia en métodos pedagógicos y la inmensa responsabilidad de contribuir al desarrollo integral de las futuras generaciones.

Dentro de este contexto, los docentes enfrentan una serie de retos en la labor diaria. La carga laboral es significativa, el trabajo va más allá de la mera transmisión de conocimientos, también desempeñan papel crucial en el apoyo emocional y el desarrollo de habilidades sociales y emocionales en los estudiantes. Además, deben mantenerse actualizados en métodos pedagógicos y tecnológicos, lo que agrega una presión adicional.

En tal virtud, la presente investigación tiene como objetivo determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos, en el sector público y privado de la ciudad de Catamayo durante el año 2023. Para ello se aplica una metodología no experimental, con enfoque cuantitativo, transversal, descriptivo, así mismo, se aplicaron varios instrumentos como: cuestionario sociodemográfico laboral Ad-hoc, la escala de depresión, ansiedad y estrés DASS-21, el PCQ – 24, la escala de satisfacción laboral y una muestra de accesibilidad-accidental no probabilístico en 40 docentes

El estudio presente se realizó en tres fases, la primera fase inicio con el desarrolló del marco teórico, mediante la búsqueda en fuentes confiables como: Google académico, bibliotecas virtuales. Al finalizar, se ejecutó la recolección de datos en los docentes mediante encuestas online, se procedió con la autorización de los centros educativos y de los docentes los cuales fueron debidamente informados sobre el trabajo de investigación. Para culminar se analizó la base de datos, mediante la depuración tomando en cuenta los criterios de exclusión, dicho procedimiento de datos y análisis se llevó a efecto mediante el software: Paquete estadístico para las ciencias sociales (SPSS).

En cuanto a la estructura de la investigación, se establece: el capítulo uno que abarca el marco teórico que contempla la conceptualización, etiología de salud mental y variables asociadas como: ansiedad, depresión, estrés. Luego con las repercusiones de las variables de la salud mental e investigaciones previas, de ansiedad, depresión y estrés de los docentes a nivel mundial, Latinoamérica y de Ecuador. Así mismo, se desarrolló el concepto y etiología de las variables de capital psicológico - satisfacción laboral; que incluyó importancia e investigaciones previas en el contexto a nivel mundial, Latinoamérica y de Ecuador de dichas variables. En el capítulo dos incorpora la metodología utilizada donde se describen el objetivo general y específicos; preguntas de investigación, el enfoque, tipo y diseño de investigación; la población - muestra, criterios de inclusión y exclusión, además se describen los instrumentos de recolección de información. El último capítulo contiene el análisis de resultados, seguido de la discusión, conclusiones y recomendaciones.

De este modo, mediante el análisis de resultados de las encuesta, se visualiza el alcance y cumplimiento de los objetivos específicos. El primer objetivo dio como resultado que la prevalencia de las variables de salud mental: ansiedad, depresión y estrés, es leve en la mayoría de los docentes del sector público y privado de la ciudad de Catamayo durante el año 2023.

En lo que respecta al segundo objetivo específico de la investigación que implicó identificar el capital psicológico en docentes del sector público y privado de la ciudad de Catamayo durante el año 2023, los hallazgos de la investigación muestran que la dimensión de capital psicológico que mayor puntuación en medias que obtuvo fue en esperanza (36,62); en comparación con la dimensión de eficacia (34,62), resiliencia (33,05) y optimismo (31,17).

En cuanto al tercer objetivo específico de la investigación que planteo determinar la satisfacción laboral en docentes del sector público y privado de la ciudad de Catamayo durante el año 2023. Los docentes evaluados presentan puntuación más alta en la dimensión de satisfacción intrínseca con una media de 38,22, frente al promedio de la satisfacción extrínseca de 36,85.

La salud mental de los docentes es esencial para garantizar una educación de calidad y futuro saludable para las generaciones venideras. Por lo tanto, comprender y abordar los desafíos que enfrentan los docentes en este aspecto es de vital importancia tanto a nivel individual como para la sociedad en conjunto.

Por otra parte, el capital psicológico es sustancial en la capacidad de afrontamiento de los docentes, comprende dimensiones como la esperanza, la eficacia, la resiliencia y el optimismo, que en conjunto brinda confianza necesaria para enfrentar situaciones difíciles en el ámbito educativo. El docente con alta puntuación en capital psicológico es capaz de manejar el estrés y superar los desafíos que se presentan en la labor diaria.

Por lo tanto, la satisfacción laboral y el capital psicológico son estrategias clave que los docentes emplean para mantener la salud mental, de esta manera garantizan la educación de calidad. Sin embargo, el acceso a las estrategias varía según el contexto y los recursos disponibles, por lo que es un asunto pendiente de mejora en el ámbito educativo

Finalmente el presente trabajo de investigación contiene resultados importantes para fomentar acciones preventivas psicoeducativas sobre el estrés, ansiedad y depresión en las unidades educativas. Así mismo la promoción de creaciones de redes de apoyo entre los docentes sobre las dimensiones del capital psicológico y la satisfacción laboral.

Capítulo uno

Marco teórico

1.1. Conceptualización y etiología de las variables de salud mental

La psicología comprende el estado mental de los individuos, engloba patologías y condiciones saludables. Los altos índices de enfermedades mentales como estrés, depresión y ansiedad, hacen que la salud mental sea tema relevante para la salud pública. Por tal razón, es importante analizar el concepto y etiología de salud mental para comprender las características de cada afectación psicológica, con ello generar estrategias preventivas – de intervención.

En tanto que la etiología histórica de la salud mental representó polémica según Macaya et al. (2018) porque se homologó como enfermedad mental, se remonta al interés de las ciencias por entender a los trastornos mentales. Por ende, en un principio, se entendía por salud mental a la ausencia de enfermedad. Con la evolución histórica, los investigadores asociaron a la salud mental con factores biológicos, psicológicos y sociales; logrando conectar al concepto con un estado de bienestar global.

Para Santiago et al. (2019) la salud mental, como concepto, se origina en el campo de la Salud Pública y la Psicología, evolucionó con los modelos teóricos. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022), el término “salud mental” surge como respuesta a los trastornos mentales y las discapacidades psicosociales. Para justificar la existencia de salud mental, se combinan determinantes individuales, sociales y estructurales, como las habilidades emocionales, la genética, las circunstancias sociales, económicas, geopolíticas y ambientales.

La mayoría de los países consideran el concepto de salud mental establecido por la OMS que la define como “estado de bienestar”. En México profundiza en el concepto, al postular que la salud mental es “estado de completo bienestar mental, emocional y social”, que no solo implica la ausencia de trastornos mentales, también la conciencia de las capacidades propias, la realización intelectual y emocional, así como la posibilidad de trabajar de forma productiva para contribuir a la sociedad (Valdez et al., 2021). Por otra parte, Montoya

et al. (2020) describen el punto de vista de algunos pueblos indígenas australianos sobre la salud mental, como la capacidad del individuo - colectividad de interactuar consigo mismos y con el ambiente.

En este contexto, la salud mental se concibe como estado de bienestar psicológico que se asocia a condiciones físicas y mentales óptimas del individuo; en lo que corresponde a actitudes internas (dominio, crecimiento personal) y externas (desarrollo y relación con los demás) (García et al., 2020). El estado de bienestar, producto de la salud mental, permite el uso de sus habilidades cognitivas, afectivas y relacionales, para la consecución de metas individuales y colectivas.

1.1.1. Indicadores de variables de salud mental

Existen diversos indicadores que visibilizan el estado mental de los individuos. Cuando se manifiesta sintomatología de enfermedades mentales, quien la padece no puede desempeñar actividades de la vida diaria, ni afrontar conflictos, por lo que se ve afectada la percepción de bienestar del individuo. Las patologías mentales más comunes son la ansiedad, la depresión y el estrés, a continuación, se aborda

1.1.1.1. Ansiedad. El término “ansiedad” tiene origen etimológico en el latín “anxietas”, se define como inquietud o agitación. La definición se conjugaba con el término “angustia”, por compartir raíz etimológica; sin embargo, en la traducción al español, se recurrió a dos vocablos diferentes. El psicoanálisis y el humanismo adoptaron el término “angustia”, mientras que la psicología científica optó por el término “ansiedad” (Díaz y De la Iglesia, 2019).

La inquietud es la principal manifestación de ansiedad, a razón de que la patología aparece tras la percepción exagerada de la aparición o consecuencias de eventos desagradables. El cerebro adquiere percepción equívoca de estímulos como amenazadores, se manifiesta a través de somatización y pensamientos intrusivos (Díaz y De la Iglesia, 2019).

Según Cáceres et al. (2019) para definir la ansiedad es necesario diferenciar desde la perspectiva de estado emocional y de rasgo de personalidad característico del individuo.

Así, como estado emocional la ansiedad es la activación que dista del bienestar del individuo, se manifiesta tras la interpretación de condiciones externas reales o imaginarias. En cambio, al ser característica de personalidad del sujeto, se manifiesta a través de tendencia de comportamiento de agitación o estado de alerta que de cierta manera es estable debido a que el individuo aún es funcional.

Para Pelissolo (2019) la ansiedad es un estado de alerta e inquietud permanente, asociada a signos físicos y psíquicos, que se manifiestan por al menos seis meses. En el DSM-V el término “ansiedad generalizada” se debe a que el miedo no se centra en el objeto o situación específica, sino en la percepción del individuo. De ahí que la ansiedad se caracteriza por la activación fisiológica y conductual de quien lo padece.

La ansiedad se origina tras una percepción exagerada a las dificultades o como consecuencias a un acontecimiento desagradable. Si el miedo es respuesta natural ante el peligro, la ansiedad es la estructura patológica del miedo (Pinargote y Caicedo, 2019). Por ende, la principal causa para que se produzca la ansiedad es la percepción errónea de estímulos amenazantes por parte del cerebro, así como la activación fisiológica. En concordancia, Chui et al. (2022) al analizar los factores de riesgo asociados a la ansiedad, postulan que el estrés ambiental, como la condición socioeconómica, el entorno familiar y las condiciones de vida, convierten al individuo en propenso a adquirir ansiedad.

1.1.1.2. Depresión. La OMS (2023) define a la depresión como trastorno mental común, caracterizado como estado de tristeza, desinterés por la vida e incapacidad de disfrute, que afecta de forma directa a las relaciones familiares, de amistad y sociales. En la misma línea, Nasio (2022) postula que la depresión es estado de tristeza anormal, causado por sentimientos de pérdida o desilusión. El individuo experimenta eventos que le produce choque emocional o la acumulación de decepciones que originan el desequilibrio emocional, denominado depresión.

Corea (2021) tomó como referencia los criterios diagnósticos de la depresión del DSM-V, que conceptualiza como trastorno del estado de ánimo, que tiene como principal

característica la alteración del humor. La temporalidad y manifestaciones somáticas, clasifican a la depresión de forma particular: depresión mayor, distimia, episodio depresivo. Entre las manifestaciones se distingue sentimiento de tristeza profunda, irritabilidad y pérdida de placer.

En cuanto a modelos explicativos, Cavieres y López-Silva (2021) exponen al modelo médico mínimo que concibe a la depresión como enfermedad sin causa específica de origen; de igual manera, presentan al modelo biomédico, que caracteriza a la depresión como proceso fisiopatológico que sucede en el cerebro, se manifiestan los síntomas de manera externa. A criterio de Balea (2019) los principales factores causales para la aparición de depresión son situaciones adversas en la vida de la persona y factores relacionales de amigos o familiares con depresión.

En virtud de lo expuesto se infiere que la depresión como trastorno del estado de ánimo, que se caracteriza por desencadenar desequilibrio emocional, se origina por sentimientos de pérdida, desilusión y desinterés, el individuo tiene sentimientos de tristeza prolongado y anormal, manifiestan alteración del humor. De igual manera, en cuanto a los modelos médico y biomédico exponen a la depresión como enfermedad de proceso fisiopatológico que se manifiesta de manera externa, como causas sugieren sucesos adversos de la vida de la persona y la relación con el entorno depresivo.

1.1.1.3. Estrés. De acuerdo con González y Torre (2020) el estrés se define como tensión provocada por eventos estresores sostenidos en el tiempo que se manifiesta en reacciones psicosomáticas o trastornos psicológicos. Por su parte, Iguasnia y Saquisela (2020) definen al estrés como enfermedad que afecta el accionar del individuo, quien frente a la presencia de eventos estresores, carece de control emocional y de estrategias de afrontamiento que ocasionan que estrés se desarrolle como desorden psicológico.

Para Ortiz (2022) el estrés es la manifestación psicológica ante conflictos que funcionan como detonadores de agobio, cansancio, preocupación, falta de sueño, apetito o sobrealimentación y afecta al desarrollo físico - mental. En esta misma línea, Higuera et al.

(2019) conciben al estrés como patrón de reacciones psicológicas - fisiológicas, que el individuo presenta frente a esfuerzos cognitivos - conductuales que desbordan los recursos de afrontamiento.

La génesis del concepto “estrés” se remonta a 1930. Hans Sely observaba en los pacientes síntomas comunes e indiferentes a la patología que padecían. Tras la experimentación con ratas de laboratorio, comprobó la aparición de manifestaciones clínicas, como atrofia del sistema linfático, elevación de hormonas suprarrenales y aparición de úlceras. Sely aseguraba que los cambios fisiológicos, producto de las enfermedades, ocasionan estrés. Por consiguiente, determinó que el estrés responde a amenazas y demandas sociales (Cueto, 2020).

El estrés es fenómeno multivariable que se origina de la relación entre el sujeto y el medio, tras demandas ambientales que obligan al individuo a poner en marcha estrategias de afrontamiento (Burgos et al., 2020). Para Espinosa et al. (2020), el estrés se origina en cualquier suceso que genere una alteración emocional, ya sea estímulo interno o externo pero que desestabiliza el equilibrio de la persona. Por su parte, Carrilo et al. (2019) aseguran que la manifestación clínica es consecuente a condiciones desfavorables, así si el individuo se enfrenta a jornadas de trabajo extensas, conflictos familiares, sobrecarga de responsabilidades, etc., es probable que experimente el estrés.

En breve, el estrés se explica como cuadro clínico que surge de demandas ambientales que exceden las estrategias de afrontamiento del individuo. Por tanto, si bien el origen del estrés son las condiciones desfavorables, la psicopatología aparece cuando el individuo carece de las habilidades necesarias para enfrentar los conflictos. Es importante señalar que los estresores son cambios fisiológicos, problemas clínicos, conflictos ambientales o laborales.

1.2. Salud mental en docentes

1.2.1. Repercusiones de las variables de salud mental

El personal docente es propenso a desarrollar psicopatologías por las condiciones laborales de interacción social constante y la responsabilidad de educación integral. En consideración de que las afectaciones a la salud mental como ansiedad, depresión o estrés repercuten en el desarrollo de las actividades diarias es imprescindible analizar la prevalencia de enfermedades de salud mental, así como la influencia el desarrollo individual, familiar - laboral, incluyendo el contexto educativo. Por lo que, en el siguiente apartado se describen estudios relacionados con las características de los docentes que presentan ansiedad, depresión, estrés.

1.2.1.1. Ansiedad. Las manifestaciones de ansiedad afectan en el componente afectivo: motivación, autoestima, autoeficacia y autoconfianza, lo anterior repercute en las esferas de interacción: familiar, social, laboral y escolar (Goñi y Del Moral, 2021). En el caso de los docentes, la ansiedad se presenta como preocupación excesiva que afecta a la calidad de vida. En un inicio las preocupaciones interfieren en la vida diaria, de forma gradual impiden al docente cumplir con responsabilidades (Seijas, 2022).

Para Gutiérrez-Carmona et al. (2020) la ansiedad tiene implicaciones negativas en el docente, tiende a dar respuestas impulsivas como soluciones apresuradas para resolver conflictos. Incluso presenta mayor percepción de amenazas, que impiden salir de la zona de confort, que si bien representa afectación individual, en el largo plazo se compromete la calidad de educación.

En este contexto, las implicaciones de la ansiedad para el personal docente afectan a la calidad del sistema educativo. En tanto que la afectación de la ansiedad en mayor medida es a nivel individual del docente, el deterioro psicológico genera secuelas a nivel laboral con dificultad al cumplir responsabilidades y mayor irritabilidad, donde los principales afectados son los alumnos, por consiguiente, la relación entre docentes generando clima laboral poco satisfactorio.

1.2.1.2. Depresión. La depresión es trastorno de gran relevancia en el ámbito de la salud pública, ya que afecta a más de 300 millones de individuos a nivel mundial, siendo la principal causa de discapacidad laboral, con implicaciones significativas en la economía mundial (Corea Del Cid, 2021). El impacto de la depresión conlleva consecuencias - comorbilidades más graves que muchas enfermedades crónicas, tiene efectos negativos en el funcionamiento laboral, al generar altas tasas de ausentismo.

Conforme a lo señalado por Calvó (2020) la depresión en todas las manifestaciones, afecta el desempeño de quienes la padecen en múltiples aspectos vitales, incrementa la marginación y vulnerabilidad de las personas. Según Llor y Cevallos (2022) los efectos de la depresión en el individuo incluyen llanto frecuente, problemas de sueño, disminución de la autoestima y aislamiento social, lo que resulta en la incapacidad de disfrutar de las actividades diarias.

En el contexto educativo, la depresión da lugar al fracaso laboral y afecta el rendimiento productivo de los docentes, así como la relación con los alumnos y la motivación para cumplir con los objetivos institucionales.. Los docentes que sufren de depresión llegan a carecer de las habilidades necesarias para desempeñarse de forma eficaz en el entorno educativo, lo que, a su vez, se traduce en una percepción de fracaso laboral y relación menos efectiva con los estudiantes.

1.2.1.3. Estrés. Zurita et al. (2019) señalan que los efectos predominantes del estrés a nivel fisiológico incluyen fatiga crónica, incapacidad de relajarse, alteración del apetito con consumo excesivo o insuficiente de alimentos y problemas que afectan tanto al sistema cardiovascular como al gastrointestinal. En el ámbito social, de acuerdo con Alvites (2019), el estrés repercute de forma negativa en el desempeño laboral y escolar, al obstaculizar la capacidad de las personas para interactuar de manera saludable con el entorno. Además, el estrés desencadena desequilibrios en el comportamiento de quienes lo experimentan, dificulta llevar a cabo actividades cotidianas y alcanzar metas personales.

Según Carranco y Pando (2019), los efectos del estrés en los seres humanos abarcan múltiples dimensiones. En términos de salud física, el estrés perturba el funcionamiento del sistema inmunológico, al predisponer al individuo a contraer enfermedades. En el ámbito social, el estrés afecta las relaciones interpersonales, en especial en el caso de los docentes, para quienes la calidad de la comunicación es fundamental en la labor. A nivel psicológico, se manifiestan alteraciones emocionales, conductuales, afectivas y cognitivas. Para el profesorado, el nivel de estrés se relaciona con la productividad, satisfacción laboral, así como con la percepción del alumnado acerca de la calidad de la educación.

Las consecuencias de padecer ansiedad, depresión o estrés son similares. En cualquiera de los casos, es probable que los trastornos afecten el desarrollo de los docentes, limitan – impiden la capacidad para ejercer el papel de cuidadores y educadores. A nivel personal, el individuo presenta dificultad para relacionarse con los demás, experimentar problemas de salud física y enfrentar obstáculos en el cumplimiento de las responsabilidades, lo que a su vez deteriora la calidad de vida. En términos estructurales, los sistemas educativos también se ven afectados, lo que resulta en educación de baja calidad y poco efectiva.

1.2.2. Investigaciones previas en la salud mental

En el siguiente apartado, se presentan estudios previos que exploran - examinan la salud mental en el personal docente. Las investigaciones abordan amplia gama de aspectos relacionados al tema, incluyen factores estresantes específicos que enfrentan en el entorno

educativo, las consecuencias de la carga emocional y laboral que soportan, así como las estrategias para promover el bienestar psicológico en la labor docente.

1.2.2.1. Ansiedad. A nivel internacional se identifica la revisión sistémica realizada por Tabares et al. (2020) que evidenció la prevalencia de ansiedad en docentes. Se accedió a 53 artículos científicos presentados en el periodo 2008 a 2018. Los resultados muestran que la ansiedad es la afectación psicológica que desarrollan los docentes en los diferentes niveles educativos, los principales efectos negativos son la interferencia con la calidad de vida laboral. Por su parte, Agyapong et al. (2022) analizaron 70 estudios, donde se identificó que el 38% y 41,2% de docentes presenta ansiedad, en específico por la falta de apoyo social deficiente por los directivos, a razón de la falta de empatía por la sobrecarga y exigencia laboral.

A nivel de Latinoamérica, Aydin y Ustuk (2020) examinaron el nivel de ansiedad que presentan 156 docentes de diferentes nacionalidades de la región. Los resultados evidenciaron que el 19,2% de los docentes presentan ansiedad cuando los estudiantes pierden interés en las actividades propuestas, el 11,5% cuando existe un déficit de aprendizaje y el 10,3% cuando los estudiantes no desean participar de las clases.

En Ecuador, Guerrero y Granizo (2022) analizaron la prevalencia de afectaciones de salud mental asociadas al tecnoestrés y las estrategias de afrontamiento que desarrollaron los docentes de una parroquia rural, se contó con la participación de 33 docentes, a quienes se aplicaron el Cuestionario RED TIC, donde la ansiedad se configura como síntoma de tecnoestrés. Los resultados muestran que el 15,15% presentaron niveles de ansiedad muy altos, el 21,21% alto, el 30,30% medio y el 33,33% bajo. Es decir que más del 60% de los docentes desarrollo ansiedad. La ansiedad evidenciada se asoció con la frecuencia a la exposición a situaciones estresantes.

En resumen, estos estudios internacionales, latinoamericanos y ecuatorianos resaltan la prevalencia de la ansiedad en docentes, señalando factores como la falta de apoyo, la sobrecarga laboral y el "tecnoestrés" como desencadenantes comunes. Estos hallazgos

subrayan la importancia de abordar la salud mental de los docentes y la necesidad de implementar estrategias de apoyo y afrontamiento en el ámbito educativo.

1.2.2.2. Depresión. En el contexto internacional se identifica el estudio de Alwwas et al. (2023), quienes analizaron la prevalencia de depresión en 358 docentes de diferentes nacionalidades a través de la escala Patient Health Questionnaire 9 (PHQ9) que se distribuyó de forma *online*. Se identificó que el 36,6% de los docentes presentaron síntomas leves de depresión, el 30,4% moderada y el 11,2% severa. El hallazgo de la prevalencia se vincula con la excesiva carga laboral y el conflicto con pares o directivos.

A nivel de Latinoamérica, se identifica en Brasil el estudio de Mendes et al. (2022) analizaron la prevalencia de depresión en docentes de centros educativos públicos en 163 participantes, a quienes se aplicó el cuestionario de inventario de depresión de Beck-IDB. Los resultados mostraron que el 79,8% de mujeres y el 64,8% de hombres presentan síntomas de depresión leve, que se asocia con niveles altos de estrés generado en el trabajo.

En Ecuador, Loor y Cevallos (2022) determinaron la frecuencia de síntomas depresivos entre los docentes de la Unidad Educativa Manabí Tecnológico durante el año 2021. Para cumplir con tal propósito utilizaron la Escala de Depresión de Hamilton. Entre los principales hallazgos se determinó que el 20% de la muestra presentaron síntomas de depresión menor y el 11% depresión moderada, ningún docente mostró niveles severos. Los factores explicativos del nivel de depresión se evidenció la carga de trabajo y el rol de género. Los hallazgos resaltan la importancia de abordar la salud mental de los docentes y considerar factores laborales que contribuyen a la sintomatología depresiva.

En el ámbito internacional, investigaciones identificaron la prevalencia de trastornos mentales, como la depresión entre docentes, vinculándolos con factores laborales como la carga de trabajo y conflictos en el entorno educativo. Por ejemplo, un estudio en varios países evidenció que un porcentaje significativo de docentes experimenta ansiedad debido a la falta de apoyo social y la exigencia laboral. En Brasil, se encontró una alta prevalencia de síntomas de depresión en docentes, en particular relacionados con altos niveles de estrés laboral. En

Ecuador, se observaron síntomas depresivos en docentes, aunque en menor medida, y se relacionaron con la carga de trabajo y el género. Los hallazgos subrayan la importancia de abordar la salud mental de los docentes y considerar factores laborales que contribuyen a estos trastornos.

1.2.2.3. Estrés. En el contexto internacional se evidencia el estudio de Alvites (2019) exploró la relación entre el estrés y los factores psicosociales en docentes de América Latina, América del Norte y Europa. Se estudió a 81 docentes de diferentes países y niveles educativos, tanto de educación básica como universitaria. Para recopilar datos, se emplearon la Escala Docente (ED-6) y el Cuestionario de Factores Psicosociales en el Trabajo Académico (FPSIS). Los resultados revelaron que el 6% de la muestra presentan niveles de estrés altos. Adicional, se identificó la existencia de correlación significativa entre el estrés experimentado por los docentes y los factores psicosociales. Además, se encontró que el nivel de estrés se asociaba con sentimientos de ansiedad, depresión y creencias desadaptativas que estaban correlacionadas con los factores psicosociales analizados en el estudio.

En Colombia, Lemos et al. (2019) examinó los niveles de estrés de profesores universitarios, se tomó como muestra intencional 61 profesores, se empleó el Cuestionario de Ansiedad generalizada GAD-7. Los resultados del estudio revelaron que el 21,3 % de los profesores presentaba niveles significativos de estrés. Se observó que aquellos docentes con estrés tenían mayor necesidad de trabajar desde los hogares, interferencia entre responsabilidades familiares y laborales.

En Ecuador, Basurto et al. (2020) identificó las reacciones psicósomáticas derivadas del estrés y el impacto en la salud mental de los profesores de la Universidad Técnica de Manabí. Se utilizaron dos pruebas psicológicas: 1) el Test de Estrés de Hamilton, que se enfoca en evaluar los estados físicos y psicológicos, 2) el Test de Estrés Laboral, que se centra en explorar los síntomas asociados al estrés laboral. La muestra de participantes estuvo compuesta por 53 docentes. Los resultados evidencian que el 4% presentó estrés alto,

el 16% estrés medio, el 50% estrés leve y el 30% no presentó estrés. El alto nivel de estrés se asoció de forma significativa con síntomas de irritabilidad e intranquilidad, pseudoneurológicos (dolores de cabeza, cuello y espalda), así como dificultades para permanecer sentados y sudoración en las manos. También se registraron trastornos del sueño y problemas de salud cardiopulmonares, en conjunto con síntomas gastrointestinales.

De lo expuesto se destaca la correlación entre el estrés y los factores psicosociales en el entorno laboral. Los hallazgos indican que algunos docentes enfrentan niveles significativos de estrés, ansiedad, depresión, lo que representa impactos negativos en la salud física - mental. Se observa interferencia entre las responsabilidades laborales y familiares en algunos casos. Los estudios subrayan la importancia de abordar la salud mental de los docentes y considerar factores laborales que contribuyan al bienestar emocional, al destacar la necesidad de estrategias que reduzcan el estrés y promuevan un ambiente laboral más saludable.

1.3. Capital psicológico y satisfacción laboral en trabajadores

1.3.1. Conceptualización del capital psicológico y satisfacción laboral.

1.3.1.1. Capital psicológico. El término “capital psicológico” es propuesto por la psicología positiva, definido como estado de desarrollo que tiene la capacidad de analizar los factores que intervienen en el bienestar (Orbegoso, 2019). Según Ponce de León y Galeana (2019), el capital psicológico se considera como estado de desarrollo del individuo compuesto por autoeficacia, confianza para asumir riesgos, optimismo, esperanza en la consecución de objetivos y la capacidad de superar las adversidades.

Bayona y Guevara (2019) explican que el capital psicológico se encarga de estudiar los estados psicológicos de los individuos en contextos laborales. Cuando los trabajadores poseen capital psicológico, desarrollan potencialidades y desempeñarse de forma adecuada. Además, dicho estado es susceptible de cambios a través de programas de desarrollo y las características son medibles, lo que se traduce en mejoras en el rendimiento laboral.

A partir de lo mencionado, el capital psicológico representa estado de salud mental, que se enfoca en el bienestar del individuo en entornos laborales. El individuo que posee capital psicológico es capaz de desenvolverse con autoeficacia, confianza, optimismo, esperanza y resiliencia.

Según Bayona y Guevara (2019), el modelo explicativo del capital psicológico se basa en la teoría social cognitiva de Bandura (1994). Para Bandura, los empleados necesitan creer en las habilidades para motivarse a realizar de forma eficiente las tareas asignadas. La característica de autoeficacia es componente clave que conforma el constructo de orden superior conocido como capital psicológico.

El concepto de capital psicológico surge como un constructo de la psicología positiva para determinar el desempeño y el grado de satisfacción, tanto laboral como personal, que está sujeto a modificaciones (De Sousa, 2019). Schönfeld y Mesurado (2020) plantean que el origen del capital psicológico como circuito de positividad surgió debido a la necesidad de comprender todos los componentes de manera integral.

El establecimiento del capital psicológico como elemento de la psicología positiva es el resultado de diversas investigaciones. La teoría social cognitiva de Bandura, propuesta para entender la motivación y el comportamiento del individuo en entornos laborales, representa investigación pionera para el futuro circuito de positividad. Por consiguiente, varios autores condensaron los conceptos de autoeficacia, optimismo, esperanza y resiliencia como dimensiones del capital psicológico.

1.3.1.2. Satisfacción laboral. De acuerdo con Boada (2019) la satisfacción laboral resulta de la armonía entre las necesidades del trabajador y lo que encuentra en el entorno de trabajo. La satisfacción se relaciona con la coincidencia entre las habilidades requeridas por la institución y del empleado. Según Varas (2019), la satisfacción laboral comprende estado emocional que no solo responde al ámbito profesional, también está influenciado por las características de la vida personal del individuo. Aspectos como la economía, la salud física y mental del empleado, las actividades de ocio y vida familiar, inciden en la percepción y en el grado de satisfacción laboral que experimenta.

Por tanto, la satisfacción laboral es la representación de los niveles de aceptación que los empleados experimentan al llevar a cabo el trabajo. Cuando los beneficios y circunstancias son positivos se traducen en mayores tasas de productividad, lo que a su vez implica beneficios para la organización (Salazar y Ospina, 2019). Según Reyes (2020), la satisfacción laboral es estado psíquico personal que depende de las emociones positivas y placenteras que el trabajador experimenta, resultado de las percepciones que le proporciona el entorno laboral.

En el contexto laboral, la satisfacción del empleado es estado de bienestar que proviene de la satisfacción de necesidades y del uso de habilidades. El estado de satisfacción se ve influenciado por las características personales del individuo, en estado psíquico y las condiciones que el empleador le brinda. A pesar de que el bienestar laboral es subjetivo y depende de la percepción personal, el entorno laboral influye de forma significativa en dicha percepción.

El término "satisfacción laboral" surge del interés de tres disciplinas: la psicología, los recursos humanos y la economía. La psicología introduce el concepto para comprender por qué empleados que desempeñan el mismo trabajo perciben el empleo de manera diferente. Los recursos humanos se centran en desvelar los beneficios de empleados satisfechos para la productividad de la empresa. La economía contribuye a evaluar los factores del empleo que generan satisfacción y su impacto económico (Salazar y Ospina, 2019).

Los modelos explicativos de la satisfacción laboral se basan en las disciplinas de psicología, recursos humanos y economía. Cada una de estas áreas de estudio busca dar respuesta a la pregunta sobre qué factores influyen en el desempeño laboral y en la percepción que el trabajador tiene sobre su puesto de trabajo. La psicología laboral, encargada de abordar fenómenos psicológicos en el entorno laboral, investiga los factores que influyen en la satisfacción.

1.3.2. Importancia del capital psicológico y satisfacción laboral

La promoción de capital psicológico y satisfacción laboral implica mejoras significativas para el entorno de trabajo, en el ámbito educativo no es la excepción. Los profesionales, al contar con herramientas adecuadas, aseguran educación de calidad y contribuyen al desarrollo integral de los alumnos. El conocimiento del capital psicológico proporciona a las autoridades fundamentos para desarrollar planes preventivos y de intervención que promuevan ambiente laboral saludable y productivo.

1.3.2.1. Capital Psicológico. De acuerdo con Salessi (2020), el capital psicológico tiene efectos tanto directos como indirectos, no solo en el individuo, también en la organización para la que trabaja, es así que los empleados que poseen recursos psicológicos positivos tienden a generar, promover e implementar ideas creativas, confían en las capacidades, son perseverantes y resilientes. Las habilidades desarrolladas por individuos con capital psicológico se aplican tanto en la vida personal como en el entorno laboral.

Fernández et al. (2021) analizan el síndrome de burnout, donde el capital psicológico actúa como factor protector contra las consecuencias negativas del estrés laboral. En este contexto, el término adquiere relevancia especial en los entornos laborales. Los individuos con niveles más elevados de capital psicológico, cuando se enfrentan a situaciones de alto estrés laboral, movilizan recursos y habilidades personales para implementar estrategias de afrontamiento, a diferencia de aquellos con bajos niveles de capital psicológico.

Vizoso (2020) examinó el capital psicológico en el profesorado, destaca la importancia de caracterizar el nivel de capital psicológico de los docentes para diseñar intervenciones psicoeducativas adecuadas para mejorar el desempeño. Prestar atención al bienestar físico y mental de los docentes, prevé el rendimiento del profesorado, compromiso afectivo y continuidad en la institución educativa. El capital psicológico en el docente y el interés de las autoridades por el bienestar contribuyen a la motivación para permanecer en el centro educativo.

Conforme a lo mencionado, los individuos que disponen de mayores recursos psicológicos tienden a desempeñarse de manera proactiva en los puestos de trabajo y en la vida personal. Los estudios empíricos demuestran que niveles altos de capital psicológico facilitan la implementación de habilidades efectivas frente al estrés laboral. En el contexto educativo, al conocer el capital psicológico del profesorado demuestra el interés en el rendimiento y permite la creación de planes de intervención que contribuyan a la mejora del ambiente laboral. Por lo tanto, es fundamental evaluar el capital psicológico para garantizar ambientes laborales que promuevan el desarrollo personal - laboral a favor de los individuos y de la organización.

1.3.2.2. Satisfacción Laboral. Mora y Mariscal (2019) sostienen que la satisfacción laboral es el resultado de cadena de factores, que incluyen condiciones de trabajo, remuneración, tipo de liderazgo y oportunidades de desarrollo profesional. Las condiciones óptimas generan satisfacción laboral, a su vez, repercute en el desempeño laboral y el crecimiento de la institución. La satisfacción laboral se convierte en motor impulsor para alcanzar metas personales y organizacionales.

Simbron y Sanabria (2019) consideran que el estudio de la satisfacción laboral refleja la capacidad de la organización para satisfacer las demandas de los trabajadores. La satisfacción laboral no solo conduce a resultados efectivos para la institución, también enfatiza la importancia de sentirse bien y percibir el ambiente laboral como espacio beneficioso, agradable y estimulante.

Dorantes (2020), al analizar la insatisfacción laboral en docentes, evidencia la influencia en clima laboral inadecuado que provoca percepciones negativas del individuo sobre el puesto de trabajo. La exposición prolongada a escenarios de insatisfacción laboral conduce a desequilibrios crónicos y desempeño laboral precario, lo que incide de forma directa en la calidad de la educación. Por lo tanto, es esencial mantener entornos saludables que contribuyan al bienestar de la planta docente, de forma paralela a los estudiantes.

En efecto, la satisfacción laboral no solo beneficia a la organización por la mejora en el rendimiento y la contribución al crecimiento institucional, aporta a mejorar la calidad de vida - salud mental de los individuos. En el ámbito institucional, las autoridades concentran esfuerzos en promover espacios educativos saludables que generen beneficios para los principales actores del proceso educativo. La importancia de la satisfacción laboral radica en la influencia en el rendimiento en términos de crecimiento, lo que fomenta el desarrollo personal, profesional y social.

1.3.3. Investigaciones previas del capital psicológico y satisfacción laboral.

Las investigaciones previas en el ámbito de la salud mental de la población docente muestran la realidad de las instituciones educativas y la influencia del entorno de los profesores. Es importante destacar que los docentes de la comunidad europea no se desempeñan de la misma manera que el profesorado latinoamericano. Por lo tanto, resulta pertinente investigar el mismo fenómeno en diferentes contextos y analizar el comportamiento de las variables.

1.3.3.1. Capital Psicológico. El estudio de Mesurado y Laudadio (2019) examinaron los niveles de capital psicológico de acuerdo los años de experiencia de los docentes. La investigación se realizó en la muestra de 250 profesores universitarios argentinos. En el grupo de docentes con menos de 5 años de experiencia, obtuvieron en promedio 4,66 en autoeficacia, 4,58 en esperanza, 4,33 en resiliencia y 4,51 en optimismo. Para los profesores entre 6 y 10 años de docencia, el promedio fue de 5,01 en autoeficacia, 4,66 en esperanza, 4,69 en resiliencia y 4,82 en optimismo. Por último, en el grupo de docentes con más de 11 años de experiencia, se observaron promedio de 5,04, 4,88, 4,74 y 4,67 en autoeficacia, esperanza, resiliencia y optimismo, respectivamente.

Bayona y Guevara (2019) analizaron el capital psicológico en 137 trabajadores de instituciones educativas peruanas. Los resultados revelaron valores promedio de 5,31 en autoeficacia, 5,12 en esperanza, 4,92 en resiliencia y 4,72 en optimismo, en total de 20,07 en capital psicológico. Los puntajes superaron la media teórica de 3,00, indica alto capital psicológico. Según los autores, los docentes con alto capital psicológico tienen impacto positivo en la institución educativa, en los trabajadores y en los estudiantes.

En Ecuador, Ramírez y Ortega (2021) investigaron el capital psicológico de 100 docentes, utilizando el cuestionario Psychological Capital Questionnaire (PCQ). Los resultados evidencian como valor medio 36,7 en autoeficacia, 31,2 en optimismo, 36,3 en esperanza y 33 en resiliencia, con promedio total de 137,2 en capital psicológico. Las cifras demuestran que el capital psicológico incrementa por el apoyo social percibido por el personal docente. Los investigadores destacaron la importancia del capital psicológico en el desarrollo del clima organizacional, lo que sugiere la importancia para mejorar la eficacia - eficiencia de los trabajadores.

1.3.3.2. Satisfacción Laboral. Menghi y Oros (2019) analizaron la satisfacción laboral en 229 profesores de educación primaria en Argentina. En promedio la satisfacción laboral fue de 4,47 en satisfacción extrínseca y 3,74 en satisfacción intrínseca. Los resultados indican que la mayoría del personal docente se encuentra satisfecho con el rol que desempeña y se siente conforme con el ambiente laboral de la institución educativa. El alto nivel de satisfacción laboral refleja la capacidad de los docentes para enfrentar las dificultades de la labor.

Albarracín et al. (2019) investigaron la satisfacción laboral en 46 docentes universitarios de instituciones privadas en Lima, Perú. La media de satisfacción extrínseca fue de 56,63 y de intrínseca fue de 48. Se concluye que los niveles bajos de satisfacción laboral se relacionan con niveles elevados de síndrome de Burnout, lo que genera percepción desfavorable del trabajo.

Fajardo (2022) analizó la satisfacción laboral de docentes de educación básica en Napo, Ecuador. Contó con la participación de 80 participantes, la media de satisfacción laboral extrínseca fue de 65,26, mientras que la media de satisfacción laboral intrínseca fue de 50,35. El principal hallazgo fue que a mayores niveles de agotamiento emocional, menores eran los niveles de satisfacción laboral.

Las investigaciones realizadas reflejan las implicaciones del capital psicológico y la satisfacción laboral en relación con el estrés, las condiciones laborales precarias y el síndrome de burnout. Cuando el individuo dispone de herramientas que le permiten desenvolverse de manera adecuada en la institución educativa, la organización ofrece una mejor calidad de educación.

Capítulo dos Metodología

2.1. Objetivos

2.1.1. General

Determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos en el sector público y privado de la ciudad de Catamayo durante el año 2023

2.1.2. Específicos

- Determinar la prevalencia de las variables de salud mental (ansiedad, depresión, estrés) en docentes del sector público y privado de la ciudad de Catamayo durante el año 2023.
- Identificar el capital psicológico en docentes del sector público y privado de la ciudad de Catamayo durante el año 2023.
- Determinar la satisfacción laboral en docentes del sector público y privado de la ciudad de Catamayo durante el año 2023.

2.2. Preguntas de investigación

- ¿Cuál es el estado de salud mental (estrés, ansiedad y depresión) de los docentes del sector público y privado de la ciudad de Catamayo durante el año 2023?
- ¿Cuáles son los niveles del capital psicológico de los docentes del sector público y privado de la ciudad de Catamayo durante el año 2023, con base en las dimensiones de autoeficacia, esperanza, resiliencia y optimismo?
- ¿Cuál es el nivel de satisfacción laboral de los docentes del sector público y privado de la ciudad de Catamayo durante el año 2023?

2.3. Enfoque, tipo y diseño de investigación

2.3.1. Enfoque

El enfoque del estudio es cuantitativo, es de tipo no experimental y el diseño es transversal – descriptivo. De acuerdo con Sánchez (2019) el enfoque cuantitativo analiza fenómenos medibles con la aplicación de métodos estrictos de cuantificación, análisis e

interpretación que implican instrumentos de análisis, explicación y predicción; entre los que se distinguen técnicas estadísticas.

En efecto, en la investigación se aplicaron cuestionarios para medir el estado de salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en docentes del sector público y privado de la ciudad de Catamayo. Por consiguiente, se utilizan técnicas de estadística descriptiva para identificar las particularidades de la muestra.

2.3.2. Tipo

La investigación es de tipo no experimental, que se caracterizan por no manipular las variables de análisis de forma deliberada o intencional, se observan tal como se desarrollan en el entorno natural en el que se desarrollan, por lo que se analizan situaciones existentes en el que no se controlan las variables (Castro et al., 2022).

En el estudio se analizó la prevalencia de afectaciones del estado de salud mental, el capital psicológico y la satisfacción laboral en docentes, información que se recabo de forma directa de los profesores y por consiguiente se detallan los principales hallazgos, no se realizó ningún tipo de modificación de los datos expuestos, ni se interfirió en las respuestas, por tal razón fue de tipo no experimental.

2.3.3. Diseño

2.3.3.1. Transversal. Según Manterola et al. (2023), los estudios de cohorte transversal son de naturaleza observacional y se enfocan en examinar prevalencias, establecer relaciones entre variables, explorar factores causales o describir las características de una población en un lugar y momento específicos. Estos estudios no requieren seguimientos a largo plazo, ni miradas retrospectivas o prospectivas. De acuerdo con Cvetkovic et al. (2021), los estudios transversales presentan ventajas tales como economía, rapidez y facilidad en el acceso a los datos, además de permitir el cálculo de resultados en un único punto temporal.

En el contexto de la presente investigación, la recopilación de datos de docentes de la ciudad de Catamayo se llevó a cabo desde el 28 de abril de 2023 hasta el 30 de mayo de 2023.

2.3.3.2. Descriptiva. La investigación de alcance descriptivo se centra en la exposición de un fenómeno o situación particular, con el propósito de comprender sus características Condori (2020). Este tipo de enfoque proporciona información detallada sobre el fenómeno bajo estudio y permite determinar su presencia o ausencia en un grupo de individuos. como argumenta Ramos (2020) si bien los investigadores pueden formular hipótesis, estas no son un componente esencial en los estudios descriptivos.

La presente investigación se clasifica como descriptiva de alcance transversal, ya que la información recopilada de los docentes se basa en un único momento y el estudio se centra en analizar los resultados obtenidos de la aplicación de todos los instrumentos. El propósito principal es comprender el estado de la salud mental, el capital psicológico y la satisfacción laboral de los docentes, junto con sus datos sociodemográficos. No se busca investigar factores explicativos, relaciones causales o asociaciones, sino más bien obtener una visión general de la situación en un momento específico.

2.4. Población y muestra

2.4.1. Muestra participante

El tipo de muestreo utilizado es el accesibilidad-accidental no probabilístico, se desarrolla de manera causal, implica buscar el medio idóneo para la investigación, en función de los objetivos planteados (Ramírez et al., 2019). En este sentido, se realizaron 43 encuestas como muestra recolectora, de las cuales se procesaron 40. De la muestra procesada, se obtuvieron las siguientes características sociodemográficas y laborales del personal docente: la edad promedio de los docentes de la muestra es de 41 años, con máximo de 61 años. El 60% de los docentes son de género femenino, el 37,5% son hombres y el 2,5% manifiesta

ser de otro género. En cuanto al estado civil el 47,5% son solteros, el 45% casados y el 7,5% viudos.

En lo que respecta a las características laborales de los docentes de la muestra, la mayoría (95%) trabajan a tiempo completo, el porcentaje restante (5%) a tiempo parcial. En promedio cuentan con 15 años de experiencia laboral. El 75% labora en el ámbito público y el 25% en el privado. Al día en promedio laboran 8 horas, de acuerdo a lo establecido en la ley.

2.4.2. Criterios de inclusión / exclusión

Criterios de inclusión

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

Criterios de exclusión

- No encontrarse laborando en la institución
- No aceptar participar en el presente estudio, mediante la aceptación del consentimiento informado.
- Estar menos de 1 año laborando dentro de la institución pública o privada.
- No ser un profesional cualificado (no contar con un título de tercer nivel o superior)

2.5. Instrumentos de recogida de información

En el siguiente ítem se describen los instrumentos aplicados a los docentes para evidenciar datos sociodemográficos, el estado emocional, el capital social y la satisfacción laboral.

2.5.1. Cuestionario Ad Hoc sociodemográfico y laboral

El cuestionario se centra en recopilar información sociodemográfica de los profesionales de la muestra. No es un cuestionario estandarizado y consta de ítems que

identificaron datos como edad, género y estado civil, así como información laboral que involucra incluyéndola jornada de trabajo, experiencia y ámbito de trabajo.

2.5.2. Escalas de depresión, ansiedad y estrés (DASS-21)

La escala de Depresión, Ansiedad y Estrés, conocida como DASS-21, fue creada por los autores Lovibond y Lovibond con el propósito de determinar la prevalencia de depresión, ansiedad y estrés. Al inicio, constaba de 42 preguntas, pero se disminuyó a 21 ítems, por lo que se denomina DASS-21, consta de tres escalas de autorrespuesta, que son características de modelo tripartita de la emoción: 1) La escala de depresión se evalúa a través de una baja afectividad relacionada con los estados de ánimo, 2) la ansiedad se centra en molestias psicofisiológicas como la tensión y el pánico, 3) el estrés se relaciona con síntomas de tensión, activación e irritabilidad (Colchado, 2023)

Los ítems se presentan en una escala Likert con un rango de respuesta de 0 "no me ha ocurrido" a 3 "me ha ocurrido mucho" en referencia a la última semana. Cada subescala consta de 7 ítems que forman 4 niveles de severidad y frecuencia (Orellana y Orellana, 2021). Para realizar el diagnóstico, se calcula el puntaje total sumando los ítems pertenecientes a las escalas, con valores que oscilan entre 0 y 21 puntos.

Las dimensiones muestran alta consistencia interna ($\alpha \geq 0,88$), lo que respalda la validez del contenido. Además, el análisis factorial demuestra la validez del constructo y la varianza en diferentes grupos etarios. Las escalas de depresión tienen un coeficiente alfa de 0,87 - 0,88, mientras que la de ansiedad tiene un coeficiente alfa de 0,79 – 0,80 y la de estrés de 0,82 a 0,83. Sin embargo, es importante señalar que existen puntos de corte en las escalas que pueden variar en grupos específicos con diferencias culturales en relación a la población de estudio.

En el contexto latinoamericano del DASS-21, Contreras et al. (2021) evidenció la validez, fiabilidad y equidad del instrumento. Participaron 731 adolescentes estudiantes de edades comprendidas entre 14 y 17 años. El estudio confirma que la ansiedad y estrés ($\alpha \geq$

0,88) y la depresión ($\alpha \geq 0,91$) finalmente recalcan un coeficiente Alfa Cronbach $\alpha \geq 0,80$ en las tres escalas.

2.5.3. PCQ-24 de capital psicológico

El PCQ-24 es el principal instrumento para evaluar el capital psicológico en contextos regulares. El instrumento consta de 24 ítems y fue desarrollado por primera vez por Luthans y otros autores en 2007, evalúa cuatro dimensiones del constructo: autoeficacia, resiliencia, esperanza y optimismo, que se relacionan con el desarrollo, el cambio y la gestión positiva. La escala Likert muestra 6 opciones de respuesta, que van desde 1 "totalmente en desacuerdo" hasta 6 "totalmente de acuerdo". Según Ocampo y Mansanillas (2022) y Silva (2022), el coeficiente Alfa de Cronbach varía entre 0,66 y 0,89.

Según Silva (2022), el capital psicológico se considera un elemento central de positividad que cumple con criterios conductuales que influyen en el desarrollo humano. El instrumento está vinculado a habilidades, conocimientos y recursos que influyen en el desarrollo individual, especialmente en el ámbito laboral. Es importante destacar que el cuestionario fue modificado en función de varios ítems adaptados, pero mantiene la consistencia, confiabilidad y estabilidad para la aplicación.

Tashima et al. (2020) llevaron a cabo un estudio de adaptación brasileña del PCQ-24, que demostró validez a través de la participación de 749 trabajadores. El estudio evaluó la satisfacción del ajuste estructural y obtuvo un coeficiente Alfa de Cronbach de 0,92 y confiabilidad de 0,08.

2.5.4. Escala de satisfacción laboral:

La escala de satisfacción laboral, desarrollada por Peter Warr, John Cook y Toby Wall en 1979, fue adaptada al español por Pérez, Bilbao y Fidalgo en 1996. Álvarez et al, (2023) analizaron la satisfacción laboral en las PyMEs de Tuxpan Veracruz a 25 trabajadores del cual se destaca coeficiente Alfa de Cronbach de ($\alpha = 0,906$) Se fundamenta en la teoría de Herzberg, que distingue entre factores higiénicos (extrínsecos) y motivacionales (intrínsecos) en relación a la satisfacción laboral. La escala bidimensional mide la satisfacción laboral, al

abordar factores intrínsecos como extrínsecos, se compone de 15 ítems distribuidos en dos dimensiones.

La escala Likert contiene afirmaciones que varían en función del grado de satisfacción, desde "muy insatisfecho" hasta "muy satisfecho". La puntuación total más alta se obtiene en la satisfacción general, que oscila entre 15 y 105, mientras que la satisfacción extrínseca e intrínseca ostenta valores que varían entre 8 y 56 y entre 7 y 49, respectivamente.

2.6. Procedimiento

A continuación se describen tres fases del proceso investigativo que se llevó a cabo para el cumplimiento de objetivos de la investigación:

2.6.1. Fase 1

El documento inicio con el desarrolló del marco teórico, mediante la búsqueda en fuentes confiables como: Google académico, bibliotecas virtuales (scielo, sciencedirect, Pubmed), se realizó la discriminación de datos mediante la elección de fuentes con antigüedad no mayor a 5 años. El abordaje del fundamento teórico inició con la conceptualización, etiología de salud mental y variables asociadas como: ansiedad, depresión, estrés. Luego con las repercusiones de las variables de la salud mental e investigaciones previas, de ansiedad, depresión y estrés de los docentes a nivel mundial, Latinoamérica, Ecuador. Por último, se desarrolló el concepto y etiología de las variables de capital psicológico - satisfacción laboral; que incluyó investigaciones previas en el contexto internacional, en Latinoamérica y de Ecuador.

2.6.2. Fase 2

La naturaleza de los datos a recolectar requirió de investigación de campo para evidenciar la prevalencia de afectaciones de la salud mental, el capital psicológico y satisfacción laboral de los docentes. Como primer punto se identificó las posibles instituciones educativas para aplicar instrumentos de recolección de información. Luego, se contactó con las autoridades de las instituciones para obtener la autorización, a quienes se entregaron de oficios con la explicación del alcance de la participación de los docentes.

Con la debida autorización y aprobación de los oficios firmados, se contactaron a los docentes de cada institución para explicar el tema de investigación, los objetivos a conseguir y los instrumentos de recogida de información que se aplicarían, así como el aporte teórico que representa la investigación para el desarrollo de programas de prevención de la salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en cada institución educativa. Se proporcionaron cuestionarios de forma online mediante enlace y código de identificación.

2.6.3. Fase 3

Para culminar se analizó de la base de datos, mediante la depuración tomando en cuenta los criterios de exclusión, dicho procedimiento de datos y análisis se llevó a efecto mediante el software: Paquete estadístico para las ciencias sociales (SPSS). Para las variables socio demográficas y laborales, se utilizaron frecuencias y porcentajes, mientras que para la descripción de cada variable se utilizó análisis descriptivo de la muestra mediante medias y desviaciones típicas.

Capítulo tres

Resultados

2.1. Análisis de resultados

A continuación se presentan los resultados sobre la prevalencia de las variables de salud mental: ansiedad, depresión y estrés en docentes del sector público y privado de la ciudad de Catamayo durante el año 2023.

Tabla 1

Percepción de salud mental de docentes

		N	%
Estrés	Leve	37	92,5%
	Moderado	1	2,5%
	Severo	2	5%
Ansiedad	Leve	32	80%
	Moderado	3	7,5%
	Severo	5	12,5%
Depresión	Leve	36	90%
	Moderado	2	5%
	Severo	2	5%

Nota. N =Frecuencia; %=Porcentaje

En la tabla 1 se muestra que la mayoría de los docentes de la muestra de estudio presentan niveles severos de estrés (5%), ansiedad (12.5%) y depresión (5%). Pese a que los porcentajes no son significantes estadísticamente, estos tienen relevancia y requieren atención prioritaria a los docentes, debido a la dificultad o imposibilidad de ejercer el rol de educadores bajo estas condiciones. Así mismo, se evidencian niveles moderados de estrés (2.5%), ansiedad (7.5%) y depresión (5%) porcentajes que pueden ascender a niveles severos. Los docentes con los niveles moderados de ansiedad, depresión y estrés tienen afecciones en su calidad de vida, que gradualmente afecta el desenvolvimiento personal y profesional. En lo que respecta el nivel leve, resalta en los resultados, el estrés (92.5%), ansiedad (80%) y depresión (90%) evidenciando que las variables de salud mental en la muestra es leve y no imposibilitan el correcto manejo de su vida diaria, ejerciendo de manera positiva sus responsabilidades, con la prevalencia de una educación eficaz.

Tabla 2*Capital psicológico en docentes*

	M	DT	Máx.	Mín.
Eficacia	34,62	6,69	42,00	11,00
Esperanza	36,12	6,54	42,00	14,00
Resiliencia	33,05	5,62	42,00	16,00
Optimismo	31,17	4,57	42,00	18,00
Capital psicológico	136,47	23,67	168,00	52,00

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

La tabla 2 muestra las cuatro dimensiones del capital psicológico evaluadas mediante el instrumento PCQ-24 en los docentes encuestados. Se identifica la media de las cuatro dimensiones de capital psicológico. La dimensión que resalta en las encuestas es la esperanza con una media de 36.12 indicando que los docentes se sienten impulsados a alcanzar las metas mediante la utilización de estrategias para su desempeño óptimo; de la misma forma, resalta la eficacia con una media de 34.62, interpretándose que los docentes cuentan con un empoderamiento para lograr sus propósitos profesionales. En cuanto a la dimensión de resiliencia una media de 33.05, mostrando que la mayoría se divisa una adaptabilidad en la adversidad y una media de 31.17 en optimismo señalando que los docentes se desempeñen con una visión positiva en su rol de educadores.

(31,17).

Tabla 3*Satisfacción laboral en docentes*

	M	DT	Máx.	Mín.
Satisfacción intrínseca	38,22	7,69	49,00	12,00
Satisfacción extrínseca	36,85	7,68	49,00	15,00
Satisfacción general	75,07	15,10	97,00	27,00

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

En la tabla 3 se destaca la puntuación más alta en la dimensión de satisfacción intrínseca, con una media de 38,22, refiriendo que la mayoría de los docentes tienen una

sensación de gratificación interna sin necesidad de motivaciones externas. Frente al promedio de la satisfacción extrínseca de 36,85; Mostrando una diferencia mínima entre las satisfacciones en los docentes de Catamayo, los resultados son alentadores en cuanto la percepción de satisfacción de la actividad docente, la interacción con los estudiantes, colegas y autoridades

3.2. Discusión

En el siguiente apartado se abordan los principales hallazgos en torno a cada objetivo y pregunta de investigación planteada, por consiguiente se compara con otros estudios relacionados. Así, en lo referente al primer objetivo que implicaba determinar la prevalencia de las variables de salud mental (ansiedad, depresión, estrés) en docentes del sector público y privado de la ciudad de Catamayo durante el año 2023 se determinó que la mayoría de los docentes de la muestra analizada presentan síntomas leves de estrés, depresión y ansiedad.

En este sentido, la respuesta a la pregunta de investigación ¿Cuál es el estado de salud mental (estrés, ansiedad y depresión) de los docentes del sector público y privado de la ciudad de Catamayo durante el año 2023?, implicaría que el estado de salud mental de gran parte de la muestra de docentes que laboran en instituciones públicas y privadas de Catamayo presentan niveles leves de afectación de salud mental.

Al respecto, Pérez et al. (2021) sostiene que el entorno laboral propicia el deterioro del estado de salud mental de los trabajadores, pero, debido a la capacidad de adaptabilidad del ser humano, desarrolla estrategias de afrontamiento que mitigan situaciones que generen estrés, depresión o ansiedad. Sin perjuicio de lo expuesto, Matabanchoy et al. (2020) manifiesta que a pesar de que entre los docentes se presenten porcentajes poco significativo de empleados que no indiquen niveles altos o severos de estrés, se debería brindar atención inmediata.

Para el análisis es importante desagregar los resultados por cada variable de estado de salud mental. En cuanto al estrés, de la muestra de 40 docentes de Catamayo el 92,5% tiene síntomas leves, el 2,5% moderados y el 5% severo. Los resultados concuerdan con la

investigación de Lima y La Torre, (2023), quienes en una muestra de 258 docentes evidenció que el 74% presentó niveles de estrés entre normales y leves, el 10% moderado, el 11% severo y el 5% extremadamente severo. Pero difieren del estudio de Medina (2019) quien evidenció que el 40,99% presentó niveles de estrés entre normales y leves, el 39,34% moderado, y el 19,67% niveles severos.

La comparación del nivel de estrés experimentado por los docentes de la ciudad de Catamayo con investigaciones previas se destacar que menos del 5% presenta niveles de estrés severo. En consideración de que el estrés se desarrolla debido a la interacción entre individuo y el entorno, donde el entorno presenta desafíos o demandas. Según Muñoz et al. (2020) para hacer frente a los desafíos del entorno demandas, el individuo implementa estrategias de afrontamiento. Se infiere que los docentes de la muestra aplicarían estrategias de afrontamiento efectivas.

En lo que respecta a la ansiedad, se evidenció que el 80% de los docentes de Catamayo tiene síntomas leves, el 12,5% presenta síntomas severos y el 7,5% moderados. Los resultados concuerdan con los hallazgos de Delgado y Quezada (2023), quienes identificaron que el 58,7% no presentó ansiedad, el 6,5% de los docentes desarrollaron ansiedad leve, el 22,8% moderada, el 3,3% ansiedad severa y el 8,7% extremadamente severa. Otra investigación a resaltar es la de Guerrero y Granizo (2022) donde el 63% de los docentes síntomas bajos o medios de ansiedad, el 21% ansiedad alta y el 15,15% ansiedad muy alta.

Es importante hacer referencia al porcentaje de docentes que presentan ansiedad severa, que si bien no representa la mayoría (12,5%), indica indicios de la existencia de docentes que con frecuencia presentan preocupaciones excesivos y persistentes, a criterio de Noroña (2022), afecta la cognición del individuo que lo padece, incluso genera distorsiones de la percepción de la realidad, que en general afecta el bienestar psicológico.

Al comparar los resultados se evidencia que los niveles de ansiedad que se identifican en la investigación se encuentran tasas de ansiedad menor. Sin perjuicio de lo mencionado,

el porcentaje de ansiedad en los docentes que fueron parte del estudio, es la afectación de salud mental que en grado severo (ansiedad severa 12,5%, estrés severo 5% y depresión severo 5%) mayor porcentaje de docentes lo padecieron, de tal manera que es importante orientar acciones para mitigar la angustia - preocupación extrema que experimentan los profesionales, para ello es relevante identificar las causas para la atención inmediata.

En la misma línea de afectaciones de la salud mental que se analizó en los docentes del sector público y privado de la ciudad de Catamayo se identificó que el 90% tiene síntomas de depresión leve, el 5% de profesores presentan depresión moderada y el 5% depresión severa. La prevalencia de depresión en la muestra de estudio concuerda con la investigación de Filippesen y Marín (2020) quien analizó una muestra de 62 docentes, en el que el 83,9% presentó síntomas entre normales y leves de depresión, el 9,7% síntomas moderados y el 6,5% entre severo y extremadamente severo. De igual manera, Mendes et al. (2020) quienes en una muestra de 163 docentes, el 74,8% presentó niveles de depresión mínimos, el 17,2% normales, el 7,4% moderado y el 0,6% severo.

Con ello la tasa de prevalencia de síntomas de depresión moderada o severa de los docentes en la ciudad de Catamayo en el ámbito público y privado es igual en comparación con otras muestras de estudios, se concibe como indicador de dificultades educativas. En consideración, de que la falta de atención a los síntomas de depresión de acuerdo con Cova (2021) conlleva problemas crónicos de salud mental, debido a que con el paso del tiempo los síntomas no disminuyen, sino que se acentúan, influyen en la calidad de vida de forma progresiva y en la productividad laboral. En este sentido, se reflexiona sobre la importancia del apoyo social en los centros educativos de la ciudad de Catamayo para establecer estrategias de afrontamiento emocional.

En lo que respecta al segundo objetivo específico de la investigación que implicó Identificar el capital psicológico en docentes del sector público y privado de la ciudad de Catamayo durante el año 2023. Los hallazgos de la investigación muestran que la dimensión de capital psicológico que mayor puntuación obtuvieron los docentes fue en esperanza

(36,62), en comparación con la dimensión de eficacia (34,62), resiliencia (33,05) y optimismo (31,17). Al respecto, Cuadra et al. (2019) afirma que los empleados que mantienen un nivel elevado de esperanza se sienten impulsados a alcanzar las metas mediante la elaboración de estrategias para conseguir lo que desean. Asimismo, en caso de que estos planes no se materialicen, tienen la capacidad de crear alternativas.

La segunda dimensión de capital psicológico que mayor puntaje obtuvieron los docentes del sector público y privado de Catamayo fue eficacia, los resultados difieren de la investigación de Giancaspro et al. (2022), quienes encontraron a la eficacia como dimensión mejor puntuada con 23,65, esperanza con 22,53, resiliencia 23,11 y optimismo 21,91, lo que Según los autores, los docentes con alto capital psicológico tienen impacto positivo en la institución educativa, en los trabajadores y en los estudiantes.

A criterio Carmona et al. (2019) la eficacia es clave en la toma de decisiones y en la manera en que las personas enfrentan diversas situaciones, en tanto que influye en la elección de comportamientos al evitar situaciones percibidas como desafiantes y elegir aquellas que se sienten capaces de dominar. Lo anterior se traduce que bajo nivel de eficacia como parte de capital psicológico implicaría que el docente desista de cumplir las metas, mientras que altos niveles de eficacia generan mayor persistencia (Freire et al., 2022).

La tercera dimensión como parte del capital psicológico de los docentes de Catamayo fue la resiliencia. Los resultados difieren con la investigación de Ramírez y Ortega (2021) en Ecuador que investigó el capital psicológico de 100 docentes, utilizando el cuestionario Psychological Capital Questionnaire (PCQ). Los resultados evidencian como valor medio 36,7 en autoeficacia, 31,2 en optimismo, 36,3 en esperanza y 33 en resiliencia, con promedio total de 137,2 en capital psicológico. Las cifras demuestran que el capital psicológico incrementa por el apoyo social percibido por el personal docente. Tellez et al. (2022) Establece la poca capacidad de que se convierta en un factor frente a los riesgos psicosociales que se enfrentan los docentes.

Al respecto, Hernández et al. (2022) sostienen que los trabajadores con niveles bajos de resiliencia tienen menor desempeño en entornos laborales inestables, donde se distingue el sector educativo, a razón de que tienen poca capacidad para recuperarse de tensiones inherentes a situaciones complejas, lo que impide que mantengan rendimiento consistente o adaptabilidad a situaciones cambiantes.

La dimensión de capital psicológico de los docentes de Catamayo menor puntuada fue optimismo. En lo concerniente a la falta de optimismo en el entorno laboral como parte del capital psicológico, Carmon et al. (2019) manifiesta que los docentes que no mantienen perspectivas positivas presentan dificultades para abordar desafíos de manera eficaz, incluso afecta el ambiente en el aula porque influyen mentalidad pesimista entre los estudiantes, quienes presentan conflictos para enfrentar desafíos académicos o situaciones estresantes.

En tanto que, la pregunta de investigación en torno al capital psicológico que planteaba ¿Cuáles son los niveles del capital psicológico de los docentes del sector público y privado de la ciudad de Catamayo durante el año 2023, con base en las dimensiones de autoeficacia, esperanza, resiliencia y optimismo?, se evidenció en función de los valores de cada dimensión en promedio el capital psicológico de los docentes de la muestra fue de 136,47.

Con los datos se muestra que la dimensión de capital psicológico que mayor desarrollo presentan los docentes es la esperanza, que se traduce en la confianza en la capacidad para enfrentar situaciones difíciles, superar obstáculos y alcanzar metas desafiantes (Schönfeld y Mesurado, 2020). Se concibe como factor motivador, porque predispone al individuo a esforzarse al máximo para lograr el éxito.

En cuanto al tercer objetivo específico de la investigación que planteo determinar la satisfacción laboral en docentes del sector público y privado de la ciudad de Catamayo durante el año 2023. Los docentes evaluados presentan puntuación más alta en la dimensión de satisfacción intrínseca con una media de 38,22, frente al promedio de la satisfacción extrínseca de 36,85. Por tanto, al abordar la pregunta de investigación ¿Cuál es el nivel de

satisfacción laboral de los docentes del sector público y privado de la ciudad de Catamayo durante el año 2023?, en general es de 75,07.

En este sentido, la mayor satisfacción laboral que obtienen los docentes de la ciudad de Catamayo es intrínseca, al contrario que en el estudio de Fajardo (2022) que analizó la satisfacción laboral de 80 docentes de educación básica en Napo, Ecuador, la media de satisfacción laboral extrínseca fue de 65,26, mientras que la media de satisfacción laboral intrínseca fue de 50,35. El principal hallazgo fue que a mayores niveles de agotamiento emocional, menores eran los niveles de satisfacción laboral. Díaz et al. (2020) Identificaron que la mayoría de los trabajadores se sienten muy satisfechos con las características extrínsecas del trabajo como cualidades del equipo de trabajo, asistencia social y el equipo directivo.

En contraposición con las características de la satisfacción intrínseca que según Carracedo y Aguilera (2021) enfatiza elementos que impulsan la motivación de los empleados mediante el aumento en la significancia de las tareas que realizan, que incluye factores como el reconocimiento por el desempeño destacado, la posibilidad de asumir responsabilidades y avanzar en la carrera profesional dentro de la empresa.

En menor medida los docentes de Catamayo tienen satisfacción laboral extrínseca, los resultados concuerdan con los hallazgos de Valdivia et al. (2023) dado que en promedio la satisfacción intrínseca positiva fue del 81,8, frente al 67,5 de satisfacción extrínseca, porque otorgan mayor importancia a los elementos que fomentan la lealtad y la conexión emocional con el entorno laboral, al apreciar la capacidad de armonizar las metas personales con las de la institución educativa.

Además, valoran las condiciones propicias para realizar la labor docente, tales como equipamiento adecuado, remuneración justa, estabilidad en el empleo y horarios laborales adecuados. Por tanto, los resultados sugieren que los docentes presentan mayor satisfacción intrínseca que extrínseca, se infiere que valoran más la propia actividad docente, la

enseñanza - interacción con los estudiantes, que los aspectos tangibles o recompensas externas, como el salario o el reconocimiento (Castañeda y Sánchez, 2022).

Conclusiones

El principal aporte de la investigación fue la identificación de la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y satisfacción laboral en docentes de la ciudad de Catamayo durante el año 2023, a partir de ello se establecen las siguientes conclusiones:

Con respecto al primero objetivo específico relacionado con el estado de salud mental de los docentes de la ciudad de Catamayo, se aprecia los niveles severos de estrés (5%), ansiedad (12.5%) y depresión (5%). Pese a que los porcentajes no son significantes estadísticamente, estos tienen relevancia y requieren atención prioritaria a los docentes, debido a la dificultad o imposibilidad de ejercer el rol de educadores bajo estas condiciones. Así mismo, se evidencian niveles moderados de estrés (2.5%), ansiedad (7.5%) y depresión (5%) porcentajes que pueden ascender a niveles severos. Los docentes con los niveles moderados de ansiedad, depresión y estrés tienen afecciones en su calidad de vida, que gradualmente afecta el desenvolvimiento personal y profesional. En lo que respecta el nivel leve, resalta en los resultados, el estrés (92.5%), ansiedad (80%) y depresión (90%) evidenciando que las variables de salud mental en la muestra es leve y no imposibilitan el correcto manejo de su vida diaria, ejerciendo de manera positiva sus responsabilidades, con la prevalencia de una educación eficaz.

En lo referente al objetivo específico dos sobre el capital psicológico que poseen los docentes encuestados, se identifica la media de las cuatro dimensiones de capital psicológico. La dimensión que resalta en las encuestas es la esperanza con una media de 36.12 indicando que los docentes se sienten impulsados a alcanzar las metas mediante la utilización de estrategias para su desempeño óptimo; de la misma forma, resalta la eficacia con una media de 34.62, interpretándose que los docentes cuentan con un empoderamiento para lograr sus propósitos profesionales. En cuanto a la dimensión de resiliencia una media de 33.05, mostrando que la mayoría se divide una adaptabilidad en la adversidad y una media de 31.17 en optimismo señalando que los docentes se desempeñan con una visión positiva en su rol de educadores.

En cuanto al último objetivo de la satisfacción laboral de los docentes de la ciudad de Catamayo, se destaca la puntuación más alta en la dimensión de satisfacción intrínseca, con una media de 38,22, refiriendo que la mayoría de los docentes tienen una sensación de gratificación interna sin necesidad de motivaciones externas. Frente al promedio de la satisfacción extrínseca de 36,85; Mostrando una diferencia mínima entre las satisfacciones en los docentes de Catamayo, los resultados son alentadores en cuanto la percepción de satisfacción de la actividad docente, la interacción con los estudiantes, colegas y autoridades.

Recomendaciones

En consideración de las conclusiones establecidas se plantean las siguientes recomendaciones:

A los docentes que presentan síntomas leves en trastornos de salud mental se recomienda priorizar el autocuidado en el que incluyan prácticas de relajación, así como establecer actividades que produzcan satisfacción, considerando horas de sueño adecuadas. En este caso la institución educativa puede intervenir con acciones preventivas psicoeducativas para fomentar estrategias de afrontamiento frente a la demanda laboral, con ello brindar acceso a recursos de salud mental como asesoramiento o programas de bienestar.

En cuanto a los docentes con síntomas moderados se sugiere que busquen ayuda con profesionales de la salud mental, con el objetivo de prevenir la progresión de los síntomas, utilizando estrategias específicas que contribuyan a gestionar el estrés, la ansiedad y depresión. En este caso, se recomienda a la unidad educativa, en coordinación con el Ministerio de Educación, implementar programas de apoyo grupal, para que entre los docentes compartan experiencias y en conjunto establezcan estrategias efectivas para el afrontamiento de los niveles moderados.

En cambio, para los docentes que presentan síntomas severos de estrés, depresión y ansiedad que requieren de intervención profesional inmediata, a nivel individual se recomienda buscar especialista en psicología para que realice una evaluación detallada e intervención personalizada, en el que se incluya técnicas terapéuticas con los profesionales psicólogos.

En consideración de la baja puntuación en optimismo y resiliencia. En cuanto a la resiliencia se recomienda implementar talleres, así como la promoción de la creación de redes de apoyo entre pares, para facilitar el intercambio de estrategias que permitan afrontar desafíos de forma efectiva. Y para el optimismo, se sugiere implementar actividades que generen experiencias orientadas a la celebración de pequeños logros, con objetivos

alcanzables, que en conjunto permitan incrementar el nivel de optimismo. Tanto en la resiliencia como el optimismo es importante que la institución educativa aborde necesidades individuales que pueden presentar los docentes.

Dado que la satisfacción intrínseca es mayor en los docentes, es importante que la unidad educativa mantenga la motivación y las buenas relaciones entre colegas, estudiantes, y directivos, orientados al crecimiento personal y profesional, alimentando la vocación de enseñar. Siendo la satisfacción extrínseca menor, es importante recomendar que las actividades educativas se asocien a incentivos tangibles. De esta forma, la parte intrínseca y extrínseca contribuyen a equilibrar la satisfacción de los docentes y que con ello perciban mayor valoración y motivación en el entorno laboral.

Referencias

- Arias, W., Rivera, R., y Ceballos, K. (agosto de 2017). Análisis psicométrico de la Escala de Satisfacción Laboral de Warr, Cook y Wall en una muestra multiocupacional de Arequipa, Per. *Revista Interacciones*, 79-85.
- Agyapong, B., Obuobi, G., Burbach, L., y Wei, Y. (2022). Stress, Burnout, Anxiety and Depression among Teachers: A Scoping Review. *Int J Environ Res Public Health*, 19(17). <https://doi.org/10.3390/ijerph191710706>
- Álvarez Velázquez, E., Vargas Hernández, A. N., & Martínez Sánchez, C. E. (2023). Job satisfaction measurement scale. *HUMAN REVIEW. International Humanities Review / Revista Internacional De Humanidades*, 17(3), 1–11. <https://doi.org/10.37467/revhuman.v12.4730>
- Alvites, C. (2019). Estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, Norteamérica y Europa. *Propósitos y Representaciones*, 7(3). <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.393>
- Alwwas, M., Alqasem, O., Alhussain, H., y Alqahtani, A. (2023). The Prevalence of Depression and Its Associated Risk Factors Among Government Primary School Teachers in Dammam, Khobar, and Qatif (2019-2021): A Cross-Sectional Study. *Cureus*, 15(3). <https://doi.org/10.7759/cureus.36271>
- Albarracín Chipana, C. Z., Castro Ruiz, E., y Quevedo Quevedo, J. (2019). Síndrome de Burnout y su relación con la satisfacción laboral en docentes del área de inglés de pregrado de una universidad privada de Lima. [Tesis de Maestría en Docencia Universitaria y Gestión Educativa, Escuela de Posgrado de la Universidad Tecnológica del Perú]. Repositorio UTP.
- Basurto, A., Rodríguez, L., Urra, R., y Loor, M. (2020). Reacciones psicosomáticas producidas por el estrés y la salud mental de los docentes universitarios. *Revista de Ciencias Humanísticas y Sociales (ReHuSo)*, 5(3). <https://doi.org/10.33936/rehuso.v5i3.2596>

- Bayona, H., y Guevara, L. (2019). El capital psicológico positivo y su relación con comportamientos discrecionales en trabajadores de Lima, Perú. *Revista Colombiana de Psicología*, 28(1), 49-64.
- Balea Fernandez, F. J. (2019). Depresión mayor y demencia: utilidad de los biomarcadores. Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos, 62-66. <https://accedacris.ulpgc.es/handle/10553/105950>
- Biernat, E., Piątkowska, M., y Rozpara, M. (2022). Is the Prevalence of Low Physical Activity among Teachers Associated with Depression, Anxiety, and Stress? *IJERPH* , 19(14). <https://doi.org/10.3390/ijerph19148868>
- Bayona, H., y Guevara, L. (2019). El capital psicológico positivo y su relación con comportamientos discrecionales en trabajadores de Lima, Perú. *Revista Colombiana de Psicología*, 28(1), 49-64.
- Brenes Espinoza, M. (2019). Relación del nivel de actividad física, depresión, estrés y ansiedad, autoconcepto personal y satisfacción laboral en docentes de secundaria de dos colegios públicos de Heredia. [Tesis de Magister Scientiae, Universidad Nacional de Costa Rica]. Repositorio UNA. bit.ly/3XqJnQp
- Boada Llerena, N. A. (2019). Satisfacción laboral y su relación con el desempeño laboral en una Pyme de servicios de seguridad en el Perú. *Journal of Economics Finance and International Business*, 3(1), 75-103.
- Burgos Angulo, D. J., Rendón Lainez, V., Díaz Nivelá, C. D. L., Cepa Chiriguayo, J. A., Peralta Zuñiga, G. A., y Angulo De León, T. A. (2020). La relajación y estrés laboral en el personal docente: una revisión sistemática. *Lecturas educación física y deportes*, 25(266), 109-123. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i266.1617>
- Castro, J., Gómez, L., y Camargo, E. (2022). La investigación aplicada y el desarrollo experimental en el fortalecimiento de las competencias de la sociedad del siglo XXI. *Tecnura*, 27(75). <https://doi.org/10.14483/22487638.19171>

- Castañeda, L., y Sánchez, A. (2022). Satisfacción laboral y burnout en personal docente. *Revista de Ciencias de la Administración y Economía*, 12(4), 230-246. <https://doi.org/10.17163/ret.n24.2022.03>
- Carracedo, P., y Aguilera, A. (2021). Relación entre satisfacción laboral y clima organizacional: un metaanálisis. *Apuntes de psicología*, 39(1), 27-37.
- Carranco Madrid, S D. P., y Pando Moreno, M.(2019). Metanálisis de los artículos sobre estrés laboral docente en el período 2013 – 2017. *RECIMUNDO*, 3(1), 522-544. [https://doi.org/10.26820/recimundo/3.\(1\).enero.2019.522-544](https://doi.org/10.26820/recimundo/3.(1).enero.2019.522-544)
- Carrilo Cruz, M., Obaco Soto, E., y Ponce Morales, E. (2019). ESTRÉS DOCENTE: CAUSAS Y REPERCUSIONES LABORALES. *Magazine de las Ciencias: Revista de Investigación e Innovación*, 4(4), 145-156. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3605196>
- Cavieres, A., y López-Silva, P. (2021). La depresión como enfermedad: en defensa del modelo biomédico en psiquiatría. *Rev Med Chile*, 149(2), 274-280. <https://doi.org/10.4067/s0034-98872021000200274>
- Carmona, M., Villegas, J., y Marín, M. (2019). El rol de las emociones positivas en el capital psicológico, engagement y desempeño académico: un estudio en el contexto escolar chileno. *Interciencia*, 44(10), 586-592.
- Corea, M. (2021). La depresión y su impacto en la salud pública. *Revista Médica Hondureña*, 89(1). <https://doi.org/10.5377/rmh.v89iSupl.1.12047>
- Cova, F. (2021). ¿Problemas de salud mental o trastornos mentales?: una distinción ilusoria. *Verano*, 1(36), 1-25. <https://doi.org/10.32995/praxispsy.v22i36.173>
- Cáceres Alfaro, W. J., Hermoza Moquillaza, R. V., y Arellano Sacramento, C. (2019). Ansiedad y tratamientos dentales en un hospital de Lima, Perú. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 57(2), 82-87. <https://www.medigraphic.com/pdfs/imss/im-2019/im192f.pdf>

- Calvó, F. E. (2020). PreD: PREVENIR DEPRESIÓN, UN PROGRAMA DE EDUCACIÓN EN SALUD MENTAL: Tesis de Maestría en Psicología Clínica y de la Salud y Terapias Cognitivo-Conductuales. *Difusiones*, 19(19), 10-28. bit.ly/43atW08
- Colchado, E., Chavez, L., & Jeraldine, K. (2023). Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21): evidencias psicométricas en universitarios. *Revista de Investigación Científica en Psicología*, 20(1).
- Contreras, I., Orlando, L., & Valdiviano, C. (2021). Escalas abreviadas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21). *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 8(1), 24-30.
- Corea Del Cid, M. T. (2021). La depresión y su impacto en la salud pública. *Revista médica hondureña*, 89(1), 46-52. <https://doi.org/10.5377/rmh.v89isupl.1.12047>
- Carmon, M., Villegas, J., y Marín, M. (2019). El rol de las emociones positivas en el capital psicológico, engagement y desempeño académico. *Interciencia*, 44(10), 586-592.
- Cueto Escobedo, J. (2020). Estrés y enfermedad mental: la otra epidemia. *Revista Médica de la Universidad Veracruzana*, 19(2), 15-20. bit.ly/3rceBOY
- Cuadra, A., Sjöberg, Ó., Beyle, C., Veloso, C., Leiva, J., Muñoz, C., y Mally, I. (2019). Capital psicológico y su relación con las actitudes deseadas. *Interciencia*, 43(11), 758-762.
- De Sousa Domínguez, M. (2019). El capital psicológico y su importancia en el bienestar de agentes de policía. [Tesis de Máster Universitario en Psicología del Trabajo, Universitat Jaume I]. Repositorio UJI.
- Díaz, I., y De la Iglesia, G. (2019). Ansiedad: Revisión y delimitación conceptual. *Summa psicológica UST*, 16(1). <https://doi.org/10.18774/0719-448x.2019.16.1.393>
- Díaz, M., Martínez, L., García, N., y López, M. (2020). Situación de los profesionales de cirugía pediátrica. *Cir Pediatr*(33), 188-192.
- Dorantes Nova, J. A. (2020). Burnout syndrome and its prevalence in women teachers. *Praxis Investigativa Redie*, 12(23), 14-31. bit.ly/430GdE7

- Espinosa Castro, J. F., Hernández Lalinde, J., Rodríguez, J. E., Maricarmen, C., y Bermúdez Pirela, V. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*, 39(1), 63-69. [bit.ly/3pMwbIP](https://doi.org/10.5281/zenodo.4068398)
- Fajardo Pucha, A. B. (2022). Factores asociados al síndrome de Burnout en docentes de Educación Básica y relación con su satisfacción laboral en la provincia de Napo, Ecuador. [Tesis de Maestría en Investigación Aplicada a la Educación, Universidad de Valladolid]. Repositorio UVA. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/57093>
- Fernández Valera, M. M., Soler Sánchez, M. I., y Meseguer De Pedro, M. (2021). Burnout, salud y capital psicológico: un acercamiento desde la teoría de la conservación de recursos. *Revista iberoamericana de psicología*, 13(3), 181-188. <https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.13311>
- Forootan, T. (2018). Identificación del síndrome del Burnout y su relación con variables sociodemográficas y laborales en una institución pública de Loja-Ecuador. Loja.
- Filippsen, O., y Marín, Á. (2020). School climate and indicators of stress, anxiety, and depression in teachers of private technical high school. *Psicología: Teoría e Práctica*, 22(3), 247-262. <https://doi.org/10.5935/1980-6906/psicologia>
- Freire, C., Ferradás, M., y Núñez, J. (2022). La consecución del funcionamiento psicológico pleno: la dimensión de crecimiento personal. *Papeles del Psicólogo*, 43(1). <https://doi.org/10.23923/pap.psicol.2976>
- García, D., Lalinde, J., Espinosa, J. F., y Soler, M. J. (2020). Salud mental en la adolescencia montevideana: una mirada desde el bienestar psicológico. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(2), 182-190. [bit.ly/46nlpZh](https://doi.org/10.5281/zenodo.4068398)
- García, D., Hernández, J., Espinosa, J., y Soler, M. (2020). Salud mental en la adolescencia montevideana: una mirada desde el bienestar psicológico. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(2), 182-190. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4068398>

- Gawrych, M., Cichon, E., y Hintze, B. (2022). Predictors of teachers' mental health – implications for practice. *Postep Psychiatr Neurol.* , 31(1), 15-24. <https://doi.org/10.5114/ppn.2022.115238>
- Giancaspro, M., Callea, A., y Manuti, A. (2022). "I Like It like That": A Study on the Relationship between Psychological Capital, Work Engagement and Extra-Role Behavior. *Sustainability*, 14. <https://doi.org/10.3390/su14042022>
- Grubaugh, M., Africa, L., y Loresto, F. (2023). Exploring the Relationship Between Psychological Capital and Turnover Among New Nurses. *Nurse Lead.* , 21(3), 409-414. <https://doi.org/10.1016/j.mnl.2023.02.002>
- Guerrero, E., y Granizo, L. (2022). Estrategias de afrontamiento ante el tecnoestrés en doentes de la parroquia rural El Retiro, Machala, Ecuador. *Revista Latinoamericana de ciencias sociales y humanidades*, 4(3), 369. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i3.1082>
- Goñi, E., y Del Moral Barrigüete, C. (2021). Efectos de la ansiedad lingüística ante el aprendizaje del inglés en estudiantes de Magisterio: estudio de caso. *Dedica*, 19, 311-332. <https://doi.org/10.30827/dreh.vi19.21865>
- González Rodríguez, J., y Torre Asenjo, M. (2020). El estrés laboral causa baja. *Ocronos - Editorial Científico-Técnica*. <https://bit.ly/3MMN1it>
- Gutiérrez-Carmona, A., Alday Mondaca, C., Urzúa, A., y Włodarczyk, A. (2020). ¿Puede el optimismo mediar el efecto negativo de la ansiedad rasgo sobre el bienestar psicológico? *Revista Interamericana de Psicología*, 54(2), e916. <https://doi.org/10.30849/ripijp.v54i2.916>
- Hernández Mayhua, I. H., y Velásquez Rondón, S. (2021). Efectos del cuidado espiritual en la ansiedad situacional de pacientes quirúrgicos. *Revista Cubana de Enfermería*, 37(1). bit.ly/46nbBzv

- Hernández, S., Aguilar, M., y Peña, M. (2022). Aportes de la psicología positiva a la creación y soporte de organizaciones saludables: revisión de alcance. *Estudios gerenciales*, 38(163), 250-260.
- Iguasnia, S., y Saquisela, M. (2020). Estrés laboral, causas y consecuencias en los docentes de la Unidad Educativa Fiscal Jaime Roldós Aguilera del Distrito Ximena 2 de la ciudad de Guayaquil. 593 Digital Publisher CEIT, 6(1), 18-28. <https://doi.org/10.33386/593dp.2021.1.408>
- Lemos, M., Calle, G., Roldán, T., Valencia, M., Orejuela, J., y Román, J. (2019). Factores psicosociales asociados al estrés en profesores universitarios colombianos. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 15(1). <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2019.0015.05>
- Lima, V., y La Torre, V. (2023). Competencias digitales, depresión, ansiedad, estrés en docentes de institutos de educación superior de la región Puno, 2022. *Tesis de pregrado*. Universidad César Vallejo.
- Loor, M., y Cevallos, S. (2022). Prevalencia de la depresión en docentes de la Unidad Educativa Particular. *Polo del conocimiento*, 7(6), 1122-1149. <https://doi.org/10.23857/pc.v7i6.4126>
- Macaya, X., Pihan, R., y Parada, B. (2018). Evolución del constructo de Salud Mental desde lo multidisciplinario. *Humanidades médicas*, 18(2), 215-232.
- Matabanchoy, J., Paz, D., Matabanchoy, S., y Jaramilo. (2020). Estrés laboral en docentes de un centro educativo rural de Pasto. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 13(3).
- Menghi, M. S., y Oros, L. B. (2019). Satisfacción laboral y síndrome de burnout en docentes de nivel primario. *Revista de Psicología*, 10(20), 47-59.
- Mesurado, B., y Laudadio, J. (2019). Experiencia profesional, capital psicológico y engagement. Su relación con el burnout en docentes universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 12. <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.327>

- Medina, V. (2019). El estrés y su influencia en la gestión pedagógica de los docentes de las instituciones educativas de nivel primario del distrito de Pomacanchi, provincia de Acomayo – Cusco. *Tesis de grado*. Universidad César Vallejo.
- Mendes, L., Campleo, E., Pinheiro, C., Pires, I., y Vasconcelos, G. (2020). Estrés y depresión en docentes de una institución pública de enseñanza. *Enfermería Global*, 57, 19. <https://doi.org/eglobal.19.1.383201>
- Montoya Vélez, E. L., López Ríos, J. M., Cristancho Marulanda, S., Valencia Franco, M. C., Montero De La Rosa, O. D., y Hernández Holguín, D. M. (2020). Aproximación a la concepción de la salud mental para los pueblos indígenas de Colombia. *Ciênc. saúde coletiva*, 25(3), 1157-1166. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020253.17832018>
- Mora Romero, J. L., y Mariscal Rosado, Z. M. (2019). Correlación entre la satisfacción laboral y desempeño laboral. *Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 100, 1-11. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v31i1.1307>
- Muñoz, C., Correa, C., y Matajudíos, J. (2020). Síndrome de Burnout y estrategias de afrontamiento en. *Revista Espacios*, 41(37).
- Nasio, J.D. (2022). *La depresión es la pérdida de una ilusión* (1era Edición). Paidós. bit.ly/3Wex2hq
- Niño Higuera, R. I., Bravo Paz, X. Y., Ordaz Carrillo, M. I., Santillan Torres, C., y Gallardo Contreras, M. A. (2019). Estrés percibido y estrategias de afrontamiento en el equipo de enfermería: implicaciones para su formación. *Revista de psicología y educación*, 14(2), 157. <https://doi.org/10.23923/rpye2019.02.180>
- Noroña, D. (2022). Autopercepción de la salud laboral en docentes del Instituto Superior Tecnológico Sucre. *ECA Sinergia*, 13(1). https://doi.org/10.33936/eca_sinergia.v13i1.3831
- OMS. (2022). bit.ly/3JA72bA
- OMS. (2022). *World mental health report: transforming mental health for all*. World Health Organization. <https://n9.cl/y0cta>

- Ocampo, K., y Mansanilla Tatiana. (2022). Guía Prácticum 4.1: Trabajo de Integración Curricular-Proyecto de Investigación.
- Orellana, C., y Orellana, L. (2021). Propiedades psicométricas de la Escala abreviada de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21) en adultos salvadoreños. *Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 45-54.
- Orbegoso Villalba, J. A. (2019). Capital psicológico y adaptación a la vida universitaria en estudiantes del I ciclo de la Universidad Señor de Sipán. [Tesis de Maestría en Psicología Educativa, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio UCV. bit.ly/3JzECOE
- Ortiz Guzmán, A. (2020). El estrés laboral: Origen, consecuencias y cómo combatirlo. *Daena: International Journal of Good Conscience*, 15(3), 1-19. bit.ly/3MxgXjU
- Pedraza, N. (2020). El clima y la satisfacción laboral del capital humano: factores diferenciados en organizaciones públicas y privadas. *Innovar*, 30(76). *Innovar*.
- Pelisoló, A. (2019). Trastornos de ansiedad y fóbicos. *EMC - Tratado de Medicina*, 23(2), 1-8. [https://doi.org/10.1016/S1636-5410\(19\)41998-3](https://doi.org/10.1016/S1636-5410(19)41998-3)
- Pérez, L., Mantilla, M., y Muñoz, E. (2021). Perspectivas de la salud mental en el escenario laboral: anatomía de un debate académico. *Revista Cubana de Salud Pública*, 47(4).
- Pérez Bilbao, J., y Fidalgo, M. (2019). Satisfacción laboral: escala general de satisfacción. bit.ly/3XpUMA5
- Ponce de León Ollivier, J. L., y Galeana Figueroa, E. (2019). El Impacto del Capital Psicológico Positivo en la Innovación en las Firmas. *Revista de Gestión Empresarial y Sustentabilidad*, 4(1), 75-91.
- Pujol-Cols, L. J., y Dabos, G. E. (2018). Satisfacción laboral: una revisión de la literatura acerca de sus principales determinantes. *Estudios Gerenciales*, 34(146), 3-18. <https://doi.org/10.18046/j.estger.2018.146.2809>
- Quintero, J., y Sifuentes, E. (2021). La satisfacción laboral en condiciones de trabajo flexible en una empresa de telefonía móvil. *RITI*, 9(19). <https://doi.org/10.36825/RITI.09.19.010>

- Rico, M., y Ponce, A. (2022). El docente del siglo XXI: perspectivas según el rol formativo y profesional. *Revista mexicana de investigación educativa*, 27(93).
- Ramírez, M. R., y Ortega-Jimenez, D. (2021). Capital psicológico y su relación con el apoyo social en docentes de la zona 7 del ecuador. *Pedagogía y literacidad*, 190-2010. bit.ly/3NS6kbS
- Ramírez, M. R., Ontaneda, M. P., y Jiménez, D. O. (2019). Burnout y su relación con rasgos de personalidad en una muestra de médicos del sur de Ecuador. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology.*, 1(2), 261-270.
- Reyes Mejía, V. J. (2020). Vigencia de la Teoría Burocrática de Max Weber y su relación con la satisfacción laboral en una institución pública. Quito, Ecuador. [Tesis de Maestría en Desarrollo de Talento Humano, Universidad Andina Simón Bolívar]. Repositorio UASB. bit.ly/3r6Pm0R
- Romero, V., Núñez, J. C., Freire, C., y Del Mar Ferradás, M. (2023). Funcionamiento psicológico adaptativo y burnout en docentes: implicaciones sobre los procesos instruccionales. *Psychology, society & education*, 15(1), 1-10. <https://doi.org/10.21071/pse.v15i1.15345>
- Sánchez, F. (2019). Fundamentos Epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa: consensos y disensos. *RIDU*, 13(1), 102-122. <https://doi.org/https://doi.org/10.19083/ridu.2019.644>
- Santiago , J., Bernaras, E., y Jaureguizar, J. (2019). Salud mental positiva: del concepto al constructo. Evolución histórica y revisión de teorías. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*(7), 115-121. <https://doi.org/10.19131/rpesm.0256>
- Salinas Ulloa, B. A. (2021). Síntomas psicológicos en el personal docente de la institución, Unidad Educativa Particular “Corazón de María” Oblatas de la ciudad de Cuenca. [Tesis de Maestría en Psicología, Universidad del Azuay]. Repositorio UAzuay. <https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/11071/1/16611.pdf>

- Salazar Marmolejo, L., y Ospina Nieto, Y. (2019). Satisfacción laboral y desempeño. *Revista de investigación en Ciencias Estratégicas*, 6 (1), 47-67. [bit.ly/46pMM64](https://doi.org/10.15446/rice.2019.6.1.47-67)
- Salessi, S. (2020). Capital psicológico, pasión por el trabajo y comportamiento innovador: un estudio exploratorio con docentes santafesinos. *Revista de Psicología*, 19(1), 88-103. <https://doi.org/10.24215/2422572Xe045>
- Santiago, J., Bernaras, E., y Jaureguizar, J. (2020). Salud mental positiva: Del concepto al constructo. Evolución histórica y revisión de teorías. *Revista portuguesa de enfermagem de saúde mental*, (Spe7), 115-121. <https://doi.org/10.19131/rpesm.0256>
- Seijas, V. (2022). Ansiedad y miedo a la muerte en internos de medicina. *Fronteras en Ciencias Sociales y Humanidades*, 1(2), 491-501. [bit.ly/456ZhCY](https://doi.org/10.15446/fch.12345)
- Silva, M. (2022). Consistencia Interna Del Cuestionario (Pcq) Versión Auto-Evaluadora: Análisis De Confiabilidad En El Contexto Ecuatoriano. *Revista ISTE SCIENTIST*, 1(1), 1-19.
- Simbron Espejo, S. F., y Sanabria Boudri, F. M. (2020). Liderazgo directivo, clima organizacional y satisfacción laboral del docente. *Cienciamatria*, 6(1), 59-83. <https://cienciamatriarevista.org.ve/index.php/cm/article/view/295/353>
- Schönfeld, F. S., y Mesurado, B. (2020). Adaptación del Cuestionario de Capital Psicológico al ámbito educativo en una muestra argentina. *Propósitos y Representaciones*, 8(1). <https://doi.org/10.20511/pyr2020.v8n1.315>
- Tashima, D., Fernandes, M., y Dias, M. (2020). Cuestionario de Capital Psicológico (PCQ-24): Evidencias Preliminares de Validez Psicométrica de la Versión Brasileña. *Psico-USF*, 25.
- Tabares, Y., Martínez, V., y Matabonchoy, S. (2020). Síndrome de Burnout en docentes de Latinoamérica: Una revisión sistemática. *Universidad y Salud*, 22(3). <https://doi.org/10.22267/rus.202203.199>

- Tellez, C., Barahona, M., y Tellez, C. (2022). Capital psicologico y satisfacción laboral, tras el retorno a la presencialidad de los profesores en ciencias económicas de una universidad colombiana. *FACE*, 2(2), 51-68.
- Tomás, J. M., De los Santos, S., y Fernández, I. (2019). Satisfacción laboral en el docente dominicano: antecedentes laborales. *Revista Colombiana de Psicología*, 28, 63-76.
<https://doi.org/10.15446/rcp.v28n2.7167>
- Valdez, R., Marin, E., y Torres, M. (2021). Análisis comparativo del marco legal en salud mental y suicidio en México. *Salud pública México*, 63(4), 554-564.
<https://doi.org/10.21149/12310>
- Valdivia, E., González, F., y Arnesto, M. (2023). Motivación y satisfacción laboral de docentes en gastronomía de institutos de Lima. *Revista Venezolana De Gerencia*, 28(9), 316-329. <https://doi.org/10.52080/rvgluz.28.e9.20>
- Varas, I. (2019). Apoyo organizacional percibido y satisfacción laboral en teletrabajadores. [Tesis de Máster en Gestión y Desarrollo en Personas y Equipos en las Organizaciones, Universitat de Barcelona]. Repositorio UB. bit.ly/3JCj97L
- Vizoso, C. (2020). Caracterización del capital psicológico en el profesorado: una revisión sistemática. *Estudios sobre Educación*, 39, 267-295.
<https://doi.org/10.15581/004.39.267-295>
- Zurita, R., Martínez Prats, G., y Mapén Franco, F.D.J. (2019). Efectos del estrés sobre el rendimiento académico de estudiantes de la maestría en contaduría en una universidad pública. *Revista de investigación académica sin frontera*
<https://doi.org/10.46589/rdiasf.v0i31.281>