



UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA
La Universidad Católica de Loja

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

CARRERA DE PSICOLOGÍA

**Prevalencia de la salud mental, capital psicológico y
satisfacción laboral en docentes ecuatorianos del sector
urbano de la ciudad de Shushufindi, durante el año 2023**

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

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

Autora: Manobanda Galeas, Josselyn Jahaira

Directora: León Cueva, Thalía Elizabeth

SHUSHUFINDI

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 de 2024

Magister

David Mauricio Ortega Jiménez

Director de la carrera de Psicología

Ciudad. -

De mi consideración:

Me permito comunicar que, en calidad de directora del presente Trabajo de Integración Curricular denominado: prevalencia de la salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos en el sector urbano de la ciudad de Shushufindi, durante el año 2023 realizado por Josselyn Jahaira, Manobanda Galeas, 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: Thalía Elizabeth León Cueva, Mgtr.

C.I.: 1106027210

Correo electrónico: teleon3@utpl.edu.ec

Declaración de autoría y cesión de derechos

Yo, Josselyn Jahaira Manobanda Galeas, declaro y acepto en forma expresa lo siguiente:

Ser autora del Trabajo de Integración Curricular denominado: prevalencia de la salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos en el sector urbano de la ciudad de Shushufindi durante el año 2023, de la carrera de Psicología, específicamente de los contenidos comprendidos en: capítulo uno, marco teórico; capítulo dos, metodología y capítulo tres análisis de resultados, discusión, conclusiones y recomendaciones; siendo Thalía Elizabeth León Cueva, 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 con 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: Josselyn Jahaira Manobanda Galeas

C.I.: 2150068837

Correo electrónico: jjmanobanda@utpl.edu.ec

Dedicatoria

El presente trabajo se lo dedico principalmente a Dios quien me ha guiado por el camino de la sabiduría. De la misma manera, a mi jefe quien ha sido una persona fundamental en mi vida para superarme cada día más a pesar de las adversidades que se presentan en el camino. Durante el transcurso de este proceso académico fue una experiencia maravillosa, la cual fortaleció mis conocimientos y habilidades para sobrellevar la vida profesional.

Josselyn Manobanda.

Agradecimiento

Primeramente, agradezco a Dios por permitirme mantenerme con vida y poder completar esta meta. También agradezco de manera especial a la Universidad de Técnica Particular de Loja por recibirme como alumna y poder cumplir un sueño anhelado; por otra parte, un agradecimiento especial a todos los maestros que transmitieron sus conocimientos durante cada uno de los ciclos académicos. Finalmente, a mi directora y tribunal que con sus observaciones alimentaban la calidad de la presente investigación.

Josselyn Manobanda.

Índice de contenido

Caratula.....	I
Aprobación del director del Trabajo de Integración Curricular	II
Declaración de autoría y cesión de derechos	III
Dedicatoria.....	V
Agradecimiento.....	VI
Índice de contenido	VII
Resumen	1
Abstract.....	2
Introducción	3
1. Marco teórico.....	5
1.1. Conceptualización y etiología de las variables de salud mental.....	5
<i>1.1.1.Indicadores de las variables de salud mental.....</i>	<i>6</i>
1.2. Salud mental en docentes	10
<i>1.2.1.Repercusiones de las variables de la salud mental</i>	<i>10</i>
<i>1.2.2.Investigaciones previas en la salud mental</i>	<i>14</i>
1.3. Capital psicológico y satisfacción laboral	18
<i>1.3.1.Conceptualización y etiología del capital psicológico y satisfacción laboral.....</i>	<i>18</i>
<i>1.3.2.Importancia del capital psicológico y satisfacción laboral</i>	<i>21</i>
<i>1.3.3.Investigaciones previas del capital psicológico y satisfacción laboral.</i>	<i>22</i>
2. Metodología	26
2.1. Objetivos.....	26
<i>2.1.1.Objetivo general</i>	<i>26</i>
<i>2.1.2.Objetivos específicos</i>	<i>26</i>
2.2. Preguntas de investigación.....	26
2.3. Enfoque, tipo y diseño de investigación	26
<i>2.3.1.Enfoque</i>	<i>26</i>
<i>2.3.2.Tipo de investigación.....</i>	<i>27</i>
<i>2.3.3.Diseño.....</i>	<i>27</i>

2.4. Población y muestra	28
2.4.1. <i>Población</i>	28
2.4.2. <i>Muestra</i>	28
2.4.3. <i>Muestra participante</i>	28
2.4.4. <i>Criterios de inclusión / exclusión</i>	29
2.5. Instrumentos de recogida de información	29
2.6. Procedimiento	33
Capítulo tres	35
3. Análisis de resultados y discusión	35
3.1. Análisis de resultados	35
3.2. Discusión.....	37
3.3. Conclusiones	40
3.4. Recomendaciones	41
Referencias	42
Apéndice A. Consentimiento informado	54
Apéndice B. Cuestionario Sociodemográfico y Laboral	58
Apéndice B. DASS-21	59
Apéndice C. Escala de Satisfacción Laboral	60
Apéndice D. Capital psicológico PCQ-24	61

Índice de tablas

Tabla 1 Características sociodemográficas y laborales del personal de salud	28
Tabla 2 Características de los Instrumentos	30
Tabla 3 Variables de salud mental en docentes.....	35
Tabla 4 Capital psicológico en docentes.	36
Tabla 5 Satisfacción laboral en docentes	36

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo general determinar la prevalencia de la salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos del sector urbano de la ciudad de Shushufindi, durante el año 2023. Se empleó un enfoque cuantitativo, no experimental, de corte transversal y la selección de la muestra se efectuó mediante un muestreo no probabilístico por accesibilidad-accidental donde participaron 40 docentes. Los instrumentos empleados fueron: Cuestionario Ad Hoc sociodemográfico y laboral, Escalas de depresión, ansiedad y estrés (DASS – 21), Capital psicológico PCQ-24 y escala de Satisfacción laboral. Como resultados se demostró que prevalecen los niveles leves en ansiedad (85%), depresión (92.5%), estrés (100%), en cuanto a capital psicológico general la media fue 149.25 y en relación a la satisfacción laboral general se observó un promedio de 85.45. Se concluye que los docentes evidencian un óptimo capital psicológico y se muestran satisfechos en su labor, además en su mayoría mantienen niveles leves en las variables de salud mental; no obstante, una pequeña proporción presentan niveles altos por lo que se recomienda actuar e implementar actividades para controlar estos niveles.

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

Abstract

The general objective of this research was to determine the prevalence of mental health, psychological capital and job satisfaction in Ecuadorian teachers in the urban sector of the city of Shushufindi, during the year 2023. A quantitative, non-experimental, cross-sectional and

The general objective of this research was to determine the prevalence of mental health, psychological capital and job satisfaction in Ecuadorian teachers in the urban sector of the city of Shushufindi, during the year 2023. A quantitative, non-experimental, cross-sectional and

The selection of the sample was carried out through non-probabilistic sampling due to accidental-accessibility where 40 teachers participated. The instruments used were: Ad Hoc Sociodemographic and Work Questionnaire, Depression, Anxiety and Stress Scales (DASS – 21), Psychological Capital PCQ-24 and Job Satisfaction scale. As results, it was shown that mild levels prevail in anxiety (85%), depression (92.5%), stress (100%), in terms of general psychological capital the average was 149.25 and in relation to general job satisfaction an average was observed of 85.45. It is concluded that teachers show optimal psychological capital and are satisfied with their work, and most of them maintain mild levels of mental health variables; However, a small proportion have high levels, so it is recommended to act and implement activities to control these levels.

Keywords: Mental health, psychological capital, work satisfaction

Introducción

La salud mental se ha considerado un problema de salud pública debido a que la mayor parte de la población en algún momento ha presentado alguna complicación como: ansiedad, depresión y estrés. De la misma manera, los docentes por las diferentes condiciones de trabajo o falta de oportunidades de crecimiento laboral y personal, además de otros factores pueden presentar síntomas que alteren la salud mental; por esta razón, es importante conocer los niveles de exigencia a los que se encuentran expuestos los profesionales dentro de las funciones que desempeñan (Basurto et al., 2020).

En otro aspecto, estudios en diferentes regiones geográficas han demostrado que los maestros tienen un alto índice de padecer problemas de ansiedad, depresión y estrés por las condiciones que se pueden presentarse en las diferentes instituciones educativas (Gómez et al., 2023). Una investigación de Reyes y Viteri (2023) evidenció que la ansiedad en los educadores estuvo presente en un 62.11 %; por su parte, Cabezas et al. (2021) en su estudio efectuado con 139 docentes ecuatorianos identificaron la presencia de depresión en un 29.78% en niveles moderado y alto.

De la misma manera, Martínez et al. (2019) demostraron que la prevalencia de estrés en docentes fue de 95.5% en un nivel medio alto. Finalmente, en cuanto al capital psicológico Mesurado y Laudadio (2019) indican en autoeficacia $M= 5.04$, esperanza $M= 4.88$, resiliencia $M= 4.74$, y optimismo $M= 7.67$ y en satisfacción laboral, Cruz y Bernui (2019) señalaron un nivel de satisfacción general de $M=26.7$ demostrando que tienen insatisfacción laboral.

De lo anterior, la presente investigación consta de tres capítulos. En el primer capítulo se detalla el fundamento bibliográfico sobre las variables de estudio tales como: ansiedad, depresión, estrés, capital psicológico y satisfacción laboral. El segundo capítulo contiene la metodología aplicada con un enfoque cuantitativo de tipo no experimental y Transversal. Finalmente, el tercer capítulo contiene el análisis de resultados realizados por procedimientos de estadísticas descriptivas, discusión, conclusiones y recomendaciones.

Profundizando en la metodología del presente trabajo investigativo se ha considerado una muestra de 40 docentes de educación general básica, básica media, básica superior y

bachillerato de diferentes unidades educativas de la ciudad de Shushufindi – Ecuador, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por accesibilidad-accidental. De ello, los instrumentos que se utilizaron fueron un cuestionario sociodemográfico laboral (Ocampo et al., 2023), la escala de ansiedad, depresión y estrés definidas por sus siglas en inglés DASS 21 (Ruíz et al., 2017), la escala para evaluar satisfacción laboral actualizada por Pérez y Fidalgo (1995), y el cuestionario de capital psicológico actualizado por Ponce y Yáber (2012).

Finalmente, la presente investigación servirá para ampliar el sustento empírico sobre las variables de estudio con la finalidad de profundizar y ejecutar programas de intervención más especializados en la población docente. Para la institución educativa será útil para conocer la realidad de sus empleados, establecer medidas de actuación y aplicar una post evaluación con el propósito de verificar si estas condiciones permanecen o han cambiado luego de la implementación de medidas de actuación para minimizar los efectos que pueden producir daños a la salud mental de los docentes.

Capítulo uno

1. Marco teórico

1.1. Conceptualización y etiología de las variables de salud mental

La Organización Mundial de la Salud ha considerado que la salud mental es fundamental para el ser humano por lo que es necesario mantener, conservar y preservar de forma adecuada para evitar trastornos que puedan afectar la calidad de vida de las personas (Organización Mundial de la Salud, 2022).

De la misma manera, la salud mental es el bienestar emocional, psicológico y social que tiene cada persona para establecer metas durante su vida diaria, por lo que es muy importante en todo su ciclo vital (García et al., 2021). Según la Organización Panamericana de la Salud [OPS] (2013) afirma que la salud mental es considerada como el estado de bienestar que demuestra una persona para superar los conflictos que se presenten durante su vida, mejorar de forma productiva y contribuir a la comunidad.

Por otra parte, la salud mental es apreciada como la capacidad para mantener paz con las demás personas, la colaboración provechosa en las innovaciones del ambiente físico, social y también la necesidad de obtener una satisfacción armoniosa y equilibrada de sus propias emociones (González et al., 2023).

Las complicaciones de salud mental están siendo estudiados como la primera causa de incapacidad; además, se estima como problema de salud pública porque su progresión se ha incrementado de forma considerable, ésta puede ser provocada por trastornos de ansiedad, depresión, estrés que a corto y mediano plazo puede provocar alteraciones físicas y emocionales tales como: trastornos del sueño, relaciones disfuncionales, miedo, nerviosismo, tristeza, llanto, deseos de morir, problemas con el apetito, dificultades de memoria y concentración entre otros (Estrada, 2023).

De acuerdo con Ramón et al. (2020) los problemas de salud mental son desencadenados por diferentes factores incluidos la edad, género, autoestima, estos que pueden causar ansiedad, depresión y estrés, mismos que al no ser tratados de forma adecuada pueden alterar negativamente su salud.

De esta manera se puede aportar que la salud mental no es apreciada con la misma importancia como la salud física, este problema es generado por diferentes factores de riesgo psicosocial que pueden alterar la salud de las personas, a través de estudios realizados en diferentes poblaciones se ha demostrado que estos desencadenan ansiedad, la depresión y el estrés.

1.1.1. Indicadores de las variables de salud mental

- **Ansiedad**

Para conocer sobre ansiedad a continuación se describirán las definiciones que se han establecido a través del tiempo, y su etiología asociada a este problema de salud mental que conlleva diversas repercusiones en las personas.

Los problemas de ansiedad se presentan cuando los estados de alerta del cuerpo y la mente perciben momentos intensos cuando tienen sensaciones incómodas consideradas como acontecimientos desfavorables. Por lo tanto, estas sensaciones se pueden manifestar en cualquier instante dependiendo de las condiciones del ambiente y de los acontecimientos estresantes que puedan afectar las condiciones de salud mental (Solis, 2023).

La ansiedad es un estado psicológico que se presenta durante la vida de las personas demostrando efectos fisiológicos y emocionales que alteran en el desempeño y rendimiento. Por otra parte, la ansiedad es conocida como una reacción normal de las personas que se adapta a las condiciones del ambiente y se activa como un estado de alerta de corta duración para confrontar un determinado peligro (Quinatoa, 2019; Rabadán y Orgambidez, 2018).

En otro sentido, se estima como la anticipación de un peligro que enfrentará una persona frente a un daño o desgracia que puede producirse a futuro, está acompañada de sentimientos de disforia o de síntomas somáticos de tensión que afectan las condiciones normales de salud (Salinas, 2019).

Las perturbaciones de ansiedad están apreciadas como enfermedades mentales que se presentan de manera frecuente, pueden causar sufrimiento y discapacidad en las personas que la padecen. De esta manera se puede estimar que la ansiedad es una enfermedad mental

que afecta directamente en el comportamiento de las personas que sufren esta patología (Chacón et al., 2021).

Por su parte, entre los factores etiológicos de la ansiedad que contribuyen a su incremento se pueden considerar los genéticos como enfermedades hereditarias; factores ambientales como: la pérdida de un ser querido, problemas laborales, económicos, rupturas sentimentales, enfermedades propias o de familiares, la vejez; y psicológicos tales como: el sesgo pesimista, la falta de estimulación, los problemas de gestión atencional, los traumas ligados al pasado y la tendencia al pensamiento obsesivo (Espada et al., 2021).

Los factores que influyen en la ansiedad pueden ser los traumas que pudieran presentarse durante la niñez, además el padecimiento de alguna enfermedad puede aumentar el riesgo de padecer este trastorno, la personalidad puede ser índice que aumenta esta patología y el tener familiares que padezcan de esta enfermedad concluyendo que esto puede ser hereditario (Delgado, 2020).

Además se ha demostrado que los acontecimientos o exposición a un acontecimiento que puso en peligro su vida en un pasado pueden generar ansiedad, así como también los pensamientos distorsionados, el miedo puede ser otro de los factores que aumenta la presencia de esta patología. Por otra parte, el consumo de alcohol logra que los niveles de ansiedad aumenten considerablemente afectando de esta manera las condiciones de salud de las personas (Barnhill, 2020).

En conclusión, se entiende que la etiología de la ansiedad es considerada como multifactorial donde se presentan momentos de intensidad que provocan sensaciones desfavorables que puede ser provocada por factores que ocurrieron en un pasado o sentimientos futuros, los factores que pueden alterar estas condiciones son factores genéticos, fisiológicos, ambientales y psicológicos.

- **Depresión**

Con el propósito de entender la depresión y su etiología, se consultaron diferentes fuentes bibliográficas para conocer las definiciones que se han considerado por varios investigadores.

Meza et al. (2022) argumentaron que la depresión se identifica por demostrar estado de ánimo triste, irritabilidad, también presenta cambios cognitivos y orgánicos que afectan de manera funcional a las personas que presentan esta patología. Para que sea considerado como trastorno debe presentarse de manera frecuente por lo mínimo dos semanas consecutivas durante casi todo el día.

Desde el punto de vista de Beck (1967) explicó que las personas que mantienen esta patología tienen un esquema considerado como tríada cognitiva, la cual involucra una percepción negativa de su propia personalidad y de su futuro, la tendencia a interpretar sus experiencias de forma negativa y la visión negativa acerca del futuro. Provocando de esta manera que la persona se sienta incapaz, inútil, despreciable en el entorno que los rodea sintiendo que todo lo que realiza puede fracasar.

La depresión es contemplada como un trastorno compuesto por síntomas normalmente relacionados con estado de ánimo (tristeza profunda, desesperanza, auto depreciación e inutilidad). Descriptivamente, esta patología está considerada principalmente por la pérdida de la autoestima, agrupado a una baja probabilidad de lograr las metas significativas (Estrada, 2023).

Por otra parte, la depresión es considerada como un problema de salud mental caracterizada por una alteración del estado de ánimo que puede ser evidenciada por síntomas físicos como: fatiga, pérdida o aumento de peso, disminución del deseo sexual, entre otros. Además, síntomas psicológicos como: tristeza, llanto, miedo, sentimiento de inutilidad, culpabilidad, desesperanza, pensamiento de suicidio (OMS, 2023). Muñoz et al. (2023) aseguraron que la depresión es un problema cognitivo que afecta los niveles de atención, memoria y sueño.

En este sentido, todas las personas en algún momento de su vida han tenido sentimiento de tristeza, decaimiento, llanto que al pasar del tiempo desaparecen por lo que para que se considere como enfermedad los síntomas de depresión deben ser frecuentes durante todo el día. Esta puede generar cambios fisiológicos y psicológicos como cambios

de apetito, pérdida de interés por las cosas, trastornos del sueño, angustia entre otros. (Instituto Nacional de Salud Mental, 2021; Moreira et al., 2023).

Los factores de riesgo que afectan la depresión causa tristeza profunda, irritabilidad provocada por eventos relacionados con la personalidad, antecedentes familiares, eventos infantiles, experiencias desagradables en la vida diaria de las personas, aislamiento social y la baja autoestima produciendo daños en la salud mental de las personas (Mendes et al., 2020).

Con base a la etiología de la depresión se puede concluir que están siendo generados por factores como: autoestima baja, maltrato, pérdida de un ser querido, problemas personales entre otros. Estos son la causa de los problemas que afectan la salud de los docentes provocando: estados de ánimo negativos, problemas alimenticios, llanto, miedo, mismos que alteran su comportamiento.

- **Estrés**

Este es considerado como una respuesta a estímulos que ocasiona tensión en la persona que altera su estado de comportamiento de manera positiva o negativa dependiendo de las circunstancias en que se presente (Hernández et al., 2023). Además, se presenta como una condición que se manifiesta cuando las cargas son altas y las capacidades de la persona son bajas causando inestabilidad para poder cumplir con su metas o tareas encomendadas (Aguilar, 2023).

Por otra parte, el estrés es una reacción natural del cuerpo humano frente a los estímulos provenientes del medio ambiente, psicológico y social de las personas que se encuentran a su alrededor (Salazar et al., 2020). Selye (1956), un médico checo considerado como el padre del estrés lo definió como alteraciones fisiológicas no específicas que se presenta en el organismo causado por varios factores negativos del entorno, estas pueden ser condiciones físicas o químicas que afectan las condiciones normales de salud.

La carga de trabajo, una baja satisfacción laboral, falta de tiempo libre, conflictos familiares, problemas económicos entre otros son las causas del estrés, estas condiciones pueden ser intralaborales y extralaborales que alteran las condiciones normales; sin embargo,

cuando este se presenta de forma prolongada genera problemas de salud mental (Martín, 2021).

En esta misma línea, dentro de los factores que producen estrés se puede considerar los problemas familiares, económicos, exceso de trabajo, falta de descanso, altas responsabilidades, la pérdida de un ser querido, capacidades cognitivas para efectuar una actividad, las relaciones sociales, entre otros. Estos factores alteran las condiciones normales generando daños en la salud de las personas (Challco, 2019). Por otra parte, la carga de trabajo, la remuneración, la satisfacción de sus necesidades básicas, la falta de recursos económicos para solventar sus gastos, los problemas laborales y familiares puede ser desencadenantes de estrés, estos pueden alterar las condiciones normales de vida afectando así la calidad de vida en el trabajo (Carranco y Pando, 2019)

Se puede concluir con base a la etiología del estrés que esta es multifactorial como: problemas económicos, carga de trabajo, problemas personales que afectan las condiciones de lugar de trabajo, estos provocan afectaciones cuando están expuestos a estos factores de riesgo, estos pueden producir problemas de salud mental provocando inestabilidad para poder ejecutar sus funciones diarias de forma normal.

1.2. Salud mental en docentes

1.2.1. Repercusiones de las variables de la salud mental

- **Ansiedad**

La ansiedad puede causar diferentes problemas tanto fisiológicos, psicológicos y conductuales que generan cambios en el comportamiento, para lo cual se investigó en diferentes fuentes bibliográficas con la finalidad de conocer las repercusiones que puede causar los problemas de ansiedad en los docentes.

El personal docente está propenso a sufrir trastornos de ansiedad, cuando esto sucede también los efectos de esta patología puede afectar a sus alumnos porque los sentimientos producidos alteran en el desempeño de los profesores al momento de transmitir los conocimientos a sus estudiantes (Trujillo y Delgado, 2021). En este sentido, los docentes que tienen trastornos de ansiedad pueden tener alteraciones como: sentimiento de fatiga,

agotamiento mental y cognitivo, volviéndose una persona tímida e incapaz de trabajar de forma adecuada y provocando en las personas efectos negativos que afectan la salud mental (González y Perez, 2019).

Las repercusiones de la ansiedad en los docentes son causadas por la exposición a factores de riesgo psicosocial tales como: las condiciones del lugar de trabajo, presión laboral, carga de trabajo, insatisfacción laboral, capacidad para ejecutar el trabajo entre otros (Leiton y Pozo, 2022).

La ansiedad puede producir problemas fisiológicos que alteran las condiciones de salud normal de los docentes entre ellos: problemas cardiovasculares, respiratorios, gastrointestinales, genitourinario, neuromusculares, neurovegetativos (Quintero y Hernández, 2022). Entre las alteraciones fisiológicas que pueden presentar los docentes cuando están experimentando ansiedad se encuentran: palpitaciones, taquicardia, inquietud motora, molestias digestivas, tensión muscular, ahogo, opresión en el pecho, los factores psicosociales que pueden causar ansiedad por las condiciones laborales que pueden estar expuestos los docentes durante la ejecución de sus actividades (Olivo, 2020)

Además, la ansiedad puede causar daños motores que causan hiperactividad, paralización, movimientos entorpecidos, tartamudeo, conductas evasivas. También provoca daños cognitivos como: preocupación, inseguridad, miedo, pensamientos negativos y amenazas (Leiton y Pozo, 2022). Por otra parte, la acumulación de diferentes tareas unidas a las frustraciones, insatisfacciones y a la falta de entendimiento entre compañeros, padres de familia y alumnos puede desencadenar en los docentes alteraciones como: fatiga, descenso de la concentración y del rendimiento, ansiedad, insomnio y trastornos digestivos. (Zuppardo et al., 2020).

Las afectaciones que la ansiedad puede tener en los docentes son muy graves que podría tener efectos negativos como: desesperación y desesperanza, cuando los sentimientos se ven afectados de forma progresiva pueden llegar a un extremo como el intento de suicidio.

- **Depresión**

Esta se ha demostrado que tiene una alta prevalencia en el personal docentes produciendo incapacidad y en el peor de los casos puede llevar al suicidio, por lo que es importante que se tomen en consideración las afecciones para evitar daños mayores en las personas que la padecen (Mora et al., 2021).

Esta también es considerada como una patología que pueden causar problemas fisiológicos como: problemas cardiovasculares, respiratorios, gastrointestinales, neuromusculares entre otros, mismos que pueden ser generados por diferentes factores sociales y psicológicos que afectan la salud mental de los docentes que padecen este trastorno (Serrano, 2023).

Las repercusiones en el personal docente se presenta como: pérdida de la iniciativa, desinterés, cambios cognitivos, psicomotores, disminución de la capacidad de enseñanza, estas afecciones se presentan en diferentes poblaciones con alta prevalencia en personal docente por lo que se ha considerado como problema de salud pública (Corea, 2021; Mendes et al., 2020).

Dentro de los síntomas fisiológicos está la pérdida de apetito por ende la disminución de peso corporal, insomnio o trastorno del sueño, ideas negativas del futuro, náuseas, vómito dolores de cabeza o espalda, visión borrosa, produciendo así problemas mentales que afectan el desarrollo normal de las actividades. Los síntomas psicológicos producidos son tristeza frecuente, son irritables, nerviosismo, falta de memoria, causando daño en los sentimientos que producen falta de control y que la vida carece de sentido, por otra parte la conductuales hace que se aislen de las personas, sufren rechazo o incompreensión lo que genera que tenga mayor aislamiento para evitar estos sentimientos (American Psychiatric Association, 2014).

De tal manera se puede demostrar que los docentes que sufren de este acontecimiento tienen mayor probabilidad de padecer problemas de salud mental. Además cuando se presenta de manera frecuente puede inducir al suicidio demostrando que esta

patología puede producir daños graves en la salud física, mental y social alterando las condiciones de las personas que la padecen.

- **Estrés.**

Las repercusiones que produce el estrés son múltiples y varían dependiendo de la condición del entorno, estas pueden ser dentro del ámbito educativo, laboral, familiar entre otros, provocando síntomas psicossomáticos, ansiedad, alteraciones del sueño, depresión, disfunción social, cinismo, conflicto familia-trabajo, entre otros (Rojas et al., 2021).

Cuando el estrés se percibe de forma negativa puede generar efectos contraproducentes en la salud de los docentes, provocando consecuencias físicas y mentales; además, se estima como una de las causas de ausentismo y bajo desempeño laboral. Así mismo, el estrés causa problemas fisiológicos de salud tales como: alteraciones gastrointestinales (vómito, diarrea, náuseas, colitis, alteraciones del sueño, problemas musculoesqueléticos (dolores en cuello, hombros, espalda), desórdenes alimenticios, tensión, irritabilidad, nerviosismo, fatiga visual entre otros (Mendes et al., 2020; Montoya, 2022).

De tal manera se considera que el estrés genera desmotivación, condición que puede afectar en el desempeño laboral causando molestias fisiológicas que alteran la salud de los docentes, esta pueden ser: dolores de cuello, hombro, espalda, molestias digestivas y tensión muscular (Acosta et al., 2019).

Por otra parte, también puede producir alteraciones psicológicas como: depresión, ansiedad, pérdida de la motivación, causando en los docentes alteraciones de salud interviniendo de forma negativa en su desempeño académico y de esta manera afectando en el desarrollo del proceso de enseñanza aprendizaje (Carranco y Pando, 2019).

El estrés también puede provocar problemas de comportamiento social se puede ver afectado en el desempeño académico produciendo: agresividad, y violencia desencadenando un ambiente difícil e insostenible para que se desarrolle de forma adecuada el proceso de enseñanza aprendizaje (Armenta y Abundis, 2021). Las alteraciones conductuales que se manifiestan como consecuencia del estrés pueden provocar aburrimiento, divagación, abuso

de tabaco, alcohol, drogas. Estas manifestaciones pueden alterar el comportamiento normal de los docentes para la ejecución de sus actividades cotidianas (Alvites, 2019)

De acuerdo con Ramírez et al. (2022) quienes evidenciaron que las repercusiones psicológicas sobre el estrés en docentes se presenta como alteraciones de sueño, deseos de llorar, sensación de vacío interior, causados por la ejecución de sus actividades como maestro en centros educativos.

También, Martínez (2019) aseguró que las afectaciones psicológicas se pueden presentar como: incapacidad para la toma de decisiones, preocupación excesiva, dificultad para concentrarse, mal humor, bloqueos mentales, hipersensibilidad a las críticas que pueden alterar su comportamiento, entre otras.

En conclusión, se evidenciaron diferentes repercusiones que produce el estrés, los daños que este produce en la salud de los docentes afectan directamente en el desempeño laboral provocando daños fisiológicas, emocionales, conductuales y de comportamiento social, estos resultados hacen que los maestros tengan una insatisfacción por la actividad que realizan provocando pérdida de compromiso con relación al trabajo alternado de esta manera el proceso de enseñanza aprendizaje que debe existir durante la docencia.

1.2.2. Investigaciones previas en la salud mental

- **Ansiedad**

Según Alvites (2019) realizó una investigación con el objetivo de determinar la relación entre estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, en el estudio participaron 81 docentes de educación básica y educación superior, (Argentina, Bolivia, Perú, Colombia, Uruguay, Venezuela, Panamá y México), de Norteamérica (Estados Unidos) y Europa (España). Los resultados demostraron que el 3.6% de la población tiene síntomas de ansiedad, concluyendo que este trastorno puede afectar a toda la población.

Garnique et al. (2022) en su estudio realizado tuvo como objetivo determinar la relación entre el clima laboral, la depresión, la ansiedad y el estrés en docentes de instituciones educativas estatales de la selva peruana, durante el contexto de la COVID-19, se obtuvo como resultado que la prevalencia de la ansiedad fue de 23.3%. Se concluye que los docentes

están expuestos a factores de riesgo organizacional como: clima organizacional, carga de trabajo y la insatisfacción laboral.

Por otra parte, Salinas (2019) realizó una investigación con el objetivo de conocer la prevalencia de Bruxismo y su relación con Estrés-Ansiedad en alumnos de tercer año académico de la facultad de Odontología, en la investigación participaron 78 docentes chilenos. Los resultados señalan que el personal docente demostró ansiedad leve, 42% ansiedad moderada, 14% ansiedad severa, y por último el 19% ansiedad muy severa; de esta manera, se concluye que los docentes se encuentran expuestos a altos índices de ansiedad.

Mora et al. (2021) realizaron una investigación con el objetivo de analizar la situación actual de los docentes ecuatorianos frente a la pandemia. En el estudio se analizó burnout, ansiedad y depresión, demostrando que el 46,97% presentó ansiedad moderada, mientras que el 30,30% presentó ansiedad severa, concluyendo que esta población presenta niveles de ansiedad que inciden en el desempeño del personal docente.

Por su parte, Maldonado (2022) realizó un estudio con el objetivo de analizar la exposición al estrés laboral, dentro de su análisis se calcularon prevalencias de ansiedad y depresión, en la aplicación de los instrumentos participaron 98 docentes ecuatorianos. Los resultados evidencian que el 60,82% de los docentes puntúan niveles altos de ansiedad que afectan la salud mental de los maestros. Se concluye que los educadores están expuestos a factores que generan ansiedad y esto ha provocado daños en la salud física, emocional y en el rendimiento laboral.

Reyes y Viteri (2023) realizaron una publicación con el objetivo de identificar la prevalencia y factores asociados de estrés laboral, ansiedad y depresión en docentes que imparten clase en primaria frente a los docentes de secundaria. Para el análisis participaron 95 docentes ecuatorianos y de los resultados obtenidos se evidenció que la prevalencia ansiedad fue del 62.11 %, concluyendo que más de la mitad de la población mantiene índices de ansiedad.

De esta manera, se demuestra que los docentes se encuentran expuestos a altos índices de ansiedad, por tal manera es considerada como un problema que afecta de manera

directa en el rendimiento de los docentes, la calidad de vida y su condiciones fisiológicas, psicológicas, conductuales. Los altos niveles de prevalencia sobre ansiedad hacen que sea considerada como un problema de salud mental que afecta a los maestros de diferentes instituciones educativas.

- **Depresión**

Celis y Nazar (2022) realizaron una publicación con el objetivo de analizar el cambio de prevalencia de depresión en Chile y el mundo, este estudio fue realizado en 204 países, como resultados se diagnosticaron 835000 casos de depresión concluyendo que la depresión aumentó de forma considerable a nivel mundial.

Mendes et al. (2020) realizaron una investigación con el objetivo de analizar la presencia de estrés y signos indicativos de depresión en docentes de una institución pública de enseñanza. En el estudio participaron 163 docentes brasileños y se identificó que la prevalencia de la depresión se mantenía en un 25.2%. Concluyendo que los docentes están expuestos a estrés y depresión.

Quintero y Hernández (2022) efectuaron una investigación con el objetivo de evaluar los síntomas de depresión en docentes colombianos y su asociación con el síndrome de burnout y las condiciones sociolaborales. En el estudio participaron 194 docentes colombianos y como resultado se identificó que el 65.8% de los participantes reportaron síntomas de depresión.

Cárdenas (2022) realizó una investigación con el objetivo de establecer la correlación entre el estrés y la depresión en docentes de educación escolar en la modalidad virtual durante la pandemia por COVID-19. En el estudio participaron 152 docentes peruanos y como principales resultados se evidenció que los niveles de depresión leve fueron de 15,1%, moderada en un 18,4% y grave en 4,9%. Se concluye que, los docentes mantienen índices de prevalencias de la depresión que afectan su rendimiento

En esta misma línea, Cabezas et al. (2021) en su estudio realizado con el objetivo de analizar los niveles de depresión, ansiedad y estrés en docentes de Posgrado, durante el COVID 19. En la investigación participaron 139 docentes ecuatorianos demostrando que el

nivel de prevalencia de la depresión se identificó en un 28,78%. Concluyendo que a menor capacidad de afrontamiento mayor nivel de depresión.

Mora et al. (2021) en su estudio publicado con el objetivo de analizar la situación actual de los docentes, desde los factores vinculados con la pandemia, burnout, ansiedad y depresión. En la investigación participaron 132 docentes ecuatorianos dando como resultado que el 78.79% del personal mantiene índices de depresión. Concluyendo que los docentes presentan niveles altos de depresión.

De esta manera se evidenció que los docentes de diferentes nacionalidades demuestran tener altos niveles de depresión mismo que afectan el rendimiento de los maestros a nivel mundial. Indicando que este trastorno se está convirtiendo en un problema que influye en la salud mental de los profesores de diferentes instituciones educativas.

- **Estrés**

Rodríguez (2020) realizó una publicación con el objetivo de identificar las fuentes de presión que generan estrés en los trabajadores universitarios. En el estudio participaron 122 docentes académicos mexicanos y los resultados evidencian que el 48% de los docentes demostraron síntomas de estrés. Se concluye, que los índices de estrés en los maestros influyen en su rendimiento laboral.

Cárdenas (2022) realizó un estudio con el objetivo de establecer la correlación entre el estrés y la depresión en docentes de educación escolar en modalidad virtual a causa de la pandemia por COVID-19. El estudio se realizó en 152 docentes peruanos, como principales resultados se evidenció niveles de estrés bajo 27.6%, medio 37.5% y alto en 34.9%, concluyendo que más de la mitad de los docentes mantienen altos niveles de estrés que afectan su rendimiento.

Por otra parte, Carranza (2021) realizó una investigación con el objetivo de determinar la relación entre el estrés y la depresión en docentes durante la pandemia por COVID-19. En el estudio participaron 118 profesores peruanos, como principales resultados se obtuvo que los niveles de estrés se mantuvieron en nivel bajo 23%, medio 54.2% y alto 21%, concluyendo

que 7 de cada 10 docentes mantienen niveles de estrés medio-alto que afecta la salud mental de los docentes.

En un estudio realizado por Martínez et al. (2019) con el objetivo de identificar el nivel de estrés laboral de los docentes y los estresores psicosociales que impactan en el desempeño. La investigación fue realizada en 153 docentes ecuatorianos, como resultados se demostró que la prevalencia fue del 95.5% en un nivel medio alto, concluyendo que los índices de estrés afectan el desempeño y la calidad de la educación.

García (2020) realizó una investigación con el objetivo de evaluar el estrés laboral en docentes ecuatorianos de enseñanza secundaria, analizando la relación existente entre las fuentes de estrés, estrategias de afrontamiento y la sintomatología de salud percibida. La muestra fue de 57 docentes ecuatorianos, como resultado se identificó que el 44% mantuvo un nivel de estrés preocupante, mientras que el 21% tuvo un nivel de estrés grave, concluyendo que los niveles de estrés afectan el desempeño como evaluador, con la presencia de síntomas tanto a nivel físico como psicosocial.

Por otra parte, Párraga y Escobar (2020) realizaron un estudio con el objetivo de evaluar los niveles de estrés en docentes por el cambio de modalidad educativa, se aplicaron los instrumentos a 20 docentes ecuatorianos y los resultados denotan que el 90% de la población mantiene altos niveles de estrés, el 20% niveles altos y graves concluyendo que la población femenina es más propensa a percibir niveles de estrés grave.

De esta manera se puede demostrar que los factores laborales generan estrés en los docentes académicos, este problema está generando daños de salud mental que afectan el rendimiento académico de los maestros por lo que es necesario analizar los contextos de las instituciones educativas para determinar los índices de prevalencia que pueden presentar los académicos.

1.3. Capital psicológico y satisfacción laboral en docentes

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

- **Capital psicológico.**

Este se consideró como base teórica mediante los significados del mundo donde se establecen y se pueden modificar a través de un proceso interpretativo. A través de esta percepciones considera el modelo explicativo de cuatro dimensiones como son: autoeficacia, optimismo, esperanza y resiliencia (Jiménez, 2021).

Además, se considera como un factor positivo que posee autoeficacia, optimismo, esperanza y resiliencia, estos factores actúan como soporte para lograr el éxito. Por lo que, las personas al poseer alguno de estos pueden actuar contra los elementos negativos en calidad de factores protectores que ayudan en el desempeño de las personas (Silva y Bonilla, 2020).

Por otra parte está considerado como aquel que promueve los comportamientos adecuados de las personas que ayuda a resolver adversidades en todos los contextos que puede estar interactuando el individuo. Por otra parte, es considerado como un factor psicosocial positivo que tiene la probabilidad de generar éxito, esfuerzo y constancia en las personas que mantienen un nivel alto (Mesurado y Laudadio, 2019; Jiménez, 2021).

Desde la psicología positiva se considera como un factor psicosocial positivo que ayuda al individuo a mejorar su calidad de vida a través de sus experiencias ante situaciones de estrés (Cuadra et al., 2018). Este factor psicosocial protector se entiende como un estado psicológico caracterizado por un modelo de cuatro factores: la auto eficiencia, resiliencia, esperanza y optimismo que puede ayudar a mejorar el rendimiento laboral de las personas (López et al., 2018).

Cuando un factor actúa como apoyo para lograr lo deseado y pueda ser favorable para alcanzar el éxito se lo considera como capital psicológico, este está enfocado en diferentes dimensiones que al estar en niveles óptimos pueden convertirse en elementos que ayuden a mejorar las condiciones estresantes que afectan la salud mental (Avalos y Leo, 2019; Bayona y Guevara, 2019).

Según, Chacón (2020) se puede explicar mediante los modelos de un modelo de segundo orden donde las variables pueden tener relación en común con una de las variables

de estudio siendo esta la de nivel superior por lo que se entiende que tienen una relación directa en el análisis.

De acuerdo con las definiciones de varios autores quienes establecen que es un factor positivo que ayuda a mejorar las situaciones que se presentan en su entorno para poder superarlas y cumplir sus objetivos de esta manera las personas pueden afrontar las adversidades de mejor manera enfocándose en la auto eficiencia, resiliencia, esperanza y optimismo

- **Satisfacción laboral.**

Está considerada como un estado emocional que demuestra complacencia con las condiciones en las que las personas realizan sus actividades laborales, los beneficios que puede tener en un determinado entorno, esto examinado desde la percepción de cada individuo (Park y Ramos, 2018).

además, es el estado de complacencia que tienen las personas sobre las condiciones de trabajo además de un sentimiento placentero que se evidencian mediante factores cognitivos efectivo y comportamental, estos se manifiestan mediante sentimientos, actitudes y su percepción de las condiciones (Limaymanta y Turpo, 2021).

De la misma manera, se concibe como un conjunto de sentimiento favorables o desfavorables percibidos por el individuo, donde puede estar complacido con el trabajo que mantiene y a través de este puede mejorar su calidad de vida laboral (Trujillo et al., 2020). Así mismo, es considerada como una actitud positiva o negativa que asume una persona en cuanto al entorno laboral, misma que está basada en las creencias y valores que se presentan en el trabajo (Cruz y Bernui, 2019).

A través del modelo social cognitivo propuesto por Lent, este parte de una visión proactiva y propone integrar los elementos afectivos y situacionales de las áreas de trabajo, estos elementos pueden producir que la satisfacción aumente o disminuya, mediante este modelo se propone integrar a los factores afectivos-disposicionales y situacionales (condiciones laborales) y elementos socio-cognitivos y conductuales, que promuevan o reduzcan esta condición (Lapuente et al., 2019).

De esta manera se puede mencionar que está enfocada a los sentimientos de placer que mantiene una persona en relación con el trabajo que desempeña además está enfocada a mejorar la calidad de vida de los trabajadores, de esta manera puede sentirse comprometidos con la institución educativa a la que presta sus servicios.

1.3.2. Importancia del capital psicológico y satisfacción laboral

- **Capital psicológico.**

El capital psicológico aporta de forma positiva en las condiciones de trabajo que se pueden presentar a nivel académico, estas se consideran como favorables cuando los docentes tienen una buena resiliencia o adaptación a los cambios significativos (Atacusi y Solis, 2022). Es así que, el capital psicológico promueve actitudes, comportamientos positivos en los docentes y favorece el desarrollo de actividades académicas contempladas como inalcanzables generando actitudes positivas para alcanzar sus metas y vencer obstáculos (Mesurado y Laudadio, 2019).

Mientras que, la autoeficacia en los docentes se centra en los sentimientos positivos para alcanzar un meta académica estableciendo objetivos que se puedan cumplir, por lo que los profesores tienden mejorar sus capacidades cognitivas cuando mantienen un buen nivel de capital psicológico demostrando así un mejor interés por las actividades que realiza (Jiménez, 2021).

El capital psicológico es muy importante en los docentes considerando que puede ayudar afrontar las condiciones desagradables provenientes de los factores psicosociales negativos como el estrés, la depresión y la ansiedad, de esta manera podrán fortalecer sus capacidades para cumplir sus objetivos personales y organizacionales (Fernández et al., 2021)

De esta manera se puede considerar que el capital psicológico es un factor psicosocial positivo que ayuda a los docentes a lograr sus metas y que favorece a satisfacer las necesidades de realización personal mejorando de esta manera su calidad de vida, además de mejorar la calidad de enseñanza académica.

Satisfacción laboral. La percepción de la satisfacción laboral en maestros es esencial y necesaria, lo cual debe ser lograda a través de una gestión eficaz de los recursos para desarrollar sus funciones de forma adecuada garantizando una buena calidad de enseñanza a sus alumnos (Zelada, 2020).

La calidad de la enseñanza está considerada por dos factores que los maestros deben mantener de forma activa para que se desarrolle de forma efectiva el proceso de enseñanza aprendizaje como son: el desempeño docente y el rendimiento en el trabajo, cuando estos se ven alterados por una baja satisfacción laboral la calidad de la enseñanza disminuirá (Limaymanta y Turpo, 2021).

Por otra parte, cuando es percibida como insatisfacción laboral pueden acumular sentimientos negativos que a través de esto los empleados pueden disminuir la calidad de vida, por lo que es necesario mantener una buena satisfacción laboral para que los docentes puedan mantener una enseñanza de calidad (Trujillo et al., 2020). En este sentido, cuando los docentes perciben alta presión laboral y una escasa promoción profesional, existe una percepción de una baja satisfacción laboral lo que induce a una inconformidad con su trabajo generando una disminución en la calidad de trabajo que desempeñan (Challco y Robles, 2019)

Se puede mencionar que la satisfacción laboral es importante porque los docentes se sienten comprometidos con la enseñanza y sus estudiantes, además de sentirse orgullosos de pertenecer a la unidad educativa demostrando así el interés por su trabajo logrando alcanzar sus objetivos y metas planteadas (Cruz y Bernui, 2019).

De esta manera se puede confirmar que la satisfacción laboral es muy importante en el desarrollo de la actividad académica, cuando los docentes sienten satisfechos puede aumentar el nivel de compromiso con la unidad educativa y el compromiso de enseñanza que tienen con sus alumnos, de la misma manera pueden mejorar calidad de enseñanza además de mejorar la calidad de vida.

1.3.3. Investigaciones previas del capital psicológico y satisfacción laboral.

- **Capital psicológico.**

En una investigación realizada por Mesurado y Laudadio (2019) la cual tuvo como objetivo estudiar la relación de las etapas del desarrollo profesional, del capital psicológico y el engagement con el burnout de los docentes universitarios, donde participaron 250 profesores argentinos. Los resultados evidenciaron valores estadísticos en autoeficacia ($M= 5.04$ $DT= 0.83$), esperanza ($M= 4.88$ $DT= 0.70$), resiliencia ($M= 4.74$ $DT= 0.80$), y optimismo ($M= 7.67$ $DT= 0.93$), por lo tanto, se concluye que los docentes con mayor experiencia laboral presentan mayores niveles de capital psicológico.

Vázquez (2021) realizó una investigación con el propósito de describir, comparar y analizar la relación entre las variables Burnout, Conflicto Trabajo-Familia, Satisfacción Laboral y Capital Psicológico, en este estudio participaron 86 docentes chilenos. Como principal resultado se evidenció que el 90% de los docentes presenta niveles adecuados de Capital Psicológico, concluyendo que la mayor parte de los docentes de este estudio manifestaron estar en un nivel alto de capital psicológico.

Atacusi y Solis (2022) realizaron un estudio con el objetivo de determinar la existencia de relación entre Capital psicológico y Satisfacción laboral en docentes, en la investigación participaron 300 docentes peruanos, como resultado del estudio se evidenció que el 94% de los docentes mantenían un nivel alto de capital psicológico.

Por otra parte, Salessi (2022) realizó una investigación con el objetivo de explorar el capital psicológico, compromiso afectivo y satisfacción laboral en el personal docente argentino. Como resultado se evidenció datos estadísticos conforme a la media y desviación estándar ($M= 4.10$, $DT = 0.70$) concluyendo que a mayor capital psicológico mayor satisfacción laboral.

De esta manera se demuestra que el capital psicológico actúa de forma positiva para compensar los efectos de los factores de riesgo negativos que pueden afectar la salud de los docentes, de esta manera también se logró verificar que mucho de los docentes tiene niveles altos de capital psicológico demostrando que puede ser considerado como factor protector. Satisfacción laboral. De acuerdo con Arce y Rojas (2020) en un estudio realizado sobre satisfacción laboral y estrés por teletrabajo, en el estudio participaron 240 teletrabajadores y

224 trabajadores presenciales, estos aseguraron de acuerdo con una escala de 0-4 la mayor parte de los docentes que realizan teletrabajo mantienen un nivel de 3.7 en satisfacción laboral mientras que los que trabajan presencialmente mantuvieron 3.49, en cuanto a los índices de satisfacción laboral global también demuestra un índice de 3.37 con respecto al trabajo presencial que menciona 3.2 concluyendo que los docentes se sienten satisfechos por realizar las actividades académicas desde casa.

Avendaño et al. (2021) en su estudio realizado con el objetivo de analizar la satisfacción laboral de los docentes. En el estudio participaron 58 docentes venezolanos y se obtuvo como resultado que más del 38% de los docentes mantienen insatisfacción laboral. Datos que permiten concluir que los docentes han tenido algún tipo de afectación en su satisfacción laboral.

Por otra parte, Limaymanta y Turpo (2021) realizaron un estudio con el objetivo de analizar los factores asociados a la satisfacción laboral del profesorado de una universidad pública y privada ubicada en Lima, Perú, con la participación de 98 docentes. Los resultados demostraron que el nivel de satisfacción más frecuente en el personal docente de ambos grupos es satisfactorio (42.5% y 41.4%). Sin embargo, en el grado de totalmente satisfecho, el 7.5% de docentes de la universidad pública tiene el mencionado nivel de satisfacción, que se compara con el 20.7% obtenido en la universidad privada. Concluyendo que no existe diferencia entre los niveles de satisfacción laboral del personal docente de ambas universidades.

Trujillo et al. (2020) realizó una publicación con el objetivo determinar la relación entre la satisfacción laboral y el desempeño de los docentes, en la cual participaron 118 profesores peruanos donde se evidenció que el 70,2% se encontraban satisfechos con las actividades que realizan. Concluyendo que no existió evidencia significativa entre satisfacción laboral y desempeño docente.

Sánchez (2019) realizó un estudio con el objetivo de analizar la calidad de vida y satisfacción laboral de 225 docentes ecuatorianos. Los resultados evidencian que el 67.6% mantuvo un nivel bajo, mientras que el 12.4 se evidenció en nivel medio y el 20% en nivel alto

de satisfacción laboral. Concluyendo que más de la mitad de los docentes se encuentran insatisfechos por las actividades que realizan.

Challco y Robles (2019) realizaron un estudio con el objetivo de determinar la asociación entre la remuneración, carga laboral y el reconocimiento con la satisfacción laboral, en el análisis participaron 60 profesores peruanos dando como resultados que el 63.3% de los maestros mantuvo un nivel moderadamente satisfecho y el 36,7% satisfecho, concluyendo que los docentes de este estudio se encuentran insatisfechos por las actividades que desempeñan.

De esta manera se puede evidenciar que de acuerdo con los tipos de investigaciones la satisfacción laboral varía de acuerdo con el tipo de institución o nacionalidad en la que se realizaron los estudios depende también de la percepción que tengan cada uno de los docentes que participan en los estudios

Finalmente, la importancia del tema de estudio radica en la necesidad de mejorar las condiciones de salud laboral de los docentes y de esta manera minimizar los factores de riesgo y fortalecer los factores positivos para menguar los daños a la salud que estos pueden producir. De la misma manera, coadyuva a mantener ambientes de trabajo seguros y saludables mediante planes de intervención enfocados a aumentar la satisfacción laboral y mejorar la calidad de vida. Por tanto, el propósito de la presente investigación es determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos del sector urbano de la ciudad de Shushufindi, durante el año 2023.

Capítulo dos

2. Metodología

2.1. Objetivos

2.1.1. *Objetivo general*

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

2.1.2. *Objetivos específicos*

- **Determinar la prevalencia de las variables de salud mental (ansiedad, depresión, estrés) en docentes del sector urbano de la ciudad de Shushufindi, durante el año 2023**
- **Identificar el capital psicológico en los docentes del sector urbano, de la ciudad de Shushufindi.**
- **Determinar la satisfacción laboral en los docentes del sector urbano de la ciudad de Shushufindi durante el año 2023.**

2.2. Preguntas de investigación

- a) **¿Cuál es el estado de salud mental de los docentes de la ciudad de Shushufindi en relación con el estrés, ansiedad y depresión?**
- b) **¿Cuáles son los niveles del capital psicológico con base en las dimensiones de autoeficacia, esperanza, resiliencia y optimismo en docentes de unidades educativas de la ciudad de Shushufindi?**
- c) **¿Cuál es el nivel de satisfacción laboral que demuestran los docentes de unidades educativas de la ciudad de Shushufindi?**

2.3. Enfoque, tipo y diseño de investigación

2.3.1. *Enfoque*

Cuantitativo: mediante este enfoque se puede demostrar de forma cuantificable para poder corroborar o rechazar una determinada hipótesis preestablecida de una variable de estudio (Arias y Covinos, 2021) Mediante el estudio cuantitativo se realizará un análisis de los

datos recopilados mediante los instrumentos aplicados a los docentes de las unidades educativas de la ciudad de Shushufindi, para lo cual se recurrirá a procedimientos de estadística descriptiva que coadyuvaran a determinar la prevalencia de las variables de estudio.

2.3.2. Tipo de investigación

No experimental: Son los estudios que se realizan de manera que en ningún momento se modifica o manipula ninguna de las variables de estudio, solamente se observan los fenómenos en su entorno natural para después analizarlos (Pérez et al., 2020). En la presente investigación se analizará únicamente las prevalencias de la ansiedad, depresión y estrés en los docentes dentro de su entorno laboral, más no se realizará la manipulación de ninguna de las variables de estudio que pueda afectar de manera positiva o negativa en la ejecución del presente estudio.

2.3.3. Diseño

Transversal: Este diseño se utiliza para analizar el nivel o estado de una o diversas variables en un momento determinado, considerando que no se volverá a recolectar información en otro instante de esta manera se realizará la recolección de datos del fenómeno en una sola ocasión (Arias, 2020). Para la presente investigación se realizó la aplicación de los instrumentos en un solo momento, por lo que no se volverá a recolectar datos posteriormente al análisis de los resultados.

Descriptiva: Es utilizada para relatar las características de un determinado fenómeno en una población o muestra específica relacionada con una serie de cuestiones, se mide o se recolecta información de manera independiente o conjunta sobre cada una de las variables de estudio para describir lo que se investiga. Este diseño permite narrar las cuestiones de un grupo o población (Pérez et al., 2020). Para la presente investigación se utilizó el método descriptivo porque se analizó los datos mediante estadística descriptiva para conocer las características sociodemográficas-laborales de la muestra, el nivel de prevalencia de ansiedad, depresión y estrés a los cuales se encuentran expuestos los docentes de las unidades educativas de la ciudad de Shushufindi.

2.4. Población y muestra

2.4.1. Población

La población es considerada como un determinado grupo total de personas, objetos, eventos entre otros que se asemejan con determinadas condiciones que los investigadores necesitan estudiar o conocer su comportamiento (Robles, 2019).

La población considerada en el presente estudio fueron los docentes de educación general básica, básica media, básica superior y bachillerato de diferentes unidades educativas de la ciudad de Shushufindi – Ecuador.

2.4.2. Muestra

Se considera a una determinada cantidad de personas u objetos del total de una población general correspondiente a un grupo con características similares para conocer su comportamiento (Pérez et al., 2020). Por otra parte, para el presente estudio se utilizó el muestreo no probabilístico por accesibilidad-accidental mediante este tipo de muestreo se considera una determinada cantidad de personas que se encuentran disponibles en un determinado momento hasta lograr recolectar la cantidad de datos necesarios para el estudio (Ortega, 2021).

2.4.3. Muestra participante

Tabla 1

Características sociodemográficas y laborales del personal de salud

		N	%		
Género	Masculino	13	32,5%		
	Femenino	27	67,5%		
Estado civil	Soltero/a	18	45%		
	Casado/unión libre	19	47,5%		
	Divorciado/a	3	7,5%		
Tipo de trabajo	Tiempo completo	35	87,5%		
	Tiempo parcial	5	12,5%		
Tipo de institución	Pública	40	100%		
		M	Máx.	Min.	DT
Edad		43	65	22	10
Horas de trabajo por día		9	24	8	3
Experiencia laboral		13	30	1	8

Nota 1: Cuestionario Ad-Hoc (M media; DT desviación típica)

Mediante el tipo de muestreo no probabilístico por accesibilidad-accidental y considerando los criterios de inclusión-exclusión la muestra del presente trabajo investigativo está constituida de 40 docentes, de los cuales mayoritariamente el 67,5% de la muestra son mujeres. En función de la variable edad se observa edades comprendidas entre 22 a 65 años de edad con una media de $M=43$, y el estado civil que predomina en los docentes es el casado / unión libre (47.5%).

En relación con el perfil laboral de los docentes se indica que la mayor parte labora a jornada tiempo completo (87.5%); además, todos los docentes laboran en instituciones públicas, con un promedio de 9 horas, y una experiencia laboral representando una media de 13 años.

2.4.4. Criterios de inclusión / exclusión

a) Criterios de Inclusión

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

b) Criterios de Exclusión

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

2.5. Instrumentos de recogida de información

Para la ejecución de la presente investigación se aplicaron de cuatro instrumentos: un cuestionario sociodemográfico y laboral, el cuestionario para evaluar Ansiedad, Depresión y Estrés (DASS 21), el cuestionario para evaluar la satisfacción laboral y por último el instrumento (PCQ-24) utilizado para evaluar el capital psicológico.

En este sentido, las características de los instrumentos se resumen en la tabla 2, misma que se presenta a continuación:

Tabla 2

Características de los Instrumentos

	(DASS – 21)	Satisfacción Laboral	PCQ-24
Autor	Lovibond y Lovibond, (1995)	Warr et al. (1979)	Luthans et al. (2007)
Versión utilizada	Ruiz et al. (2017)	Pérez y Fidalgo (1995)	Ponce y Yáber (2012)
Tiempo de aplicación	5 a 10 minutos.	10 a 15 minutos	10 a 15 minutos.
Objetivo	Evaluar los niveles de ansiedad, depresión y estrés.	Evaluar el nivel de satisfacción laboral.	Evaluar el nivel de capital psicológico
Población	Adultos de 18 a 65 años	Adultos de 18 a 65 años	Adultos de 18 a 65 años
Reactivos	21 reactivos	15 reactivos	24 reactivos
Escala	Tipo Likert 0: nada aplicable en mí 1: aplicable a mí 2: en algún grado, aplicable en mí 3: en alto grado, muy aplicable en mí.	Escala tipo Likert que oscila Muy insatisfecho, Insatisfecho, Moderadamente insatisfecho, Ni satisfecho ni insatisfecho Moderadamente satisfecho Satisfecho Muy satisfecho	1 (muy en desacuerdo) hasta 7 (muy de acuerdo).
Dimensiones	La subescala de depresión comprende los ítems: 3, 5, 10, 13, 16, 17 y 21,	La subescala de factores intrínseco está	La dimensión de eficacia comprende los ítems: 1,2,3,4,5

	Ansiedad los ítems: 2, 4, 7, 9, 15, 19 y 20 y	compuesta por 7 ítems: 2,4,6,8,10,12 y 14	y 6; la dimensión de esperanza los ítems: 7,8,9,10,11 y 12; la resiliencia los ítems 13,14,15,16,17 y 18 y el optimismo los ítems 19,20,21,22,23 y 24 (los ítems 13,20 y 23 son de puntuación inversa)
	Estrés los ítems: 1, 6, 8, 11, 12, 14 y 18.	mientras que la subescala de factores extrínsecos la componen los ítems: 1,3,5,7,9,11,13 y 15.	
Confiabilidad y validez factorial	Depresión: 0.85 Estrés:0.83 Ansiedad:0.73 General:0.91	Alpha de 0.76	Alpha de 0.79
Interpretación de puntajes	<p><i>Depresión</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • 5 a 6 leve • 7 a 10 moderada • 11 a 13 severa • ≥14 extremadamente severa <p><i>Ansiedad</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • 4 leve • 5 a 7 moderada • 8 a 9 severa • ≥10 extremadamente severa <p><i>Estrés</i></p>	<p>Se considera el puntaje mínimo insatisfacción laboral entre 7 y 49</p> <p>Mientras que la satisfacción intrínseca de 8 y 56 satisfacción extrínseca.</p> <p>La puntuación total de la escala oscila entre 15 y 105.</p>	<p>Para la interpretación se considera qué a mayor puntuación, mayor grado de capital psicológico o sus dimensiones</p> <p>Presenta una puntuación mínima de 24 y una máxima de 144.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • 8 a 9 leve • 10 a 12 moderado • 13 a 16 severo • ≥17 extremadamente severo 		
Calificación	<p>Se deben sumar las puntuaciones de los ítems correspondientes a cada una de las dimensiones</p> <p>A mayor puntuación mayor grado de sintomatología</p>	<p>Esta se obtiene mediante la suma de los ítems considerando que a mayor puntuación mayor satisfacción laboral</p>	<p>Se calcula promediando todos los elementos de la escala.</p> <p>La puntuación general se realiza tomando la media de todos los ítems. Los ítems 13, 20 y 23 se puntúan de manera inversa,</p>

Nota 2: Esta tabla demuestra las características de los instrumentos aplicados (Lovibond y Lovibond, 1995; Luthans et al., 2007; Warr et al., 1979)

DASS= Instrumento para evaluar Ansiedad, Depresión y Estrés

PCQ-24= Cuestionario para evaluar capital psicológico

2.6. Procedimiento

El procedimiento de la investigación contempla tres fases que se definen a continuación:

Fase 1: Revisión de la literatura para la redacción del marco teórico

Mediante la revisión bibliográfica se describieron los conceptos y antecedentes de la investigación relacionado con el capital psicológico, satisfacción laboral, la ansiedad, depresión, estrés en docentes. Para ello se revisaron varios artículos científicos originales e investigaciones realizadas enfocadas en la población de estudio; además se consultaron diferentes bases de datos como: Google Académico, Redalyc, EBSCO, Scielo, entre otros, los cuales coadyuvaron para la realización del sustento teórico

Fase 2: Recolección de datos

Para la aplicación de los instrumentos se solicitó la aprobación mediante convenio entre la Universidad Técnica Particular de Loja (UTPL) y las instituciones educativas, estas unidades educativas aceptaron participar en el estudio y mediante consentimiento informado los docentes encuestados aceptan completar los instrumentos para analizar los índices de prevalencia de ansiedad, depresión, capital psicológico y satisfacción laboral.

Para la recolección de datos se acudió de manera presencial a las instituciones educativa, pero la completación de los instrumentos se realizó con la ayuda de medios electrónicos a través de un enlace que le direccionara al formulario donde se encuentran los instrumentos.

Primeramente se proporcionó las indicaciones necesarias para completar cada cuestionario, los participantes aceptaron los términos del consentimiento informado luego pusieron su número de cedula posteriormente colocaron el código de estudiante 256 para que los datos puedan ser recolectados de forma adecuada, durante el llenado online de los cuestionarios se les brindó el soporte correspondiente para que puedan completar todo el contenido. Finalmente, se verificó que completen correctamente el formulario presionando en la tecla enviar.

Fase 3: Análisis de base de datos

Para el procesamiento de información se realizó una depuración de la base de datos y los análisis se llevaron a cabo mediante el software: Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales (SPSS), por sus siglas en inglés. Para las variables sociodemográficas y laborales, se utilizaron medias y desviaciones típicas. Así mismo se realizaron análisis descriptivos de la muestra mediante las medias y las desviaciones típicas para variables cuantitativas, se utilizó frecuencias y porcentajes para resumir las variables nominales

Capítulo tres

3. Análisis de resultados y discusión

3.1. Análisis de resultados

Según los instrumentos utilizados para la recolección de la información a continuación, se presentan los resultados cada una de las variables de estudio obtenidos mediante procedimientos de estadística descriptiva.

Tabla 3

Variables de salud mental en docentes

		N	%
Estrés	Leve	40	100%
	Moderado	0	0%
	Severo	0	0%
Ansiedad	Leve	34	85%
	Moderado	4	10%
	Severo	2	5%
Depresión	Leve	37	92,5%
	Moderado	3	7,5%
	Severo	0	0%

Nota 3. N =Frecuencia; %=Porcentaje

En la tabla 3 se observan los resultados de las variables de salud mental (ansiedad, depresión y estrés) de los docentes ecuatorianos del sector urbano de la ciudad de Shushufindi durante el año 2023, los cuales se obtuvieron con la utilización del cuestionario psicológico DASS 21.

En cuanto al análisis de la salud mental de los docentes se identificó que todos los profesionales mantienen un nivel leve de estrés. Por otra parte, en la dimensión de ansiedad se aprecia que la mayor parte de los docentes (85%) denotan un nivel leve; mientras que, el resto de los docentes reporta niveles severos (5%) y moderados (10%). En la dimensión de depresión se pudo verificar que predominó el nivel leve (92.5%), siendo un porcentaje mínimo (7.5%) que educadores que puntúan niveles moderados.

De esta manera, se puede mencionar que la gran parte de los docentes experimentan niveles leves de ansiedad, depresión y estrés; sin embargo, se observa la presencia de síntomas de ansiedad en niveles severo y moderado

Tabla 4

Capital psicológico en docentes.

	M	Máx.	Mín.	DT
Eficacia	37,67	42,00	24,00	4,41
Esperanza	39,22	42,00	28,00	3,77
Resiliencia	35,05	42,00	28,00	3,02
Optimismo	32,90	42,00	27,00	4,24
Capital psicológico	149,25	168,00	107,00	14,16

Nota 4. M= Media; Máx= Máximo; Mín= Mínimo; DT= Desviación típica

En la tabla 4 se detallan los resultados de capital psicológico. Se verificó una media global de 149.25; mientras que, en las dimensiones de este instrumento se observó que la media más alta corresponde a esperanza (39.22), seguido de la dimensión eficacia con una media de 37.67, posteriormente se ubica la resiliencia y por último la dimensión de optimismo M=32.9.

De modo que, se refleja que la mayor parte de los maestros perciben un óptimo capital psicológico. La dimensión que resaltó fue esperanza lo que refiere que los profesionales podrían denotar una buena planificación para realizar sus actividades, motivación para desempeñar sus funciones y una adecuada determinación para poder lograr sus objetivos.

Tabla 5

Satisfacción laboral en docentes

	M	Máx.	Mín.	DT
Satisfacción intrínseca	43,30	49,00	31,00	5,23
Satisfacción extrínseca	42,15	49,00	25,00	5,92
Satisfacción general	85,45	98,00	58,00	10,92

Nota 5. M= Media; Máx= Máximo; Mín= Mínimo; DT= Desviación típica

En la tabla 5 se reflejan los resultados obtenidos en satisfacción laboral. Se obtuvo una media general de 85.45; en tanto que los maestros puntúan una media más alta en satisfacción intrínseca ($M=43.30$).

De esta forma, se menciona que la muestra de estudio tiene una buena satisfacción laboral, por lo que, podrían reflejar una buena motivación para ejecutar sus actividades; sin embargo, sobresale la satisfacción intrínseca misma que se relaciona con el reconocimiento obtenido por el trabajo, responsabilidad, promoción y aspectos relativos al contenido de la tarea.

Discusión

El objetivo general de la presente investigación es determinar la prevalencia de la salud mental, el capital psicológico y satisfacción laboral en docentes ecuatorianos del sector urbano de la ciudad de Shushufindi, durante el año 2023.

De lo anterior, el primer objetivo específico es determinar la prevalencia de las variables de salud mental (estrés, ansiedad, depresión), En cuanto a la dimensión de estrés se pudo evidenciar que el 100% de los participantes mantuvieron un nivel leve, datos que discrepan con el estudio de Carranza (2021) donde se indica que los niveles de estrés de los docentes peruanos puntúan un nivel bajo 23%, medio 54.2% y alto 21%; la diferencia puede ser por las condiciones que mantienen los docentes, el cambio de horarios, los métodos de trabajo, las herramientas (tecnológicas) que necesitaron cambiar durante la pandemia COVID 19; De la misma manera.

Mientras que en el estudio de García (2020) se discrepa los resultados evidenciando que el 35% de los docentes ecuatorianos puntúan un nivel leve. Demostrando así que los niveles de exigencia a las que se ven sometidos representan una condición que los hace vulnerables a manifestar niveles elevados de estrés y en el estudio de Garnique et al. (2022) demostraron que el 47.7% puntúan nivel medio y el 18.8% nivel alto discrepando así con los resultados de la presente investigación.

En cuanto los resultados de ansiedad demuestran que el 85% de los docentes mantuvo un nivel leve, datos similares al estudio de Salinas (2019) donde demostró que el

42% de docentes chilenos se ubican en el mismo nivel. De igual manera se evidencio en el estudio realizado por Trujillo y Delgado (2021) donde la mayor parte de los docentes mexicanos mostraron un nivel leve 61.3%, discrepando con el estudio de Reyes y Viteri (2023) donde únicamente el 13.55% mantuvo un nivel leve.

Respecto a la dimensión de depresión se verificó que el 92.5% puntúa niveles leves; lo que se asemeja con el estudio de Cárdenas (2022) realizado en docentes peruanos demostrando un nivel leve (76.9%). Igualmente, en el estudio de Cabezas et al. (2021) se indica en nivel leve (71.23%); De la misma manera en la presente investigación se señala un 7.5% en el nivel moderado datos similares al estudio de Aveiro et al. (2021) donde se expone un 8.6% en el mismo nivel demostrando que una parte de la población docente se encuentra en riesgo.

El segundo objetivo específico es identificar el capital psicológico en los docentes. Los docentes mantienen un nivel general de capital psicológico $M=149.25$ datos que se asemejan con el estudio realizado por Ramírez y Ortega (2021) donde se observó que la media de capital psicológico se mantuvo en $M=137.2$. además, los resultados demostraron que los maestros mantienen mayor esperanza $M=39.22$, son más eficaces $M=37.67$, son más resilientes $M=35.05$ y perciben mayor optimismo $M=32.90$,

Los datos anteriores se asemejan al estudio de Castro (2020) donde se evidenció que tienen mayor esperanza $M=35$, son más eficaces $M=33.1$, son más resilientes $M=31.6$ y perciben mayor optimismo $M=27.1$, de la misma manera se igualan con los datos de Tuárez (2021) donde demuestran tener mayor esperanza $M=33.35$, son más eficaces $M=31.90$, son más resilientes $M=30.95$ y perciben mayor optimismo $M=29.65$. De esta manera se puede evidenciar que los docentes participantes en este estudio pueden percibir mayor capital psicológico por las capacidades que tienen para resolver problemas y adaptarse a las condiciones laborales.

Por último, el tercer objetivo específico es determinar la satisfacción laboral en los docentes, como resultados se evidenció que los profesionales mantienen una adecuada satisfacción laboral general ($M=85.45$); datos que discrepan a los resultados obtenidos

aplicando el mismo instrumento Cruz y Bernui (2019) evidenciaron que la satisfacción general puntuó en $M=26.7$ demostrando que tienen menor satisfacción laboral. Por lo que se puede mencionar que, la satisfacción depende de la percepción de los docentes de acuerdo con sus condiciones laborales, su responsabilidad, promoción y contenido de la tarea que mantiene.

En cuanto a la satisfacción intrínseca en el presente estudio puntuó una ($M=43.30$) datos similares con los hallazgos detectados en el estudios de (Valdivia et al., 2023) donde sus resultados fueron ($M=37$); asemejándose con los resultados de Arteaga y Leyva (2020) donde la esta dimensión se mantuvo en $M=35.84$, demostrando así que tienen una mayor satisfacción laboral. Por otro lado, con base a los resultados sobre la satisfacción extrínseca se indica una $M=42.15$ resultados semejantes a los que presenta Alburquerque y Ubillus (2021) en su estudio donde alcanzo una media de 82.79; mientras que se asemeja con los datos que presento Arteaga y Leyva (2020) demostraron una eficiencia donde el puntaje fue de ($M=41.32$). Por lo que los maestros pueden tener efectos positivos y una mayor satisfacción extrínseca

Conclusiones

Se concluye que en la muestra de estudio predominan los niveles leves, en ansiedad, depresión y estrés; no obstante, se evidenció un nivel moderado de ansiedad (10%) y severo (5%), mientras que en depresión un 7.5% mantuvo nivel moderado, pese que es una cuantía mínima de docentes en niveles de riesgo, se considera una población expuesta.

Los docentes de la unidad educativa mantienen buenos niveles de capital psicológico lo que denotan que pueden mantener una buena eficacia, esperanza, resiliencia y optimismo para poder contrarrestar los problemas que se presentan durante la ejecución de sus actividades laborales.

Por último, se evidenció que los docentes reflejan una adecuada satisfacción laboral general ($M=85.45$). De la misma manera, la satisfacción intrínseca y extrínseca demostraron puntuaciones sobre la media de corte lo que demuestra que los docentes se sienten satisfechos con su rol que desempeña en la educación educativa.

Recomendaciones

Con base a los resultados obtenidos se recomienda que la institución educativa en coordinación con el Departamento de Consejería Estudiantil (DECE) trabajen en actividades de promoción y prevención de la salud mental para evitar que los niveles leves de ansiedad, depresión y estrés tiendan a aumentar; sin embargo, para los docentes que mantienen niveles moderados en las dos dimensiones (ansiedad y depresión) realizar talleres con actividades que incluyan relajación, respiración, ejercicio, autocuidado con el propósito de minimizar los efectos que puedan perjudicar la salud mental de los maestros.

Para que los maestros mantengan un nivel óptimo de autoeficacia, resiliencia, optimismo y esperanza, la unidad educativa en conjunto con el DECE debe identificar las cualidades positivas de los docentes e implementar planes de carrera para que los docentes aumenten su desarrollo personal. Por otra parte, para mantener un nivel óptimo de capital psicológico deberá mantener reuniones recreativas; fomentar la conciliación laboral; implementar talleres de mesa de trabajo, establecer canales de comunicación asertiva desarrollar capacitaciones gratuitas de formación profesional.

Se recomienda que los maestros mantengan una comunicación efectiva para fortalecer las relaciones interpersonales, además la unidad educativa debe mantener programas de incentivos y reconocimientos, conjuntamente tienen que promover programas de desarrollo profesional para que puedan tener un equilibrio entre su vida laboral, personal y familiar, creando así una cultura organizacional positiva con el propósito de mantener una salud mental alta.

Referencias

- Acosta, A., Jiménez, L., Pulido, E., y Redondo, M. (2019). Estrés ocupacional y evaluación de desempeño en docentes universitarios del departamento del Cesar, Colombia. *Revista Encuentros*, 17(01), 24-33. <https://doi.org/10.15665/encuent.v17i01.1595>
- Aguilar, D. (2023). *Influencia del estrés laboral en el desempeño laboral en trabajadores del área comercial de una empresa en San Isidro, 2022* [Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán] Repositorio institucional]. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/10773/AguilarTuanama%2C%20Daly%20Janet.pdf?sequence=11&isAllowed=y>
- Alburquerque, L., y Ubillus, K. (2021). *Satisfacción laboral y síndrome de Burnout en el personal administrativo de una empresa Agroindustrial* [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo] Repositorio Institucional]. <http://weekly.cnbnews.com/news/article.html?no=124000>
- Alvites, C. (2019). Teacher stress and psychosocial factors in teachers from latin america, north america and europe. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 141-178. <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.393>
- American Psychiatric Association. (2014). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM-5. En *Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-5®*. <https://www.federaciocatalanatdah.org/wp-content/uploads/2018/12/dsm5-manualdiagnosticoyestadisticodelostrastornosmentales-161006005112.pdf>
- Arce, L., y Rojas, K. (2020). Satisfacción laboral y estrés en teletrabajadores y trabajadores presenciales de una universidad estatal de Costa Rica. *UNED Research Journal*, 12(2), 3141. <https://doi.org/10.22458/urj.v12i2.3141>
- Arias, J. (2020). *Técnicas e instrumentos de investigación científica Enfoques Consulting EIRL*. Enfoques Consulting EIRL.
- Arias, J., y Covinos, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación. Enfoques Consulting EIRL*.
- Armenta, L., y Abundis, F. (2021). Influencia de la calidad de vida laboral en la docencia.

Revista de humanidades y ciencias sociales, 8(1), 141-155.

- Arteaga, K., y Leyva, R. (2020). *Satisfacción laboral y variables ocupacionales en colaboradores del Gobierno Regional La Libertad*. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/46718/Arteaga_SKBB-Leyva_GRM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Atacusi, R., y Solis, L. (2022). *Capital psicológico y Satisfacción laboral en docentes de instituciones educativas de Lima Este, 2022* [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo] Repositorio Institucional]. <http://www.scielo.br/pdf/ean/v13n2/v13n2a08.pdf>. 2009 abr-jun; 13(2).
- Avalos, R., y Leo, J. (2019). *Evidencias de Validez y Confiabilidad de la Escala Capital Psicológico en trabajadores de una empresa pública de la provincia de Trujillo* [tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo] Repositorio Institucional]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/37457/avalos_lr.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Avendaño, W., Luna, H., y Rueda, G. (2021). Satisfacción laboral de los docentes: un análisis desde los factores extrínsecos e intrínsecos. *Revista Venezolana de Gerencia*, 26(5), 190-201. <https://doi.org/10.52080/rvgluz.26.e5.13>
- Barnhill, J. (2020). *Generalidades sobre los trastornos de ansiedad*. Manual MDS. <https://www.msmanuals.com/es-ec/professional/trastornos-psiquiaticos/trastorno-de-ansiedad-y-trastornos-relacionados-con-el-estrés/generalidades-sobre-los-trastornos-de-ansiedad>
- Basurto, A., Rodríguez, L., Giniebra, R., y Loor, M. (2020). Reacciones psicósomáticas producidas por el estrés y la salud mental de los docentes universitarios. *ReHuSo: Revista de Ciencias Humanísticas y Sociales*, 5(3), 16-25. <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. <https://doi.org/10.15446/rcp.v28n1.66462>

- Beck, A. (1967). *Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects*. New York.
- Cabezas, E., Herrera, R., Ricaurte, P., y Novillo, C. (2021). Depresión, Ansiedad, estrés en estudiantes y docentes: Análisis a partir del Covid 19. *Revista Venezolana de Gerencia*, 26(94), 603-622. <https://doi.org/10.52080/rvgluzv26n94.9>
- Cárdenas, K. (2022). *Estrés y depresión en docentes de educación escolar en modalidad virtual debido a la pandemia por COVID-19* [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma del Perú] Repositorio Institucional.]. [https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1831/Cardenas Sanz%2C Karen Elizabeth.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1831/Cardenas%20Karen%20Elizabeth.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Carranco, S., y Pando, 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)
- Carranza, A. (2021). *Estrés y depresión en docentes de un centro educativo público de villa el salvador en el contexto de la pandemia por COVID-19* [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma del Perú] Repositorio Institucional.]. [http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/905/1/Grimaldo Garcia%2C Margarita Isabel.pdf](http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/905/1/Grimaldo%20Garcia%20Margarita%20Isabel.pdf)
- Castro, M. (2020). *Identificación del capital psicológico y su relación con el Síndrome de Burnout en una muestra de profesionales de la zona 7 de Ecuador*. https://dspace.utpl.edu.ec/visorHub/?handle=20.500.11962_26598
- Celis, C., y Nazar, G. (2022). Cambios en la prevalencia de depresión en Chile y el mundo debido a la pandemia por COVID-19. *Revista médica de Chile*, 150(5), 691-692. <https://doi.org/10.4067/s0034-98872022000500691>
- Chacón, A. (2020). *Capital psicológico académico: Ajustes en función de la contextualización y adaptación de un instrumento* [Tesis Doctoral, Universidad Católica Andrés Bello] Repositorio institucional.]. <http://biblioteca2.ucab.edu.ve/anexos/biblioteca/marc/texto/AAU4141.pdf>
- Chacón, E., Xatruch, D., Fernández, M., y Murillo, R. (2021). Generalidades sobre el trastorno

- de ansiedad. *Revista Cúpula*, 35(1), 23-36.
<https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v35n1/art02.pdf>
- Challco, L., y Robles, H. (2019). Satisfacción laboral en docentes de medicina de una universidad peruana. *Revista Peruana de Investigación en Salud*, 3(3), 123-126.
<https://doi.org/10.35839/repis.3.3.334>
- Challco, S. (2019). *Estrés académico en estudiantes de la escuela profesional de enfermería de la universidad Andina del Cusco año 2018* [Tesis de Licenciatura, Universidad Andina del Cusco] Repositorio Institucional].
https://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12557/3005/Susan_Tesis_bachiller_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Corea, M. (2021). La depresión y su impacto en la salud pública. *Rev Méd Hondur*, 89(1), 1-68. <https://doi.org/10.5377/rmh.v89iSupl.1.12047>
- Cruz, V., y Bernui, I. (2019). Satisfacción laboral en docentes de la facultad de medicina de una universidad pública. *Anales de la Facultad de Medicina*, 80(4), 494-497.
<https://doi.org/10.15381/anales.v80i4.16151>
- Cuadra, A., Sjöberg, O., Beyle, C., Veloso, C., Leiva, J., Pineda, C., Guerra, I., y Guerra, C. (2018). Capital psicológico y su relación con las actitudes deseadas. *Interciencia*, 43(11), 758-762. <https://www.redalyc.org/journal/339/33957918004/33957918004.pdf>
- Delgado, G. (2020). *Ansiedad en el personal de salud* [Tesis de Bachiller, Universidad Continental] Repositorio institucional].
https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/9883/2/IV_FHU_501_TI_Delgado_Angulo_2020.pdf
- Espada, J., Orgiles, M., Méndez, X., y Morales, A. (2021). Problemas relacionados con la regulación emocional: Depresión y problemas de ansiedad. En *Libro blanco de la salud mental*. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/68216076/LibroBlanco_Volumen1-libre.pdf?1626805560=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DLibro_Blanco_Volumen1.pdf&Expires=1688071843&Signature=WN~9M0xt9T-

nE6kegbZdW7Esn0tssaD7E91EOxYYNvU6cDHLQuXVXKqWeJ37

- Estrada, E. (2023). Salud mental en los docentes de instituciones educativas rurales en el contexto de pospandemia. *Revista Brasileira de Educação do Campo*, 8(1), 1-6. <https://sistemas.uft.edu.br/periodicos/index.php/campo/article/view/16034/21217>
- Fernández, M., Sanchez, M., y Meseguer, 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>
- García, M. (2020). Estrés laboral en docentes de enseñanza secundaria de una institución pública de la ciudad de Manta. *San Gregorio*, 1(43), 140-154. <http://190.15.133.15/index.php/REVISTASANGREGORIO/article/view/1412>
- García, R., Sánchez, L., Dueñas, F., y Meza, A. (2021). El síndrome de burnout y sus consecuencias en la salud mental de los docentes. *Revista Científica Sinapsis*, 1(19). <https://doi.org/10.37117/s.v19i1.392>
- Garnique, R., Ramírez, D., Diaz, M., Aranda, J., Alvarado, M., Cjuno, J., y Hernández, R. (2022). Work environment, depression, anxiety and stress in teachers of the Peruvian jungle in the Covid-19 context. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 41(5), 380-384. https://www.revistaavft.com/images/revistas/2022/avft_5_2022/10_work_environment_depression.pdf
- Gómez, J., Restrepo, J., y Díaz, C. (2023). Causas y efectos de la ansiedad en clase de inglés: Factores cognitivos y afectivos. *Revista Fuentes*, 25(1), 101-110. <https://doi.org/10.12795/revistafuentes.2023.22097>
- González, M., González, M., Hernández, L., y Lorenzo, L. (2023). The Bidimensional Model of Mental Health: an empirical approach in a general population sample. *Interacciones Journal of family, clinical and health psychology*, 9(259), 1-8. <https://ojs.revistainteracciones.com/index.php/rin/article/view/259/425>
- González, S., y Perez, S. (2019). Tecnoestrés docente: el lado opuesto de la utilización de las nuevas tecnologías por los Docentes del Nivel Medio. *Revista Científica Estudios e*

Investigaciones, 8(1), 21-35. <https://doi.org/10.26885/rcei.8.1.21>

Hernández, C., Ferrer, C., Montagud, S., y Blanco, M. (2023). Estrés en tiempos de confinamiento: estrategias de afrontamiento y crecimiento postraumático en población universitaria. *Revista de Psicología y Educación - Journal of Psychology and Education*, 18(1), 1. <https://doi.org/10.23923/rpye2023.01.229>

Instituto Nacional de Salud Mental. (2021). *Depresión*. <https://www.nimh.nih.gov/sites/default/files/health/publications/espanol/depression-sp/depression.pdf>

Jiménez, J. (2021). *Experiencias y vivencias de las condiciones de vida laboral y capital psicológico en los músicos profesionales de la orquesta sinfónica en la ciudad de Loja-ecuador durante el 2018 – 2021* [Tesis Doctoral, Universidad de Guadalajara] Repositorio institucional]. <https://www.riudg.udg.mx/handle/20.500.12104/91137>

Lapiente, L., Flores, P., Muñoz, R., y Medrano, L. (2019). Evaluación de un modelo socio-cognitivo de la satisfacción laboral en trabajadores argentinos. *Estudios de Psicología*, 24(1), 12-20. <https://doi.org/10.22491/1678-4669.20190002>

Leiton, K., y Pozo, F. (2022). *La ansiedad en docentes latinoamericanos durante el contexto de pandemia en los años 2020-2021* [Tesis de Licenciatura, Universidad Politécnica Salesiana Ecuador]. Repositorio Institucional]. <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/22070/1/TTQ655.pdf>

Limaymanta, C., y Turpo, O. (2021). Factores asociados a la satisfacción laboral del profesorado universitario. *Actualidades Investigativas en Educación*, 21(1), 1-23. <https://doi.org/10.15517/aie.v21i1.42494>

López, M., Neves, S., Viseu, J., y Santana, S. (2018). Capital Psicológico de los Trabajadores en España. Análisis Factorial Confirmatorio del PCQ-12. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 3(48), 67-79. <https://doi.org/10.21865/ridep48.3.06>

Lovibond, P., y Lovibond, S. (1995). The structure of negative emotional states: comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety

- Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335–343.
[https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
- Luthans, F., Avolio, B., Avey, J., y Norman, S. (2007). Positive psychological capital: Measurement and relationship with performance and satisfaction. *Personnel Psychology*, 60(3), 541–572. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/J.1744-6570.2007.00083.X>
- Maldonado, L. (2022). *Análisis del estrés laboral en docentes de la unidad educativa 11 de Noviembre, Riobamba-Ecuador* [Tesis de Maestría, Universidad Regional Autónoma de los Andes “UNIANDÉS”]. Repositorio institucional]. <https://dspace.uniandes.edu.ec/bitstream/123456789/15252/1/UA-MSO-EAC-083-2022.pdf>
- Martín, R. (2021). *¿Cuáles son las principales causas del estrés?* Forbes10years. <https://forbes.es/lifestyle/5454/cuales-son-las-principales-causas-del-estres/>
- Martínez, H., Rodríguez, L., y Cobeña, K. (2019). Estrés Laboral En Los Docentes Del Circuito 03 Distrito 13D11 De La Zona 04 De Educación Y Estresores Psicosociales Prevalentes. *Revista Cognosis*, 4(1), 83. <https://doi.org/10.33936/cognosis.v4i1.1822>
- Martínez, M. (2019). Repercusiones del estrés laboral. *Máster Universitario en PRL*, 1-69. [http://dspace.umh.es/bitstream/11000/5695/1/MARTINEZ MOROTE%2C MARINA TFM.pdf](http://dspace.umh.es/bitstream/11000/5695/1/MARTINEZ_MOROTE%2C_MARINA_TFM.pdf)
- Mendes, L., Campelo, E., Pinheiro, C., Pires, I., y Vasconcelos, G. (2020). Stress and depression in teachers from a public education institution. *Enfermeria Global*, 19(1), 232-242. <https://doi.org/10.6018/eglobal.19.1.383201>
- Mesurado, M., y Laudadio, J. (2019). Teaching experience, psychological capital and work engagement. their relationship with the burnout on university teachers. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 12-40. http://www.scielo.org.pe/pdf/pyr/v7n3/en_a02v7n3.pdf
- Meza, M., Ramos, T., y Morales, E. (2022). *Ansiedad y depresión en la educación virtual en estudiantes universitarios durante la covid-19*. 7(1), 265-284. <http://rinderesu.com/index.php/rinderesu/article/view/145/147>
- Montoya, A. (2022). Estilo de vida y estrés laboral en docentes universitarios del Perú.

- Fronteras en Ciencias Sociales y Humanidades*, 1(2), 426-436.
<https://www.fronterasdelasociedad.com/index.php/ferevista/article/view/132/216>
- Mora, C., Bonilla, G., y Bonilla, J. (2021). Impacto de la pandemia de covid-19 en los docentes: burnout, ansiedad y depresión. *Revista RUNAE*, 6(6), 1-20.
<https://revistas.unae.edu.ec/index.php/runae/article/view/488/558>
- Moreira, M., Silva, A., Silva, R., Melo, N., Matos, C., Alves, F., Silva, E., y Fonseca, A. (2023). Níveis de ansiedade e depressão: a prática docente e o adoecimento psíquico levels. *Revista científica multidisciplinar*, 4(2), 1-12.
- Muñoz, H., Archila, D., Mesa, K., y González, D. (2023). Indicadores de depresión y factores de apoyo social percibido en universitarios. *Revista Psicología UNEMI*, 7(12), 100-109.
<https://ojs.unemi.edu.ec/index.php/faso-unemi/article/view/1648/1568>
- Ocampo, K., Ortega, D., y Mansanillas, T. (2023). *salud mental y su relación con la satisfacción laboral en trabajadores ecuatorianos*.
- Olivo, S. (2020). *Psicoterapia autógena para manejo de ansiedad en docentes universitarios en tiempos de COVID 19* [Tesis de Licenciatura, Universidad Metropolitana de educación]. Repositorio Institucional].
https://repositorio.umecit.edu.pa/bitstream/handle/001/2997/MONOGRAFIA_SARAY.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Organización Mundial de la salud. (2023, marzo 31). *Depresión*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- Organización Mundial de la Salud. (2022). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Organización Panamericana de la Salud [OPS]. (2013). Salud mental - Guía del promotor comunitario. *Organizacion Mundial De La Salud (OMS)*, 25, 1-49.
http://www.who.int/topics/mental_health/es/
- Ortega, C. (2021). *Muestreo casual o accidental: Qué es y cómo se realiza*. Questionpro.
<https://www.questionpro.com/blog/es/muestreo-casual-o-accidental/#:~:text=El>

- muestreo casual o accidental es una forma de muestreo, de un cálculo más cuidadoso.
- Park, C., y Ramos, M. (2018). The Level of Job Satisfaction as Indicator of Work Value-Fulfillment Trend in Higher Education Systems. *International Journal of Advanced Science and Technology*, 112(1), 43-56. <https://doi.org/10.14257/ijast.2018.112.05>
- Párraga, K., y Escobar, G. (2020). Estrés laboral en docentes de educación básica por el cambio de modalidad de estudio presencial a virtual. *Revista Científica Multidisciplinaria Arbitrada «Yachasun»*, 4(7), 142-155. <https://doi.org/10.46296/yc.v4i7edesp.0067>
- Pedraza, N. (2018). El clima organizacional y su relación con la satisfacción laboral desde la percepción del capital humano. *Revista Lasallista de Investigación*, 15(1), 90-101. <https://doi.org/10.22507/rli.v15n1a9>
- Pérez, J., y Fidalgo, M. (1995). *Job satisfaction: Overall job satisfaction scale*. Barcelona.
- Pérez, L., Pérez, R., y Seca, M. (2020). *Metodología de la investigación científica*.
- Ponce, J., y Yáber, G. (2012). Capital psicológico como predictor del comportamiento organizacional ciudadano en el ambiente universitario. *Revista Anales de la Universidad Metropolitana*, 12(2), 167-185. <https://www.redalyc.org/pdf/560/56049624007.pdf>
- Quinatoa, D. (2019). *Ansiedad y su relación con el rendimiento laboral en grupos élite de la Policía Nacional del Ecuador, en la ciudad de Guayaquil Durante el año 2018*. Tesis de Licenciatura, Universidad Tecnológica Induamérica] Repositorio Institucional.
- Quintero, S., y Hernández, J. A. (2022). Síntomas de depresión asociados al síndrome de burnout y a condiciones socio laborales de docentes de colegios públicos de Envigado (Colombia). *Psicología desde el Caribe*, 38(01), 133-147. <https://doi.org/10.14482/psdc.38.1.158.724>
- Rabadán, M., y Orgambidez, A. (2018). Ansiedad idiomática en Español como Lengua Extranjera y rendimiento académico en la Enseñanza Superior. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, 5(1), 29-35. <https://doi.org/10.17979/reipe.2018.5.1.2905>
- Ramírez, I., Herrera, S., y Gastélum, J. (2022). Práctica docente y repercusiones en el estado biológico, psicológico y social de los profesores. *Revista de Investigación Educativa de*

la

REDIECH,

13(1).

<https://www.redalyc.org/journal/5216/521670731013/521670731013.pdf>

Ramón, E., Gea, V., Granada, J., Juárez, R., Pellicer, B., y Antón, I. (2020). The prevalence of depression, anxiety and stress and their associated factors in college students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 1-15. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197001>

Reyes, A., y Viteri, G. (2023). *Prevalencia y factores asociados de estrés laboral, ansiedad y depresión en docentes que imparten clase en primaria vs secundaria de las unidades educativas Leoncio Cordero de la ciudad de Cuenca y Miguel Leoro Vásquez de Ibarra, en el periodo septiembre* [Tesis de maestría, Universidad de las Americas]. Repositorio institucional]. <https://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/14700/1/UDLA-EC-TMSSO-2023-06.pdf>

Robles, B. (2019). Población y muestra. *Pueblo continente*, 30(1), 245-246. <http://journal.upao.edu.pe/PuebloContinente/article/view/1269/1099>

Rodriguez, L. (2020). Aproximación al estudio del estrés en profesores universitarios. *Revista IRICE*, 36, 11-31. <https://doi.org/10.35305/revistairice.v36i36.1036>

Rojas, J., Flores, G., y Cuaya, I. (2021). Principales aspectos metodológicos en el estudio del estrés laboral en personal universitario: Una revisión sistemática. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 15(1), e1248. <https://doi.org/10.19083/ridu.2021.1248>

Ruíz, F., Martín, G., Suárez, B., y Odriozola, P. (2017). The hierarchical factor structure of the spanish version of depression anxiety and stress scale -21. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 17(1), 97-105. <https://www.redalyc.org/pdf/560/56049624007.pdf>

Salazar, L., Bayas, G., Ayala, V., y Cruz, J. (2020). Estrés psicosocial como causa de gastritis. *Revista Pertinencia Académica*, 4(4), 1-21. <https://revistas.utb.edu.ec/index.php/rpa/article/view/2552/2160>

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

- tiempos de Covid-19: Un estudio con personas docentes argentinas. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 33(2), 244-257.
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8738397.pdf>
- Salinas, P. (2019). *Prevalencia de bruxismo y su relación con estrés y ansiedad en alumnos de tercer año académico de la carrera de odontología de la Universidad Finis Terrae* [Tesis de Licenciatura, Universidad Finis Terrae]. Repositorio institucional].
http://repositorio.uft.cl/bitstream/handle/20.500.12254/1822/Salinas_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Sánchez, D. (2019). *Calidad de vida laboral: satisfacción laboral de los docentes en una institución de educación superior del Ecuador* [Tesis de Maestría, Universidad Internacional SEK]. Repositorio Institucional].
<https://repositorio.uisek.edu.ec/bitstream/123456789/3491/1/CALIDAD DE VIDA LABORAL UCE.pdf>
- Selye, H. (1956). *The stress of the life*. Mac Graw Hill.
- Serrano, M. (2023). *Efecto de la depresión y la actividad física en el proceso de rehabilitación de pacientes con amputación* [Tesis de Maestría, Universidad Autónoma de Queretaro] Repositorio institucional]. <https://ri-ng.uaq.mx/bitstream/123456789/7974/1/ENMAN-152927.pdf>
- Silva, M., y Bonilla, D. (2020). Justicia organizacional y capital psicológico: factores que se relacionan con la satisfacción laboral. *Revista de Investigación e Innovación*, 5(7), 16-29. <http://editorialibkn.com/index.php/Yachasun/article/view/74/162>
- Solis, L. (2023). *Estrés percibido y la ansiedad por el COVID 19 en el personal sanitario de Ambato* [Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Ecuador] Repositorio institucional]. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/4209/1/2 Lady Xiomara Solis Sánchez.pdf>
- Trujillo, P., Ortiz, M., Carrasco, M., Herrera, G., y Martínez, C. (2020). Satisfacción laboral y desempeño académico universitario. *Investigaciones y experiencias*, 7(2), 66-78.
<https://ojs.intercambios.cse.udelar.edu.uy/index.php/ic/article/view/232/220>

- Trujillo, S., y Delgado, A. (2021). El nivel de ansiedad en docentes de las escuelas normales mexicanas durante el confinamiento por COVID-19. Estudio cuantitativo. *Eduscientia. Divulgación de la ciencia educativa*, 4(7), 51-70. <http://eduscientia.com/index.php/journal/article/download/90/66>
- Tuárez, E. (2021). *Identificación de factores de riesgo laborales psicosociales en la parroquia Riochico, de la ciudad de Portoviejo durante el año 2020*. https://dspace.utpl.edu.ec/visorHub/?handle=20.500.11962_27529
- Valdivia, E. R., González, F. R., y Armesto, M. S. (2023). Motivación y satisfacción laboral de docentes en gastronomía de institutos de Lima. *Revista Venezolana de Gerencia*, 28(Especial 9), 316-329. <https://doi.org/10.52080/rvgluz.28.e9.20>
- Vázquez, A. (2021). *Burnout, conflicto trabajo-familia, satisfacción laboral y capital psicológico en docentes de establecimientos educativos públicos de la región del Maule* [Tesis de Licenciatura, Universidad de Talca] Repositorio Institucional]. <http://dspace.otalca.cl/handle/1950/13094>
- Warr, P., Cook, J., y Wall, T. (1979). Scales for the measurement of some work attitudes and aspects of psychological well-being. *Journal of Occupational Psychology*, 52(2), 129-148.
- Zambrano, G., y Zambrano, L. (2022). Satisfacción laboral y su relación con el clima organizacional del personal docente. *Podium*, 2(42), 151-168. <https://doi.org/10.31095/podium.2022.42.9>
- Zelada, E. (2020). La gestión del talento humano y la satisfacción laboral en docentes universitarios. *Cienciamatria*, 6(1), 793-809. <https://doi.org/10.35381/cm.v6i1.387>
- Zuppardo, L., Fuentes, A., Pirrone, C., y Serrano, F. (2020). Las repercusiones de la Dislexia en la Autoestima, en el Comportamiento Socioemocional y en la Ansiedad en Escolares. *Psicología Educativa*, 26(2), 175-183. <https://doi.org/10.5093/PSED2020A4>

Apendice A. Consentimiento informado

Estimado/a,

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

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

Introducción

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

Objetivo del estudio

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

Descripción de los procedimientos

Al ser un estudio a nivel nacional se considera recolectar información de un aproximado de 500 participantes. A los voluntarios se les aplicarán distintos test psicológicos y levantamiento de información sociodemográfica, a través de los siguientes instrumentos: Cuestionario Sociodemográfico y laboral, Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS – 21), Escala de Soledad (UCLA-3), Conflicto trabajo familia, Satisfacción laboral y Capital psicológico. Se contempla aproximadamente un tiempo de 25 minutos en total para llenar los cuestionarios.

¿Incurriré en algún gasto?

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

Confidencialidad de los datos:

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

Participación voluntaria:

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

Riesgos y beneficios

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

a) Incomodidad al responder algunas de las preguntas formuladas en la batería psicológica en línea.

b) Que el periodo empleado para responder la batería psicológica en línea le reste tiempo de sus actividades de la vida cotidiana o de su tiempo libre.

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

a) Usted podrá abandonar la batería psicológica en línea en cualquier momento si así lo decide.

b) No está obligado a contestar todas las preguntas.

c) Se le garantiza que la información que proporcione nunca será juzgada por los investigadores.

d) La información proporcionada se mantendrá en todo momento confidencial.

Beneficios

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

Otras opciones si no participa en el estudio

Derechos de los participantes

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

Usted tiene derecho a:

- 1) Recibir la información del estudio de forma clara;
- 2) Tener la oportunidad de aclarar todas sus dudas;
- 3) Tener el tiempo que sea necesario para decidir si quiere o no participar del estudio;
- 4) Ser libre de negarse a participar en el estudio, y esto no traerá ningún problema para usted;
- 5) Ser libre para renunciar y retirarse del estudio en cualquier momento;

- 6) Tener acceso a los resultados de las pruebas realizadas durante el estudio, si procede
- 7) El respeto de su anonimato (confidencialidad);
- 8) Que se respete su intimidad (privacidad);
- 9) Recibir una copia de este documento, firmado y rubricado en cada página por usted y el investigador;
- 10) Tener libertad para no responder preguntas que le molesten;
- 11) Estar libre de retirar su consentimiento
- 12) Contar con la asistencia necesaria para que el problema de salud o afectación de los derechos que sean detectados durante el estudio, sean manejados según normas y protocolos de atención establecidas por las instituciones correspondientes;
- 13) Usted no recibirá ningún pago ni tendrá que pagar absolutamente nada por participar en este estudio.

Información de contacto

Si usted tiene alguna pregunta sobre el estudio por favor llame al siguiente teléfono 0983120938 que pertenece a Karina Ocampo Vásquez o envíe un correo electrónico a keocampo@utpl.edu.ec

Apéndice B. Cuestionario Sociodemográfico y Laboral

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

1. Género

- () Masculino
() Femenino

2. Edad

_____ años

3. Número de hijos

4. Ciudad de trabajo

5. Nacionalidad

6. Estado civil

- () Soltero
() Casado /Unión libre
() Viudo
() divorciado

7. La zona que trabaja es:

- () Urbana
() Rural

8. Su remuneración es de:

- () \$425 a \$800
() \$1201 a \$1600
() \$801 a \$1200
() mayor a \$1601

9. Profesión

10. Nivel en que ejerce la docencia:

- () Primaria
() Secundaria
() Universitaria

11. Tipo de contrato:

- () Nombramiento permanente
() Nombramiento provisional
() Libre nombramiento y remoción
() Servicios ocasionales
() Otro

12. Horas que trabaja diariamente:

13. La institución provee de recursos necesarios para su trabajo:

- () Totalmente
() Medianamente
() Poco
() Nada

Universitaria

14. Tiempo de experiencia laboral:

_____ años _____ meses.

15. Tipo de trabajo:

- () Tiempo completo
() Tiempo Parcial

16. Tipo de institución:

- () Pública
() Privada

Apéndice B. DASS-21

Sírvase de contestar como considere oportuno las siguientes oraciones, seleccione con un círculo el número correspondiente 0,1,2,3 según considere que experimento usted en los últimos días, a continuación, se muestra la escala y su correspondencia:

0= Nada aplicable en Mí

1= Aplicable a Mí en algún grado

2= Aplicable en Mí en alto grado

3= Muy aplicable en Mí

1.	Me costó mucho relajarme	0	1	2	3
2.	Me di cuenta que tenía la boca seca	0	1	2	3
3.	No podía sentir ningún sentimiento positivo	0	1	2	3
4.	Se me hizo difícil respirar	0	1	2	3
5.	Se me hizo difícil tomar la iniciativa para hacer cosas	0	1	2	3
6.	Reaccioné exageradamente en ciertas situaciones	0	1	2	3
7.	Sentí que mis manos temblaban	0	1	2	3
8.	Sentí que tenía muchos nervios	0	1	2	3
9.	Estaba preocupado por situaciones en las cuales podía tener pánico o en las que podría hacer el ridículo	0	1	2	3
10.	Sentí que no tenía nada por que vivir	0	1	2	3
11.	Noté que me agitaba	0	1	2	3
12.	Se me hizo difícil relajarme	0	1	2	3
13.	Me sentí triste y deprimido	0	1	2	3
14.	No toleré nada que no me permitiera continuar con lo que estaba haciendo	0	1	2	3
15.	Sentí que estaba al punto de pánico	0	1	2	3
16.	No me pude entusiasmar por nada	0	1	2	3
17.	Sentí que valía muy poco como persona	0	1	2	3
18.	Sentí que estaba muy irritable	0	1	2	3
19.	Sentí los latidos de mi corazón a pesar de no haber hecho ningún esfuerzo físico	0	1	2	3
20.	Tuve miedo sin razón	0	1	2	3
21.	Sentí que la vida no tenía ningún sentido	0	1	2	3

Apéndice C. Escala de Satisfacción Laboral

	Muy insatisfecho	Insatisfecho	Moderadamente insatisfecho	Ni satisfecho ni insatisfecho	Moderadamente satisfecho	Satisfecho	Muy satisfecho
1. Condiciones físicas del trabajo							
2. Libertad para elegir tu propio método de trabajo.							
3. Tus compañeros de trabajo							
4. Reconocimiento que obtienes por el trabajo bien hecho							
5. Tu superior inmediato							
6. Responsabilidad que se te ha asignado							
7. Tu salario							
8. La posibilidad de utilizar tus capacidades							
9. Relaciones entre dirección y trabajadores en tu empresa							
10. Tus posibilidades de ser promocionado							
11. El modo en que tu empresa está gestionada							
12. La atención que se presta a las sugerencias que haces							
13. Tu horario de trabajo							
14. La variedad de tareas que realizas en tu trabajo							
15. Tu estabilidad en el empleo							

Apéndice D. Capital psicológico PCQ-24

Las respuestas se presentan en forma de escala en la que se debe señalar un valor (encierre en un círculo en número). Las respuestas deben reflejar las actitudes y comportamientos

N°	Pregunta	Muy en desacuerdo Muy de acuerdo						
		1	2	3	4	5	6	7
1	Me siento confiado planteando soluciones a problemas que son de largo plazo.	1	2	3	4	5	6	7
2	Me siento confiado representando a algún grupo en reuniones con de trabajo.	1	2	3	4	5	6	7
3	Me siento confiado contribuyendo en las discusiones de estrategias en mi trabajo	1	2	3	4	5	6	7
4	Me siento seguro ayudando a fijar objetivos/metras en mi carrera laboral.	1	2	3	4	5	6	7
5	Me siento seguro contactando gente de fuera de mi lugar de trabajo (funcionarios del gobierno, empleadores, colegas) para discutir problemas.	1	2	3	4	5	6	7
6	Me siento seguro presentando información a un grupo de compañeros.	1	2	3	4	5	6	7
7	Si me hallara en un aprieto en mi trabajo, sería capaz de plantearme varias maneras de salir de él.	1	2	3	4	5	6	7
8	En este momento me encuentro siguiendo mis metas con mucha energía.	1	2	3	4	5	6	7
9	Hay muchas formas de abordar cualquier problema.	1	2	3	4	5	6	7
10	En este momento me veo siendo muy exitoso en mi trabajo	1	2	3	4	5	6	7
11	Puedo plantearme varias alternativas para lograr mis actuales metas en mi trabajo.	1	2	3	4	5	6	7
12	En este momento estoy cumpliendo con las metas que me había fijado en mi trabajo.	1	2	3	4	5	6	7
13	Cuando tengo un revés en mi trabajo, tengo problemas para recuperarme y seguir adelante.	1	2	3	4	5	6	7
14	Usualmente manejo las dificultades de una manera u otra en mi trabajo.	1	2	3	4	5	6	7
15	Puedo valérmelas por mí mismo para hablar con autoridades o compañeros en mi trabajo si tengo que hacerlo.	1	2	3	4	5	6	7
16	Usualmente tomo con tranquilidad las cosas estresantes en mi trabajo.	1	2	3	4	5	6	7
17	Puedo superar momentos difíciles en mi trabajo porque ya he experimentado dificultades antes.	1	2	3	4	5	6	7
18	Me siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo en mi trabajo.	1	2	3	4	5	6	7
19	Cuando las cosas son inciertas para mí en mi trabajo, usualmente espero lo mejor.	1	2	3	4	5	6	7
20	Si algo me puede salir mal en mi trabajo, así será.	1	2	3	4	5	6	7
21	Yo siempre busco el lado positivo de las cosas en mi trabajo.	1	2	3	4	5	6	7
22	Soy optimista sobre lo que pudiera pasarme en el futuro en lo que concierne a mi trabajo.	1	2	3	4	5	6	7
23	En mi lugar de trabajo las cosas nunca funcionan de la manera en que yo quiero que funcionen.	1	2	3	4	5	6	7
24	Yo abordo las cosas de mi trabajo buscando siempre el lado positivo.	1	2	3	4	5	6	7

