

Darwin Raúl Noroña-Salcedo; Vladimir Vega-Falcón; José Renán Molina-Delgado

<https://doi.org/10.35381/s.v.v7i2.3356>

Análisis del estrés laboral en docentes

Analysis of job stress in teachers

Lucia Nataly Maldonado-González

pg.lucianmg50@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de Los Andes, Ambato, Tungurahua Ecuador

<https://orcid.org/0000-0001-8877-3662>

Darwin Raúl Noroña-Salcedo

pg.docentedns@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de Los Andes, Ambato, Tungurahua Ecuador

<https://orcid.org/0000-0002-0630-0456>

Vladimir Vega-Falcón

ua.vladimirvega@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de Los Andes, Ambato, Tungurahua Ecuador

<https://orcid.org/0000-0003-0140-4018>

José Renán Molina-Delgado

pg.docentejrm@uniandes.edu.ec

Universidad Regional Autónoma de Los Andes, Ambato, Tungurahua Ecuador

<https://orcid.org/0000-0003-3340-3562>

Recepción: 15 de abril 2023

Revisado: 23 de junio 2023

Aprobación: 01 de agosto 2023

Publicado: 15 de agosto 2023

Darwin Raúl Noroña-Salcedo; Vladimir Vega-Falcón; José Renán Molina-Delgado

RESUMEN

Objetivo: analizar el estrés laboral de los docentes de la Unidad Educativa 11 de noviembre, de la ciudad de Riobamba, Provincia de Chimborazo – Ecuador. **Método:** Descriptivo observacional. **Resultados y conclusiones:** Los docentes de la Unidad Educativa 11 de noviembre de la ciudad de Riobamba, presentan una exposición del 37,11% al estrés. Debido a que, en el cuestionario ED-6 se evidenció que las dimensiones que generan mayor impacto en los educadores son: mal afrontamiento en un 68,04%, ansiedad con 60,82% y presiones con 49,48%. Por otro lado, las menos afectadas son: creencias desadaptativas con 28,87%, depresión con 10,31%, y desmotivación con 3,09%. Esto se correlaciona con la observación e interpretación de las vivencias y criterios de los informantes, donde se dedujeron 3 categorías afectadas que son: desafíos laborales, problemas administrativos en la dotación de servicios y puesta en práctica de los mecanismos de defensa.

Descriptores: Salud laboral; prevención de enfermedades; salud mental. (Fuente: DeCS).

ABSTRACT

Objective: to analyze the work stress of teachers of the Educational Unit November 11, in the city of Riobamba, Province of Chimborazo - Ecuador. **Method:** Descriptive observational. **Results and Conclusions:** The teachers of the November 11 Educational Unit of the city of Riobamba showed a 37.11% exposure to stress. The ED-6 questionnaire showed that the dimensions that have the greatest impact on educators are: poor coping (68.04%), anxiety (60.82%) and pressure (49.48%). On the other hand, the least affected are: maladaptive beliefs with 28.87%, depression with 10.31%, and demotivation with 3.09%. This correlates with the observation and interpretation of the experiences and criteria of the informants, where 3 affected categories were deduced: work challenges, administrative problems in the provision of services and implementation of defense mechanisms.

Descriptors: Occupational health; disease prevention; mental health. (Source: DeCS).

Darwin Raúl Noroña-Salcedo; Vladimir Vega-Falcón; José Renán Molina-Delgado

INTRODUCCIÓN

El estrés es considerado un padecimiento que, en las últimas décadas ha tomado mayor significancia en todos los ámbitos sociales y particularmente en el medio laboral. Este estado puede desencadenar alteraciones en la salud, debido a que es un mecanismo adaptativo frente al cambiante entorno en que vive el ser humano. Esto, bajo ciertas circunstancias puede influir negativamente en los sistemas: nervioso, circulatorio y digestivo, lo cual repercute en la calidad de vida y rendimiento profesional, puesto que, los factores estresores interfieren en el desenvolvimiento de relaciones interpersonales y desempeño laboral de los individuos. ^{1 2 3}

El estrés es considerado un padecimiento que, en las últimas décadas ha tomado mayor significancia en todos los ámbitos sociales y particularmente en el medio laboral. Este estado puede desencadenar alteraciones en la salud, debido a que es un mecanismo adaptativo frente al cambiante entorno en que vive el ser humano. Esto, bajo ciertas circunstancias puede influir negativamente en los sistemas: nervioso, circulatorio y digestivo, lo cual repercute en la calidad de vida y rendimiento profesional, puesto que, los factores estresores interfieren en el desenvolvimiento de relaciones interpersonales y desempeño laboral de los individuos. ⁴

el estrés es un sistema de alerta de tipo biológico que, es necesario para la supervivencia, pues ante la presencia de cambios en la vida o cotidianidad de un individuo, se genera una alerta y como resultado, aumentan los niveles de estrés. El grado de esta afectación dependerá de las emociones, del modo de percepción y de la respuesta de cada persona. Así también, influyen las variables del estado físico y psíquico del individuo. Un cierto nivel de estrés estimula el organismo y las reacciones fisiológicas como el sistema nervioso vegetativo y el eje hipofisopararrenal, lo cual permite la consecución de metas u objetivos y el retorno al estado basal cuando el estímulo cesa. ⁵

el estrés no en todos los casos implica un padecimiento para el ser humano, sino que es un mecanismo de acción ante diversos estímulos sean favorables o desfavorables.

Darwin Raúl Noroña-Salcedo; Vladimir Vega-Falcón; José Renán Molina-Delgado

Por ello, pueden distinguirse entre dos tipos de estrés: el eustrés y distrés. El primero es un tipo de presión positiva, debido a que fomenta la motivación y desempeño de actividades, efectivizando el estado de salud físico y mental de la persona. Mientras que, el distrés representa una alta carga de presiones, que el individuo no puede controlar y, por ende, causan una respuesta negativa que influye en las capacidades personales, pudiendo incluso generar trastornos y patologías.^{6 7}

El escenario de confinamiento por Covid-19, ha sido un agravante de las condiciones de estrés que experimentan los docentes, pues se han visto obligados a vivir un proceso adaptativo a una metodología tecnológica, para cubrir tanto sus requerimientos laborales como de enseñanza, tales como el desarrollo de planificaciones de sus cátedras, aplicación de ajustes didácticos para el alumnado, determinación de los canales digitales para impartir las clases, métodos de revisión de tareas, entre otras actividades.⁸

El objetivo fue analizar el estrés laboral de los docentes de la Unidad Educativa 11 de noviembre, de la ciudad de Riobamba, Provincia de Chimborazo – Ecuador.

MÉTODO

Descriptivo observacional

La población fue de 98 pedagogos, quienes laboran bajo relación de dependencia y tuvieron 6 meses de actividades en la institución.

Se descartaron a aquellos educadores que se encontraron ausentes debido a baja médica, período de vacaciones o procesos de desvinculación. Finalmente, se eliminaron a todos los educadores que no completaron el cuestionario de estrés docente ED-6 en su totalidad.

El cuestionario ED-6 fue elaborado por Gutierrez, Moran, & Sanz (2005), adaptada y validada en año 2019, de acuerdo con el contexto por cuatro expertos en el tema que residen en Estados Unidos, México, Panamá y Perú. El instrumento tiene un índice de confiabilidad de Alfa de Cronbach de 0.932.⁹ Este cuestionario está comprendido de 77

Darwin Raúl Noroña-Salcedo; Vladimir Vega-Falcón; José Renán Molina-Delgado

preguntas tipo Likert que obedecen a 6 dimensiones, cada una corresponde a ansiedad, depresión, creencias desadaptativas, presiones, desmotivación y mal afrontamiento.

Se aplicó estadística descriptiva.

RESULTADOS

Se exterioriza la incidencia de estrés por ciclo académico, donde concluye que el nivel primario tiene mayor presencia de este padecimiento con el 76,3% y el nivel de educación superior alcanzó el 63%, siendo estos dos grupos, los más ponderativos que afectan la sintomatología de estrés en el personal docente. Esto se debe a que los alumnos en esta edad están expuestos a varios factores que inciden en su educación como: género, posición socioeconómica, prácticas de crianza y demás.¹⁰

Al respecto, este estudio presenta datos similares, pues el ciclo en el cual los docentes tienen una exposición mayor a factores estresores, es el de educación media con el 26%, seguido del nivel de bachillerato con 24%, educación básica superior con el 22% y el de educación elemental con el 21%. Esto conlleva a determinar que, impartir la enseñanza a nivel medio es el período de mayor dificultad para los docentes.¹¹

La población docente de la U.E 11 de noviembre está comprendida por un 39% de personas que tienen un rango de edad entre 46 a 54, siendo el grupo etario con mayor incidencia de factores estresores, mientras que el 29% de profesores comprenden una edad de 37 a 45 años, y por ende presentan una menor exposición.¹²

La situación laboral y familiar juegan un rol fundamental en el desarrollo profesional, social y económico de las personas. No obstante, los trabajadores priorizar el equilibrio entre estas dos facetas, puesto que al compaginar la vida y trabajo existe cierta complejidad, porque surgen más responsabilidades y oportunidades, pero al descuidar una de ellas es posible perderla.¹³

Considerando los estresores vinculados a la situación familiar de este estudio, el 51% vive en un núcleo familiar propio, comprendido por su parejas e hijos. El 21% está a

Darwin Raúl Noroña-Salcedo; Vladimir Vega-Falcón; José Renán Molina-Delgado

cargo de otras personas y el 13% viven con sus padres y otros familiares. Se evidencia dificultades de convivencia por diferencias personales y situaciones económicas, sociales, de salud física, laboral y emocional. En contraste con estos resultados ¹⁴ confirma que las malas relaciones familiares tienen una influencia directa en el agravio del estado emocional de los docentes y su desempeño de laboral, así también, las relaciones familiares se ven afectadas por la injerencia del trabajo en el hogar.

CONCLUSIONES

Los docentes de la Unidad Educativa 11 de noviembre de la ciudad de Riobamba, presentan una exposición del 37,11% al estrés. Debido a que, en el cuestionario ED-6 se evidenció que las dimensiones que generan mayor impacto en los educadores son: mal afrontamiento en un 68,04%, ansiedad con 60,82% y presiones con 49,48%. Por otro lado, las menos afectadas son: creencias desadaptativas con 28,87%, depresión con 10,31%, y desmotivación con 3,09%. Esto se correlaciona con la observación e interpretación de las vivencias y criterios de los informantes, donde se dedujeron 3 categorías afectadas que son: desafíos laborales, problemas administrativos en la dotación de servicios y puesta en práctica de los mecanismos de defensa.

CONFLICTO DE INTERÉS

Los autores declaran que no tienen conflicto de interés en la publicación de este artículo.

FINANCIAMIENTO

Autofinanciado.

AGRADECIMIENTO

A todos los agentes sociales involucrados en el proceso investigativo.

Darwin Raúl Noroña-Salcedo; Vladimir Vega-Falcón; José Renán Molina-Delgado

REFERENCIAS

1. Mureşanu IA, Grad DA, Mureşanu DF, et al. Evaluation of post-traumatic stress disorder (PTSD) and related comorbidities in clinical studies. *J Med Life*. 2022;15(4):436-442. doi:[10.25122/jml-2022-0120](https://doi.org/10.25122/jml-2022-0120)
2. Kirkpatrick HA, Heller GM. Post-traumatic stress disorder: theory and treatment update. *Int J Psychiatry Med*. 2014;47(4):337-346. doi:[10.2190/PM.47.4.h](https://doi.org/10.2190/PM.47.4.h)
3. Dragoş D, Tănăsescu MD. The effect of stress on the defense systems. *J Med Life*. 2010;3(1):10-18.
4. Agyapong B, Obuobi-Donkor G, Burbach L, Wei Y. Stress, Burnout, Anxiety and Depression among Teachers: A Scoping Review. *Int J Environ Res Public Health*. 2022;19(17):10706. Published 2022 Aug 27. doi:[10.3390/ijerph191710706](https://doi.org/10.3390/ijerph191710706)
5. Luken M, Sammons A. Systematic Review of Mindfulness Practice for Reducing Job Burnout. *Am J Occup Ther*. 2016;70(2):7002250020p1-7002250020p10. doi:[10.5014/ajot.2016.016956](https://doi.org/10.5014/ajot.2016.016956)
6. Alzayyat A, Al-Gamal E. A review of the literature regarding stress among nursing students during their clinical education. *Int Nurs Rev*. 2014;61(3):406-415. doi:[10.1111/inr.12114](https://doi.org/10.1111/inr.12114)
7. Gong W, Geertshuis SA. Distress and eustress: an analysis of the stress experiences of offshore international students. *Front Psychol*. 2023;14:1144767. doi:[10.3389/fpsyg.2023.1144767](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1144767)
8. Minihan E, Adamis D, Dunleavy M, Martin A, Gavin B, McNicholas F. COVID-19 related occupational stress in teachers in Ireland. *Int J Educ Res Open*. 2022;3:100114. doi:[10.1016/j.ijedro.2021.100114](https://doi.org/10.1016/j.ijedro.2021.100114)
9. Alvites-Huamaní CG. Estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, Norteamérica y Europa [Teacher stress and psychosocial factors in Latin American, North American and European teachers]. Propós. represent. [Internet]. 2019;7(3):141-78. Disponible en: <https://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/393>
10. Rodríguez Ramírez JA, Guevara Araiza A, Viramontes Anaya E. Síndrome de burnout en docentes [Burnout syndrome in teachers]. IE REDIECH [Internet]. 2017;8(14):45 - 67.

Darwin Raúl Noroña-Salcedo; Vladimir Vega-Falcón; José Renán Molina-Delgado

11. Li H, Ma M, Liu Q. How the COVID-19 pandemic affects job sentiments of rural teachers. *China Econ Rev.* 2022;72:101759. doi:[10.1016/j.chieco.2022.101759](https://doi.org/10.1016/j.chieco.2022.101759)
12. Shang W. Job stress and burnout among ideological and political education teachers during the COVID-19 pandemic: A moderated mediation model. *Front Psychol.* 2022;13:1008854. doi:[10.3389/fpsyg.2022.1008854](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1008854)
13. Murray J, Adamis D, McNicholas F. COVID-19-related occupational stress in staff in an acute paediatric teaching hospital in Ireland. *BMJ Paediatr Open.* 2022;6(1):e001308. doi:[10.1136/bmjpo-2021-001308](https://doi.org/10.1136/bmjpo-2021-001308)
14. Solís Castillo F, , Aguiar Sierra R. Análisis del papel del involucramiento de la familia en la escuela secundaria y su repercusión en el rendimiento académico [Analysis of the role of family involvement in secondary school and its impact on academic achievement]. *Sinéctica, Revista Electrónica de Educación* [Internet]. 2017;(49):01-22. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=99854580013>
15. Harding AB, Ramirez MR, Ryan AD, Xiong BN, Rosebush CE, Woods-Jaeger B. Impacts of COVID-19 on Stress in Middle School Teachers and Staff in Minnesota: An Exploratory Study Using Random Forest Analysis. *Int J Environ Res Public Health.* 2023;20(17):6698. doi:[10.3390/ijerph20176698](https://doi.org/10.3390/ijerph20176698)