



**FACULTAD DE POSGRADOS**  
**MAESTRÍA EN SEGURIDAD Y SALUD OCUPACIONAL**  
**TITULO**

Prevalencia de distrés mental a nivel de personal docente de instituciones educativas del Centro Norte Quito secundarias en comparación de primarias, asociados a condiciones de trabajo durante el periodo Agosto Septiembre 2023.

**PROFESOR**

Ing. Juan Pablo Piedra

**AUTORES**

Ana Belén Yáñez Rodríguez

Melani Isabel Díaz Parra

**QUITO, ECUADOR**

**2023**

## RESUMEN

**Objetivo:** Establecer la prevalencia de distrés mental a nivel de personal docente de instituciones educativas del Centro Norte Quito secundarias en comparación de primarias, asociados a condiciones de trabajo durante el periodo Agosto Septiembre 2023.

**Método:** se realizó una investigación de tipo descriptiva de corte transversal, en el cual participaron 100 profesores que imparten docencia a nivel de educación general básica y bachillerato, como instrumento se utilizó el cuestionario "General Health Cuestionari-12 (GHQ12).

**Resultados:** las variables sociodemográficas se localizó fuerte correlación entre las variables jornada laboral y el nivel educativo que imparten los docentes (valor  $p < 0,001$ ) pues 29 profesores (58%) imparten clases en horario matutino a nivel primario y 46(92%) en horario matutino a nivel de bachillerato. El número de estudiantes se relaciona con el nivel educativo (valor  $p < 0,001$ ), reporta que 36 maestros (72%) tiene un promedio de alumnos de 30 a 40 a nivel primario y en nivel secundario 30(60%). El tiempo de desempeño laboral tiene relación estadísticamente significativa con la aparición de estrés (valor  $p = 0.024$ ) ya que 51 pedagogos (68%) de los 100 encuestados afirmaron padecer estrés con los datos emitidos por la encuesta GHQ12 y dicha información se relaciona con la emitida con el análisis de regresión logística cruda (OR 5,41) (valor  $p = 0,03$ ) y con el análisis de logística ajustada (OR 5,75) (valor  $p = 0,026$ ).

**Conclusiones:** La prevalencia del distrés laboral en los pedagogos es exponencialmente elevada teniendo múltiples causas razón por la cual se debe implementar medidas que ayuden a mitigar este fenómeno y prevenir secuelas en el aspecto físico y mental de los maestros.

## ABSTRACT

**Objective:** To establish the prevalence of mental stress among teaching staff in educational institutions of the Centro Norte Quito secondary compared to primary schools, associated with working conditions during the period August-September 2023.

**Method:** a cross-sectional descriptive research was carried out with the participation of 100 teachers who teach at the basic general education and high school levels. The "General Health Questionnaire-12 (GHQ12)" was used as an instrument.

**Results:** the sociodemographic variables showed a strong correlation between the variables working hours and the educational level taught by the teachers ( $p\text{-value} < 0.001$ ) since 29 teachers (58%) teach in the morning at the primary level and 46 (92%) in the morning at the high school level. The number of students is related to the educational level ( $p\text{-value} < 0.001$ ), reporting that 36 teachers (72%) have an average of 30 to 40 students at the primary level and 30 (60%) at the secondary level. The time of work performance has a statistically significant relationship with the occurrence of stress ( $p\text{-value} = 0.024$ ) since 51 pedagogues (68%) of the 100 respondents claimed to suffer from stress with the data issued by the GHQ12 survey and such information is related to that issued with the crude logistic regression analysis (OR 5.41) ( $p\text{-value} = 0.03$ ) and with the adjusted logistic analysis (OR 5.75) ( $p\text{-value} = 0.026$ ).

**Conclusions:** the prevalence of work-related stress among teachers is exponentially high and has multiple causes, which is why measures should be implemented to help mitigate this phenomenon and prevent physical and mental consequences for teachers.

## ÍNDICE DEL CONTENIDO

### CONTENTS

<b>1. INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>7</b>
1.1 IDENTIFICACION DEL PROBLEMA DE ESTUDIO .....	7
1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	10
1.3 REVISION DE LA LITERATURA .....	13
1.4 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN .....	16
1.5 OBJETIVO GENERAL .....	16
1.6 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	16
<b>2 JUSTIFICACIÓN Y APLICACIÓN DE LA METODOLOGÍA</b> .....	<b>17</b>
2.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	17
2.2 POBLACIÓN Y MUESTRA .....	17
2.2.1 Población.....	17
2.2.2 Muestra.....	17
2.3 CRITERIOS DE INCLUSIÓN .....	17
2.4 CRITERIOS DE EXCLUSIÓN.....	18
2.5 INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN .....	18
2.6 PROBLEMAS É T I C O S Y DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN .....	18
2.7 VARIABLES DE ESTUDIO .....	19
2.8 PLAN DE ANÁLISIS ESTADÍSTICO.....	19

<b>3</b>	<b>RESULTADOS</b> .....	<b>21</b>
<b>4</b>	<b>DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS Y PROPUESTA DE SOLUCIÓN</b> ....	<b>23</b>
4.1	FENÓMENOS IDENTIFICADOS .....	26
4.2	LIMITACIONES DE ESTUDIO.....	26
4.3	PROPUESTA DE INTERVENCIÓN .....	27
<b>5</b>	<b>CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b> .....	<b>28</b>
<b>6</b>	<b>Recomendaciones</b> .....	<b>29</b>
<b>7</b>	<b>Referencias</b> .....	<b>30</b>
<b>8</b>	<b>ANEXO</b> .....	<b>34</b>
8.1	ANEXO 1 .....	35
8.2	ANEXO 2 .....	37
8.3	ANEXO 3 .....	40
8.4	ANEXO 4 .....	42
8.5	ANEXO 5 .....	43

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 .....	35
Tabla 2 .....	37
Tabla 3 .....	40
Tabla 4 .....	42

# 1. INTRODUCCIÓN

## 1.1 IDENTIFICACION DEL PROBLEMA DE ESTUDIO

El mundo actual y la economía ha generado cambios a nivel del ámbito laboral lo que ha conllevado a generar una permutación con respecto a las peculiaridades del trabajo, si bien es cierto en épocas pasadas era más de tipo físico en la actualidad es de esfuerzo mental generando estrés. (Del Hoyo Delgado, 2018)

El termino estrés ha evolucionado pues de un inicio era utilizado por los ingenieros y físicos en la rama de las ciencias exactas como la fuerza externa que produce cambios y deformaciones (strain) en un cuerpo cuando actúa sobre el mismo, ahora bien esta definición paso de ser netamente física a ser aplicada en el ser humano por las investigaciones de Hans Selye fisiólogo, galeno y precursor en abordar el tema del estrés laboral y en realizar las primeras indagaciones y menciona el “Síndrome de adaptación General”, quien realizo estudios con roedores y determino que estos generaron ulceras digestivas, duodenales, glándulas duodenales inflamadas, y atrofia de las células del sistema inmunitario, es decir la respuesta del cuerpo a agentes agresores y al no existir palabras homologas en otros idiomas se usó ampliamente sin modificarlo y se adoptó por la asociación científica, con el paso del tiempo aparece el Psicólogo Walter Cannon ,quien hizo valiosas aportaciones, hablo de la relación que guarda las enfermedades físicas provocadas por periodos psicológicos.(Quintero et al., 2020)

Para entender mejor este fenómeno de estudio debemos comprender su significado generalizado del cual diremos que estrés es una contestación inespecífica del cuerpo humano que ocasiona señales como hipertensión arterial, contracción muscular, taquicardia, taquipnea, sudoración excesiva, etc. Estrés ocupacional se produce por las características del puesto de trabajo y el estrés organizacional es la respuesta del empleado a diferentes situaciones en

el sitio laboral que perturba la organización (PATLÁN, 2019) El estrés laboral es un desequilibrio entre las demandas del trabajo, organización y la percepción de una respuesta insuficiente por parte del empleado que afecta al bienestar mental, físico y organizacional. (Del Hoyo Delgado, 2018). En el siglo XX, a partir de la década de los 60 la Universidad de Michigan indago los agentes estresores en las zonas de trabajo. Estas pesquisas suscitadas en la línea del tiempo se dan porque el Estrés Laboral es considerado un problema dentro de la rama de la Salud Ocupacional. (PATLÁN, 2019)

El estrés laboral tiene relación con un efecto fatal en la vida de los trabajadores, el suicidio. En Corea del Sur, el suicidio es una causa frecuente de muerte entre la población trabajadora, ocupando el primer lugar entre las personas de 10 a 39 años. En 2017, se reportan cerca de 9.000 suicidios en la población trabajadora coreana (de entre 15 y 64 años). Esto indica un aumento de alrededor del 57% (de 15,5 por 100.000 habitantes en 2000 a 24,3 en 2017) en menos de 20 años. En el estudio publicado por Jang et al., 2022, se determinó que el estrés laboral, que involucra condiciones demográficas y laborales, tiene un impacto sobre los niveles de suicidio. Para esta investigación se clasificaron a 353 trabajadores que murieron por suicidio en cinco subgrupos de acuerdo con factores laborales estresores que encontraron: Primer grupo, trabajadores cargados de responsabilidad; segundo grupo los trabajadores que sufrían cambios de rol en su trabajo; tercer grupo, empleados expuestos a riesgos; cuarto grupo, trabajadores con inseguridad- inestabilidad laboral y el quinto grupo personas que sufrieron algún tipo de violencia en el lugar de trabajo. (Jang et al., 2022)

La Organización Mundial de la Salud (OMS) emitió un comunicado indicando que el 15% de la fuerza laboral a nivel mundial presenta problemas psicológicos a causa del trabajo lo que ocasiona ausentismo profesional en un promedio de doce mil millones de días y pérdidas económicas de hasta un billón de dólares anuales. (Ginebra OIT Noticias, 2022). Norte América reporta perdidas de dos millones de dólares anual, países de continente europeo e Inglaterra perdidas

del 3,5% del Producto Interno Bruto (PIB). Esto radica porque el fenómeno de estudio libera un mal ambiente laboral, relaciones interpersonales fallidas, bajo rendimiento y escasa productividad (Del Hoyo Delgado, 2018). El estrés laboral aumenta de forma global y se ubica en la posición número dos para producir enfermedades en la comunidad asalariada y de otro tipo como el Cáncer motivo por el cual se ha buscado estudiar a fondo este fenómeno y como el cuerpo humano se defiende mediante la activación del Sistema Nervioso Central, Inmunológico y Endocrino lo que conlleva a producir efectos a nivel de tipo epistémico, emocional, instintivo, alimenticio (Cannizzaro et al., 2021).

Dentro del Sistema Nervioso Central las estructuras que participan frente al estrés son: zona prefrontal, amígdala, sistema de pared del hipocampo, centros adrenérgicos del cuerpo encefálico, cerúleo, paravertebral, cuneiforme, sustancia dorsal del rafe y las sustancias que coordinan y desencadenan el estrés es la hormona productora de corticotropicos y la vasopresina. En recientes investigaciones se ha demostrado que la genética es un factor de riesgo para la aparición de enfermedades relacionados con el estrés, como es el caso de la Esquizofrenia la cual se puede desatar por agentes estresores de mediana intensidad; mujeres gestantes que padecieron estrés ocasiono que los infantes sufrieran retraso motriz, hiperreactividad, pobre atención, labilidad emocional y en la adultez irresponsabilidad afectiva, ansiedad, depresión y abuso de sustancias debido a que la particularidad del medio ambiente tiene una marca en el desarrollo de los diferentes circuitos cerebrales.(Cannizzaro et al., 2021)

(Yang et al., 2019) realizo un metaanálisis con un total de 9.090 casos de cáncer provenientes de 9 estudios epidemiológicos realizados en 7 países diferentes donde proyecto que el grupo sometido a elevados niveles de estrés tiene un riesgo relativo de 1,17 veces de padecer cáncer en tres sitios concernientes: a nivel pulmonar el riesgo relativo fue de 1,24; región colorrectal con una incidencia relativa 1,36; área esofágica prevalencia relativa de 2,12, Se obtuvieron resultados nulos entre estrés y la aparición de cáncer a nivel de región prostática,

mamaria y de ovarios. Estos hallazgos resaltan la importancia de abordar y comprender el estrés laboral en un contexto más amplio, ya que no solo afecta la calidad de vida de los trabajadores, sino que también puede tener implicaciones significativas para la salud pública y la atención médica.

(Aranha et al., 2021) menciona como el estrés genera alteraciones temporomandibulares causando dolor a nivel de las articulaciones y músculos de la zona orofacial debido a que esta patología ha pasado de ser considerado de representación mecánico terapéutico a un patrón médico y psicosocial por lo tanto es de importancia en la salud estatal.

## **1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Como hemos visto el ser humano independientemente del trabajo que desempeña se sobre exige y afana por encima de sus capacidades para cumplir las exigencias laborales pagando un alto tributo, pero se intensifica en profesionales dedicados a prestaciones de servicios humanos por la interacción social continua como la docencia. Los maestros están sometidos continuamente a presión por objetivos caducos y agentes estresores: infraestructura inadecuada, indisciplina por parte del alumno, mala organización institucional, mala relación entre colegas y padres de familia, sobre carga laboral y escaso apoyo administrativo (Mariani et al., 2020)

El pedagogo soberanamente del nivel de escolaridad que trabaje es eje clave para producir un ambiente ameno que ayude al bienestar emocional, social y aprendizaje de los alumnos. El estrés docente es descrito como la experiencia desagradable procedente de los compromisos educativos, representada por estados como furia, rigidez, desilusión o depresión. El estrés educativo acarrea consecuencia a nivel físico como cefaleas, dispepsia, ira, ansiedad, depresión, disminución del nivel de enseñanza y la mala relación de alumno docente lo que

da paso a un insuficientemente desempeño del maestro y comportamiento inapropiado del estudiante (Mariani et al., 2020)

En el estudio presentado por Evanoff et al., en el que tuvieron la respuesta a cuestionarios en línea de 5550 docentes determinaron la prevalencia de estrés moderado y alto en 13,6%. Asimismo, se reporta una mayor prevalencia de estrés en docentes con enfermedades crónicas (71,4% vs 64,1%) (Evanoff et al., 2020).

Agyapong et al., 2022 en su revisión sistemática de alcance que incluyó 70 artículos determino la prevalencia de estrés en niveles de estrés severo, extremadamente severo, moderado a alto o muy estresante, del 8,3 % al 87,1 %, teniendo una prevalencia media de estrés de alrededor del 67,0% en el personal docente (Agyapong et al., 2022).

A finales del año 2019 e inicios del 2020 empezó el brote de Coronavirus (Sars Covid 2) la neumonía asiática, ocasiono cambios significativos a nivel psicológico, sanitario, social, económicos y educativos a nivel mundial. Los cambios incluyeron el cierre de escuelas, colegios, universidades para mitigar la enfermedad. Este cambio produjo una transición en la educación, paso de llevarse de forma presencial en el aula a efectuarse en línea. El aprendizaje electrónico impuesto por la pandemia varía mucho de la enseñanza deliberada, estructurada y planificada lo que plantea desafíos extras para los maestros quienes deben procurar que el nivel de enseñanza no disminuya, provocando que los docentes acumulen síntomas psicológicos como ansiedad, estrés y depresión. (Ozámiz-Etxebarria et al., 2021)

Ozamiz-Etxebarria et al. 2021, a través de su estudio que evaluaron 1.633 docentes de diferentes instituciones educativas, desde educación infantil hasta universitaria, identificaron una prevalencia de estrés del 50,6%, de este las mujeres docentes presentaron un 52,1% y un 43,9% en hombres. Además, se

determinó que el estrés laboral en docentes de escuela tenía una prevalencia del 13 % ([IC 95 %: 7–22 %]), en comparación con los estudios con docentes universitarios, que tenían una prevalencia del 35 % ([95 % IC: 12–66 %]). (Ozamiz-Etxebarria et al., 2021)

(Kang et al., 2022) realizó una investigación sistémica y metaanálisis con 54 estudios, resumieron datos de 256.896 docentes durante el brote de Covid 19. Gran parte de estos estudios fueron transversales. Treinta y uno estudios involucraron a profesores de escuela, mientras que 12 estudios involucraron a catedráticos universitarios. Siete estudios incluyeron a educadores y universitarios, mientras que cuatro estudios no especificaron los niveles de enseñanza de sus participantes. Los estudios se realizaron con información de docentes de varios países como: China, Italia, Norte América, España, Turquía, Canadá, y Chile, Australia, Ecuador, Brasil, India, Israel, Grecia, Alemania, Japón, Jordania, México, Pakistán, Filipinas, Portugal, Arabia Saudita, Eslovaquia e Inglaterra. Este estudio arrojó que los factores sociodemográficos causantes de estrés es el género, siendo las mujeres el grupo que arroja niveles más elevados de estrés, la cátedra que imparte es otro factor desencadenante pues los maestros que imparten docencia en carreras como Leyes, Negocios, Trabajo Social presentan niveles altos de estrés. Otros factores productores de estrés son: carga laboral, conflictos interpersonales, inseguridad laboral, miedo por contraer enfermedad de Covid 19, cambio de modalidad, nivel educativo influía en algunos resultados positivamente y en otros negativamente con la aparición de estrés.

Cada docente responde de forma independiente al estrés según la creencia, valores, personalidad y toma de decisiones en el aula, es decir de la autoeficacia siendo este un mecanismo protector, el docente con eficacia elevada trabaja arduamente para solucionar sus desafíos en comparación a los de baja eficacia que evitan los problemas. La eficacia laboral determina el éxito de los programas pedagógicos en el sistema educativo. (Chang, 2022)

### **1.3 REVISION DE LA LITERATURA**

El sistema educativo en el Ecuador ha reflejado cambios a lo largo de la historia pues a finales del siglo XIX e inicios del XX cambio el modelo educativo, generó un incremento en la alfabetización, paso de existir escasas instituciones educativas gestionadas a la aparición de escuelas nocturnas y laicización de los docentes primarios en un 89%. El nivel de analfabetismo disminuyó entre el año 1970 a 1990 pues se determinó la educación como un derecho para lo cual se ejecutó 21 programas y proyectos para incrementar el índice de alfabetización. Históricamente la población que tenía mayor limitación para acceder a la educación eran personas con situación económica escasa, mujeres, grupo étnico entre ellos negros, indígenas, montubios y la tercera edad; en los tiempos actuales las generaciones concurren en su totalidad y en igualdad de género, nivel de ingreso, etnia a los primeros años de educación general básica. A pesar que hay más acceso a nivel escolar básico y bachillerato se analiza que la población de hasta 15 años con educación básica completa es del 51% en comparación con la población que alcanza el bachillerato completo con un índice del 39% esto se produce por la falta de recursos económicos, trabajo, quehaceres domésticos, factores que explican la inasistencia a clases en la población de hasta 24 años (población económicamente activa) datos avalados desde el 2001 al 2010 (Madrid, 2019). La secretaria de Educación Superior, Ciencia, Tecnología e Innovación (SENESCYT) 2015 arrojó información sobre los alumnos de instituciones fiscales, estos obtienen promedios bajos comparado con las instituciones particulares y municipales de la región Sierra y Costa para el acceso a las universidades. Referente a la educación superior en el Ecuador cursa por dos caminos: el primero desde 1950 a 1979 dominado “lucha estudiantil” o democratización, es decir un flujo masivo de estudiantes que ingresaron a las universidades públicas del país y por ende el compromiso del estado para garantizar el subsidio del mismo. El segundo la “vía del mercado” comprendido desde el 1980 al 2000 se crea las instituciones de educación superior privadas. (Madrid, 2019)

El Sistema Educativo actual arroja información a nivel nacional, donde los estudiantes de edad escolar (94,0%) están matriculados en la zona rural y un 92,8% en la zona urbana. El porcentaje de estudiantes matriculados en la región Sierra es del 94% seguido de la Amazonia con 92,7% y finalmente la Costa 92,1%, y la tasa de matrícula relacionada con el rango de edad es de 95,2% (6 a 14 años) y 94% (12 a 17 años) es decir a medida que avanza los niveles educativos se evidencia menos niños que acceden al sistema educativo (Ministerio de Salud Pública, 2021)

El Panorama Nacional de Salud del Ecuador del año 2020 – 2021, refleja una tendencia al alza hacia el estrés laboral, y otros desórdenes mentales. Asimismo, detalla que, de las enfermedades laborales, el estrés corresponde a un 22,5% de las causas indirectas del trabajador para el desarrollo de enfermedades profesionales. (Ministerio de Salud Pública, 2021)

En el Ecuador, Guamán-Guevara; et al realizaron un estudio transversal con 273 docentes de educación superior del Ecuador y demostraron una relación significativa entre los factores sociodemográficos que evaluaron: la edad ( $\beta = 0,298$ ,  $p < 0,001$ ), el estado civil ( $\beta = 0,202$ ,  $p < 0,05$ ), el nivel educativo ( $\beta = 0,137$ ,  $p < 0,05$ ), con los problemas de salud mental principalmente con el estrés ( $\beta = 0,576$ ,  $p < 0,001$ ) y ansiedad ( $\beta = 0,546$ ,  $p < 0,001$ ) en el entorno de regreso a clases de forma presencial. Los docentes, además, presentaron en este estudio niveles de estrés moderado y alto con una prevalencia alrededor del 50%. (Guamán & Teneda, 2023). Es importante reconocer que en el Ecuador debido a recursos limitados y la falta de apoyo a la investigación no se han realizado estudios que cuantifiquen la prevalencia de estrés en cada sector laboral, en este caso a nivel educativo y con dichos datos busca reducir los niveles de estrés a través del desarrollo de destrezas de afrontamiento, de

empoderamiento psicológico que ayuden a reducir los niveles de este y sus consecuencias para salud de los trabajadores. (Jácome & Chión, 2022)

En el ámbito educativo se evidencian altas prevalencias de distrés en los docentes, situación que puede afectar como se menciona, no solo, en la salud de los profesores, sino, también al sistema de enseñanza y a los propios estudiantes a su cargo. En nuestro país no se dispone de muchos datos de referencia para determinar la situación del distrés a nivel educativo, a pesar de las tantas consecuencias negativas que se mencionan. Otra razón para la elección de estas instituciones educativas se basa en la necesidad de investigar y comprender la situación del estrés en el ámbito educativo en la capital de Ecuador, Quito. La ciudad es diversa en esferas formativos y sociales, y es relevante porque es ahí donde se genera disposiciones estatales relacionadas con cambios en la educación. El período de estudio abarcará desde agosto de 2023 hasta septiembre de 2023, lo que permitirá recolectar información en un momento específico y relevante del año escolar, justo al inicio del ciclo escolar en la zona de la Sierra del país.

Es por ello, que se plantea el siguiente estudio con el fin de determinar la prevalencia de distrés mental a nivel del personal docente de instituciones educativas del Centro Norte Quito, los planteles educativos seleccionados fueron la Unidad Educativa Fiscal 'Los Shirys,' la Unidad Educativa Fiscal 'Vencedores,' y la Unidad Educativa Particular 'Francis Bacon' en los niveles educativos bachillerato general unificado y educación general básica, asociados a condiciones de trabajo durante el periodo agosto- septiembre 2023, y con los datos emitir conclusiones y recomendaciones que beneficien a este sector de trabajo.

En resumen, la revisión íntegra de la literatura proporciona un enfoque claro y conciso de la importancia del estrés laboral y sus repercusiones tanto en la salud

del personal como en el ámbito educativo. Los estudios mencionados en esta revisión marcan puntualmente la necesidad de estudiar el estrés laboral, particularmente en el personal docente, dada su notable labor en la formación de las generaciones futuras. Este estudio detallado de investigaciones previas sienta las bases consistentes y justificadas para la búsqueda de respuestas.

#### **1.4 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN**

¿Cuál es la preponderancia de distrés mental a nivel de personal docente de instituciones educativas del Centro Norte Quito secundarias en comparación de primarias, asociados a condiciones de trabajo durante el periodo Agosto Septiembre 2023?

#### **1.5 OBJETIVO GENERAL**

Establecer la prevalencia de distrés mental a nivel de personal docente de instituciones educativas del Centro Norte Quito secundarias en comparación de primarias, asociados a condiciones de trabajo durante el periodo Agosto Septiembre 2023.

#### **1.6 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Decretar que variables se relacionan con la aparición de estrés en los docentes.
- Identificar posibles causas del estrés laboral en instructivos en los establecimientos educativos.
- Instaurar si existe discrepancia en la prevalencia de distrés entre los maestros que imparten docencia en el nivel escolar en comparación con los del nivel secundario.

## **2 JUSTIFICACIÓN Y APLICACIÓN DE LA METODOLOGÍA**

### **2.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN:**

El estudio exhibido “Prevalencia de distrés mental a nivel de personal docente de instituciones educativas del Centro Norte Quito secundarias en comparación de primarias, asociados a condiciones de trabajo durante el periodo Agosto septiembre 2023” es de tipo transversal y descriptivo.

### **2.2 POBLACIÓN Y MUESTRA**

#### **2.2.1 Población:**

Se realizaron las encuestas a un total de 107 docentes de los planteles Educativos la Unidad Educativa Fiscal 'Los Shirys,' la Unidad Educativa Fiscal 'Vencedores,' y la Unidad Educativa Particular 'Francis Bacon' de la ciudad de Quito en el periodo Agosto - Septiembre 2023 que comprenden pedagogos de escuela y colegio de dichas instituciones educativas.

#### **2.2.2 Muestra**

La muestra de la presente investigación se obtuvo por conveniencia (107 pedagogos) y se terminó con una muestra final de 100 que debido a que la población de estudio en los planteles educativos ya mencionados es reducida.

### **2.3 CRITERIOS DE INCLUSIÓN**

Los docentes que trabajan en Unidad Educativa Fiscal 'Los Shirys,' la Unidad Educativa Fiscal 'Vencedores,' y la Unidad Educativa Particular 'Francis Bacon' en el periodo Agosto - Septiembre 2023

Maestros que aceptaron el beneplácito informado.

Docentes que haya trabajado al menos 6 meses en los planteles educativos mencionados.

## **2.4 CRITERIOS DE EXCLUSIÓN**

Educativos que no acepten el documento de aprobación para dicho estudio.

Maestros que estén fuera de nómina de dichas instituciones educativas ya mencionadas.

Docentes que llenen incorrectamente el cuestionario.

Pedagogos que hayan llenado de forma incompleta el cuestionario.

## **2.5 INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN**

Se elaboró una encuesta usando la aplicación de elaboración de encuestas y cuestionarios web Microsoft Forms, en el presente cuestionario pidió información de aspectos sociodemográficos, condiciones laborales, para determinar el estrés se usó el cuestionario "General Health Cuestionari-12 (GHQ12) el cual consta de 12 ítems del cual se utilizó un corte menor a 5 para determinar estrés.

## **2.6 PROBLEMAS ÉTICOS Y DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN**

El presente estudio no emitió inconvenientes éticos al momento de efectuarse las encuestas pues se consumó las mismas informando a las autoridades de los planteles educativos mencionados el diseño de esta investigación, se manifestó a los participantes la información solicitada es de carácter anónima y para fines de estudio sin el afán de causar menoscabos a los encuestados; se usó el consentimiento informado previo a la difusión del cuestionario formulado.

En cuanto a la recolección de información los inconvenientes fue la falta de acceso a las instituciones educativas en el periodo propuesto pues al ser inicio

de año escolar se tuvo que esperar el cambio de autoridades para poner en marcha la difusión de las encuestas, la falta de tiempo de los maestros para llenar la información solicitada.

## **2.7 VARIABLES DE ESTUDIO:**

Se usó los componentes sociodemográficos como: sexo dividiendo en hombre y mujer, edad con rangos de 20 a 49 años, 50 a 59 años y más de 60 años, estado civil se reagrupó en casado, soltero y otros, nivel educativo que imparte clases asignando educación básica y bachillerato, horas semanales de trabajo asignando hasta 40 horas semanales de trabajo y más de 40 horas semanales de trabajo, tiempo en la institución menos de 10 años, 11 a 20 años, 21 años o más, relación laboral donde se estableció el nombramiento provisional y nombramiento definitivo, seguridad de continuidad se dividió en alta media y baja, jornada matutina y vespertina, tiempo de traslado desde el domicilio hasta el puesto de trabajo en menos de treinta minutos, de treinta minutos a una hora y más de una hora. En cuanto a la variable que indica adaptación a compromisos se agrupó en bien, muy bien y nada bien, tipo de institución si es de carácter fiscal, particular y fiscomisional, horas de clases de más de 25 horas semanales y menos de 25 horas semanales y el número de estudiantes se reagrupó en un intervalo de 20 a 30 estudiantes, 30 a 40 estudiantes y más de 40 estudiantes.

La herramienta validada que valoro el estrés fue el cuestionario GHQ12 que consiste 12 preguntas acerca de la salud en las últimas semanas, con su puntaje final los que no alcancen la métrica para la depresión se califica con un “no” y los que cumplan el rango se determina con “sí”.

## **2.8 PLAN DE ANÁLISIS ESTADÍSTICO**

Para el estudio de datos de la actual investigación se usó el Sistema de análisis estadístico informático EPI INFO en su última versión, donde se procedió a comparar variables sociodemográficas con el nivel de institución, posterior a ello se comparó las variables mencionadas con la presencia de estrés determinado

por el cuestionario GHQ12 y para determinar la correlación de variables se aplica la regresión logística crudo y ajustado con intervalo de confianza del 95%.

### 3 RESULTADOS

Participaron un total de 100 docentes que trabajan en la ciudad de Quito, el mayor porcentaje, 74% (37) son mujeres que laboran a nivel de educación secundaria, 66% (33) son docentes mujeres que imparte clases en primaria. La mayoría de profesores se encuentra en un rango de edad de mayor de 60 años. Un 56% de los encuestados son casados, en cuanto a las horas de trabajo semanales, el 72% atarea hasta 40 horas, con referencia al tiempo en la institución determinamos un 84% ejerce su profesión en un rango de tiempo de hasta diez años, el porcentaje más alto refieren nombramiento definitivo ya que refleja un valor del 82%, por ende, hay una alta seguridad de continuidad laboral del 68%. De este grupo de estudio el 92% cumple funciones de docencia en la sección matutina a nivel de colegio razón por la cual se observó durante el análisis un valor de  $p = 0,01\%$  usando el valor de Test de Chi Cuadrado de Person es decir hay una relación de estas dos variables. En cuanto a la distancia entre el domicilio y el sitio de trabajo un estimado de 46% vive a menos de treinta minutos, el 54% refirió adaptarse bien a sus compromisos. Haciendo referencia al tipo de institución el 98% de profesores de este estudio trabajan a nivel fiscal en donde el 68% imparte clases en un rango de 25 horas o más a la semana con una cifra de estudiantes de 30 a 40 alumnos por aula sobre todo a nivel de educación básica por lo que reflejo un porcentaje de 72% y al momento del análisis se arrojó una cifra de  $p$  del 0,001 con el test de Chi cuadrado de Person por lo tanto hay relación de estas dos variables.

En cuanto a los resultados de prevalencia del distrés en los docentes tanto a nivel de escuela y colegio (nivel educativo) tiene un porcentaje del 74%, referente al género los pedagogos hombres que imparte clases a nivel de bachillerato presenta un 80% de distrés, los pedagogos de 50 a 59 años padecen distrés en un 80%, así mismo determinamos que los instructores que se encuentran casados padecen mayor cantidad de estrés pues reportan un valor del 80%, el grupo de mentores que trabajan más de 40 horas semanales son 10 de un total de 100, estos emiten un porcentaje de distrés del 82,8% en comparación con los

que atarean menos de 40 horas semanales reflejan un valor de distrés del 70.4%. Los pedagogos que laboran en un tiempo de hasta diez años en la institución proyectan un valor de distrés del 68% con un valor de p de 0,024 en el test exacto de Fisher es decir hay relación de estas dos variables. Los docentes que tiene contrato provisional tienen un porcentaje de distrés del 75% y los que tienen una seguridad de continuidad baja presentan grados de distrés del 80%. Asimismo, se determinó que los que viven a más de 60 minutos de distancia del puesto de trabajo tienen grados de estrés del 76,5% y aquellos que pese a adaptarse bien a sus compromisos tienen índices de distrés del 78,3%. La mayoría de docentes trabajan en instituciones de gobierno y emiten un grado de estrés del 74,5%, además se evidencia que aquellos que laboran menos de 25 horas semanales tienen grados de estrés de 78,4%; los que laboran con alumnos con un número de 20 a 30 tienen índices de distrés del 87,5% y los que superan este valor un porcentaje del 75,5%.

Se aplicó la regresión logística cruda como parte de la metodología donde se pudo evidenciar relación estadística de importancia entre los años de trabajo y el distrés, es decir aquellos docentes que trabajan más de diez años en la institución tienen 5,41 veces de padecer distrés lo que no sucede con el nivel educativo.

En el modelo final se hace una tabla de regresión logística ajustada con el nivel educativo que imparten clases el cual proyecta que los catedráticos que laboran más de una década tienen 4,57 veces más la probabilidad de padecer distrés.

#### **4 DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS Y PROPUESTA DE SOLUCIÓN**

La presente investigación tuvo por objetivo general establecer la prevalencia de distrés mental a nivel de personal docente de instituciones educativas del Centro Norte Quito secundarias en comparación de primarias, asociados a condiciones de trabajo durante el periodo Agosto Septiembre 2023, se obtuvo la información completa de 100 docentes de tres instituciones educativas de la capital ecuatoriana quienes laboran en dichos establecimientos por más de seis meses la cual arrojo 74% (37) son mujeres que laboran a nivel de educación secundaria, 66% (33) son docentes mujeres que imparte clases en primaria es decir a predominio del género femenino, la mayoría de los pedagogos están en un rango de edad de mayor de 60 años, el 56% son casados, ahora indicaremos a las condiciones laborales , 72% laboran hasta 40 horas semanales, el 84% de maestros que laboran en educación básica han trabajado en promedio 10 años ejerciendo la profesión, 82% de maestros que laboran en educación general básica y secundaria tiene nombramiento definitivo, en cuanto a la seguridad de contratación el 66% de los docentes a nivel primario tienen seguridad de trabajo alto mientras que los que laboran a nivel secundario tiene un 68% de seguridad laboral alta, el tiempo de traslado de los docentes fue de menos de 30 minutos en docentes que imparten clases a nivel secundario el cual proyecta un porcentaje del 48%. Del 100% el 54% de maestros que se encuentra impartiendo clases a nivel secundario se adaptan bien a los compromisos laborales, 98% tanto de educación general básica como de bachillerato trabajan en instituciones educativas fiscales, 68% de los maestros de este proyecto de investigación están laborando a nivel de primario los cuales atarean más de 35 horas semanales y el 72% están a nivel primario tiene un promedio de alumnos entre 30 a 40 y los de nivel secundario con un porcentaje de 66% tienen alrededor de más de 40 alumnos por aula.

Ahora en base a la interpretación de los resultados ya mencionada diremos que el presente grupo de estudio tiene una prevalencia de estrés del 74% es decir hay niveles extremadamente altos de estrés entre los docentes, este estudio

arrojo valores exponencialmente elevados comparados con otros autores como el de (Ozámiz-Etxebarria et al., 2021) quien realizó un metaanálisis para determinar la prevalencia del estrés, ansiedad y depresión en docentes durante el brote de Covid 19 y arrojo valores de ansiedad 17%, depresión 19%, estrés del 30%. (Guamán & Teneda, 2023) reportó en su estudio denominado problemas de salud mental en docentes por reapertura de instituciones educativas posterior a la pandemia de Covid19 en universidades del Ecuador valores de estrés en un 51%, ansiedad 41% y depresión en un 52% es decir arroja niveles de estrés moderado y elevado. (Agyapong et al., 2022) en su estudio de estrés, ansiedad y depresión en profesores analizó que el estrés docente está entre el 6,0% al 100% y que a partir del año 2020 al 2022 a raíz de la pandemia del Covid 19 se acrecentó arrojando una prevalencia del 6,0% de estrés severo a muy severo en magistrales es decir esta información se asemeja a nuestros resultados de estudio.

Referente a las variables sociodemográficas se localizó fuerte correlación entre las variables jornada laboral y el nivel educativo que imparten los docentes (valor  $p < 0,001$ ) pues 29 profesores (58%) imparten clases en horario matutino a nivel primario y 46 (92%) en horario matutino a nivel de bachillerato. El número de estudiantes se relaciona con el nivel educativo (valor  $p < 0,001$ ), reporta que 36 maestros (72%) tienen un promedio de alumnos de 30 a 40 a nivel primario y en nivel secundario 30 (60%) trabajan con más de 40 alumnos estos datos se carean con los de (Aguilar & Lascano, 2020) en su estudio denominado "Estrés docente y el Síndrome de Burnout en docentes de la zona tres de Ecuador" datos emanados dejan ver una media ( $\bar{X}$ ) de 96,27 discípulos por docente, con una desviación estándar ( $s$ ) de 105,19 y en casos excepcionales hasta 500 educandos por docente es decir el número de alumnado es un agente estresor.

El tiempo de desempeño laboral tiene relación estadísticamente significativa con la aparición de estrés (valor  $p = 0.024$ ) ya que 51 pedagogos (68%) de los 100 encuestados afirmaron padecer estrés con los datos emitidos por la encuesta

GHQ12 y dicha información se relaciona con la emitida con el análisis de regresión logística cruda (OR 5,41) (valor  $p=0,03$ ) y con el análisis de logística ajustada (OR 5,75) (valor  $p=0,026$ ) cifras relacionadas con las de (Aguilar & Lascano, 2020) el mayor porcentaje concierne al rango de 1 a 5 años de práctica, con el 40%, y el menor corresponde a más de 30 años de práctica con el 4,4 % en cuanto a sus revisiones bibliográficas emite que mayor año de adeudo es una fuente productora de estrés

Los docentes que imparten clases a nivel de educación primaria y secundaria tienen un porcentaje de estrés del 74% (valor  $p=0,99$ ) es decir no hay relación del distrés con el nivel académico en nuestro estudio en comparación con el de (Guamán & Teneda, 2023) reporto que dentro de los factores sociodemográficos ( título de nivel superior) tiene un valor  $p<0,05$  es decir tiene mayor probabilidad de padecer estrés; (Ozámiz-Etxebarria et al., 2021) reflejo una incidencia de estrés en profesores de escuela (13% [IC 95%: 7-22%]) en cotejo con estudios calculados en profesores universitarios (35% [IC 95%: 12-66%]).

Así también analizamos otras variables, horas de trabajo, relación laboral, seguridad de continuidad, jornada, tiempo de traslado, adaptación de compromisos, tipo de institución, horas de clase, número de estudiantes con la aparición de estrés mediante la puntuación de la escala GHQ12 reportando datos poco significativos, el género en relación con la aparición de estrés en los profesores encuestados en este trabajo de investigación y se reportó que ambos géneros tienen altos niveles de estrés 80 y 71,4% respectivamente pero no hay relación positiva entre estrés y género por un valor de  $p=0,371$  (test chi cuadrado de Person) en comparación con estudios realizados por (Ozámiz-Etxebarria et al., 2021) expone prevalencia de estrés del 50,6%, de este las mujeres docentes presentaron un 52,1% y un 43,9% en hombres.

Valoramos en este trabajo la relación entre el estado civil pues el 80,4% de los docentes de la muestra con casados y la aparición del distrés reportando un valor de  $p=0,223$  es decir no hay relación de las variables en comparación con el estudio de (Guamán & Teneda, 2023) donde reporta que los docentes casados presenta valores  $\beta$  0,202,  $p<0,05$  es decir tienen mayor inclinación de sufrir estrés, la edad fue otra variable relacionada con la producción de estrés puesto que el mayor número están en un rango de edad de 50 a 60 años pero arroja una relación negativa con el estrés ( $p=0,557$ ) a cotejo con el de (Guamán & Teneda, 2023) refleja cifras positivas de  $p<0,001$ .

#### **4.1 FENÓMENOS IDENTIFICADOS**

En primer lugar, se destaca la consistencia de estos encuentros de este estudio con los de (Ozámiz-Etxebarria et al., 2021) cuyo metaanálisis integro datos de docentes de 22 países, la prevalencia de distrés en este estudio alcanza el 74% que guarda semejanza con la cifra obtenida a nivel mundial. Esta correlación de resultados sugiere que el estrés docente trasciende fronteras consolidándose como un desasosiego global.

#### **4.2 LIMITACIONES DE ESTUDIO**

Se debe considerar que la investigación presenta algunos limitantes al interpretar los resultados. Estas limitaciones son fundamentales para comprender la eficacia y difusión de los hallazgos de la investigación. El tamaño de la muestra podría no ser completamente distintivo de la suma de docentes de la región lo que introduce una fuente potencial de sesgo. Aunque proporciona datos útiles para comprender la prevalencia del distrés en tres instituciones educativas de la Ciudad de Quito, la muestra puede no ser representativa de toda la población de interés de estas áreas. Un tamaño de muestra de mayor amplitud habría permitido obtener resultados más generalizables.

### 4.3 PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

A lo expuesto anteriormente aplicaremos varias técnicas (usuales, conductuales, fisiológicas) para tratar de mitigar el estrés y posterior repetir estudios semejantes para evaluar la eficacia de los mismos.

En las técnicas generales como la práctica de ejercicio físico de forma habitual permite prevenir el estrés pues incrementa la resistencia física y mental del docente; el ejercicio permite desenfocar la atención de los inconvenientes psicológicos además de mejorar las funciones cardíacas, respiratorias y metabólicas. La adecuada nutrición nos permite responder adecuadamente a cuadros de estrés y evitar estados carenciales, la implementación de espacios adecuados para fomentar grupos sociales ya que el apoyo psicológico mejora la adaptación e integración en la realidad del individuo. (Daza, 2018)

También se impartirá técnicas de relajación física, se establece mediante la técnica de relajación de Jacobson; determina que, al descontracturarse los músculos, la psiquis se relaja por haber disminución de la actividad del sistema nervioso autónomo. Controlar la respiración para que haya una adecuada oxigenación y produzca mejor funcionamiento de los órganos corporales y menor gasto energético; se diseñara también técnicas conductuales como el entrenamiento asertivo donde logre expresar de forma afirmativa las emociones, impresiones, movimientos y poder alcanzar los objetivos académicos dentro de la institución, además de técnicas de solución de problemas y autocontrol (Daza, 2018).

## **5 CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

- Los docentes de las instituciones educativas del presente proyecto de investigación presentan niveles de estrés extremadamente altos.
- Se determinó una alta prevalencia de estrés tanto en docentes de nivel primario y secundario sin embargo no fue estadísticamente demostrativo, por lo tanto, se determina el mismo porcentaje en ambos grupos de estudio.
- Los grupos de estudio manifiestan el mismo nivel de estrés posiblemente por encontrarse ejecutando sus labores en planteles educativos estatales por ende están sometidos a las mismas normas y exigencias.
- Se instauró además que existe correspondencia entre ciertos escenarios de trabajo con la aparición de estrés, los años de trabajo es un componente de riesgo para desarrollar el fenómeno citado.

## 6 RECOMENDACIONES

- En base a los resultados obtenidos se debería planificar e instaurar charlas y talleres del tal modo que el personal de estudio pueda identificar signos de estrés para poder tomar medidas oportunas con ayuda de las respectivas jurisdicciones.
- Crear tácticas que permitan aminorar la tensión producida con las actividades diarias de los catedráticos como la implementación de pausas activas y crear ambientes adecuados donde los maestros sean capaces de interactuar y sociabilizar de manera satisfactoria.
- Realizar seguimiento continuo del estado de salud físico y psicológico de los docentes con el fin de determinar si las propuestas sugeridas están arrojando luz verde, caso contrario rediseñar el programa para poder alcanzar los objetivos propuestos.

## 7 REFERENCIAS

Aguilar, A., & Lascano, M. (2020). Relación entre Estrés Docente y Síndrome de Burnout en docentes de la Zona 3 de Ecuador. *2020*, *7*(2), 265-278.

Agyapong, B., Obuobi-Donkor, G., Burbach, L., & Wei, Y. (2022). Stress, Burnout, Anxiety and Depression among Teachers: A Scoping Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *19*(17), 10706. <https://doi.org/10.3390/ijerph191710706>

Aranha, R., De Castro, R., Rodrigues, D., Moreno, J., Sohn, W., De Castro, C., & Noriega, M. (2021). Asociación entre estrés laboral y trastornos temporomandibulares: Una revisión sistemática. *2021*, *2021*. <https://doi.org/10.1155/2021/2055513>

Cannizzaro, E., Ramaci, T., Cirrincione, L., & Plescia, F. (2021). Estrés relacionado con el trabajo, mecanismos fisiopatológicos e influencia de factores genéticos ambientales. *2021*. <file:///C:/Users/Mery%20Lopez/Desktop/PAPERS%20ORIGINALES/CANIZARO%20HABLA%20DEL%20ESTRES%20RELACIONADO%20CON%20FACTORES%20GENETICOS.ESPA%C3%91OL.pdf>

Chang, H. (2022). Estrés y agotamiento en profesores de inglés como lengua extranjera: El papel mediador de la autoeficacia. *2022*, *13*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.880281>

Daza, M. (2018). *NTP 349: Prevención del estrés: Intervención sobre el individuo*. [https://www.insst.es/documents/94886/326827/ntp\\_349.pdf/ada8c0fd-ff66-4a29-ad86-6134d489262d](https://www.insst.es/documents/94886/326827/ntp_349.pdf/ada8c0fd-ff66-4a29-ad86-6134d489262d)

Del Hoyo Delgado, M. (2018). *ESTRES LABORAL*. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo CITorrelaguna, 73 - 28027 MADRID. <file:///C:/Users/Mery%20Lopez/Desktop/PAPERS%20ORIGINALES/DEL%20H>

OYO%20UNA%20GUIA%20COMPLETA%20DEL%20ESTRES%20LABORAL.  
pdf

Evanoff, B. A., Strickland, J. R., Dale, A. M., Hayibor, L., Page, E., Duncan, J. G., Kannampallil, T., & Gray, D. L. (2020). Work-Related and Personal Factors Associated With Mental Well-Being During the COVID-19 Response: Survey of Health Care and Other Workers. *Journal of Medical Internet Research*, 22(8), e21366. <https://doi.org/10.2196/21366>

Ginebra OIT Noticias. (2022, septiembre 28). *La OMS y la OIT piden nuevas medidas para abordar los problemas de salud mental en el trabajo*. <https://www.who.int/es/news/item/28-09-2022-who-and-ilo-call-for-new-measures-to-tackle-mental-health-issues-at-work>

Guamán, M., & Teneda, G. (2023). Problemas de salud mental docente asociados a la reapertura universitaria en el inicio de la era post-COVID-19 en Ecuador. 2023, 9, 796-809. <https://doi.org/10.52080/rvgluz.28.e9.49>. Cómo citar: Guamán-Guevara, MD, y Teneda, W. Magíster en Administración de Empresas: Universidad de Chile. Profesor del Departamento de Administración de Empresas, Escuela de Administración e investigador del Departamento de Desarrollo Territorial, Negocios e Innovación –DeTEI: Universidad Técnica de Ambato-Ecuador. Correo electrónico: md.guaman@uta.edu.ec, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4771-6412> (Autor correspondiente)

Jácome, I., & Chi6n, S. (2022). Psychological Empowerment and Job Stress in Higher Education Institutions in Ecuador. *Psychology Research and Behavior Management*, 15, 3297-3312. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S381342>

Jang, J., Kim, I., Kim, Y., & Song, J. (2022). Comparison of Work-Related Stress in Cluster of Workers' Suicides in Korea: Analysis of Industrial Accident Compensation Insurance, 2010–2017. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(5), 3013. <https://doi.org/10.3390/ijerph19053013>

Kang, M., Liang, L., Chutiyami, M., Nicoll, S., Khaerudin, T., & Van, S. (s. f.). Ansiedad, estr6s y depresi6n entre docentes relacionados con la

pandemia de COVID-19: Una revisión sistemática y un metaanálisis. 2022, 3-27. <https://doi.org/10.3233/WOR-220062>

Madrid, T. (2019). El sistema educativo de Ecuador: Un sistema, dos mundos. 2019, 8-17(22-80).  
file:///C:/Users/Mery%20Lopez/Desktop/PAPERS%20ORIGINALES/paper%201%20sistema%20educativo%20en%20el%20Ecuador.pdf

Mariani, A., Picici, L., & Melchiori, F. (2020). Factores protectores del estrés laboral docente: Programas psicoeducativos basados en la autoeficacia y esperamos reforzar recursos personales. 2020, 25, 127-136. <https://DOI10.7346/SIRD-022020-P127>

Ministerio de Salud Pública. (2021). *PANORAMA NACIONAL DE SALUD DE LOS TRABAJADORES ENCUESTA DE CONDICIONES DE TRABAJO Y SALUD 2021 -2022*. <https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2022/05/Panorama-Nacional-de-Salud-de-los-Trabajadores-Encuesta-de-Condiciones-de-Trabajo-y-Salud-2021-2022.pdf>

Ozamiz-Etxebarria, N., Dosil Santamaría, M., Idoiaga Mondragon, N., & Berasategi Santxo, N. (2021). [Emotional state of school and university teachers in northern Spain in the face of COVID-19.]. *Revista Española De Salud Pública*, 95, e202102030.

Ozámiz-Etxebarria, N., Mondragón, N., Good-Notivol, J., Posdatamirez-moreno, M., & Santabarbara, J. (2021). Prevalencia de ansiedad, depresión y estrés entre docentes durante la pandemia de COVID-19: Una revisión sistemática rápida con metaanálisis. 2021. <https://doi.org/10.3390/brainsci11091172>

PATLÁN, J. (2019). *¿Qué es el estrés laboral y cómo medirlo?* 35(1), 156-184.

Quintero, J., Reyes, G., Suarez, P., & Rodríguez, M. (2020). *Estrés y Burnout, Evolución Histórica*. 7(16).

Yang, H., Qiao, Y., Xiang, S., Li, W., Gan, Y., & Chen, Y. (2019, mayo). *Estrés laboral y riesgo de cáncer: Un metaanálisis de estudios observacionales*. 2390-2400.

## **8 ANEXO**

## 8.1 ANEXO 1

**Tabla 1. CARACTERISTICAS SOCIODEMOGRAFICAS EN DOCENTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS “LOS SHIRYS”, “VENCEDORES”, “FRANCIS BACON” DE LA CIUDAD DE QUITO PERIODO AGOSTO-SEPTIEMBRE 2023.**

Variable	Categoría	Primaria		Secundaria		Valor p
		n	%	n	%	
<b>Sexo</b>	Hombre	17	34.0%	13	26.0%	0.383
	Mujer	33	66.0%	37	74.0%	
<b>Edad</b>	20 a 49 años	16	32.0%	9	18.0%	0.236
	50 a 59 años	17	34.0%	18	36.0%	
	60 o mas	17	34.0%	23	46.0%	
<b>Estado Civil</b>	Soltero	14	28.0%	16	32.0%	0.811
	Casado	28	56.0%	28	56.0%	
	Otros	8	16.0%	6	12.0%	
<b>Horas semanales de trabajo</b>	Hasta 40 horas/semanales	35	70.0%	36	72.0%	0.826
	Más de 40 horas/semanales	15	30.0%	14	28.0%	
<b>Tiempo en institución</b>	<=10 años	42	84.0%	33	66.0%	0.114
	11 a 20 años	4	8.0%	9	18.0%	
	21 o más años	4	8.0%	8	16.0%	
<b>Relación laboral</b>	Nombramiento provisional	5	10.0%	3	6.0%	0.689
	Nombramiento definitivo	41	82.0%	41	82.0%	
	Contrato	4	8.0%	6	12.0%	
<b>Seguridad continuidad</b>	Baja	3	6.0%	2	4.0%	0.999
	Media	14	28.0%	14	28.0%	
	Alta	33	66.0%	34	68.0%	
<b>Jornada</b>	Matutina	29	58.0%	46	92.0%	<0,001
	Vespertina	21	42.0%	4	8.0%	

<b>Tiempo de traslado</b>	Menos de 30 min	18	36.0%	24	48.0%	0.448
	De 30 min a 1 hora	22	44.0%	19	38.0%	
	Más de 1 hora	10	20.0%	7	14.0%	
<b>Adaptación compromisos</b>	Muy bien	13	26.0%	11	22.0%	0.252
	Bien	19	38.0%	27	54.0%	
	No muy bien/nada bien	18	36.0%	12	24.0%	
<b>Tipo de institución</b>	Fiscal	49	98.0%	49	98.0%	0.999
	Particular	1	2.0%	0	0.0%	
	Fiscomisional	0	0.0%	1	2.0%	
<b>Horas de clases</b>	Menos de 25 horas	16	32.0%	21	42.0%	0.300
	25 horas o mas	34	68.0%	29	58.0%	
<b>Número de estudiantes</b>	De 20 a 30 estudiantes	5	10.0%	3	6.0%	<0,001
	De 30 a 40 estudiantes	36	72.0%	17	34.0%	
	Más de 40 estudiantes	9	18.0%	30	60.0%	

Elaborado: autores

Fuente: Base de datos de la Investigación

## 8.2 ANEXO 2

**Tabla 2. PREVALENCIA DE ESTRÉS EN DOCENTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS “LOS SHIRYS”, “VENCEDORES”, “FRANCIS BACON” DE LA CIUDAD DE QUITO PERIODO AGOSTO-SEPTIEMBRE 2023.**

Variable	Categoría	GHQ-12 (<5) ok				Valor de p
		Sin distrés		Con distrés		
		n	%	n	%	
<b>Nivel educativo</b>	Primaria	13	26.0%	37	74.0%	0.999
	Secundaria	13	26.0%	37	74.0%	
<b>Sexo</b>	Hombre	6	20.0%	24	80.0%	0.371
	Mujer	20	28.6%	50	71.4%	
<b>Edad</b>	20 a 49 años	8	32.0%	17	68.0%	0.557
	50 a 59 años	7	20.0%	28	80.0%	
	60 o mas	11	27.5%	29	72.5%	
<b>Estado Civil</b>	Soltero	11	36.7%	19	63.3%	0.223
	Casado	11	19.6%	45	80.4%	
	Otros	4	28.6%	10	71.4%	

<b>Horas semanales de trabajo</b>	Hasta 40 horas/semanales	21	29.6%	50	70.4%	0.202
	Más de 40 horas/semanales	5	17.2%	24	82.8%	
<b>Tiempo en institución</b>	<=10 años	24	32.0%	51	68.0%	0.024
	11 a 20 años	0	0.0%	13	100.0%	
	21 o más años	2	16.7%	10	83.3%	
<b>Relación laboral</b>	Nombramiento provisional	2	25.0%	6	75.0%	0.908
	Nombramiento definitivo	21	25.6%	61	74.4%	
	Contrato	3	30.0%	7	70.0%	
<b>Seguridad de continuidad</b>	Baja	1	20.0%	q	80.0%	0.846
	Media	6	21.4%	22	78.6%	
	Alta	19	28.4%	48	71.6%	
<b>Jornada</b>	Matutina	20	26.7%	55	73.3%	0.792
	Vespertina	6	24.0%	19	76.0%	
<b>Tiempo de traslado</b>	Menos de 30 min	12	28.6%	30	71.4%	0.881
	De 30 min a 1 hora	10	24.4%	31	75.6%	

	Más de 1 hora	4	23.5%	13	76.5%	
<b>Adaptación compromisos</b>	Muy bien	6	25.0%	18	75.0%	0.526
	Bien	10	21.7%	36	78.3%	
	No muy bien/nada bien	10	33.3%	20	66.7%	
<b>Tipo de institución</b>	Fiscal	25	25.5%	73	74.5%	0.454
	Particular	1	100.0%	0	0.0%	
	Fiscomisional	0	0.0%	1	100.0%	
<b>Horas de clases</b>	Menos de 25 horas	8	21.6%	29	78.4%	0.444
	25 horas o mas	18	28.6%	45	71.4%	
<b>Número de estudiantes</b>	De 20 a 30 estudiantes	1	12.5%	7	87.5%	0.528
	De 30 a 40 estudiantes	13	24.5%	40	75.5%	
	Más de 40 estudiantes	12	30.8%	27	69.2%	

Elaborado: autores

Fuente: Base de datos de la Investigación

### 8.3 ANEXO 3

**Tabla 3. MODELO DE REGRESION LOGISTICA CRUDA PARA LA PREVALENCIA DE ESTRÉS EN DOCENTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS “LOS SHIRYS”, “VENCEDORES”, “FRANCIS BACON” DE LA CIUDAD DE QUITO PERIODO AGOSTO-SEPTIEMBRE 2023.**

<b>Análisis crudo</b>					
<b>Variables</b>	<b>Categorías</b>	<b>OR</b>	<b>IC95% inf</b>	<b>IC95% sup</b>	<b>Valor de p</b>
<b>Nivel educativo</b>	Educación básica	1			
	Bachillerato	1.00	0.41	2.44	0.999
<b>Sexo</b>	Hombre	1			
	Mujer	0.63	0.22	1.76	0.373
<b>Edad</b>	20 a 49 años	1			
	50 a 59 años	1.88	0.58	6.13	0.293
	60 o mas	1.24	0.42	3.69	0.698
<b>Estado Civil</b>	Soltero	1			
	Casado	2.37	0.88	6.39	0.089
	Otros	1.45	0.37	5.74	0.599
<b>Horas semanales de trabajo</b>	Hasta 40 horas/semanales	1			
	Más de 40 horas/semanales	2.02	0.68	6.00	0.207
<b>Tiempo en institución</b>	<=10 años	1			
	>10 años	5.41	1.18	24.85	0.030
<b>Relación laboral</b>	Contrato/nombramiento provisional	1			

	Nombramiento definitivo	0.90	0.29	2.81	0.849
<b>Seguridad de continuidad</b>	Baja/media	1			
	Alta	0.68	0.25	1.83	0.445
<b>Jornada</b>	Matutina	1			
	Vespertina	1.15	0.40	3.29	0.792
<b>Tiempo de traslado</b>	Menos de 30 min	1			
	De 30 min a 1 hora	1.24	0.47	3.30	0.666
	Más de 1 hora	1.30	0.35	4.80	0.694
<b>Adaptación compromisos</b>	Muy bien	1			
	Bien	1.20	0.38	3.83	0.758
	No muy bien/nada bien	0.67	0.20	2.20	0.506
<b>Horas de clases</b>	Menos de 25 horas	1			
	25 horas o mas	0.69	0.27	1.79	0.446
<b>Número de estudiantes</b>	Hasta 40 estudiantes	1			
	Más de 40 estudiantes	0.67	0.27	1.66	0.386

Elaborado: autores

Fuente: Base de datos de la Investigación

---

#### 8.4 ANEXO 4

**Tabla 4. MODELO DE REGRESION LOGISTICA AJUSTADA PARA LA PREVALENCIA DE ESTRÉS EN DOCENTES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS “LOS SHIRYS”, “VENCEDORES”, “FRANCIS BACON” DE LA CIUDAD DE QUITO PERIODO AGOSTO-SEPTIEMBRE 2023.**

<b>Análisis Ajustado</b>					
<b>Variables</b>	<b>Categoría</b>	<b>OR</b>	<b>IC95% inf</b>	<b>IC95% sup</b>	<b>Valor de p</b>
<b>Tiempo en institución</b>	<u>&lt;=10 años</u>	<u>1</u>			
	>10 años	5.75	1.23	26.96	0.026
<b>Nivel educativo</b>	<u>Educación básica</u>	<u>1</u>			
	Bachillerato	0.78	0.31	1.99	0.608

Elaborado: autores

Fuente: Base de datos de la Investigación

## 8.5 ANEXO 5



### GHQ-12

A continuación se le plantean una serie de preguntas acerca de cómo ha estado de salud en las ÚLTIMAS semanas. Responda haciendo una cruz a la izquierda de la respuesta que mejor se ajuste a su experiencia.

1. ¿Ha podido concentrarse bien en lo que hace?  
 0. Mejor que lo habitual.  
 1. Igual que lo habitual.  
 2. Menos que lo habitual.  
 3. Mucho menos que lo habitual.
2. ¿Sus preocupaciones le han hecho perder mucho el sueño?  
 0. No, en absoluto.  
 1. Igual que lo habitual.  
 2. Más que lo habitual.  
 3. Mucho más que lo habitual.
3. ¿Ha sentido que está desempeñando un papel útil en la vida?  
 0. Más que lo habitual.  
 1. Igual que lo habitual.  
 2. Menos que lo habitual.  
 3. Mucho menos que lo habitual.
4. ¿Se ha sentido capaz de tomar decisiones?  
 0. Más capaz que lo habitual.  
 1. Igual que lo habitual.  
 2. Menos capaz que lo habitual.  
 3. Mucho menos capaz que lo habitual.
5. ¿Se ha sentido constantemente agobiado y en tensión?  
 0. No, en absoluto.  
 1. Igual que lo habitual.  
 2. Más que lo habitual.  
 3. Mucho más que lo habitual.
6. ¿Ha sentido que no puede superar sus dificultades?  
 0. No, en absoluto.  
 1. Igual que lo habitual.  
 2. Más que lo habitual.  
 3. Mucho más que lo habitual.
7. ¿Ha sido capaz de disfrutar de sus actividades normales de cada día?  
 0. Más que lo habitual.  
 1. Igual que lo habitual.  
 2. Menos que lo habitual.  
 3. Mucho menos que lo habitual.



8. ¿Ha sido capaz de hacer frente adecuadamente a sus problemas?
- 0. Más capaz que lo habitual.
  - 1. Igual que lo habitual.
  - 2. Menos capaz que lo habitual.
  - 3. Mucho menos capaz que lo habitual.
9. ¿Se ha sentido poco feliz o deprimido/a?
- 0. No, en absoluto.
  - 1. No más que lo habitual.
  - 2. Más que lo habitual.
  - 3. Mucho más que lo habitual.
10. ¿Ha perdido confianza en sí mismo/a?
- 0. No, en absoluto.
  - 1. No más que lo habitual.
  - 2. Más que lo habitual.
  - 3. Mucho más que lo habitual.
11. ¿Ha pensado que usted es una persona que no vale para nada?
- 0. No, en absoluto.
  - 1. No más que lo habitual.
  - 2. Más que lo habitual.
  - 3. Mucho más que lo habitual.
12. ¿Se siente razonablemente feliz considerando todas las circunstancias?
- 0. Más feliz que lo habitual.
  - 1. Igual que lo habitual.
  - 2. Menos feliz que lo habitual.
  - 3. Mucho menos feliz que lo habitual.



### **General Health Questionnaire - 12 (GHQ-12)**

Referencia original: Goldberg, D., & Williams, P., (1988) *A user's guide to the General Health Questionnaire*. NFER-Nelson, Windsor, UK.

Validación en Colombia: Ruiz, F.J., García-Beltrán, D.M., & Suárez-Falcón, J.C. (2017). General Health Questionnaire-12 validity in Colombia and factorial equivalence between clinical and nonclinical participants. *Psychiatry Research*, 256, 53-58.

Modo de corrección: Se suman las puntuaciones en cada uno de los ítems.

Interpretación: a mayor puntuación, mayor grado de sintomatología emocional. El GHQ-12 es una prueba de filtrado de salud mental. Puntuaciones de 12 o superiores indican la posibilidad de que la persona esté sufriendo un trastorno emocional. En tal caso, se recomendaría realizar una evaluación clínica pormenorizada.

