



FACULTAD DE POSGRADOS

**MAESTRÍA EN
SEGURIDAD Y SALUD OCUPACIONAL**

**PREVALENCIA DE PROBLEMAS DE SALUD MENTAL EN DOCENTES:
DIFERENCIAS SEGÚN CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS Y
LABORALES. CASO DE ESTUDIO EN NAPO-ECUADOR**

**Profesor
Ing. David Duran Ph.D**

**Autoras
Mariuxi Alejandra Lapo Pineda
Sandra Elizabeth Medina Guachizaca**

2022

RESUMEN

En este estudio se analizó la prevalencia de padecimientos de salud mental en docentes de educación inicial, general básica y bachillerato de un Distrito de Educación de la provincia del Napo-Ecuador, y la relación existente con las condiciones de trabajo. Considerando como objetivo general evaluar la prevalencia de problemas de salud mental en docentes que laboran en la provincia del Napo de acuerdo las características sociodemográficas y laborales, mediante la aplicación de un cuestionario que valora las Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21). Se consideró como variables dependientes a la antigüedad laboral y zona del centro educativo, para establecer las características de la población de estudio.

Con los resultados se pudo establecer que la muestra analizada fue menor a 40 años, trabajaba con estudiantes de educación inicial y general básica, presentaban una antigüedad laboral inferior o igual de 10 años y, el tiempo de traslado a su lugar de trabajo era menor a 30 minutos. Además, existe una asociación estadísticamente significativa entre el nivel de educación con la depresión y, el sexo con la ansiedad; de tal manera que los profesores que poseen un posgrado son más propensos a manifestar síntomas sugestivos de depresión, y las profesoras tienen más riesgo de presentar síntomas de ansiedad. Finalmente, las profesoras son más propensas a padecer alguna alteración en su salud mental, debido a que las mujeres deben repartir su tiempo disponible con el quehacer doméstico (dimensión de doble presencia).

ABSTRACT

This study analyzed the prevalence of mental health problems in pre-school, elementary and high school teachers of an Education District in the province of Napo-Ecuador, and the relationship with working conditions. The general objective was to evaluate the prevalence of mental health problems in teachers working in the province of Napo according to sociodemographic and work characteristics, through the application of a questionnaire that assesses the Depression, Anxiety and Stress Scales (DASS-21). The dependent variables considered as dependent variables were seniority and area of the educational center, to establish the characteristics of the study population.

The results showed that the sample analyzed was less than 40 years old, worked with students of initial and basic general education, had a work seniority of less than or equal to 10 years and the commuting time to their workplace was less than 30 minutes. In addition, there is a statistically significant association between the level of education and depression, and gender with anxiety; so that teachers with a postgraduate degree are more likely to show symptoms suggestive of depression, and female teachers are more likely to show symptoms of anxiety. Finally, female teachers are more likely to suffer some alteration in their mental health, due to the fact that women must divide their available time with their domestic chores (double presence dimension).

ÍNDICE DEL CONTENIDO

1.	RESUMEN	2
2.	ABSTRACT	3
3.	INTRODUCCIÓN.....	6
4.	JUSTIFICACIÓN Y APLICACIÓN DE LA METODOLOGÍA.....	13
5.	DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS Y PROPUESTA DE SOLUCIÓN.....	19
6.	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	23
7.	REFERENCIAS	25

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Descripción de la población de estudio según características sociodemográficas, laborales y patologías mentales	15
Tabla 2 Prevalencia de problemas de salud mental: Depresión, Ansiedad y Distrés... 17	
Tabla 3 Asociación entre factores de riesgo potenciales y patologías mentales Ansiedad, Distrés, Depresión en docentes del Distrito de Educación 15D02.	18

INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) menciona que, la “salud mental es un estado de bienestar en donde el individuo es consciente de sus propias capacidades donde puede afrontar con el estrés normal de la vida, trabajar de manera productiva, fructífera y ser capaz de contribuir a su comunidad” (Gales, 2005).

La salud mental es un pilar transcendental para el bienestar y el manejo positivo del ser humano para que le permite desempeñarse de manera óptima tanto en su entorno familiar, social, como laboral (Bernardo et al., 2015), (Villamizar et al., 2015). La función del ámbito laboral hoy en día juega un papel muy importante en el desarrollo biopsicosocial de las personas, pues la mayor parte de la vida adulta se desarrolla en el trabajo, un entorno que le debe otorgar además del desarrollo profesional, el bienestar mental a sus colaboradores (Porras, 2017). Existen reportes que, entre un tercio y la mitad de las nuevas consultas por enfermedad laboral se asocian a algún trastorno mental como: ansiedad, angustia, depresión, distrés y síndrome de Burnout, esto se ha venido dando en los últimos años (Aguirre, 2018).

Existen factores de riesgo estrechamente vinculados con el estrés laboral llamado riesgos psicosociales. Los riesgos psicosociales están determinados por la interacción entre el trabajo y el ambiente familiar y/o social, la satisfacción laboral, el ambiente organizacional de la empresa, las competencias del trabajador y sus necesidades (Palacios et al., 2020) que contribuyen a la aparición de enfermedades o alteraciones psicológicas y/o fisiológicas ejerciendo una influencia negativa en la salud del trabajador y su rendimiento en la empresa (Caceres et al., 2015).

En el 2003, la OMS menciona que el estrés relacionado con el trabajo es el resultado de la reacción las personas ante las presiones del trabajo que no son bien toleradas (pese a contar con conocimientos y destrezas) y ponen en riesgo su capacidad de fortaleza. (Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, 2018).

Dentro de las principales afectaciones de salud mental asociados al trabajo tenemos: trastornos depresivos, trastorno del estado de ánimo, trastornos por ansiedad, trastorno por estrés postraumático, el estrés y agotamiento, trastornos cognitivos y abuso de sustancias psicoactivas. Según el Nicklaus Children's Hospital (2019), los trastornos del estado de ánimo y trastornos por ansiedad contienen una amplia gama de afecciones denominados como trastornos de salud mental.

Haciendo referencia a las alteraciones de salud mental en el ámbito laboral, se hace notorio cada vez más las siguientes alteraciones: estrés, ansiedad, depresión, alteraciones del sueño y cansancio crónico; todas estas mencionadas colaboran para el deterioro de la calidad de vida del trabajador (Acosta et al., 2019). Se reportan altos costos en la salud pública por trastornos mentales que afectan a dos de cada cinco adultos, el coste es alto ya que a la par puede coexistir patologías físicas (Romaña et al., 2019)

La depresión según la Asociación Americana de Psicología, “consiste en una profunda tristeza o desesperación cuya duración se extiende más allá de unos pocos días, e interfiere con las actividades de la vida cotidiana, e incluso provoca dolores físicos”. Se caracteriza por la alteración de tres esferas: afectiva, cognitiva y somática. Los síntomas más frecuentes son: pérdida de interés en todas las actividades cotidianas, ganas de llorar, trastornos alimenticios que se puede reflejar en la pérdida o aumento de peso, fatiga o pérdida de energía, sentimientos de inutilidad excesivos, dificultad para conciliar el sueño, recordar cosas, concentrarse y toma de decisiones y finalmente ideas suicidas recurrentes (Cabezas et al., 2021).

Según cifras reportadas por la OMS la depresión es considerada como una de las principales causas de discapacidad social a nivel mundial, teniendo un aproximado de 280 millones de personas con diagnóstico de depresión, es una de las principales causas relacionadas con el riesgo de suicidio, afectando más al género femenino, es un problema de salud pública debido a su elevada prevalencia en todo el mundo, dentro de los factores de riesgo para presentar depresión, tenemos al estrés, ya que es un padecimiento que altera el entorno y productividad del ser humano, interviniendo directamente en su factor biológico y psicológico (Mendes et al., 2020).

La ansiedad es considerada como una reacción natural del organismo frente a una situación de amenaza o peligro sea este físico o psicológico, que tiene como consecuencia suprimir u oponerse al peligro mediante una respuesta (Fernández et al., 2019). En otras palabras, la ansiedad es la respuesta emocional que puede ser exteriorizada por el estímulo que la produzca y los síntomas están determinados por las características de cada individuo y su manera de afrontar. Las personas que padecen de trastorno de ansiedad sienten demasiado temor y preocupación, lo cual los debilita y afecta en sus actividades diarias, generando dificultades en el trabajo con (disminución del desempeño laboral) y las relaciones personales (Cabezas et al., 2021a). La ansiedad laboral, está relacionada con los factores: carga, ritmo, plazos y horarios de trabajo; falta percibida de control personal y, también situaciones donde se vulneran los derechos de los trabajadores como inestabilidad laboral, despidos intempestivos, malas reestructuraciones empresariales, entre otras.

El estrés en el ámbito laboral se lo considera como una reacción fisiológica, psicológica y de conducta, que puede dar como resultado la falta de motivación lo que puede traducirse en un rendimiento negativo en su trabajo, generando así un mal desempeño que afecta el bienestar físico y psicológico del colaborador (Alvites, 2019). Se puede mencionar que dentro de los factores de riesgo para desarrollar estrés laboral están: la asignación de trabajo a las cuales el colaborador cree no sentirse capacitado, sobrecarga laboral, introducción de nuevas tecnologías, despidos intempestivos, doble presencia o cargo (trabajo realizado en el ámbito familiar y laboral), excesivas demandas psicológicas, inestabilidad laboral, apoyo social en la empresa (Panchano, 2019).

Se sabe que la ansiedad y la depresión son trastornos mentales que son causadas por cuadros crónicos de estrés, provocando así un factores negativos en el desempeño de los trabajadores, hoy en día la salud mental de los trabajadores debe ser considerada como prioridad para las organizaciones empresariales, deben llevar una estricta implementación de programa de Riesgo Psicosocial y los entes reguladores de cada país deben ser los responsables de verificar su cumplimiento.

Según reportes de la OMS (2017), los trastornos de ansiedad y depresión tuvieron un aumento importante, en Europa se detectaron que el 27% de la población sufre de algún trastorno mental, siendo más frecuente en las mujeres, también se informa que, la baja productividad en las empresas está dada por trastornos de depresión y ansiedad (dos de los problemas de salud mental más comunes) esto le significa a la economía mundial una pérdida de billón de dólares anualmente (Kestel, 2019).

Con respecto a trabajos con un elevado índice de padecimiento de patologías mentales se encuentra la docencia (Granados et al., n.d.), trabajo de gran exigencia y de vital importancia. Estudios sobre padecimientos de enfermedades de salud mental muestran que los maestros son más propensos a tenerlas que en comparación con otros profesionales presentando síntomas y signos como: confusión, miedos excesivos, frustración, impotencia, debilidad o cansancio, cefalea, tensión, entre otros, que terminan afectando sus pensamientos y conductas (Sánchez & Velasco, 2017).

Los docentes del siglo XXI representan un sector productivo que están expuestos diariamente a estresores debido a las exigencias de su trabajo (Palacios et al., 2020) por lo que pertenecerían a un grupo vulnerable. El profesorado está expuesto a una alta competitividad, un amplio volumen de horas laborales, la necesidad de realizar trabajo en casa, un elevado nivel de presión durante sus actividades que requieren la experticia de múltiples capacidades incluidas las formativas, metodológicas, éticas, afectivas y socioculturales; el acúmulo de todas estas exigencias puede acarrear efectos negativos tanto en su salud mental como física (da Silva et al., 2020) . Los maestros son más propensos a padecer afectaciones cardiovasculares, enfermedades dermatológicas, respiratorias, gastrointestinales, trastornos mentales y trastornos musculoesqueléticos (Pérez & Rodríguez, 2019)

La salud mental de los docentes cumple una función demasiado significativa en los procesos de enseñanza-aprendizaje si esta se ve alterada afecta directamente la relación profesor-alumno y también la estructura organizacional y administrativa de la institución, porque genera ausentismo e incapacidad laboral (Sánchez & Velasco, 2017). En un

mundo de constantes cambios, los docentes están expuestos a un sin número de condiciones o factores que determinan su bienestar psicológico, dependen de las vinculaciones externas y las características del entorno, en este caso estaría establecido por las condiciones o factores sociodemográficos y laborales a los que están expuestos (Muñoz et al., 2018).

Las funciones del trabajo docente pueden generar un cierto nivel de presión dadas por las autoridades, compañeros de trabajo, estudiantes, padres de familia, condiciones y responsabilidades sociofamiliares, etc. Estos son factores pueden generar estrés, ansiedad, angustia y pueden ser expresados mediante sintomatología física y mental; que a su vez puede afectar la relación docente-alumno y docente-docente pudiendo repercutir negativamente en la actividad educativa.(Carranco & Pando, 2019). Las situaciones que puedan generar estrés y las exigencias emocionales pueden contribuir a la aparición de ansiedad y depresión (Tacca & Tacca, 2019) La depresión y el estrés pueden obstruir las actividades cotidianas de los maestros, afectando su desempeño laboral, la detección pronta de este problema es urgente para que las estrategias de prevención puedan ser implementadas en todo el campo docente (Mendes et al., 2020).

Según la Organización Internacional del Trabajo (OIT) en países desarrollados uno de cada diez trabajadores padece de trastornos de depresión, trastornos de ansiedad, estrés o síndrome de Burnout. En países europeos como Reino Unido existen cifras que alcanzan el 30% de la población que padece algún trastorno de salud mental durante su vida laboral, en este país es la depresión es la principal causa de enfermedad y por ende aumenta la tasa de incapacidad laboral (Sánchez & Velasco, 2017).

Según estudios a nivel de Latinoamérica se ha identificado que la salud de los docentes es regular o mala, pues los padecimientos como angustia mental, dolor lumbar y dolor de cuello u hombros son comunes y la prevalencia es mayor en las zonas rurales que en zonas urbanas (Solis et al., 2019). Lo cual es congruente a una investigación realizada en un Centro Educativo rural de Pasto, Nariño-Colombia donde los docentes presentan un nivel de estrés alto debido a las funciones correspondientes al cargo tales como

planificación, relaciones laborales, sobrecarga laboral y falta de acceso a medios de comunicación debido a la ubicación geográfica (Matabanchoy et al., 2020).

Para la Asociación Ecuatoriana de Psiquiatría, los padecimientos mentales son derivados de las situaciones que generan estrés, depresión y ansiedad (Rodríguez et al., 2018). En Ecuador se reporta que los docentes presentan irritabilidad e intranquilidad como respuesta a los trastornos de ánimo, sueño y problemas cardiopulmonares y/o gastrointestinales además de dificultad para permanecer sentados y sudor en las manos (Basurto et al., 2020). Un estudio realizado en Ecuador determinó que factores que determinan estrés en los docentes son: “la falta de interés por parte del alumnado, grupos numerosos a cargo, problemas de disciplina, problemas sociales en la escuela, condiciones físicas poco adecuadas para desarrollar la labor, entre otras”(Rodríguez et al., 2018).

La falta de la aplicación de programas o estrategias que tengan como fin disminuir los riesgos psicosociales que pueden aparecer en los profesores ya sea por la carga laboral o responsabilidades adoptadas por las exigencias propias de la docencia, hace que exista una alta prevalencia de trastornos de salud mental en este gremio (Rodríguez et al., 2018).

En Ecuador existe pocos estudios de evaluaciones correspondientes a problemas relacionados con patologías mentales que padecen los docentes y mucho menos los docentes que laboran en el Oriente como por el ejemplo en la provincia de Napo. Según Moreira (2019), Napo es la provincia ecuatoriana que muestra el mayor índice de incidencia de accidentes de trabajo con 2385,91 casos por cada 100 000 trabajadores en 2014 y con 748,55 en 2015. La provincia del Napo pertenece a la forma de vida “Bosque siempre verde piemontano”, con precipitaciones media anuales de 1 250 a 5 000 mm, una temperatura que oscila de 24 a 28 °C y un clima que varía desde ecuatorial de alta montaña a ecuatorial mesotérmico, meso húmedo y mega térmico lluvioso (Bravo et al., 2015); además posee una gran extensión de bosque amazónico intacto y centenas de fuentes hídricas importantes para la biodiversidad (Torres, 2013).

Tomando como base las investigaciones y referencias bibliográficas estudiadas surge el interés por analizar si ¿las condiciones sociodemográficas y laborales están relacionadas con las patologías mentales desarrolladas por los profesionales de la educación? El presente estudio tiene objetivo evaluar la prevalencia de problemas de salud mental en docentes que laboran en la provincia del Napo de acuerdo con las características sociodemográficas y laborales, mediante la aplicación de un cuestionario a profesores del Distrito de Educación 15D02 El Chaco- Quijos. En base al objetivo general se plantearon objetivos específicos como, evaluar los problemas de salud mental de los docentes mediante la aplicación del Cuestionario DASS-21, identificar las características sociodemográficas y laborales en los docentes y su posible relación con los problemas de salud mental, plantear la necesidad de mejorar las condiciones de trabajo psicosociales entre los profesores de la provincia de Napo para promover su salud y bienestar.

JUSTIFICACIÓN Y APLICACIÓN DE LA METODOLOGÍA

El diseño de la presente investigación fue del tipo no experimental, transversal y correlacional. A razón de que se analizó las características de una muestra seleccionada, correspondiente a los docentes de un determinado distrito educativo ecuatoriano en el mes de marzo del 2022 y la variable de interés no fue manipulada.

Población y muestra

El Distrito de Educación 15D02 de la provincia de Napo, posee un total de 348 docentes. El tamaño de la muestra fue determinado por un muestreo no probabilístico por conveniencia teniendo así a 303 profesores que contestaron la encuesta. Para el análisis de este estudio se excluyeron 19 participaciones debido a que dichos profesores tan solo han cursado el bachillerato y dos de ellos eran viudos; siendo estos los criterios de exclusión. De tal manera, la muestra estuvo compuesta por 284 docentes.

Instrumentos y variables

Se implementó la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21), constituido por 21 preguntas que permiten analizar los factores: Depresión con los ítems 3, 5, 10, 13, 16, 17 y 21; Ansiedad con los ítems: 2, 4, 7, 9, 15, 19 y 20 y, Distrés con los ítems 1, 6, 8, 11, 12, 14 y 18. Los formatos de respuesta son del tipo Likert de cuatro puntos (desde 0 hasta 3). Los valores de respuesta se detallan a continuación: 0 corresponde a no me ha ocurrido, 1 corresponde a me ha ocurrido un poco o durante parte del tiempo, 2 corresponde a me ha ocurrido bastante o durante una buena parte del tiempo y 3 equivale a me ha ocurrido mucho o la mayor parte del tiempo (Cabezas et al., 2021). Su operacionalización consiste en la sumatoria de las puntuaciones de las respuestas obtenidas de acuerdo con cada factor, para determinar el padecimiento (si o no) de problemas de salud mental.

Las variables consideradas fueron: sexo (femenino y masculino); edad (menor de 40 años y mayor de 40 años); estado civil (con pareja y sin pareja); nivel de educación (tercer nivel y cuarto nivel) excluyendo a los que tan solo tenían el bachillerato; tiempo de traslado al trabajo (menor a 30min; mayor a 30 min); edad de los estudiantes (menores a

14 años, mayores a 14 años); antigüedad laboral (menor a 10 años; mayor a 10 años), zona del centro educativo (urbana, rural).

Análisis de datos

Los resultados de las encuestas digitales fueron descargadas del programa Microsoft Forms y analizadas con el software estadístico EPI Info Versión 7.2.5. Las variables se trabajaron de forma categórica, considerando las frecuencias absoluta y relativa. Se compararon las características según la zona del centro educativo y la antigüedad laboral, a través de las pruebas estadísticas de Chi cuadrado y Prueba Exacta de Fisher.

La probabilidad de predicción de las variable sociodemográficas y laborales sobre problemas de salud mental como Depresión, Ansiedad, y Estrés fue analizada mediante regresiones logísticas multivariantes dicotómicas. Un modelo logístico permite calcular la probabilidad de que tenga lugar un suceso, evento o resultado, como sería en este la presencia de alguna de estas patologías mentales, frente a que no se dé, en presencia de uno o más variables sociodemográficas o laborales.

RESULTADOS

La Tabla 1 ofrece las frecuencias obtenidas en base a las variables: zona del centro educativo y antigüedad laboral, con respecto a las características sociodemográficas y problemas de salud mental (depresión, ansiedad y distrés).

Tabla 1

Descripción de la población de estudio según características sociodemográficas, laborales y patologías mentales.

Variable	Categoría	Total n=284	Zona del centro educativo		Valor P X ²	Antigüedad laboral		Valor P X ²
			Urbana (n=188) n (%)	Rural (n=96) n (%)		≤ 10 años (n=150) n (%)	> 10 años (n=134) n (%)	
Sexo	Masculino	102 (35,9)	71 (37,8)	31 (32,3)	0,43	63 (42,0)	39 (29,1)	0,03
	Femenino	182 (64,1)	117 (62,2)	65 (67,7)		87 (58,0)	95 (70,9)	
Edad	< 40 años	158 (55,6)	117 (62,2)	41 (42,7)	<0,01	127 (84,7)	31(23,3)	<0,01
	≥ 40 años	126 (44,4)	71 (37,8)	55 (57,3)		23 (15,3)	103 (76,9)	
Estado civil	Sin pareja	125 (44,0)	86 (45,7)	39 (40,6)	0,63*	79 (52,3)	46 (34,3)	<0,01
	Con pareja	159 (56)	102 (54,3)	57 (59,4)		71 (47,3)	88 (65,7)	
Nivel de educación	Tercer nivel	223 (78,5)	144 (76,6)	79 (82,3)	0,28*	128 (85,3)	95 (70,9)	<0,01
	Cuarto nivel	61 (21,5)	44 (23,4)	17 (17,7)		22 (14,7)	39 (29,1)	
Edad de estudiantes	< 14 años	184 (64,8)	113 (60,1)	71 (74,0)	0,03*	85 (56,7)	99 (73,8)	<0,01
	≥ 14 años	100 (35,2)	75 (39,9)	25 (26,0)		65 (43,3)	35 (26,1)	
Zona centro educativo	Urbana	-	-	-	-	104 (69,3)	84 (62,6)	0,25
	Rural	-	-	-	-	46 (30,1)	50 (37,3)	
Antigüedad laboral	≤ 10 años	188 (66,2)	104 (55,3)	46 (47,9)	0,04	-	-	-
	> 10 años	96 (33,8)	84 (44,7)	50 (52,1)		-	-	
Tiempo de traslado al trabajo	< 30 minutos	244 (85,9)	168 (89,4)	76 (79,2)	0,03	121 (80,7)	123 (91,8)	0,01
	>30 minutos	40 (14,1)	20 (10,6)	20 (20,8)		29 (19,3)	11 (8,21)	
Depresión	No	243 (85,6)	159 (84,6)	84 (87,5)	0,59*	127 (84,7)	116 (86,6)	0,73*
	Si	41 (14,4)	29 (15,4)	12 (12,5)		23 (15,3)	18 (13,4)	
Ansiedad	No	222 (78,2)	142 (75,5)	80 (83,3)	0,17	113 (75,3)	109 (81,3)	0,25*
	Si	62 (21,8)	46 (24,5)	16 (16,7)		37 (24,7)	25 (18,7)	
Distrés	No	256 (90,1)	168 (89,4)	88 (91,7)	0,67*	133 (88,7)	123 (91,8)	0,43*
	Si	28 (9,9)	20 (10,6)	8 (8,3)		17 (11,3)	11 (8,2)	

* Prueba exacta de Fisher, - No aplica

Fuente: Elaboración propia

En este estudio participaron un total de 284 profesores de educación inicial, básica general y bachillerato de la provincia de Napo perteneciente a la región oriente del Ecuador. El 64,1% eran mujeres (n=182) y el 35,9% hombres (n=102), con menos de 40 años (55,6%).

Los maestros que trabajaban en la zona urbana eran estadísticamente más jóvenes (menores a 40 años), trabajaban con estudiantes menores a 14 años, poseían una

antigüedad laboral de 10 años o inferior y les tomaba menos de 30 minutos ir a su lugar de trabajo. Los profesores que trabajaban en la zona urbana o rural no presentaron diferencias estadísticamente significativas para sexo, estado civil y nivel de educación.

Los profesores que poseían una antigüedad laboral menor o igual a 10 años son propensos a ser mujeres, estadísticamente más jóvenes, tienen pareja, con un nivel de educación correspondiente a pregrado, trabajan con estudiantes menores a 14 años y tiempo de traslado inferior a 30 minutos. Por otra parte, los docentes que tienen una antigüedad laboral inferior o mayor a 10 años no presentaron una diferencia estadísticamente significativa en la zona del centro educativo donde laboran.

Con respecto a las patologías de salud mental, no existe una diferencia significativa entre los profesores que trabajan en las zonas urbanas o rural y, los profesores que poseen una antigüedad de inferior o mayor a los 10 años. Sin embargo, la ansiedad es la enfermedad mental que presenta mayor porcentaje de padecimiento (21,8%) además el 24,5% de los profesores que trabajan en zonas urbanas en comparación a los que trabajan en zonas rurales y el 24,7% de los maestros que poseían una antigüedad de 10 años o inferior.

La Tabla 2 muestra la prevalencia del Síndrome de Trastorno mental (DASS-21) de acuerdo con las variables planteadas. Se determinó únicamente que la depresión presenta una dependencia significativa con el nivel de educación, de allí que el 11,7% de los docentes que poseen una educación de tercer nivel y el 24,6% de los docentes que poseen cuarto nivel son estadísticamente más propensos a presentar síntomas sugestivos de depresión.

La Tabla 3 muestra tres modelos de regresión logística y el ajuste para los problemas de salud mental de depresión y ansiedad para estimar los Odds ratio.

Tabla 2*Prevalencia de problemas de salud mental: Depresión, Ansiedad y Distrés.*

		Depresión		Ansiedad		Distrés	
		Si n (%)	Valor P X ²	Si n (%)	Valor P X ²	Si n (%)	Valor P X ²
Sexo	Masculino	15 (14,7)	1	16 (15,7)	0,08	10 (9,8)	0,99
	Femenino	26 (14,3)		46 (25,3)		18 (9,9)	
Edad	< 40 años	24 (15,2)	0,81	36 (22,8)	0,77	17 (10,8)	0,71
	≥ 40 años	17 (13,5)		26 (20,6)		11 (8,7)	
Estado civil	Sin pareja	20 (16,0)	0,62	26 (20,8)	0,82	9 (7,2)	0,25
	Con pareja	21 (13,2)		36 (22,6)		19 (11,9)	
Nivel de educación	Tercer nivel	26 (11,7)	0,02	46 (20,6)	0,44	21 (9,4)	0,81
	Cuarto nivel	15 (24,6)		16 (26,2)		7 (11,5)	
Edad de estudiantes	< 14 años	24 (13,0)	0,47	43 (23,4)	0,48	18 (9,8)	0,99
	≥ 14 años	17 (17,)		19 (19,0)		10 (10,0)	
Zona centro educativo	Urbana	29 (15,4)	0,63	46 (24,5)	0,18	20 (10,6)	0,68
	Rural	12 (12,5)		16 (16,7)		8 (8,3)	
Tiempo de traslado al trabajo	< 30 minutos	37 (15,2)	0,53	54 (22,1)	0,92	26 (10,7)	0,41
	>30 minutos	4 (10)		8 (20,0)		2 (5,0)	
Antigüedad	≤ 10 años	23 (15,3)	0,78	37 (24,7)	0,28	17 (11,3)	0,5
	> 10 años	18 (13,4)		25 (18,7)		11 (8,2)	

Fuente: Elaboración Propia

Con los resultados de la Tabla 3 se determinó que las tres patologías de salud mental presentan como factores protectores ($OR < 1$) al tiempo de traslado, zona del centro educativo y antigüedad laboral; y como factores de riesgo al sexo y nivel de educación. En general, se determina que no existe una asociación significativa entre las variables analizadas con las patologías mentales (los valores de los intervalos de confianza atraviesan a 1). Sin embargo, el nivel de educación con la depresión presenta una asociación significativa y, tras el ajuste del modelo correspondiente a ansiedad, se determina que la ansiedad presenta una asociación significativa con el sexo.

Tabla 3

Asociación entre factores de riesgo potenciales y patologías mentales Ansiedad, Distrés, Depresión en docentes del Distrito de Educación 15D02.

Variables	Categorías	Depresión		Ansiedad		Distrés
		OR (95% CI)	aOR (95% CI)	OR (95% CI)	aOR (95% CI)	OR (95% CI)
Edad	< 40 años	1		1		1
	> 40 años	1,10 (0,44-2,78)		1,29 (0,59-2,77)		0,92 (0,32-2,63)
Sexo	Masculino	1		1	1	1
	Femenino	1,06 (0,49-2,30)		1,89 (0,94-3,76)	1,98 (1,05-3,776)	1,10 (0,45-2,68)
Estado civil	No	1		1		1
	Si	0,77 (0,38-1,57)		1,20 (0,65 - 2,21)		1,87 (0,78-4,47)
Nivel de Educación	Tercer nivel	1	1	1		1
	Cuarto nivel	2,60 (1,21-5,56)	2,62 (1,26 - 5,48)	1,59 (0,78 - 3,22)		1,38 (0,53-3,63)
Tiempo de traslado al trabajo	< 30 minutos	1		1		1
	> 30 minutos	0,58 (0,19-1,82)		0,82 (0,34 - 1,98)		0,45 (0,10-2,04)
Antigüedad laboral	< 10 años	1	1	1	1	1
	> 10 años	0,68 (0,27-1,72)	0,73 (0,36-1,45)	0,48 (0,22 - 1,04)	0,66 (0,37 - 1,19)	0,57 (0,20-1,63)
Edad de estudiantes	< 14 años	1	1	1		1
	> 14 años	1,08 (0,49 - 2,36)	1,35 (0,63-2,87)	0,77 (0,38 - 1,53)		0,88 (0,35-2,22)
Zona centro educativo	Urbana	1	1	1	1	1
	Rural	0,89 (0,42-1,89)	0,84 (0,41-1,75)	0,60 (0,31 - 1,16)	0,61 (0,32 - 1,19)	0,83 (0,34-2,04)

NA: No aplica

Fuente: Elaboración propia

DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS Y PROPUESTA DE SOLUCIÓN

Esta investigación presenta como resultados que, el padecimiento de las patologías de salud mental (depresión, ansiedad y distrés) en los docentes que laboran en la provincia del Napo-Ecuador es bajo; resultado semejante al obtenido por Patiño (2021), quien realiza una investigación semejante en docentes de un colegio de la ciudad de Quito; y, Cabezas et al. (2021b), quienes analizan el distrés, depresión y ansiedad en los estudiantes y docentes de posgrado de una universidad local.

Es importante señalar que la ansiedad es la patología que presentó mayor predominio (21,8%) seguida de la depresión (14,4%) y distrés (9,9%) en los docentes en Napo (resultados no significativos estadísticamente). El porcentaje de docentes que tiene depresión de esta investigación es próximo al reportado por Fernández (2014) quien señala que el índice de prevalencia anual de la depresión en los profesores es del 15%; debido a la incertidumbre, tensión y responsabilidad que están viviendo los maestros. Además Párraga y Escobar, (2020) mencionan que el 10% de docentes de educación básica padece distrés por el cambio de modalidad causada por la pandemia del Covid-19.

Con respecto a las características de la población estudiada se determinó que influye la zona del centro educativo con la edad de los docentes, la edad de los estudiantes, antigüedad laboral y en el tiempo de traslado al trabajo. Pues los docentes que trabajan en la zona urbana generalmente eran menores a 40 años y los que trabajan en la zona rural eran mayores a los 40 años. La antigüedad laboral de los docentes de la zona urbana es inferior a los 10 años mientras que es mayor a los 10 años en los docentes rurales.

Tanto los profesores de la zona urbana como de la zona rural se caracterizaban por trabajar en niveles de educación inicial y básica (con estudiantes menores a 14 años) y el tiempo que empleaban para trasladarse a su lugar de trabajo es menor a 30 minutos. Por otra parte, se comprobó que la antigüedad laboral influye en casi todas las variables analizadas excepto la zona del centro educativo.

Referente a los trastornos mentales con las variables sociodemográficas se determinó que: las mujeres son más propensas a padecer ansiedad en un 25,3%, depresión en un 14,3% y distrés en un 9,9%; en consecuencia, este resultado se asocia a que la docencia ejercida por una mujer casada o con pareja conlleva un sobreesfuerzo abrumador ya que debe distribuir su tiempo libre (fuera del trabajo) con el quehacer doméstico, lo cual representa una desventaja frente al docente de sexo masculino (F. A. Fernández, 2014).

La población menor a 40 años tiende a presentar signos de ansiedad en un 22,8%, depresión en un 15,2% y distrés en un 10,8% razón por la cual es necesario implementar atención especializada en el Distrito de educación analizado para prevenir agravamientos mediante programas preventivos ante las posibles situaciones adversas (Cabezas et al., 2021).

Además, los docentes emparejados presentan ansiedad en un 22,6%, distrés en un 11,9% y surge un particular que los profesores con pareja exhiben un porcentaje menor (13,2%) a los solteros o divorciados (16%) frente a la depresión. Lo último, se relaciona a que las personas que cuentan con una pareja estable no pasan por una ruptura de pareja que puede afectar de manera global a la vida psíquica y afectiva de los individuos divorciados o que se mantienen en soltería.

Según modelos de regresión logística la posibilidad de desarrollar depresión es 2,6 veces más alta en docentes que tienen un posgrado (cuarto nivel de educación) que los que no tienen (tercer nivel); por ello los docentes con posgrado corren un mayor riesgo de desarrollar depresión. Debido a que los docentes con posgrado esperan percibir una mayor remuneración, es decir, a mayor nivel de educación mayores beneficios (Cardozo, 2017).

Se observó que las mujeres son más proclives a padecer ansiedad y la población que posee pareja es propensa a padecer estrés. Tras el ajuste, los resultados siguieron siendo consistentes.

En el estudio se evidenció que la ansiedad presenta como factor de riesgo a la edad, sexo, estado civil y nivel de educación. Mientras que la edad de los estudiantes, antigüedad laboral, zona del centro educativo y tiempo de traslado al trabajo son factores protectores.

Con respecto al distrés, las variables consideradas como factor de riesgo son sexo, estado civil y nivel de educación; y como factor de protección la edad, antigüedad laboral, edad de estudiantes, tiempo de traslado al trabajo y zona del centro educativo.

Con el objetivo de interpretar los Odds ratio se estableció que: los docentes que eran mayores a 40 años eran más propensos en 1,1; 1,29 y 0,92 veces a padecer depresión, ansiedad y distrés, respectivamente con respecto a los docentes que eran menores a 40 años.

Las profesoras eran más propensas en 1,06; 1,89 y 1,10 veces a padecer depresión, ansiedad y distrés, respectivamente en relación a los profesores. Es decir, el género femenino es más vulnerable a los problemas de salud mental (Cabezas et al., 2021b).

Los docentes que poseían una pareja sentimental eran más propensos en 0,77; 1,20 y 1,87 veces a padecer depresión, ansiedad y distrés, respectivamente con respecto a los docentes que no poseían pareja, sean estos solteros o divorciados.

Los docentes que tenían un tiempo de traslado a su centro educativo mayor a 30 minutos eran más propensos en 0,58; 0,82 y 0,45 veces a padecer depresión, ansiedad y distrés, respectivamente con respecto a los docentes que se demoraban menos de 30 minutos en trasladarse a su lugar de trabajo.

Los docentes que laboraban con estudiantes de bachillerato son más propensos en 1,08; 0,77 y 0,88 veces a padecer depresión, ansiedad y distrés, respectivamente en relación a los profesores de educación inicial y general básica.

Los profesores que laboraban en centros educativos de la zona rural son más propensos en 0,89; 0,60 y 0,83 veces a padecer depresión, ansiedad y distrés, respectivamente; en comparación con los docentes que trabajan en la zona urbana.

Finalmente, con el objetivo de mejorar las condiciones de trabajo entre la población estudiada es trascendental reconocer que la depresión está relacionada con los sentimientos de tristeza y apatía, síntomas como fatiga, insomnio, dificultad para concentrarse, temblores en las manos, problemas físicos como irritación ocular y dolor de garganta lo que sobrelleva la pérdida de autocontrol en el salón de clase e insatisfacción laboral. De allí que un docente depresivo pierde paulatinamente el interés por desarrollar sus habilidades, le cuesta mantener un control emocional al relacionarse con los alumnos, colegas, autoridades y/o padres de familia (Sieglin et al., 2007)

Es importante señalar algunas de las limitaciones del presente estudio. Puede haber un cierto sesgo de selección ya que la participación fue voluntaria y solo pudieron participar maestros de centros educativos del Distrito 15D02 (instituciones fiscales). Además, la falta de investigaciones, donde se analice la relación entre los trastornos de salud mental con el entorno y características propias de la población en estudio. Por otra parte, la inexistencia de registros disponibles que abarquen estadísticas propias a la labor de los profesores, es decir, datos históricos en cuanto a la seguridad y salud ocupacional de docentes por su ubicación geográfica en Ecuador.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Se determinó que los docentes del Distrito de Educación 15D02 de la provincia del Napo, presentaron una prevalencia baja en trastornos de salud mental. Presentando un estado normal en las patologías de depresión y distrés. Por otra parte, en la patología de ansiedad se reportó un 21,8% de prevalencia de la muestra estudiada, estos resultados nos indican un manejo adecuado del bienestar psicológico, siendo clave en el momento de afrontar y/o prevenir distintas circunstancias propias del ejercicio de la docencia.

Las profesoras son más propensas a padecer alguna alteración en su salud mental, debido a que presentan como factor de riesgo psicosocial la dimensión de doble presencia y esto las vuelve más vulnerables.

La edad y la antigüedad laboral de los docentes tiene una relación proporcional, es decir, que a menor edad menos años de experiencia. De allí que, los docentes menores a cuarenta años tienen menos de diez años de experiencia laboral, los cuales están más expuestos a desarrollar signos y síntomas de ansiedad, lo que indica que a esta parte de la muestra le resulta más difícil afrontar los estresores propios de la docencia en comparación a los docentes con mayor antigüedad laboral.

Con el objetivo mejorar las condiciones de los docentes es importante una intervención positiva por parte las autoridades de Educación que puede incluir programas de seguridad y salud ocupacional en instituciones educativas mediante capacitaciones que traten los factores de riesgo a los que están expuestos como lo son: psicosociales, físicos y químicos.

Se considera relevante realizar futuras investigaciones que comparen los factores de riesgo psicosocial para el desarrollo de enfermedades mentales en el profesorado, de acuerdo con las diferentes condiciones geográficas otorgadas por las regiones del país costa, sierra, oriente o insular.

Sería interesante evaluar la salud mental de los profesores durante y post pandemia del Covid-19, es decir por el cambio de modalidad de estudio de virtual a presencial, ya que se posee evidencia de que la pandemia incidió directamente en la salud mental de los trabajadores en todos los sectores productivos o a su vez considerar a docentes de instituciones educativas fiscales, particulares y/o municipales. Por otra parte, determinar si la formación universitaria ya sea esta específica o no a la docencia, está asociada como factor de riesgo psicológico para presentar un trastorno mental.

Determinar en próximas investigaciones los principales estresores para la docencia que influye en el desarrollo de patologías mentales. Entre los estresores del sector de la docencia se puede mencionar la sobrecarga laboral, prestigio profesional, desarrollo de nuevas aptitudes relacionadas con el avance tecnológico, estabilidad laboral, falta de condiciones óptimas, remuneraciones insuficientes, falta de apoyo por autoridades del centro educativo, falta de contacto entre los padres con las actividades escolares; y falta de respeto por parte de los alumnos y padres de familia a los profesores.

REFERENCIAS

- Acosta, M., Parra, L., Burbano, C., Aguilera, M., & Pozos, B. (2019). Estrés laboral, burnout, salud mental y su relación con violencia psicológica en docentes universitarios. *Salud Uninorte*, 35.
- Aguirre, L. (2018). Process of recognition of occupational mental diseases: The Chilean experience. *Revista Brasileira de Medicina Do Trabalho*, 16(1), 100–105. <https://doi.org/10.5327/Z1679443520180189>
- Alvites, C. G. (2019). Estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, Norteamérica y Europa. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 141. <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.393>
- Basurto, A., Rodríguez, L., Urra, R., & Loor, M. (2020). Reacciones psicosomáticas producidas por el estrés y la salud mental de los docentes Universitarios. *Revista de Ciencias Humanísticas y Sociales*, 5(3), 16–25. <https://revistas.utm.edu.ec/index.php/Rehuso/article/view/1684>
- Bernardo, M., Souza, H., Pinzón, J., & Kawamura, E. (2015). Salud mental relacionada con el trabajo: Desafíos para las políticas públicas. *Universitas Psychologica*, 14(5), 1613–1624. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy14-5.smrt>
- Bravo, C., Benítez, D., Cesar, J., Burgos, V., Alemán, R., Torres, B., Marín, H., Prometeo, P., & -Ecuador, S. (2015). Caracterización socio-ambiental de unidades de producción agropecuaria en la Región Amazónica Ecuatoriana: Caso Pastaza y Napo. *Revista Amazónica Ciencia y Tecnología*, 4, 3–31.
- Cabezas, E., Herrera, R., Ricaute, P., & Novillo, C. (2021a). Depresión, ansiedad, estrés en estudiantes y docentes: Análisis a partir del Covid 19. *Revista Venezolana de Gerencia*, 26(94), 603–622.
- Cabezas, E., Herrera, R., Ricaute, P., & Novillo, C. (2021b). Depresión, ansiedad, estrés en estudiantes y docentes: Análisis a partir del Covid 19. *Revista Venezolana de Gerencia*, 26(94), 603–622.
- Caceres, N., Campillay, J., Cvitanic, C., & Bargsted, M. (2015). Los factores de riesgo psicosocial del trabajo afectan la salud mental de los docentes según el tipo de establecimiento. *Saul y Sociedad*, 6(1).
- Cardozo, A. (2017). La presencia de estrés en el profesorado según sexo y contexto laboral. *Revista de Investigación Psicológica*, 18, 43–57.
- Carranco, S., & 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)
- da Silva, M., Sánchez, A., Naranjo, G., & Rojas, J. (2020). El malestar docente: sus causas y efectos en profesores de Matemática de escuelas municipales estatales de Manaos. *Revista Cubana de Antropología Sociocultural*, 13, 71–95.
- Fernández, A., Estrada, M., & Arizmendi, E. (2019). Relación de estrés-ansiedad y depresión laboral en profesionales de enfermería. *Rev Enferm Neurol*, 18(1), 29–40. <http://www.revenferneurolenlinea.org.mx>
- Fernández, F. A. (2014). Una panorámica de la salud mental de los profesores. *Revista Iberoamericana de Educación*, 66, 19–30.
- Gales, C. (2005). Promoción de la salud: conceptos, evidencia emergente y practica. In *Organización Mundial de la Salud*.
- Granados, L., Aparicio, M., Fernández, A., & García, J. (n.d.). *Depresión, ansiedad y estrés y su relación con el burnout en profesorado no universitario*. <https://www.revistaespacios.com>

- Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo. (2018). *El efecto sobre la salud de los riesgos psicosociales en el trabajo: una visión general*.
<http://www.insst.es/catalogopublicaciones/>
- Kestel, D. (2019). *La salud mental en el lugar de trabajo: orientaciones a nivel mundial*. Organización Mundial de La Salud . <https://www.who.int/es/news-room/commentaries/detail/mental-health-in-the-workplace#:~:text=En%20efecto%2C%20se%20estima%20que,salud%20mental%20de%20los%20trabajadores.>
- Matabanchoy, J. M., Paz, D., Matabanchoy, S. M., & Jaramillo Corrales, M. A. (2020). Estrés laboral en docentes de un Centro Educativo rural en Pasto. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 13(3), 19–28. <https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.13302>
- Matabanchoy, J., Paz, D., Matabanchoy, S., & Jaramillo Corrales, M. (2020). Estrés laboral en docentes de un Centro Educativo rural en Pasto. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 13(3), 19–28. <https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.13302>
- Mendes, L., Campelo, E., Pinheiro, C., Ribeiro, I., & Vasconcelos, G. (2020). Stress and depression in teachers from a public education institution. *Enfermería Global*, 19(1), 232–242. <https://doi.org/10.6018/eglobal.19.1.383201>
- Moreira, M. (2019). Incidencia de accidentes de trabajo declarados en Ecuador en el período 2014-2015. *Contribuciones a Las Ciencias Sociales*.
<https://www.eumed.net/rev/cccss/2019/02/accidentes-trabajo-ecuador.html>
- Muñoz, E. M., González, A. F., & Jacott, L. (2018). Teachers' subjective well-being and satisfaction with life. In *REICE. Revista Iberoamericana Sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educacion* (Vol. 16, Issue 1, pp. 105–117). Universidad Autonoma de Madrid. <https://doi.org/10.15366/reice2018.16.1.007>
- Nicklaus Childen's Hospital. (2019). *Trastornos del estado de ánimo y de ansiedad*.
- Palacios, M., Montes de Oca, V., & Montes, V. (2020). *Condiciones de Trabajo y Estrés en Académicos Universitarios*. www.cienciaytrabajo.cl/49/53
- Panchano, E. (2019). Estudio de caso sobre ansiedad y depresión en los trabajadores de una empresa pública de Guayaquil. *Universidad Internacional SEK*.
- Párraga, K., & 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>
- Patiño, G. (2021). *Niveles de ansiedad y depresión en la práctica docente por confinamiento*.
<https://repositorio.uisek.edu.ec/bitstream/123456789/4088/1/G%C3%A9nesis%20Jhael%20Pati%C3%B1o%20Navarrete.pdf>
- Pérez, K., & Rodríguez, S. (2019). *Evaluación de la exposición a factores psicosociales laborales y su relación con la ansiedad y la depresión en personal docente y administrativo de un centro educativo de secundaria en San José, Costa Rica*.
- Porras, N. R. (2017). Análisis de la relación entre la salud mental y el malestar humano en el trabajo. *Equidad y Desarrollo*, 29, 161–178. <https://doi.org/10.19052/ed.4173>
- Rodríguez, L., Bermello, I., Pinartoge, E., & Durán, U. (2018). El estrés y su impacto en la salud mental de los docentes universitarios. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*. www.eumed.net/rev/caribe/2018/03/estres-docentes-universitarios.html

- Romaña, F., García, L., & Carballo, K. (2019). Factores de Riesgo Psicosocial que afectan la Salud Mental en docentes del Oriente. *Corporación Universitaria Minuto de Dios*.
- Sánchez, F., & Velasco, J. (2017). Comorbilidad entre síndrome de burnout, depresión y ansiedad en una muestra de profesores de educación básica del estado de México. *Universidad Estatal Del Valle de Ecatepec, México/Instituto de Ciencias de La Educación Del Estado de México, México*, 23(94), 261–286.
<https://doi.org/10.22185/24487147.2017.94.038>
- Sieglin, V., Elena, M., & Tovar, R. (2007). Estrés laboral y depresión entre maestros del área metropolitana de Monterrey. In *Revista Mexicana de Sociología* (Vol. 69).
- Solis, M., Schön, A., Parra, M., & Radon, K. (2019). Associations between effort-reward imbalance and health indicators among school teachers in Chuquisaca, Bolivia: A cross-sectional study. *BMJ Open*, 9(3).
<https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-025121>
- Tacca, D., & Tacca, A. (2019). Factores de riesgos psicosociales y estrés percibido en docentes universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 323.
<https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.304>
- Torres, B. (2013). *Gobernanza participativa en la Amazonía del Ecuador : recursos naturales y desarrollo sostenible*.
- Villamizar, D., Padilla, S., & Mogollón, O. (2015). Contexto de la salud mental en docentes universitarios. Un aporte a la salud pública. *CES Salud Pública.*, 146–159.