

Ciencias Psicológicas

Artículo Científico

## El nivel de stress en los docentes de la UNEMI

### *The level of stress in the teachers of the UNEMI*

### *O nível de estresse nos professores de UNEMI*

Ketty Z. Vergara-Mendoza <sup>i</sup>  
Universidad Agraria del Ecuador  
Guayaquil, Ecuador  
[kiri0831@hotmail.com](mailto:kiri0831@hotmail.com)

Isabel A. Leal-Maridueña <sup>iii</sup>  
Universidad Agraria del Ecuador  
Guayaquil, Ecuador  
[ilealm@unemi.edu.ec](mailto:ilealm@unemi.edu.ec)

Italo R. Carabajo-Romero <sup>ii</sup>  
Universidad Agraria del Ecuador  
Guayaquil, Ecuador  
[italo\\_carabajo\\_romero\\_2025@hotmail.com](mailto:italo_carabajo_romero_2025@hotmail.com)

**Recibido:** 30 de enero de 2017 \* **Corregido:** 9 de febrero de 2017 \* **Aceptado:** 14 marzo de 2017

- <sup>i.</sup> Licenciada en Ciencias de la Educación especialización Lengua Inglesa y Lingüística, Diplomada en Diseño Curricular por Competencias, Magister en Diseño Curricular; docente de la Universidad Estatal de Milagro.
- <sup>ii.</sup> Docente de la Universidad Agraria del Ecuador. Ecuador; Licenciado en Ciencias de la Educación con mención especialización Lengua Inglesa y Lingüística, Especialista en Gerencia y Docencia en la Educación Superior Diplomado en Gerencia y Docencia en la Educación Superior, Magister en Gerencia y Docencia en la Educación Superior docente de la Universidad Estatal de Milagro.
- <sup>iii.</sup> Licenciada en Ciencias de la Educación con mención en Educación Primaria, Profesora en Comercio y Administración, Diplomada en Diseño Curricular por Competencias. Maestría en Educación Superior; Investigador Auxiliar.

### **Resumen.**

La investigación que se resume en el presente paper, muestra la incidencia que tiene el uso de los medios virtuales en el rendimiento académico de los estudiantes de Primer Año de Bachillerato General Unificado en la asignatura de Informática Aplicada a la Educación, mediante la investigación de campo y bibliográfica. Se analizaron 137 estudiantes, 4 docentes y 1 directivo, utilizando las técnicas de la entrevista, la encuesta y la revisión documental que permitieron obtener resultados relevantes para fundamentar las variables objetos de estudio; concluyendo que los medios virtuales son idóneos para promover la construcción y asimilación de conocimientos significativos y perdurables en los estudiantes, mediante un ambiente participativo y colaborativo; y además, que el aula virtual dinamiza el proceso de enseñanza; y a los estudiantes les ofrece un medio creativo, dinámico para aprender.

**Palabras Clave:** Medios virtuales; plataforma virtual; rendimiento académico; proceso de enseñanza – aprendizaje.

**Abstract.**

Beyond the joys and satisfactions that provide educational work especially when the teacher appreciates the cognitive development achieved by its students. Faculty chair exercise generates a significant amount of stress; the purpose of the article was to determine the presence of the "burned" or Burnout syndrome, teachers in the various academic units Milagro State University (UNEMI) ; Test Index Reactivity Stress prepared by J. L. Gonzalez de Rivera was applied, 100 teachers of this institution, further analysis was conducted among teachers in the area of languages, belonging to the Faculty of Blended Education and Distance; They were applied to these variables such as marital status, health problems; the results showed that the level of stress among singles is lower than among married, those teachers who have health problems experience a stress index and higher than those who have health conditions stable emotional exhaustion.

**Keywords:** Burnout síndrome; stress level; emotional exhaustion; health problems.

### **Resumo.**

Além das alegrias e satisfações que proporcionam trabalho educativo, especialmente quando o professor aprecia o desenvolvimento cognitivo alcançado por seus alunos. Exercício cadeira Faculdade gera uma quantidade significativa de estresse; O objetivo do artigo foi determinar a presença da síndrome de burnout ou Burnout, professores das diversas unidades acadêmicas Milagro State University (UNEMI); Índice de Teste Reatividade O estresse preparado por J. L. Gonzalez de Rivera foi aplicado, 100 professores desta instituição, uma análise mais aprofundada foi realizada entre os professores na área de línguas, pertencentes à Faculdade de Educação Integrada e Distância; Eles foram aplicados a essas variáveis, tais como estado civil, problemas de saúde; Os resultados mostraram que o nível de estresse entre os solteiros é menor do que entre os casados, aqueles professores que têm problemas de saúde experimentam um índice de estresse e maior do que aqueles que têm condições de saúde estável esgotamento emocional.

**Palavras chave:** Síndrome de burnout; nível de estresse; exaustão emocional; problemas de saúde.

## **Introducción.**

### **Introducción al problema.**

La relación con otros individuos, puede generar una sobre carga de estrés, esto es palpable en la labor educativa, donde el maestro demanda un gran contingente de esfuerzo por lograr el desarrollo cognitivo de sus estudiantes; asociados a él, aparecen diversos tipos de sintomatologías, muchas veces desapercibidas o simplemente no coligadas al ejercicio de la profesión, más aun si se considera las exigencias del uso de los recursos tecnológicos los cuales han generado grandes transformaciones como lo menciona (Peiró, 2005) “estas experimentadas en el trabajo, en ocasiones, representan mejoras y avances pero, en otras, son causa de la aparición de una serie de condiciones que conducen a riesgos que afectan al bienestar de la persona”.

En el caso del estrés laboral, conocido como Burnout, este se revela, entre otras manifestaciones, por la presencia intermitente del agotamiento, una lenta y a la vez progresiva despreocupación así como la ausencia de emoción hacia los beneficiarios de su labor. (Gil-Monte, 2005)

Los cambios surgidos a raíz de las nuevas reformas educativas en la Educación Superior en el Ecuador, promovidas por el Consejo de Evaluación, Acreditación y Aseguramiento de la Calidad de la Educación Superior. (CEAACES), junto al aumento de la carga horaria, el consiguiente exceso de asignaciones para cumplir con los parámetros establecidos por dichos cambios, han originado que los docentes de la UNEMI experimenten altos niveles de estrés. Derivado de ello, han aparecido enfermedades físicas, emocionales y desgaste mental, las cuales afectan la calidad de vida y las relaciones familiares del individuo que las sufre.

Los problemas de salud originados por la carga de stress se encuentran entre aquellos que la declaración socio-laboral-promulgada en el Mercado Común del Sur (MERCOSUR) y adoptada en diciembre de 1998-, enmarca: “Considerando además que los Estados Partes apoyaron la "Declaración de la OIT relativa a los Principios y Derechos Fundamentales en el Trabajo" la cual reafirma el compromiso de los Miembros de respetar, promover y poner en práctica los derechos y obligaciones expresados en los convenios reconocidos como fundamentales dentro y fuera de la Organización”. (OIT, 1998)

Dicha declaración establece como deber de los Estados que conforman el MERCOSUR, adoptar las recomendaciones de la Organización Internacional del Trabajo (OIT) en lo que atañe a la preservación de la salud física y mental de los trabajadores. Así mismo, exige el comprometimiento de los estados a enunciar, ejecutar y poner al día condiciones saludables en el entorno en que estos desarrollan su faena. Todo ello, con el objetivo de prevenir accidentes laborales y enfermedades profesionales.<sup>1</sup>

La OIT, a fines de la década de los 70, promulgó un programa a fin de promover y mejorar el ambiente y las condiciones de trabajo de los trabajadores. Entre los objetivos trazados por dicho programa, destacaban la prevención de la tensión mental resultante de la duración, el ritmo, el contenido y la monotonía del trabajo junto con la promoción de mejores condiciones de trabajo, para una distribución adecuada del tiempo y el bienestar de los trabajadores. (María Guadalupe, Manuel, Carolina, & Nidia, 2003)

El convenio 121, sobre las prestaciones en caso de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales, (Ginebra, 48ava reunión, 8 Julio 1964) y el 155, sobre seguridad y salud de los

---

<sup>1</sup> Por enfermedad profesional se entiende a aquellas que se adquieren durante el desarrollo de la jornada laboral.

## El nivel de stress en los docentes de la UNEMI

---

trabajadores, (98ava reunión, 2009), de la OIT, hacen referencia a los parámetros a adoptar en cuanto a los accidentes laborales. Todos ellos consideran a las enfermedades profesionales como tales. Precisamente, en ese marco se halla el mencionado estrés laboral o Síndrome de Burnout.

### **Importancia del problema.**

#### **El nivel de estrés en los docentes de la UNEMI**

Los síntomas físicos provocados por el estrés dependen de cuan alto o bajo se hallen sus niveles presentes en cada persona. Van desde dolor abdominal, dolor de cabeza o dolor muscular en los estadios leves, hasta tornarse en síntomas más agobiantes, como el aumento del ritmo cardiaco y de la respiración, sudoración intensa, temblores, mareos, dificultad para concentrarse, cansancio extremo, pérdida de control e incluso se han reportado problemas de insomnio e impotencia sexual.

La definición de salud debida a la Organización Mundial de la Salud (OMS) en el año 1946, establece que la “salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, no solamente la ausencia de enfermedad o dolencia”, (Matud, Rodríguez, & Aznar, 2006) dispone el marco sobre el cual deben regirse las condiciones laborales de los trabajadores para asegurar en la medida de lo posible que estos gocen de este completo bienestar.

Las investigaciones acerca del stress empezaron en la década de los 50 y paralelamente se dio inicio a la investigación del estrés en los docentes. (Byrne, 1999) De acuerdo a las indagaciones de (Melgosa, 1999) “el término estrés, es una adaptación de la voz inglesa stress, que apareció en el inglés medieval en la forma de distress, que a su vez provenía del francés antiguo desstress, (‘estar bajo estrechez’ u ‘opresión’)

El “burnout” o síndrome de estar quemado, se presenta como resultado del desequilibrio producido por la sobrecarga de trabajo en comparación a la capacidad de respuesta del individuo, lo cual poco a poco va generando una marcada insatisfacción con las tareas a él encomendadas. Al propio tiempo, se genera un progresivo agotamiento físico y emocional que, obviamente, afecta el desempeño de la actividad laboral. Este fenómeno es particularmente evidente entre aquellos profesionales que mantienen contacto directo con otras personas como son los profesores, médicos, y funcionarios judiciales, entre otros. (Farfán Manrique , 2009)

Establecidas las bases del problema, es posible afirmar que el “estrés” antes considerado algo normal o pasajero, hoy es una situación que afecta, en diferente medida, a todas las personas cuya labor tiene como principal acción la interrelación con otros individuos. Como quiera, la cuestión más importante a resolver sería ¿por qué el estrés afecta tanto a quienes están al contacto con otras personas en sus trabajos de día a día? Primero, es preciso mencionar que, cualquier actividad, el interactuar con otras personas consume, como pocas otras actividades, la resistencia mental.

Ello genera agotamiento y pese a que no es considerada una condición de mala salud “tan importante” por los organismos de control, o en la mayoría de los casos, por los jefes inmediatos de los trabajadores, sí lo es, pues atenta contra las bases psíquicas de la persona. Por consiguiente, pone en riesgo su capacidad de raciocinio y su habilidad en general. Como resultado, puede producirse una baja en el ejercicio profesional, la cual representaría una pérdida de recursos, pues no se está logrando un desempeño óptimo del trabajador.

El Síndrome de Burnout, el cual no es otra cosa que un nivel de stress muy alto, surge como resultado de la interacción entre factores estresantes y la característica de la persona para enfrentar



El nivel de stress en los docentes de la UNEMI

---

dichas situaciones. El término estrés según (Selye, 1976), es “la respuesta adaptativa del organismo ante los diversos estresores”, entendiéndose por estresor a toda situación causante de estrés.

### **Factores psicosociales que desencadenan el stress en los docentes.**

Entre estos factores se encuentran la sobrecarga laboral, baja compensación económica en relación al nivel de instrucción y al grado de responsabilidad del cargo, problemas familiares, deficiente alimentación, la falta de recreación, un inadecuado clima institucional, entre otros. En la investigación efectuada entre los docentes de la Universidad Estatal de Milagro, se encontró que el nivel de stress más elevado está presente en un grado comparativamente mayor entre las docentes casadas que en las solteras y que estos niveles son relativamente menores en sus compañeros de sexo masculino.

Uno de los factores generadores de stress ha sido sin lugar a dudas la sobrecarga laboral que afecta a los docentes, producida en gran manera debido a los cambios propuestos por el CEAACES en cuanto a la Educación Superior en el país, que aunque son propuestas que benefician la calidad de la enseñanza que se imparte en las diferentes universidades, también llevan aparejadas consigo mayores desafíos pues los docentes deben estar continuamente involucrados en proyectos que garanticen una mejor calidad en la educación y una constante innovación en los procesos educativos, en los que a diferencia de años anteriores se puedan obtener resultados que vayan acordes con el desarrollo y la competitividad presente en el siglo XXI.

### **Como identificar los síntomas del stress.**

La persona que sufre de estrés, presenta signos evidentes de fatiga física, lo cual hace que con frecuencia experimente decaimiento o que su nivel de energía esté tan bajo que le cueste

## El nivel de stress en los docentes de la UNEMI

---

sobremanera realizar casi cualquier actividad sea mental o física porque todo le presupone un enorme esfuerzo, lo cual aumenta su cansancio generando al mismo tiempo cuadros de depresión y de ineptitud al no poder cumplir con lo que se requiere en el trabajo diario.

Otro síntoma es la carencia de iniciativa para realizar las actividades encomendadas, la cual muchas veces se ve acompañada de tics nerviosos (morderse las uñas, rascarse, frotarse las manos), en los casos más severos la presencia de taquicardia, aumento de la presión arterial, dolores musculares, cefaleas, desconcentración, e inclusive trastornos digestivos (diarrea), del sueño (insomnio) y de índole sexual (impotencia o inapetencia sexual), que afectan el ámbito social y familiar del individuo que sufre de estrés el cual termina aislándose, generando un cuadro de depresión que si no es manejado adecuadamente puede llevar a estados de ansiedad generalizada que en muchos de los casos causará que el individuo haga uso de sustancias adictivas como tabaco, bebidas alcohólicas y estimulantes para mantener o elevar el nivel de energía o calmantes para ayudarles a conciliar el sueño.

En un estudio llevado a efecto por la agencia Reuters en los Estados Unidos, se determinó que se gastan anualmente 300.000 millones de dólares al año por el ausentismo causado por las hospitalizaciones, tratamientos psiquiátricos y psicológicos causados por el estrés. (Lara Sotomayor & Pando Moreno, 2014)

En Ecuador aún no se han realizado estudios para determinar cuánto le cuesta al estado el ausentismo causado por este síndrome cuyos efectos causan como se ha mencionado, alteraciones en la salud mental y física del trabajador.

## **Como prevenir el estrés**

La prevención y un manejo adecuado de las políticas gubernamentales en materia educativa, evitarían el desembolso de ingentes cantidades de dinero en tratamientos hospitalarios, psicológicos y psiquiátricos en los docentes universitarios y en los trabajadores cuya labor está relacionada con la interacción personal con otro ser humano.

Se han mencionado las mejoras a la educación propuestas por el CEAACES, que sin lugar a dudas benefician tanto a los estudiantes como a los propios docentes universitarios, pero sería deseable que se dotasen de recursos suficientes para implementar centros de atención especializada para evaluar las necesidades emocionales, temporales y personales de cada docente, de tal manera que los conflictos generados por la sobrecarga laboral puedan ser resueltos adecuadamente aumentando la autoestima del docente y mejorando su calidad de vida familiar y personal.

La implementación de técnicas adecuadas de relajación así como de una mejor distribución del tiempo y de espacios en los que pueda socializar con sus compañeros de trabajo permitirá revertir muchos de los síntomas causantes del estrés, los cuales sin lugar a dudas lograrán fomentar en el docente un equilibrio entre su vida profesional y su vida familiar.

## **Metodología.**

## **Materiales y métodos.**

El test de Índice de Reactividad del Estrés elaborado por J. L. González de Rivera, quien labora en el Instituto de Psicoterapia e Investigación Psicosomática, se utilizó para medir el nivel de estrés en 100 docentes de las diversas unidades académicas de la Universidad Estatal de Milagro del Ecuador, a saber: Facultad Académica Ciencias de la Salud, Facultad Académica Ciencias de la

El nivel de stress en los docentes de la UNEMI

Ingeniería, Facultad Académica Ciencias de la Educación y la Comunicación, Facultad Académica Ciencias Administrativas y Comerciales, Facultad Académica de Educación Semipresencial y a Distancia. Sus indicadores varían de acuerdo al sexo y el área de especialidad en la cual trabaja cada docente.

### Análisis y resultados.

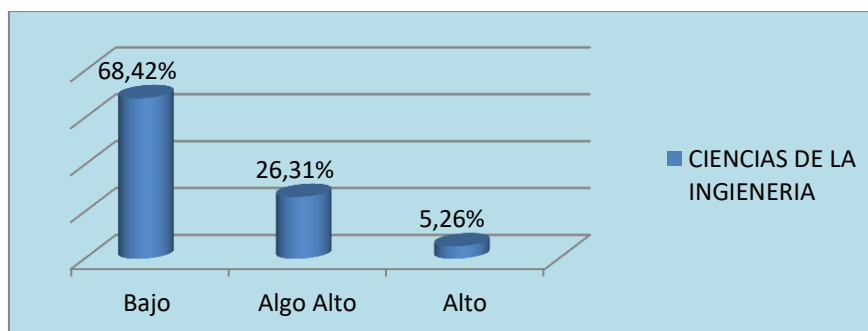
#### Resultados.

Realizados a través de una encuesta personal a los docentes de las diferentes carreras existentes en la UNEMI incluyendo también los Departamentos de Rectorado, Admisión y Evaluación.

Resultados determinados por Carreras y/o departamentos

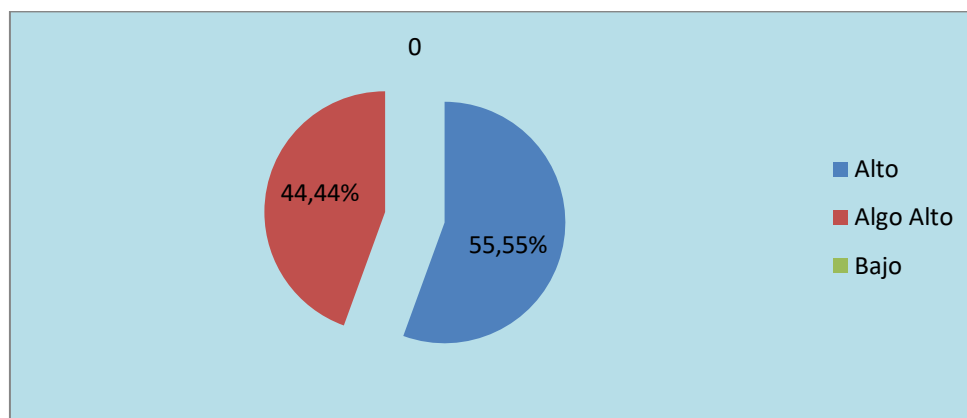
Unidad Académica	# Docentes encuestados	Nivel de estrés		
		Bajo	Algo alto	Alto
Ciencias de la ingeniería	19	13	5	1
Ciencias Administrativas	9	5	4	0
Inglés	14	7	3	4
Ciencias de la Salud	16	10	4	2
Educación Semipresencial	5	3	2	0
Ciencias de la Educación.	25	16	5	4
Admisión y nivelación	5	4	0	1
Evaluación e Investigación.	3	1	2	
Rectorado	4	1	2	1
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>	<b>60</b>	<b>27</b>	<b>13</b>

*Cuadro N° 1 Ciencias de la Ingeniería*



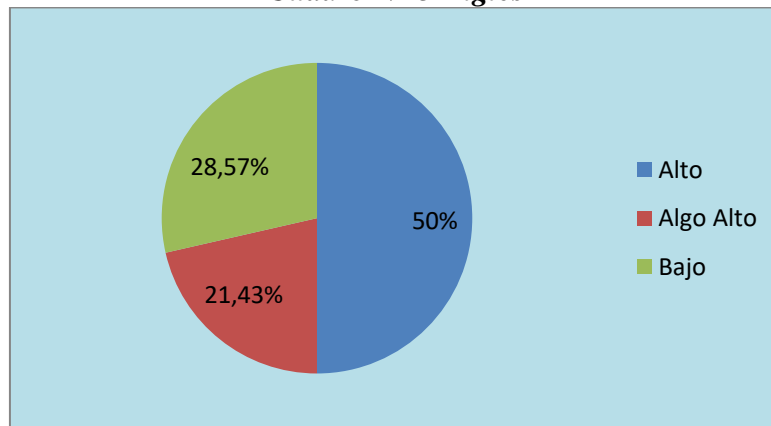
De acuerdo a las estadísticas presentadas el diagrama nos muestra que los Docentes de la Carrera Ciencias de la Ingeniería tienen un bajo Estrés Laboral, lo cual se determina por el bajo número de estudiantes en el aula de clases lo cual facilita la revisión de tareas, lecciones y exámenes.

*Cuadro N° 2 Ciencias Administrativas*



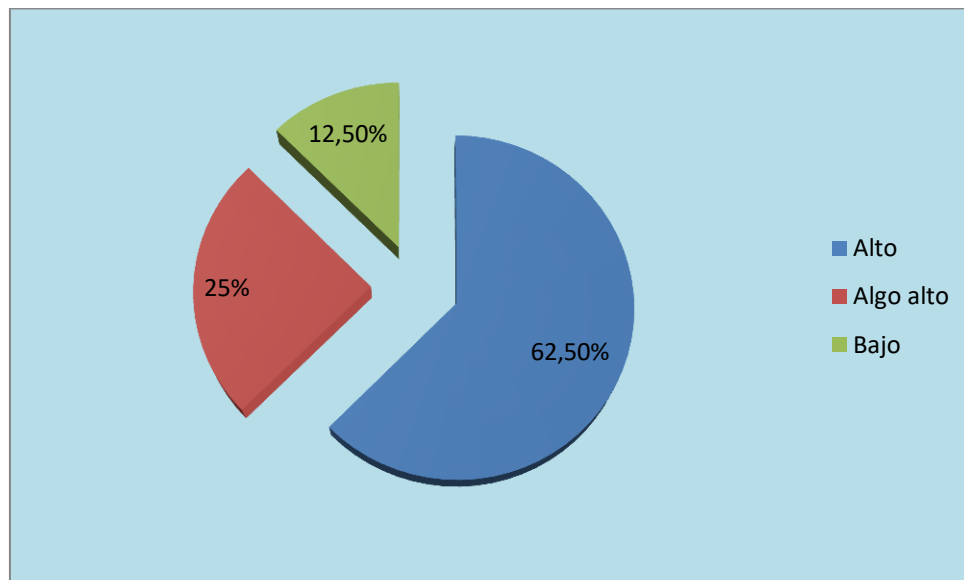
En el siguiente cuadro realizado en Ciencias Administrativas podemos visualizar que el Estrés Laboral en su mayoría tiene un índice alto, quienes fueron encuestados aducen que se debe al exceso de tareas que tienen que realizar con los estudiantes, tales como aula virtual, proyectos, casa abierta, investigación, plataforma virtual, y vinculación con la colectividad.

*Cuadro N° 3 Ingles*



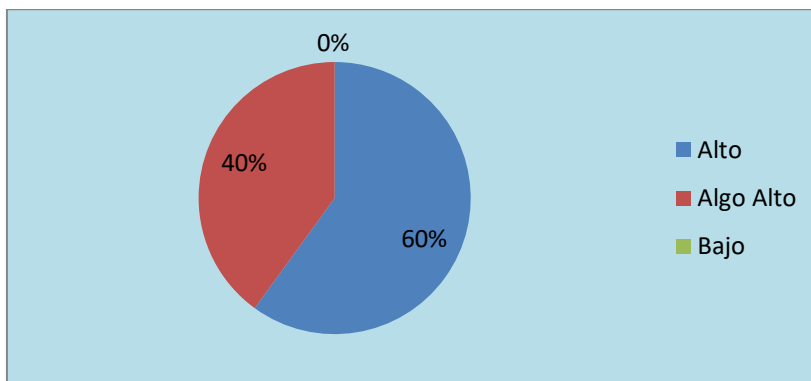
En el siguiente cuadro se puede observar que los docentes del área de inglés tienen un alto índice de Estrés Laboral, al mismo que sus encuestados aducen se presenta debido a la excesiva carga horaria que han recibido en este semestre, además de considerar algunas características del sistema como son el continuo cambio en los grupos de estudiantes con una variación de módulos, además la diferencia entre enseñar Inglés general o de especialización, lo cual requiere desarrollar nuevo material para cada grupo, esto implica la elaboración de nuevos grupos de aula virtual, lecciones, y exámenes, manteniendo a los docentes sin espacio para dedicarlo a actividades más relajantes.

*Cuadro N° 4 Ciencias de la Salud*



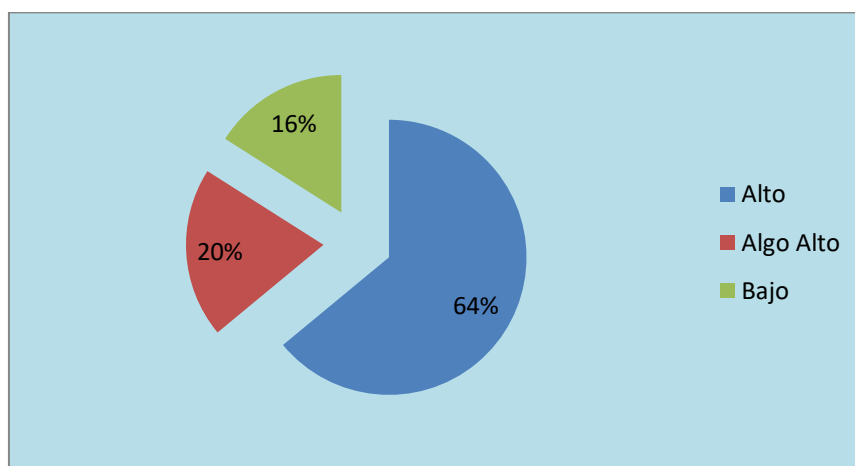
En la investigación realizada en Ciencias de la Salud se nota un índice de Estrés Laboral muy Alto en su mayoría de docentes, los mismos que aducen demasiada carga horaria, supervisión de prácticas pre-profesionales además de la utilización de nuevos equipos y materiales para la enseñanza, los mismos que obligan a la reestructuración de la enseñanza – aprendizaje hacia los educandos.

***Cuadro N° 5 Educación Semipresencial***



En Educación Semi – Presencial se encontró que la mayoría de docentes de esa área tienen un alto estrés Laboral, debido a que su carrera está cerca de ser evaluada lo cual conlleva más horas de trabajo en planificación, envío y revisión de tareas físicas en el aula virtual, plataforma virtual, constantes proyectos, con el fin de acreditar.

***Cuadro N° 6 Ciencias de la Educación y comunicación***



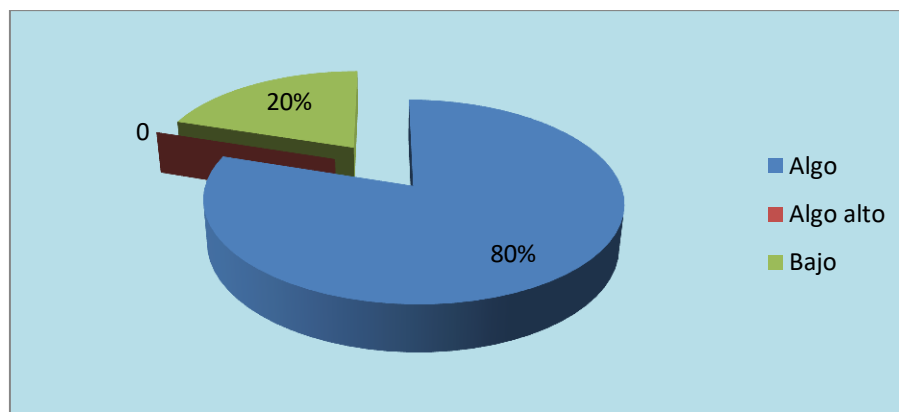
De acuerdo a las estadísticas en Ciencias de la Educación y Comunicación los docentes tienen un alto nivel de estrés laboral, quienes laboran en la facultad, aduciendo muchos factores tales como organización y reestructuración de la carrera para su aprobación, nueva y mejorada plataforma



El nivel de stress en los docentes de la UNEMI

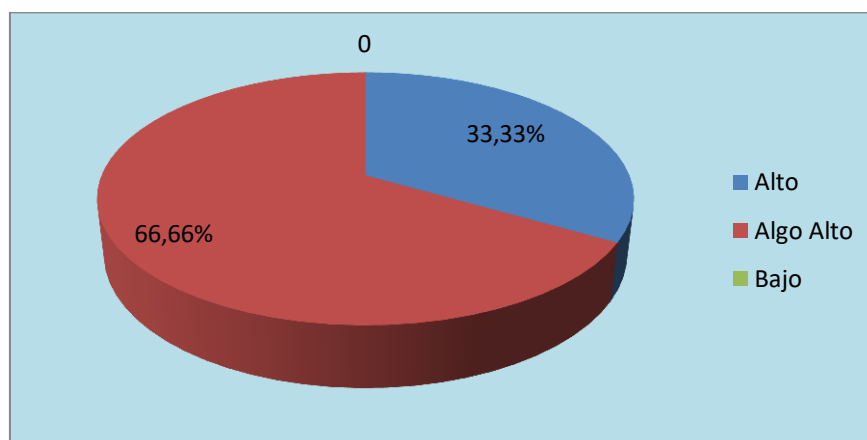
y aula virtual, proyectos, investigaciones, vinculación con la comunidad, causales que han incidido en el elevado nivel de estrés encontrado en los docentes.

*Cuadro N° 7 Admisión y Evaluación*



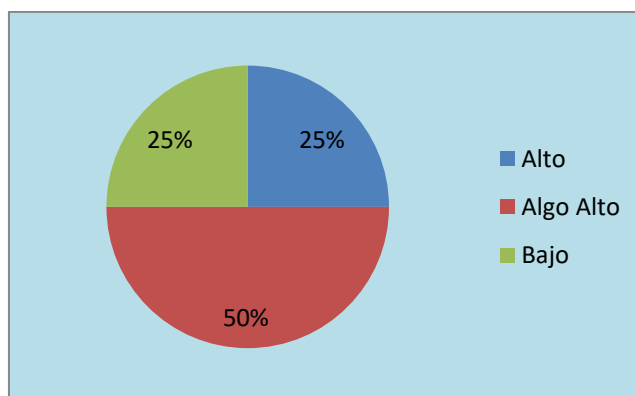
En este cuadro se puede notar un alto Estrés Laboral. Quienes laboran en este departamento aducen que esto es debido a que ellos tienen el trabajo de registrar, a todos los nuevos estudiantes que desean ingresar a estudiar en la Universidad, además llevar las estadísticas de quienes aprueban y quienes no, número de materias aprobadas y sus promedios, además de revisar y aprobar las solicitudes de cambio de universidad de estudiantes provenientes de otras universidades.

*Cuadro N° 8 Evaluación e Investigación*



La grafica permite observar que en el departamento de Evaluación e Investigación el Estrés Laboral es algo alto, aduciendo que están encargados de realizar seminarios de investigación, proyectos, realización de artículos y conseguir docentes capacitados con experiencia de muchos años, para fortalecer el área de investigación de la plana docente de la Universidad Estatal de Milagro.

**Cuadro N° 9 Rectorado**



En el departamento de Rectorado el nivel de Estrés Laboral es alto, el personal que labora en el mencionado departamento aduce que con los cambios que se han realizado de nuevas autoridades, tienen que socializar los informes de labores de la anterior administración y sujetarse a los estándares prescritos para la consecución de la meta de una universidad categoría A, lo cual sin duda eleva su nivel de estrés.

### **Discusión.**

No cabe duda de que el estrés es un factor determinante en el desempeño laboral social y de toda índole en diversas ocupaciones, el resultado que se ha demostrado en este artículo solo corrobora el impacto de esta enfermedad que genera un bajo rendimiento, afectación fisiológica,

## El nivel de stress en los docentes de la UNEMI

---

agotamiento emocional, que afecta directamente al entorno educativo encontrado en la UNEMI además de otras instituciones de educación superior entre ellas en docentes mexicanos del Centro Universitario de Ciencias de la Salud, Universidad de Popayán de Colombia, entre otras, quienes también han realizado una investigación basada en el mismo tema.

Es inminente la necesidad de seguir con una investigación más profunda del tema, ya que este artículo solo muestra una mínima parte de un problema denominado según la Organización Internacional del Trabajo "Estrés laboral: un reto colectivo para todos".

### **Conclusiones.**

El elevado nivel de estrés encontrado en los docentes de la Universidad Estatal de Milagro causado por la variedad de actividades que desarrollar en función de cumplir con las expectativas de lo que respecta a la docencia de tercer nivel, así como el cambio radical propuesto por el CEAACES en cuanto a contenidos, proyectos de investigación y vinculación, así como los cambios sugeridos por las propias autoridades de la UNEMI para lograr la excelencia académica con miras a posicionarla como una universidad de categoría A.

motivado el apareamiento de enfermedades de diversa sintomatología como ansiedad y depresión en los casos severos, así como, incapacidad para concentrarse, dificultad para mantener el control, comer excesivamente, bostezos frecuentes y de tipo físico como fatiga, dolor de cabeza, gastritis, insomnio entre otras en los casos más leves; y también trastornos cardiovasculares, respiratorios y alteraciones del sistema inmune; lo cual ha incidido en un aumento de permisos médicos con la consiguiente ausencia de maestros y la pérdida involuntaria de clases lo cual afecta el buen desenvolvimiento del proceso de enseñanza de los estudiantes y aumenta la carga de estrés

El nivel de stress en los docentes de la UNEMI

---

del docente pues tiene que recuperar de alguna manera las clases no impartidas y asegurar que los estudiantes a su cargo reciban todos los contenidos propuestos en el sílabo.

Identificado el problema como tal, es menester que las autoridades de la universidad dirijan su atención a tratar de mejorar la calidad de vida de los docentes de la Universidad proveyéndoles de espacios en los cuales puedan desarrollar diversos tipos de actividades recreativas o de cursos de relajación de manera tal que se dé cumplimiento a lo prescrito en la declaración emitida por el MERCOSUR, en cuanto a proporcionar un ambiente y condiciones adecuadas de trabajo para evitar el apareamiento de las llamadas enfermedades profesionales entre los docentes de la universidad. , cada palabra cada fundamento se basa en la búsqueda de brindarles una educación de calidad, bajando el índice del estrés laboral en los docentes con la finalidad de que los docentes puedan brindarles sus conocimientos en un entorno emocionalmente adecuado.

### **Agradecimiento.**

A los docentes de las diferentes Unidades Académicas de la UNEMI, y a todos quienes fueron parte fundamental de este trabajo, a quienes forman el equipo de arbitraje previa a la publicación de este artículo, a nuestros estudiantes quienes son el motor de esta y las investigaciones venideras.

### **Bibliografía.**

- Byrne, B. (1999). *The nomological network of teacher burnout: A literature review and empirially validated model*. Nueva York: Cambridge University Press.
- Farfán Manrique , M. (2009). *Relación del clima laboral y síndrome de Burnout en docentes de educación secundaria en centros educativos estatales y particulares*. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Gil-Monte, P. (2005). Libros criticas. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 94(1), 3879-3882.

El nivel de stress en los docentes de la UNEMI

---

- Lara Sotomayor, J., & Pando Moreno, M. (2014). El Mobbing y los Síntomas de Estrés en Docentes Universitarios del Sector Público. *Ciencia & trabajo*, 16(49), 43-48.
- María Guadalupe, A., Manuel, P., Carolina, A., & Nidia, B. (2003). Síndrome de Burnout en maestros de educación básica, nivel primaria de Guadalajara. *Investigación en Salud*, 5(1).
- Matud, P., Rodríguez, M., & Aznar, M. (2006). Stress and distress in teachers. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 6(1).
- Melgosa, J. (1999). *Sin Estrés*. Madrid: SAFELIZ, S.L.
- OIT. (1998). *Declaración de la OIT relativa a los principios y derechos fundamentales en el trabajo*. Ginebra: Organización Internacional del Trabajo.
- Peiró, J. (2005). *Desencadenante del estrés laboral*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Selye, H. (1976). *The stress of life*. New York: McGraw-Hill.