

Kerly Jesenia Bolaños-Vaca; Darwin Raúl Noroña-Salcedo; Vladimir Vega-Falcón;  
Guillermo Bastidas-Tello

<http://dx.doi.org/10.35381/s.v.v6i2.2088>

## **Medición del estrés laboral en docentes de la Unidad Educativa José Julián Andrade, Ecuador 2020**

### **Measurement of work stress in teachers at the José Julián Andrade Educational Unit, Ecuador 2020**

Kerly Jesenia Bolaños-Vaca  
[kerly\\_camii@hotmail.com](mailto:kerly_camii@hotmail.com)

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua  
Ecuador

<http://orcid.org/0000-0003-4094-2281>

Darwin Raúl Noroña-Salcedo  
[darwin\\_norona@yahoo.com](mailto:darwin_norona@yahoo.com)

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua  
Ecuador

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

Vladimir Vega-Falcón  
[vega.vladimir@gmail.com](mailto:vega.vladimir@gmail.com)

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua  
Ecuador

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

Guillermo Bastidas-Tello  
[ua.guillermobastidas@uniandes.edu.ec](mailto:ua.guillermobastidas@uniandes.edu.ec)

Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato, Tungurahua  
Ecuador

<https://orcid.org/0000-0002-1887-3366>

Recibido: 15 de abril 2022  
Revisado: 10 de junio 2022  
Aprobado: 01 de agosto 2022  
Publicado: 15 de agosto 2022

Kerly Jesenia Bolaños-Vaca; Darwin Raúl Noroña-Salcedo; Vladimir Vega-Falcón;  
Guillermo Bastidas-Tello

## RESUMEN

**Objetivo:** Analizar el nivel de estrés laboral en docentes de la Unidad Educativa José Julián Andrade, de Ecuador, en el 2020. **Método:** Estudio observacional descriptivo. **Resultados:** La dimensión síntomas psicoemocionales, ya que el 85,71% de los evaluados presenta niveles bajos. **Conclusión:** existen niveles altos de estrés, ya que los síntomas fisiológicos producto de esta enfermedad sobrepasan la mitad, así como los síntomas intelectuales y laborales, lo que se debe considerar como una señal de alerta para tomar medidas correctivas y disminuir los factores de riesgo de estrés en los docentes, con la finalidad de garantizar condiciones óptimas y libres de estrés, al menos dentro de la estación de trabajo, ya que esto posibilitará un mayor rendimiento y disminuirá el riesgo de que los docentes caigan en estados de estrés crónico y desarrollen enfermedades más complejas.

Descriptores: Agotamiento psicológico; estrés psicológico; salud laboral. (Fuente: DeCS).

## ABSTRACT

**Objective:** To analyze the level of work stress in teachers of the José Julián Andrade Educational Unit, in Ecuador, in 2020. **Method:** Descriptive observational study. **Results:** the psychoemotional symptoms dimension, since 85.71% of those evaluated presented low levels. **Conclusion:** there are high levels of stress, since the physiological symptoms resulting from this disease exceed half, as well as the intellectual and labor symptoms, which should be considered as a warning signal to take corrective measures and reduce the risk factors of stress in teachers, in order to ensure optimal and stress-free conditions, at least within the workstation, as this will enable higher performance and reduce the risk of teachers falling into chronic stress states and developing more complex diseases.

**Descriptors:** Burnout, psychological; stress, psychological; occupational health. (Source: DeCS).

Kerly Jesenia Bolaños-Vaca; Darwin Raúl Noroña-Salcedo; Vladimir Vega-Falcón;  
Guillermo Bastidas-Tello

## **INTRODUCCIÓN**

Las causas que contribuyen a desarrollar estrés varían de persona a persona y difieren según las circunstancias sociales y económicas, el entorno en el que vive el sujeto y la composición genética <sup>1 2</sup>. Ciertas características comunes de las cosas, como experimentar algo nuevo o inesperado, un detalle que amenace el sentimiento de sí mismo o sentir que se tiene poco control sobre una situación, pueden hacer que una persona llegue a experimentar situaciones de estrés <sup>3</sup>.

En ocasiones, una correcta respuesta al estrés ayuda a superar situaciones que pueden ser angustiosas o intensas y permite volver rápidamente a un estado de reposo, sin ningún efecto negativo en la salud si la situación de estrés es de corta duración, sin embargo, si la respuesta ante el estrés se activa repetidamente, los efectos representan un desgaste físico lo que produce un estado de estrés crónico que afecta la salud física y mental lo que se refleja en el rendimiento personal <sup>4 5 6 7</sup>.

La docencia es ampliamente reconocida como una ocupación estresante, caracterizada por numerosos y variados desafíos: cargas administrativas, largas jornadas, dificultades en la gestión del aula y falta de autonomía, por nombrar solo algunos <sup>8</sup>. Las condiciones de la fuerza laboral por sí solas, no son suficientes para explicar por qué algunos docentes tienen tanto estrés, por lo que es necesario comprender cómo cada docente ve las demandas que enfrenta en relación con los recursos que tiene disponibles para satisfacer dichas demandas, esto posibilita una correcta identificación e intervención en los profesores que son más vulnerables al estrés, lo que es esencial más allá de los esfuerzos para mejorar el entorno laboral en general <sup>9 10 11</sup>.

El objetivo del estudio es analizar el nivel de estrés laboral en docentes de la Unidad Educativa José Julián Andrade, de Ecuador, en el 2020.

Kerly Jesenia Bolaños-Vaca; Darwin Raúl Noroña-Salcedo; Vladimir Vega-Falcón;  
Guillermo Bastidas-Tello

## **MÉTODO**

Estudio observacional descriptivo.

Fueron encuestados 91 docentes de la Unidad Educativa José Julián Andrade en el periodo septiembre-octubre 2020.

Para la valoración e intervención del tema se empleó el Cuestionario para la Evaluación del Estrés (CEE).

Se aplicó estadística descriptiva.

En todo momento se respetaron los criterios éticos de la Conferencia de Helsinki y sus posteriores actualizaciones.

## **RESULTADOS**

En lo que se relaciona con los síntomas de comportamiento social, se encuentra una clara diferencia significativa, ya que, en porcentaje acumulado, el 60,44% de los docentes, presentan niveles bajos y están casados, mientras que los docentes solteros presentan niveles altos y bajos en un 9,9% y niveles medios en un 17,58%. En los síntomas intelectuales y laborales, el 5,75% y 37,36% son casados y solteros, respectivamente, y en ambos casos presentan niveles altos, lo que indica que la diferencia es ligeramente significativa entre las dos opciones, pero si varía significativamente con respecto a los docentes divorciados, que presentan niveles bajos o medios en esta dimensión.

Respecto a los síntomas psicoemocionales, se encuentra una diferencia significativa con respecto a los niveles de esta dimensión, ya que 31,87% son solteros, mientras que el 60,44% están casados, sin embargo, no se encuentra una diferencia significativa en los niveles que se muestran, ya que en los dos casos presentan niveles bajos en esta dimensión.

Por último, en lo que se refiere al número de horas extras que trabajan los docentes, se encuentra que el 41,76% trabaja de 4 a 6 horas extras y presentan niveles altos en la

Kerly Jesenia Bolaños-Vaca; Darwin Raúl Noroña-Salcedo; Vladimir Vega-Falcón;  
Guillermo Bastidas-Tello

dimensión síntomas fisiológicos, mientras que el 23,08% trabaja de 7 a 9 horas extras y presentan niveles bajos lo que indica que si existe una diferencia significativa con respecto al número de horas extras que trabajan los docentes.

En la dimensión síntomas de comportamiento social, se encuentra que un 36,26% y un 37,36% de los docentes trabajan de 4 a 6 horas y de 7 a 9 horas extras, respectivamente, adicionalmente se encuentran en niveles bajos, lo que indica que en este punto no existe una diferencia significativa y en los dos casos los síntomas de estrés en esta dimensión se reflejan por igual, sin importar el número de horas extras que trabajen.

En la dimensión síntomas intelectuales y laborales, respecto al número de horas extras, se encuentra que el 80,22% de los docentes, presenta niveles altos, sin embargo, existe una clara diferencia significativa, ya que el 54,95% de la muestra trabaja de 4 a 6 horas extras y un 25,27% trabajan de 7 a 9 horas extras.

Similar situación se encuentra en la dimensión síntomas psicoemocionales, ya que el 85,71% de los evaluados presenta niveles bajos, sin embargo, con respecto al número de horas si existe una marcada diferencia, ya que el 54,95% trabaja de 4 a 6 horas extras y un 41,75% de 7 a 9 horas extras, lo que indica que los docentes tienen cargas excesivas de trabajo, razón por la cual realizan un número elevado de horas extras.

## **DISCUSIÓN**

En el estudio que realizan <sup>12</sup> se evidencia que los docentes con sobrecarga laboral superior a 4 horas experimentan mayores niveles de estrés en comparación con aquellos que consideran que la sobrecarga de trabajo u horas extras les permite ponerse a corriente con actividades atrasadas. En comparación con el presente trabajo, se evidencia que los niveles más altos de estrés se encuentran en docentes que trabajan de 4 a 6 horas extras, lo que guarda relación con lo que encuentran Londoño et al., en la muestra de 498 docentes.

Kerly Jesenia Bolaños-Vaca; Darwin Raúl Noroña-Salcedo; Vladimir Vega-Falcón;  
Guillermo Bastidas-Tello

La variable psicométrica, salud mental, necesita constantes investigaciones en el ámbito educativo y muy en particular durante la pandemia COVID-19 <sup>13 14</sup>, pandemia que se considera “un cisne negro” por su gran impacto negativo en la humanidad, representar una rareza y ser impredecible hasta el instante en que sucede <sup>15</sup>.

## **CONCLUSIÓN**

Se concluye que existen niveles altos de estrés, ya que los síntomas fisiológicos producto de esta enfermedad sobrepasan la mitad, así como los síntomas intelectuales y laborales, lo que se debe considerar como una señal de alerta para tomar medidas correctivas y disminuir los factores de riesgo de estrés en los docentes, con la finalidad de garantizar condiciones óptimas y libres de estrés, al menos dentro de la estación de trabajo, ya que esto posibilitará un mayor rendimiento y disminuirá el riesgo de que los docentes caigan en estados de estrés crónico y desarrollen enfermedades más complejas.

## **CONFLICTO DE INTERÉS**

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

## **FINANCIAMIENTO**

No monetario.

## **AGRADECIMIENTO.**

A la Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato; por impulsar el desarrollo de la investigación.

Kerly Jesenia Bolaños-Vaca; Darwin Raúl Noroña-Salcedo; Vladimir Vega-Falcón;  
Guillermo Bastidas-Tello

## REFERENCIAS

1. Colomé C, Sierra C, Antònia Vilaseca M. Errores congénitos del metabolismo: causa de estrés oxidativo? [Congenital errors of metabolism: cause of oxidative stress?]. *Med Clin (Barc)*. 2000;115(3):111-117. doi:[10.1016/s0025-7753\(00\)71479-5](https://doi.org/10.1016/s0025-7753(00)71479-5)
2. Chang H. Stress and Burnout in EFL Teachers: The Mediator Role of Self-Efficacy. *Front Psychol*. 2022;13:880281. doi:10.3389/fpsyg.2022.880281
3. Naranjo M. Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo [A theoretical review of stress and some relevant aspects of stress in the educational setting]. *Revista Educación*, 2009;33(2), 171-190. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>
4. Cox Mayorga V, Bailey Lazcano R. Efectos del estrés universitario en la salud y bienestar de los estudiantes, 2019 [Effects of college stress on student health and well-being, 2019]. *Con-Sciencias Sociales* [Internet]. 2020;12(23):46-57. Disponible en: <https://www.con-ciencias.ucb.edu.bo/a/article/view/8>
5. Hansell S. Student, parent, and school effects on the stress of college application. *J Health Soc Behav*. 1982;23(1):38-51.
6. Son C, Hegde S, Smith A, Wang X, Sasangohar F. Effects of COVID-19 on College Students' Mental Health in the United States: Interview Survey Study. *J Med Internet Res*. 2020;22(9):e21279. Published 2020 Sep 3. doi:[10.2196/21279](https://doi.org/10.2196/21279)
7. Huberty J, Green J, Glissmann C, Larkey L, Puzia M, Lee C. Efficacy of the Mindfulness Meditation Mobile App "Calm" to Reduce Stress Among College Students: Randomized Controlled Trial. *JMIR Mhealth Uhealth*. 2019;7(6):e14273. Published 2019 Jun 25. doi:[10.2196/14273](https://doi.org/10.2196/14273)
8. Kaupa, S. The Sources and Impact of Stress of Teachers on the Performance of Learners: the View Point of the High School Teachers in Khomas Region in Namibia. *Journal of International Business Research and Marketing*, 2020;5(4), 12-16. doi:[10.18775/jibrm.1849-8558.2015.54.3002](https://doi.org/10.18775/jibrm.1849-8558.2015.54.3002)

Kerly Jesenia Bolaños-Vaca; Darwin Raúl Noroña-Salcedo; Vladimir Vega-Falcón;  
Guillermo Bastidas-Tello

9. Vera Zapata JA. Estrés laboral y desempeño en docentes de Psicología Clínica de la Universidad Técnica de Babahoyo [Job stress and performance in teachers of Clinical Psychology at the Technical University of Babahoyo]. *repsi* [Internet]2021;4(9):143-51. Disponible en: <https://repsi.org/index.php/repsi/article/view/67>
10. Andrade Gómez GJ. Resiliencia y estrés laboral en docentes de primero de bachillerato de la unidad educativa Dr. Odilón Gómez Andrade [Resilience and work stress in first year high school teachers of the Dr. Odilón Gómez Andrade educational unit]. *educareupelib* [Internet]. 2022;26(2):115-36. Disponible en: <https://revistas.investigacion-upelib.com/index.php/educare/article/view/1773>
11. Yu F, Raphael D, Mackay L, Smith M, King A. Personal and work-related factors associated with nurse resilience: A systematic review. *Int J Nurs Stud*. 2019;93:129-140. doi:[10.1016/j.ijnurstu.2019.02.014](https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2019.02.014)
12. Londoño, S., Gómez, G., & González, V. Percepción de los docentes frente a la carga laboral de un grupo de instituciones educativas colombianas del sector público [Teachers' perceptions of the workload in a group of Colombian public sector educational institutions]. *Revista Espacios*, 2018;40(2). Obtenido de <https://www.revistaespacios.com/a19v40n02/a19v40n02p26.pdf>
13. Arévalo-Lara, S.D., & Vega-Falcón, V. Comparación de la salud mental de estudiantes de un Instituto Superior Tecnológico durante la COVID-19 [Comparison of the mental health of students of a Technological High School during COVID-19]. *Psicología unemi*, 2022;6(10), 96-111.
14. Yu T, Li J, He L, Pan X. How Work Stress Impacts Emotional Outcomes of Chinese College Teachers: The Moderated Mediating Effect of Stress Mindset and Resilience. *Int J Environ Res Public Health*. 2022;19(17):10932. Published 2022 Sep 1. doi:[10.3390/ijerph191710932](https://doi.org/10.3390/ijerph191710932)
15. Vega, V, Sánchez, B. El cisne negro de la Covid-19 y la figura del controller en la gestión empresarial [The black swan of Covid-19 and the figure of the controller in corporate governance]. *Revista Universidad y Sociedad*, 2021;13(S3), 196-202.



Kerly Jesenia Bolaños-Vaca; Darwin Raúl Noroña-Salcedo; Vladimir Vega-Falcón;  
Guillermo Bastidas-Tello

2022 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).