



## Especialización en Psicología Laboral

# El estrés laboral en docentes de una institución educativa en el marco de la pandemia

CANDIDATO A ESPECIALISTA

*Gloria Esperanza Armijos Ramon*  
*Gloria8824@hotmail.com*

**DIRECTOR/A**

---

*Nombre Gloria Villalobos Fajardo*  
*Correo:*  
*gloria.villalobos@uisek.edu.ec*

---

Fecha: 18 de marzo de 2022

**RESUMEN**

El estudio del artículo analiza y describe el nivel de estrés en los docentes de secundaria de una institución pública, a través de un estudio de tipo cuantitativo, descriptivo, de corte transversal con una muestra de 30 docentes de hombres y mujeres que conforman el nivel secundario de una institución educativa a partir del instrumento de evaluación de estrés de la OIT. Los resultados obtenidos permitieron visualizar que los datos no son significativos debido a que la mayor parte de los docentes tiene un nivel de estrés bajo con 90% y un nivel intermedio con 10% en el marco de la pandemia, pero esto no quiere decir que no es importante dar a conocer temas relacionados al mismo y estar atentos a los signos reveladores que puedan presentar el personal docente, recordando que la salud mental como física es primordial para buen desempeño laboral

**Palabras clave:** estrés laboral; docente; pandemia, institución educativa

---

## ABSTRACT

---

The study of the article analyzes and describes the level of stress in secondary school teachers of a public institution, through a quantitative, descriptive, cross-sectional study with a sample of 30 male and female teachers who make up the secondary level. of an educational institution based on the ILO stress assessment instrument. The results obtained made it possible to visualize that the data is not significant because most of the teachers have a low level of stress with 90% and an intermediate level with 10% in the context of the pandemic, but this does not mean that it is not important to publicize issues related to it and be attentive to the revealing signs that the teaching staff may present, remembering that mental and physical health is essential for good job performance.

**Keywords:** work stress; teacher; pandemic, educational institution

---

---

## Introducción

A nivel mundial la población sufre una crisis sanitaria debido a la presencia del virus ocurrido en China en diciembre de 2019, el cual conlleva a grandes problemáticas en el ámbito social, económico y de la salud en la mayor parte de la población, las actividades laborales presenciales se paralizaron y se implementó el teletrabajo con aspectos positivos por la implementación de avances tecnológicos que facilitan el trabajo, como negativos entre los que se destaca el aumento de horas de trabajo para responder a las exigencias de las instituciones, lo que ha repercutido en la salud mental y física de los trabajadores.

Chavez (2018a) señala que el término estrés (stress), “proviene de la física y de la arquitectura, ambas disciplinas se han ocupado de la tensión que se produce en los elementos sólidos como respuesta a las presiones ejercidas desde el exterior”. Fue Walter Cannon en el año 1911, quien por primera vez empleó el término para referirse a todo estímulo susceptible de provocar una reacción de lucha y posteriormente el término se utilizó para designar los factores del medio cuya influencia exigen un esfuerzo no habitual de los mecanismos de regulación del individuo (Chavez, 2018b, p.2). Según la Comisión Europea de Seguridad y Salud en el Trabajo (EU-OSHA) define al estrés laboral como “las nocivas reacciones físicas y emocionales que ocurren cuando las exigencias del trabajo no igualan las capacidades, los recursos o las necesidades del trabajador”

La OMS (1946) define a la salud como el “estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”. La salud mental es la parte primordial de las personas para un correcto desenvolvimiento individual y social. En el ámbito laboral las personas se ven afectadas por diferentes aspectos negativos, debido a que sacrifican su salud con tal de mantener un puesto de trabajo. Con el pasar del tiempo el estrés se convierte en un problema porque puede causar enfermedades mentales y físicas, de allí la pertinencia de su estudio.

Los docentes se ven afectados en su salud por los cambios momentáneos que se dan a partir de la pandemia que causan estrés, algunas afectaciones son dolor en el cuerpo, dolor de cabeza, fatiga, afectaciones gastrointestinales, ansiedad, tristeza, sentimientos de sobrecarga, consumo excesivo de alcohol y tabaco, estilos de vida poco saludables y afectaciones en el desempeño laboral, entre otros.

---

Debido a lo anterior surge la idea de investigar el estrés laboral en docentes de secundaria de una institución pública educativa en el marco por la pandemia. La pregunta de investigación que busca responder es ¿cuáles son los niveles de estrés en los docentes de secundaria en el marco de la pandemia?

Para responder a la Interrogante se desarrolla un estudio descriptivo de los niveles de estrés en los docentes de la institución Educativa.

La presente estudio es desarrollado con el propósito de aplicar los conocimientos adquiridos durante el periodo de formación de igual manera pretende contribuir al conocimiento de estudiantes, docentes y a su vez servirá como guía a otras instituciones educativas que deseen aplicar esta información confiable a su realidad.

Por estas circunstancias se ha planteado un objetivo principal que es analizar y describir el nivel de estrés en los docentes de secundaria de una institución educativa en la provincia del Azuay.

Por último, la presente investigación se centra en el ámbito de la educación debido que los docentes son los actores principales para el desarrollado de la misma.

---

## **Método**

### **Tipo de estudio**

La presente investigación es de tipo cuantitativo, descriptivo, de corte transversal, realizada un determinado números de docentes de una institución educativa de secundaria durante el mes de febrero de 2022.

### **Muestra**

La muestra está conformada por 30 docentes que es el total de la población que conforman el nivel secundario de hombres y mujeres de una institución educativa a quienes se solicitó consentimiento informado.

El criterio de inclusión considera a los docentes que trabajan actualmente en la institución

y el de exclusión consiste en que no otorguen el consentimiento para realizar la investigación.

Las variables independientes que se utilizan es las sociodemográficas como edad y género y la variable dependiente es el nivel de estrés.

## Instrumentos

Se aplicó el instrumento de la OIT que fue validado para medir el estrés y sustentado por Samuel Medina, María Preciado y Manuel Pando en 2007, validado con una muestra de 38,072 trabajadores de todos los sectores de producción, con una validez de 64%, una varianza de 43.55% y la confiabilidad según alpha de Cronbach fue de 0.92, lo que represente alta confiabilidad (Onofre Pérez, 2021, p. 48).

Consta de 25 ítems con 7 alternativas relacionados con los estresores laborales, agrupados por factores como clima organizacional con los ítems (1, 10, 11, 20); estructura organizacional con los ítems (2, 12, 16, 24); territorio organizacional con los ítems (3, 15, 22); tecnología con los ítems (4, 14, 25); influencia del líder con los ítems (5, 6, 13, 17), falta de cohesión con los ítems (7, 9, 18, 21); respaldo del grupo con los ítems (8, 19, 23) sus respuestas que van desde la puntuación del 1 al 7, de la siguiente manera: 1 = si la condición 'Nunca', 2 = si la condición 'Raras', 3 = si la condición 'Ocasionalmente', 4 = si la condición 'Algunas veces', 5 = si la condición 'Frecuentemente', 6 = si la condición 'Generalmente', 7 = si la condición 'Siempre'. ( Onofre Pérez, 2021, p.47 ). De igual forma se utiliza la sumatoria de los niveles de estrés en relación al instrumento de la OIT de la siguiente manera:

**Tabla 1. Niveles de estrés.**

	<b>Sumatoria</b>
<b>Bajo nivel de estrés</b>	< 90,2
<b>Nivel intermedio</b>	90,3 - 117,2
<b>Estrés</b>	117,3 - 153,2
<b>Alto nivel de estrés</b>	> 153,3

*Fuente: Onofre 2021,48*

*Elaborado por: la autora*

## Resultados

En relación al objetivo planteado, se pretendía analizar y se describir los niveles de estrés que pueden presentar los docentes de la institución educativa.

**Tabla 2. Características sociodemográficas.**

<b>Variabes sociodemográficas</b>	<b>Rango</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentajes (%)</b>
<b>Edad</b>	Menor a 25 años	1	3,3
	26 a 35 años	15	50
	36 a 45 años	11	36,7
	46 a 55 años	3	10
<b>Género</b>	Hombre	20	67
	Mujer	10	33

*Elaborado por: la autora*

Se observa que en la tabla 2 muestra las características sociodemográficas de los docentes encuestados, en edad la mayor parte es joven adulta con un rango de edad entre los 26 a 35 años, y además mayormente son hombres.

En la tabla 3 se presenta los resultados de los niveles de estrés por factores.

**Tabla 3. Niveles de estrés por factores.**

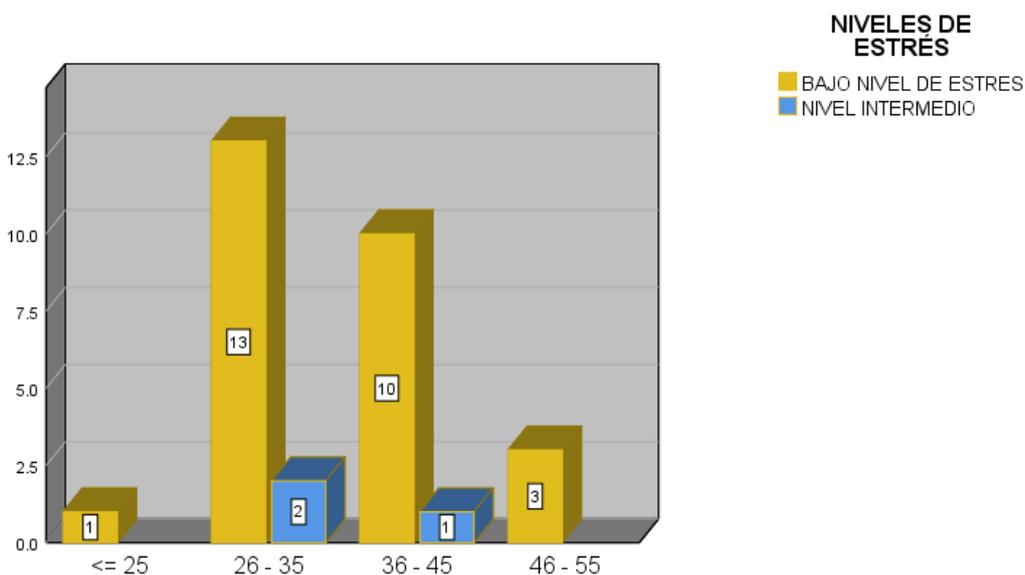
<b>Factores</b>	<b>Niveles de estrés</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentajes (%)</b>
<b>Clima organizacional</b>	Bajo nivel de estrés	17	56,7
	Nivel intermedio	12	40,0
	Estrés	1	3,3
<b>Estructura organizacional</b>	Bajo nivel de estrés	15	50,0
	Nivel intermedio	14	46,7
	Estrés	1	3,3
<b>Territorio organizacional</b>	Bajo nivel de estrés	22	73,3
	Nivel intermedio	8	26,7
<b>Tecnología</b>	Bajo nivel de estrés	18	60,0

<b>Factores</b>	<b>Niveles de estrés</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentajes (%)</b>
	Nivel intermedio	11	36,7
	Estrés	1	3,3
<b>Influencia del líder</b>	Bajo nivel de estrés	18	60,0
	Nivel intermedio	10	33,3
	Estrés	2	6,7
<b>Falta de cohesión</b>	Bajo nivel de estrés	17	56,7
	Nivel intermedio	13	43,3
<b>Respaldo del grupo</b>	Bajo nivel de estrés	19	63,3
	Nivel intermedio	10	33,3
	Estrés	1	3,3

*Fuente: cuestionario sobre el estrés laboral de la OIT*

*Elaborado por: la autora*

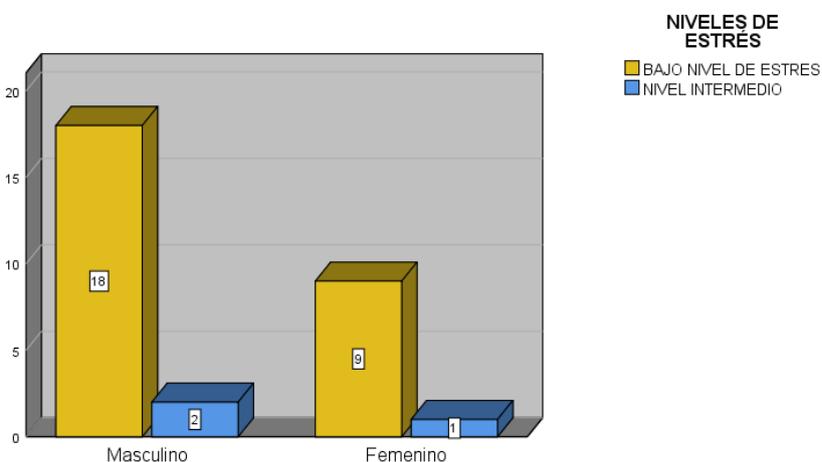
Se analiza que en la tabla 3 muestra los resultados por factores, se presente en porcentajes lo cual se evidencia bajos niveles de estrés en cada uno de los factores presentados, es importante resaltar que en el factor de falta de cohesión tiene un nivel de intermedio de estrés con un 43% y en el factor de tecnología con 36,7%. Al observar que los factores de falta de cohesión de grupo y tecnología como la generadora de nivel intermedio de estrés en los docentes, se puede analizar que hay ciertas falencias en la convivencia entre docentes y de igual manera en la utilización de equipos tecnológicos.

**Gráfica 1. Niveles de estrés por edad agrupada.**

*Fuente: cuestionario sobre el estrés laboral de la OIT*

*Elaborado por: la autora*

Se analiza que en la gráfica 1 muestra los resultados del nivel de estrés por edad agrupada, donde se puede inferir que son de bajo nivel de estrés en la mayor parte de los docentes, 2 docentes entre la edad de 26 a 35 años tienen un nivel intermedio por causa de la falta de cohesión que se relaciona con la dificultad para realizar tareas en grupo según la tabla 3.

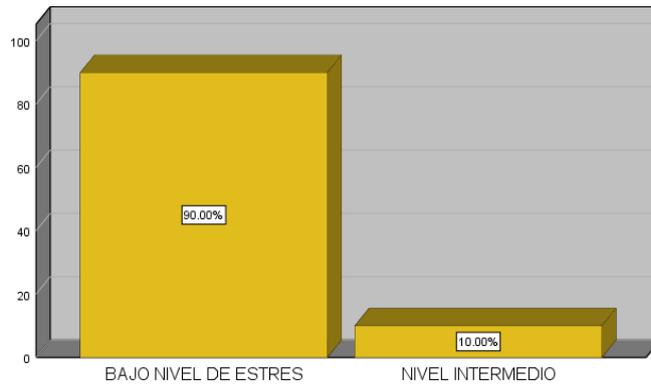
**Gráfica 2. Niveles de estrés por género.**

*Fuente: cuestionario sobre el estrés laboral de la OIT*

*Elaborado por: la autora*

Se analiza que en la gráfica 2 muestra los resultados del nivel de estrés por género, en la que los hombres y las mujeres presentan un bajo nivel de estrés.

**Gráfica 3. Niveles de estrés.**



*Fuente: cuestionario sobre el estrés laboral de la OIT*

*Elaborado por: la autora*

En la gráfica 3 muestra los niveles de estrés de todos los docentes basados en los rangos del nivel de la encuesta de la OIT, los datos no son significativos debido a que la mayor parte de los docentes tiene un nivel de estrés bajo.

---

## Discusión

La importancia hoy en día de estudiar el estrés en profesionales radica en conocer los riesgos de los trabajadores; en esta investigación realizada muestra un bajo nivel de estrés en los docentes de la institución educativa durante la pandemia. Ahora bien, existen resultados similares según Garcia Sanchez, Cuella Vega, & Santamaria (2021) en una investigación realizada a funcionarios de la empresa de Cotrander con una muestra de 100 empleados evaluada con el instrumento de OIT-OMS, menciona que los resultados no fueron alarmantes ya que el nivel de estrés no fue alto, pero sugieren que se debe prestar mucha atención así no tenga cifras preocupantes.

Cabe señalar que existe resultados diferentes a los obtenidos, en una investigación realizada en ciudad Ambato-Ecuador en el año de 2017 con una muestra de 83 docentes, se aplicó el cuestionario OIT-OMS, obteniendo los niveles de estrés que 17.14% de la

---

población presenta nivel bajo, 28.57% obtuvo nivel intermedio, 45.71% con estrés y 8.57% nivel alto de estrés. (Olivo Galarza, T. A, 2017).

Así mismo es importante indicar la diferencia de los resultados obtenidos con otra investigación realizada sobre el estrés laboral y el clima organizacional en el personal docente peruanos con la participación de 140 docentes, Quispe, O. F., Salas Sánchez, R. M., Castillo Saavedra, E. F., Arroyo Rosales, E. M., & Carbonell García, C. E, (2020). Menciona que “se encontró predominio del nivel medio con 80,7 % de estrés laboral; y del nivel alto con 78,6% para el clima organizacional, concluyendo que el estrés es considerado como un problema psicológico y físico”

Hoy en día, el estrés docente en tiempos de pandemia por COVID-19 ocasionó un cambio de vida radical que colocó a toda la humanidad en un estado crítico. El confinamiento social obligó a la mayor parte de la población a cambiar por completo sus actividades diarias. La adaptación a la nueva normalidad de trabajo fue un proceso difícil y uno de los grupos sociales que sufrieron este cambio fue la docencia, quienes con un sistema educativo quebrantado, siguieron de manera continua con su labor, impartiendo clases a una modalidad a distancia valiéndose de la tecnología que para algunos resultó un desafío, generando incluso depresión, ansiedad y estrés. (Cortés Rojas, J. L,2021)

En una comparación del estudio realizado con un estudio de estrés y clima social laboral en docentes de educación básica de una red educativa evaluada a una población a 100 participantes elegidos mediante un muestreo intencional, se encontró que el nivel de estrés en el ámbito fue promedio en 55.0%, y el más alto en el ambiente de trabajo social fue en la categoría media con 49%. En el estudio realizado, no existe una relación estadísticamente significativa entre el estrés y el entorno de trabajo social en la muestra. (Nonalaya Godiño, M. S., & Sedano Palacios, M. A, 2022). Cabe mencionar que si existe la relación entre el estrés laboral, las causas y consecuencias que afectan al normal desenvolvimiento de las actividades laborales del personal docente donde se evidencia que la mayoría de ellos experimentan síntomas debido a varios factores que provocan el estrés. (Iguasnia, S. & Saquisela, M. 2021).

En conclusión, en el estudio realizado se determinó que el estrés en los docentes

es de nivel bajo, pero esto no quiere decir que no es importante dar a conocer temas relacionados al mismo y estar atentos a los signos reveladores que puedan presentar, recordando que la salud mental como física es primordial para buen desempeño laboral. Así mismo se debería hacer una toma de muestra más grande de la población de docentes para mayor certeza en los datos obtenidos, debido a que en esta investigación la muestra fue pequeña.

---

## Referencias bibliográficas

AESST. (s.f.). Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo. Obtenido de Los riesgos psicosociales y el estrés en el trabajo: <https://osha.europa.eu/es/themes/psychosocial-risks-and-stress>

Bada Quispe, O. F., Salas Sánchez, R. M., Castillo Saavedra, E. F., Arroyo Rosales, E. M., & Carbonell García, C. E. (2020). Estrés laboral y clima organizacional en docentes peruanos. *MediSur*, 18(6), 1138-1144.

Chavez, V. A. (2018a). Profesión docente y estrés laboral: una aproximación a los conceptos de Estrés Laboral y Burnout. *Academia*, .

Chavez, V. A. (2018b). Profesión docente y estrés laboral: una aproximación a los conceptos de Estrés Laboral y Burnout. *Academia*, 2.

Cladellas-Pros, R., Castelló-Tarrida, A., & Parrado-Romero, E. (2018). Satisfacción, salud y estrés laboral del profesorado universitario según su situación contractual. *Revista de Salud Pública*, 20, 53-59.

Cortés Rojas, J. L. (2021). El estrés docente en tiempos de pandemia. *Dilemas contemporáneos: educación, política y valores*, 8(SPE1).

Calderon Muchcco, C. C., & Pinedo Tuesta, J. F. (2020). Estrés laboral y variables sociodemográficas en docentes, en el marco de una pandemia (Covid 19) Trujillo.

Echerri Garcés, D., Santoyo Telles, F., Rangel Romero, M. Á., & Saldaña Orozco, C. (2019). Efecto modulador del liderazgo transformacional en el estrés laboral y la

efectividad escolar percibida por trabajadores de educación básica de Ciudad Guzmán, Jalisco. RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo, 9(18), 845-867.

Gamarra Remond, H. W. (2019). El Estrés Laboral Y Sus Consecuencias En El Desempeño Del Docente De Nivel Primario Del Distrito De Mollepata-Anta-Cusco, 2018.

Garcia Sanchez, J. K., Cuella Vega, D. Y., & Santamaria, J. E. (2021). Evaluación de los niveles de estrés en funcionarios de una organización santander. Obtenido de [https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/36522/1/2021\\_niveles\\_estres.pdf](https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/36522/1/2021_niveles_estres.pdf)

Iguasnia, S., & Saquisela, M. (2021). Estrés laboral, causas y consecuencias en los docentes de la Unidad Educativa Fiscal Jaime Roldós Aguilera del Distrito Ximena 2 de la ciudad de Guayaquil. 593 Digital Publisher CEIT, 6(1), 18-28.

Matabanchoy, J. M., Paz, D., Tulcan, S. M. M., & Corrales, M. A. J. (2020). Estrés laboral en docentes de un Centro Educativo rural en Pasto. Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología, 13(3), 19-28.

Miller , L. H., & Smith., D. A. (s.f.). Test de Vulnerabilidad al Estrés. Test de Vulnerabilidad al Estrés.

Nonalaya Godiño, M. S., & Sedano Palacios, M. A. (2022). Estrés y clima social laboral en docentes de educación básica de una Red Educativa Rural Huancavelica–2021.

Olivo Galarza, T. A. (2017). El estrés laboral y su relación con el bienestar psicológico de los docentes (Bachelor's thesis, Universidad Técnica de Ambato-Facultad de Ciencias de la Salud-Carrera de Psicología Clínica).

Onofre Pérez, L. M. (2021). Influencia del estrés laboral en el desempeño laboral del personal de la Dirección de Talento Humano del Hospital de Especialidades Fuerzas Armadas n.º 1, Quito, en el año 2019. Tesis, Universidad Andina Simón

Bolívar, Área de gestión, Quito, 47 – 48 .Obtenido de <https://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/8191/1/T3576-MDTH-Onofre-Influencia.pdf>

OMS. (1946). Organización Mundial de la Salud . Obtenido de La OMS mantiene su firme compromiso con los principios establecidos en el preámbulo de la Constitución:

<https://www.who.int/es/about/governance/constitution#:~:text=La%20salud%20es%20un%20estado,o%20condici%C3%B3n%20econ%C3%B3mica%20o%20social>

Párraga-Párraga, K. L., & Escobar-Delgado, G. R. (2020). Estrés laboral en docentes de educación básica por el cambio de modalidad de estudio presencial a virtual. *Revista científica multidisciplinaria arbitrada yachasun-issn: 2697-3456*, 4(7 Ed. esp.), 142-155.

Suárez, A.(Junio, 2013). Adaptación de la escala de estrés laboral de la OIT-OMS en trabajadores de 25 a 35 años de edad de un contact center de Lima. *Revista PsiqueMag*. Recuperado de <http://www.ucvlima.edu.pe/psiquemag/index.html>