

<https://doi.org/10.69639/arandu.v12i1.814>

Salud mental, estrés y satisfacción laboral en docentes de educación media, Imbabura, Ecuador, 2024-2025

Mental health, stress, and job satisfaction among secondary school teachers, Imbabura, Ecuador, 2024-2025

Ruby Estefania Franco Canacuan

ruby.franco101199@hotmail.com

<https://orcid.org/0009-0009-9569-1150>

Universidad Nacional Chimborazo
Riobamba, Ecuador

Sridam David Arévalo Lara

sridamd.arevalo@unach.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-5948-8608>

Universitario en Neuropsicología y Educación
Universidad Nacional de Chimborazo
Riobamba, Ecuador

Artículo recibido: 10 febrero 2025

- Aceptado para publicación: 20 marzo 2025

Conflictos de intereses: Ninguno que declarar

RESUMEN

La salud mental ha adquirido una relevancia creciente en el ámbito laboral, particularmente en su relación con la satisfacción y el estrés laboral. El presente estudio analiza la asociación entre la salud mental, el estrés y la satisfacción laboral en docentes de la Unidad Educativa "Pimampiro" (Imbabura, Ecuador) durante el período 2024-2025. Se empleó un diseño metodológico de tipo correlacional, transversal y cuantitativo, con la participación de 101 docentes. Para la recolección de datos, se aplicaron cuestionarios estandarizados, incluyendo el General Health Questionnaire-28 (GHQ-28) para la evaluación de la salud mental, el Maslach Burnout Inventory (MBI) para medir el estrés laboral y la Escala de Satisfacción Laboral. Los resultados revelan que el cansancio emocional ($\beta = 0.330$, $p < 0.001$) afecta negativamente la salud mental, mientras que la satisfacción laboral, tanto intrínseca ($\beta = 0.355$, $p < 0.001$) como extrínseca ($\beta = 0.695$, $p < 0.001$), muestra una relación inesperada con el estrés laboral. Los modelos de regresión explican entre el 39.5% y 77% de la variabilidad en burnout y satisfacción laboral, con un ajuste significativo ($F = 38.151$, $p < 0.001$; R^2 ajustado = 0.75), destacando la influencia de la ansiedad, disfunción social y satisfacción en la predicción de la salud mental. Los hallazgos evidencian que el cansancio emocional impacta negativamente en la salud mental, mientras que la satisfacción laboral influye de manera inesperada en el estrés, explicando significativamente la variabilidad en burnout y la salud mental.

Palabras clave: estrés laboral, salud mental, satisfacción laboral, docentes, ambiente educativo

ABSTRACT

Mental health has gained increasing relevance in the workplace, particularly in its relationship with job satisfaction and occupational stress. This study examines the association between mental health, stress, and job satisfaction among teachers at Unidad Educativa "Pimampiro" (Imbabura, Ecuador) during the 2024–2025 period. A correlational, cross-sectional, and quantitative methodological design was employed, involving 101 teachers. Data collection was conducted using standardized questionnaires, including the General Health Questionnaire-28 (GHQ-28) to assess mental health, the Maslach Burnout Inventory (MBI) to measure occupational stress, and the Job Satisfaction Scale. The results indicate that emotional exhaustion ($\beta = 0.330$, $p < 0.001$) negatively affects mental health, while both intrinsic ($\beta = 0.355$, $p < 0.001$) and extrinsic ($\beta = 0.695$, $p < 0.001$) job satisfaction show an unexpected relationship with occupational stress. The regression models explain between 39.5% and 77% of the variability in burnout and job satisfaction, with a significant fit ($F = 38.151$, $p < 0.001$; adjusted $R^2 = 0.75$), highlighting the influence of anxiety, social dysfunction, and satisfaction in predicting mental health. The findings demonstrate that emotional exhaustion has a negative impact on mental health, whereas job satisfaction unexpectedly influences stress, significantly explaining the variability in burnout and mental health.

Keywords: occupational stress, mental health, job satisfaction, teachers, educational environment

INTRODUCCIÓN

La profesión docente desempeña un papel fundamental en la formación y el desarrollo de las sociedades a nivel mundial. Sin embargo, en las últimas décadas, los desafíos y exigencias de la enseñanza han aumentado significativamente, afectando la salud mental de los educadores. A nivel global, estudios revelan que entre el 25% y el 30% de los docentes experimentan problemas de salud mental, como estrés, ansiedad y depresión (Ruiz Delgado, 2023). En Latinoamérica, la situación es similar, con un 28% de los docentes reportando niveles elevados de estrés laboral (Alvites Huamaní, 2019). En el contexto ecuatoriano, García Lino (2020) encontró que el 42% de los docentes de enseñanza secundaria presentaban síntomas de estrés laboral.

La salud mental se caracteriza por un estado de bienestar donde la persona es consciente de sus propias habilidades, puede manejar las tensiones cotidianas de la vida, desempeñarse de manera productiva y satisfactoria, y tiene la capacidad de aportar a su comunidad (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2022). Por su parte, la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2021) destaca que la salud mental es esencial para el bienestar individual, las relaciones interpersonales y la participación social. En el ámbito docente, la salud mental es un factor clave para el desempeño profesional y la calidad de la enseñanza. Estudios indican que entre el 20% y el 30% de los docentes de educación media presentan problemas de salud mental, lo que puede afectar su capacidad para gestionar el aula, relacionarse con los estudiantes y cumplir con las demandas académicas (Titistar Cruz et al., 2022; Martínez Cuevas, 2023).

El estrés laboral es uno de los principales factores que afectan la salud mental de los docentes. Según Guerrero Barona et al. (2018), el estrés percibido por los docentes se asocia con factores de riesgo psicosocial, como la sobrecarga de trabajo, la falta de apoyo social y los conflictos interpersonales. Estos factores pueden llevar al agotamiento emocional, la despersonalización y la baja realización personal, características del síndrome de burnout (Ferradás et al., 2019). Además, la pandemia por COVID-19 ha exacerbado el estrés laboral docente, debido a los cambios abruptos en las modalidades de enseñanza y los desafíos de la educación virtual (Jiménez Espinoza & Silva Caicedo, 2024; Raymundo Castro & Paredes Gutarra, 2024).

La satisfacción laboral, entendida como un estado emocional positivo resultante de la evaluación del propio trabajo (Gómez García et al., 2022), también juega un papel importante en la salud mental docente. Estudios han encontrado una relación inversa entre la satisfacción laboral y el estrés percibido por los docentes (Castañeda Santillán & Sánchez Macías, 2022). Además, la satisfacción laboral se asocia con factores como el apoyo social, las oportunidades de desarrollo profesional y el reconocimiento del trabajo realizado (Castillo et al., 2024). En este sentido, promover la satisfacción laboral docente puede contribuir a la prevención del estrés y el burnout, así como a la mejora de la salud mental (Saleesi, 2023; Páramo et al., 2016).

Considerando la importancia de la salud mental, el estrés y la satisfacción laborales en la profesión docente, el objetivo principal de este estudio es analizar la relación entre estos factores en los docentes de la Unidad Educativa "Pimampiro" durante el año lectivo 2024-2025. Se espera que los resultados contribuyan a la comprensión de la situación actual de los docentes y permitan proponer estrategias para mejorar su bienestar y desempeño profesional (Mero Macías et al., 2023). Además, se busca concientizar a las autoridades educativas sobre la importancia de la salud mental docente y la necesidad de crear ambientes laborales que promuevan el bienestar del personal educativo. Esto no solo beneficiará a los docentes, sino que también tendrá un impacto positivo en la calidad de la educación impartida y en el desarrollo integral de los estudiantes (Ramírez Asís & Jamanca Anaya, 2020).

METODOLOGÍA

Taxonomía de la investigación

Esta investigación se desarrolló mediante un enfoque cuantitativo, de tipo correlacional y diseño no experimental, debido a que las variables no fueron manipuladas y los datos se recopilaron en el contexto natural de los participantes (Hernández Sampieri et al., 2018). Los datos se obtuvieron en un solo momento, por lo cual, corresponde a una investigación de corte transversal (Manterola et al., 2019).

Población de estudio

La población de estudio se conformó por la totalidad del personal docente de la Unidad Educativa "Pimampiro" de la provincia de Imbabura, Ecuador, año lectivo 2024-2025, constituido por 101 sujetos. Se omitió el cálculo de muestra representativa del estudio, debido a que se evaluó al 100% de los educadores mediante un cuestionario digital que tuvo un tiempo de administración ≤ 15 minutos, a través de la herramienta Google Forms, excluyendo al personal administrativo que también forma parte de la institución; sin embargo, desarrollan actividades diferentes a la docencia. Este criterio garantizó la representatividad de los resultados y evitó posibles sesgos (Martínez & Hernández, 2023).

Variable dependiente: Estrés Laboral (Subescalas: cansancio emocional, despersonalización, realización personal).

Variable independiente¹: Salud mental (Subescalas: somática, social, ansiedad, depresión).

Variable independiente²: Satisfacción laboral (Subescalas: Satisfacción intrínseca, extrínseca y general).

Variable Atributiva: Edad, sexo, estado civil, nivel de educación, años de experiencia docente, carga laboral semanal (horas), horas de trabajo semanales, número de estudiantes por clase, nivel educativo en el que enseña, horas extra (fuera del horario), condiciones de salud (diagnóstico médico o psicológico) y consumo de sustancias.

Instrumento de medición

Para evaluar las variables de interés, se aplicó, un cuestionario estructurado compuesto por tres pruebas estandarizadas y ampliamente validadas en estudios previos: Cuestionario de Salud General (GHQ-28), Maslach Burnout Inventory (MBI) y Escala de Satisfacción Laboral de Warr, Cook y Wall.

El Cuestionario de Salud General (GHQ-28) en su versión original llamada (General Health Questionnaire) fue creado por Daniel Goldberg en 1972, y existen múltiples versiones de este que han sido adaptadas y varían en cuanto a los ítems, en este estudio se utilizó la versión adaptada por (Lobo et al., 1986) nombrada (Cuestionario de salud General-28), es un instrumento de detección ampliamente usado en la evaluación de la salud mental en poblaciones generales y clínicas. Evalúa cuatro subescalas principales: somáticos, ansiedad e insomnio, disfunción social y depresión. Además, evalúa posibles casos crónicos de salud mental, cada subescala está compuesta por siete ítems que exploran el malestar psicológico y la posible presencia de trastornos mentales. Su aplicación es sencilla y su fiabilidad ha sido demostrada, con valores de alfa de Cronbach el cual presentó un valor de 0,928 en estudios de validación en población docente (Castro & Castro, 2022). Se empleo una escala Likert de cuatro puntos para registrar la intensidad de los síntomas experimentados por los participantes. En el presente estudio se obtuvo un alfa de Cronbach 0,93 lo cual indica una buena consistencia interna.

Maslach Burnout Inventory (MBI): Desarrollado por Maslach y Jackson (1981), es el instrumento más utilizado para evaluar el síndrome de burnout. Mide tres subescalas clave: agotamiento emocional (sensación de fatiga extrema debido al trabajo), despersonalización (actitudes frías y distantes hacia los demás) y realización personal (sensación de competencia y éxito en el trabajo). Se evalúa mediante 22 ítems en escala Likert de siete puntos. Investigaciones han reportado coeficientes de confiabilidad alfa de Cronbach entre 0.78 y 0.90 en estudios con docentes (Torres & Lozano, 2023). El MBI es una herramienta clave para identificar niveles críticos de desgaste profesional (Serrano et al., 2021). En el presente estudio se obtuvo un alfa de Cronbach 0,81 lo cual indica una buena consistencia interna.

Escala de Satisfacción Laboral de Warr, Cook y Wall (1979): Diseñada para medir el grado de satisfacción de los trabajadores con su entorno laboral, esta escala consta de 15 ítems que abarcan aspectos como condiciones laborales, autonomía en el trabajo, oportunidades de desarrollo profesional, relación con colegas y percepción de seguridad laboral. Se administra en una escala Likert de cinco puntos. La confiabilidad del instrumento ha sido confirmada en estudios con coeficientes de alfa de Cronbach superiores a 0.76 (Boluarte, 2014). Se considera una herramienta esencial en la evaluación del bienestar organizacional y la motivación en el trabajo docente. En el presente estudio se obtuvo un alfa de Cronbach 0,94 lo cual indica una buena consistencia interna.

Análisis de datos

La tabulación se realizó en hoja de cálculo de Microsoft Excel 2019. Para el análisis estadístico de los datos se empleó el software IBM SPSS Statistics (v. 26.0, Edición de 64 bits), mediante el cual se realizó una correlación di variada y análisis de regresión múltiple.

Consideraciones éticas

Los docentes dieron su consentimiento de participación, al igual que la máxima autoridad correspondiente del Distrito de Educación 10D01. El estudio se desarrolló respetando los principios éticos de la Declaración de Helsinki de la Asociación Médica Mundial, incluyendo sus actualizaciones

(Asociación Médica Mundial, 2013). Garantizando así la confidencialidad y el uso exclusivo de los datos con fines académicos e investigativos.

Planteamiento del estudio

Se evaluó la salud mental, el estrés laboral y la satisfacción laboral de los docentes de la Unidad Educativa “Pimampiro” durante el año lectivo 2024-2025, partiendo del planteamiento siguiente: ¿Cómo afecta el estrés laboral en la salud mental y la satisfacción laboral de los docentes?. La correlación que se hizo fue a partir de cifras absolutas, ya que, todos los participantes pertenecían a la misma institución y realizaban la misma labor. Lo que se hizo fue comparar el porcentaje de afección en cada una de las variables y correlacionarlas para dar respuesta a la influencia negativa una a la otra.

Hipótesis del estudio

Dado que la investigación tuvo un enfoque analítico basado en la prueba de hipótesis, se siguieron los procedimientos correspondientes al análisis de significancia estadística. Se planteó la hipótesis nula (H_0), que establece que no existe relación significativa entre la salud mental, el estrés y la satisfacción laboral. En concreto, se formularon tres subhipótesis ($H_{0.1}$, $H_{0.2}$ y $H_{0.3}$), que indican que ni el estrés ni la satisfacción laboral afectan significativamente a la salud mental y en conjunto, no explican la variabilidad en la salud mental. En contraposición a esto, la hipótesis del investigador (H_1) sugiere que, si existe una relación significativa entre la salud mental, el estrés y la satisfacción laboral. Para puntualizar, también se formularon tres subhipótesis ($H_{1.1}$, $H_{1.2}$ y $H_{1.3}$), que indican que, si existe un efecto significativo de, el estrés laboral (negativo) y la satisfacción laboral (positivo) en la salud mental, debido a esto, si explican conjuntamente la variabilidad en la salud mental.

Para la prueba de hipótesis se calcula un nivel de significancia del 5% ($\alpha = 0,05$). Dado que la prueba de Kolmogorov-Smirnov indicó una distribución no normal. En consecuencia, se empleó la prueba de correlación de Spearman. El criterio de decisión estadística se estableció en función del valor de significancia (p-valor), considerando que si $p < 0,05$, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis del investigador (H_1).

RESULTADOS

Respecto a los resultados de los indicadores sociodemográficos de los docentes de la Unidad Educativa “Pimampiro” como: Edad, sexo, estado civil, nivel de educación, además de años de experiencia docente, carga laboral semanal (horas), horas de trabajo semanales, número de estudiantes por clase, nivel educativo en el que enseña, horas extra (fuera del horario), condiciones de salud (diagnóstico médico o psicológico), consumo de sustancias Se presentan detalladamente en la tabla 1.

Tabla 1*Variables sociodemográficas de los docentes de la UEP*

VARIABLES DE CARACTERIZACIÓN	N	%
EDAD		
25-35 años	23	22,8%
36-45 años	25	24,8%
46-55 años	44	43,6%
Más de 55 años	9	8,9%
SEXO		
Masculino	28	27,7%
Femenino	73	72,3%
ESTADO CIVIL		
Soltero/a	39	38,6%
Casado/a	42	41,6%
Divorciado/a	14	13,9%
Viudo/a	2	2,0%
Unión Libre	4	4,0%
NIVEL DE EDUCACION		
Técnico o Tecnólogo	5	5,0%
Tercer nivel (Licenciatura)	66	65,3%
Cuarto nivel (Maestría)	30	29,7%
Phd	0	0,0%
Otro	0	0,0%
AÑOS DE EXPERIENCIA DOCENTE		
Menos de 1 año	5	5,0%
1-5 años	12	11,9%
6-10 años	19	18,8%
11-15 años	18	17,8%
Más de 15 años	47	46,5%
CARGA LABORAL SEMANAL (HORAS)		
20-30 horas	54	53,5%
31-40 horas	41	40,6%
41-50 horas	4	4,0%
Más de 50 horas	2	2,0%
HORAS DE TRABAJO SEMANALES		
Menos de 30 horas	26	25,7%

30-40 horas	65	64,4%
41-50 horas	7	6,9%
Más de 50 horas	3	3%
NUMERO DE ESTUDIANTES POR CLASE		
Menos de 20 estudiantes	16	15,8%
21-30 estudiantes	40	39,6%
31-40 estudiantes	40	39,6%
Más de 40 estudiantes	5	5%
NIVEL EDUCATIVO AL QUE ENSEÑA		
Educación Inicial	14	13,9%
Educación Básica inferior	45	44,6%
Educación Básica superior	21	20,8%
Bachillerato	21	20,8%
HORAS EXTRA (FUERA DEL HORARIO LABORAL)		
No trabajo horas extra	56	55,4%
1-5 horas	39	38,6%
6-10 horas	4	4,0%
Más de 10 horas	2	2,0%
CONDICIONES DE SALUD (DIAGNÓSTICO MÉDICO O PSICOLÓGICO)		
No, no tengo condiciones diagnosticadas	86	85,1%
Sí, tengo condiciones físicas diagnosticadas (Enfermedades crónicas, discapacidad, entre otros.)	9	8,9%
Sí, tengo condiciones psicológicas diagnosticadas (enfermedades neurodegenerativas, trastornos del estado de ánimo, entre otros.)	6	5,9%
CONSUMO DE SUSTANCIAS		
No consumo ninguna	80	79,2%
Consumo tabaco	3	3,0%
Consumo alcohol	3	3,0%
Consumo medicamentos prescritos	15	14,9%

Nota. Elaboración propia

Los resultados de la Tabla 2 evidencian afectaciones en la salud mental de los docentes en las cuatro subescalas evaluadas. En la subescala somática, se presentan altos niveles de agotamiento, necesidad de reconstituyentes y malestar físico. En la subescala de ansiedad, destacan el agobio y las alteraciones en el sueño. En la subescala social, se reportan dificultades en la activación y en la capacidad de disfrute. Finalmente, en la subescala de depresión, aunque en menor proporción, se

identifican pensamientos autolíticos y deseos de muerte. De manera global, al menos el 10,9 % de la población presenta problemas crónicos de salud mental.

Tabla 2

Resultados del Cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI)

GHQ-28*		RESULTADO (%)	
SUBESCALAS	ÍTEMES		
		CASO	NO CASO
SOMÁTICA ($\alpha = 0,71$)	Salud y plenitud de forma	83,2	16,8
	Necesidad de un reconstituyente	22,8	77,2
	Agotamiento	21,8	78,2
	Sensación de enfermedad	20,8	79,2
	Cefalea	15,8	84,2
	Sensación de opresión	14,9	85,1
	Calor/Escalofríos	20,8	79,2
ANSIEDAD ($\alpha = 0,90$)	Insomnio	24,8	75,2
	Dificultades para mantener el sueño	22,8	77,2
	Agobio y tensión	22,8	77,2
	Mal humor	17,8	82,2
	Pánico	9,9	90,1
	Sensación de angustia	16,8	83,2
	Nervios	15,8	84,2
SOCIAL ($\alpha = 0,83$)	Sensación de mantenerse ocupado y activo	8,9	91,1
	Tiempo de activación	15,8	84,2
	Sensación de hacer bien las cosas	2,0	98,0
	Satisfacción	9,9	90,1
	Sensación de utilidad	6,9	93,1
	Toma de decisiones	5,0	95,0
	Capacidad de disfrutar	12,9	87,1
DEPRESIÓN ($\alpha = 0,88$)	Sensación de valor propio	3,0	97,0
	Desesperanza	5,0	95,0
	Desvalorización de la vida	3,0	97,0
	Ideas autolíticas	7,9	92,1
	Nervios incontrolables	5,9	94,1
	Deseos de muerte propia	6,9	93,1
	Ideas autolíticas persistentes	5,0	95,0
CASOS CRÓNICOS DE SALUD MENTAL (* $\alpha = 0,93$)		10,9	89,1

Los resultados presentados en la Tabla 3 evidencian los niveles de estrés laboral (burnout) en la población estudiada. En la dimensión de cansancio emocional, se observa $\bar{x} = 15.11$ ($\sigma = 11.62$), lo que indica niveles bajos de agotamiento. En la dimensión de despersonalización, $\bar{x} = 6.00$ ($\sigma = 6.24$), reflejando una tendencia moderada al distanciamiento afectivo en el ámbito laboral. Finalmente, en la

dimensión de baja realización personal, $\bar{x} = 33.97$ ($\sigma = 12.31$), lo que sugiere una percepción moderada de autoeficacia y satisfacción profesional. Hay que destacar que existen casos de indicios de burnout en la población $N = 11$ representado el 10,9%.

Tabla 3

Resultados del Cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI)

	Descriptivos Estrés					Niveles %		
	N	Mín.	Máx.	$\bar{x}$	σ	Bajo	Medio	Alto
Cansancio Emocional	101	0	45	15,11	11,62	65,3	14,9	19,8
Despersonalización	101	0	25	6,00	6,24	53,5	16,8	29,7
Realización personal	101	0	48	33,97	12,31	40,6	18,8	40,6

Nota: Indicio de Burnout $N = 11 - 10,9\%$

* $\alpha = 0,81$

Los resultados de la Escala de Satisfacción Laboral de la tabla 4 y 5 muestran que, la satisfacción intrínseca ($\bar{x} = 5.64$, $\sigma = 1.04$) y la satisfacción extrínseca ($\bar{x} = 5.58$, $\sigma = 1.06$) presentan valores similares y elevados en una escala de 1 a 7, indicando un nivel general positivo de satisfacción en ambos aspectos. La satisfacción general ($\bar{x} = 5.60$, $\sigma = 1.11$) también refleja un alto grado de bienestar laboral, con una ligera variabilidad en las respuestas.

Tabla 4

Resultados por ítem de la evaluación de la Escala de Satisfacción Laboral

ITEM	Muy Insatisfecho N(%)	Insatisfecho N(%)	Moderadamente insatisfecho N(%)	Ni satisfecho ni insatisfecho N(%)	Moderadamente satisfecho N(%)	Satisfecho N(%)	Muy Satisfecho N(%)
Condiciones físicas del trabajo	5(5,0)	5(5,0)	11(10,9)	9(8,9)	18(17,8)	44(43,6)	9(8,9)
libertad para elegir el propio método de trabajo	8(7,9)	3(3,0)	6(5,9)	7(6,9)	13(12,9)	45(44,6)	19(18,8)
Compañeros de trabajo	7(6,9)	1(1)	8(7,9)	11(10,9)	16(15,8)	51(50,5)	7(6,9)
Reconocimiento que se obtiene por el trabajo bien hecho	3(3,0)	9(8,9)	12(11,9)	5(5,0)	17(16,8)	48(47,5)	7(6,9)
El superior inmediato	1(1,0)	4(4,0)	8(7,9)	9(8,9)	13(12,9)	52(51,5)	14(13,9)
Responsabilidad que se ha asignado	3(3,0)	2(2,0)	4(4,0)	4(4,0)	13(12,9)	63(62,4)	12(11,9)

El salario	5(5,0)	5(5,0)	8(7,9)	6(5,9)	30(29,7)	39(38,6)	8(7,9)
Posibilidad de usar las capacidades	3(3,0)	0(0,0)	7(7,9)	2(2,0)	13(12,9)	57(56,4)	19(18,8)
Relaciones entre dirección y trabajadores en la empresa	4(4,0)	1(1,0)	5(5,0)	9(8,9)	18(17,8)	54(53,5)	10(9,9)
Posibilidad de promoción	3(3,0)	6(5,9)	25(24,8)	13(12,9)	0(0,0)	47(46,5)	7(6,9)
El modo de gestión de la empresa	4(4,0)	3(3,0)	9(8,9)	9(8,9)	25(24,8)	45(44,6)	6(5,9)
Atención que se presta a las sugerencias	2(2,0)	7(6,9)	7(6,9)	7(6,9)	22(21,8)	50(49,5)	6(5,9)
El horario de trabajo	1(1,0)	1(1,0)	6(5,9)	5(5,0)	21(20,8)	59(58,4)	8(7,9)
La variedad de tareas que se realiza en el trabajo	3(3,0)	2(2,0)	7(6,9)	6(5,9)	25(24,8)	48(47,5)	10(9,9)
Estabilidad en el empleo	6(5,9)	1(1,0)	4(4,0)	6(5,9)	9(8,9)	58(57,4)	17(16,8)

* $\alpha = 0,94$

Tabla 5

Descriptivos de las subescalas de la evaluación de la satisfacción laboral en los docentes de educación media

Dimensión	N	Mín	Máx	$\bar{x}$	σ
Satisfacción intrínseca	101	2	7	5,64	1,04
Satisfacción extrínseca	101	2	7	5,58	1,06
Satisfacción general	101	1	7	5,60	1,11

La Tabla 6. presenta las correlaciones entre las subescalas del GHQ-28 (Cuestionario de Salud General), la Satisfacción Laboral y las dimensiones del Estrés Laboral (Cansancio Emocional, Despersonalización, Realización Personal e Indicios de Burnout). Los resultados se analizan mediante el coeficiente de correlación de Spearman (Rho) y su significancia estadística ($p < 0,05$ y $p < 0,01$). El Cansancio Emocional se correlaciona significativamente ($p < 0,01$) con las subescalas de Somatización, Ansiedad, Social y Casos Crónicos del GHQ-28, así como con todas las dimensiones de la Satisfacción Laboral (intrínseca, extrínseca y general). Esto indica que, a mayor cansancio emocional, peor salud mental y menor satisfacción laboral. En cuanto a la despersonalización se muestra correlaciones significativas ($p < 0,01$) con la Satisfacción Laboral (intrínseca, extrínseca y general), pero no con las subescalas del GHQ-28, excepto una correlación marginal con Somatización ($p < 0,05$). Esto indica que

la despersonalización afecta más la satisfacción laboral que la salud mental. Sobre la Realización Personal no presenta correlaciones significativas con las subescalas del GHQ-28, excepto una correlación positiva débil con la Satisfacción General ($p < 0,05$). Esto indica que la realización personal tiene un impacto limitado en la salud mental, pero contribuye levemente a la satisfacción laboral. Finalmente, los Indicios de Burnout se correlacionan significativamente ($p < 0,01$) con las subescalas de Ansiedad, Social y todas las dimensiones de la Satisfacción Laboral. Esto sugiere que el burnout está asociado con peor salud mental y menor satisfacción laboral.

Tabla 6

Correlaciones del GHQ-28 y la Satisfacción Laboral con el Estrés

SUBESCALAS	Cansancio Emocional		Despersonalización		Realización personal		Indicios de Burnout	
	Rho	Sig. (bilateral)	Rho	Sig. (bilateral)	Rho	Sig. (bilateral)	Rho	Sig. (bilateral)
Somática (GHQ-28)	,302* *	,002	,083* *	,410	- ,077	,443	,114	,257
Ansiedad (GHQ-28)	,421* *	<,001	,124	,217	- ,037	,715	,203* *	,041
Social (GHQ-28)	,234* *	,018	,192	,054	-158	,115	,407** *	<,001
Depresión (GHQ-28)	,067	,509	-,125	,214	,158	,115	-0,50	,622
Casos crónicos(GHQ-28)	,381* *	<,001	,162	,106	,000	1,000	,082	,416
Satisfacción intrínseca	,711* *	<,001	,445* *	<,001	- ,021	,835	,392	<,001
Satisfacción extrínseca	,808* *	<,001	,597* *	<,001	- 0,34	,739	,468** *	<,001
Satisfacción general	,729* *	<,001	,427* *	<,001	,210 *	,035	,411** *	<,001

Nota: **. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Los análisis de regresión lineal múltiple observados en la Tabla 7. revelaron que los modelos evaluados fueron estadísticamente significativos ($p < 0.001$) y explicaron entre el 39.5% y 77% de la variabilidad en las dimensiones del burnout y la satisfacción laboral. En el Modelo 1, que predice el Cansancio Emocional, las variables más influyentes fueron la Ansiedad ($\beta = 0.330$, $p < 0.001$), la Satisfacción Intrínseca ($\beta = 0.355$, $p < 0.001$) y la Satisfacción Extrínseca ($\beta = 0.695$, $p < 0.001$), explicando el 77% de la variabilidad ($R^2 = 0.77$). En el Modelo 2, que predice la Despersonalización, solo la Satisfacción Extrínseca mostró un efecto significativo ($\beta = 0.701$, $p < 0.001$), explicando el 42.9% de la variabilidad ($R^2 = 0.429$). En el Modelo 3, que predice la Realización Personal, las variables significativas incluyeron la Ansiedad ($\beta = -0.293$, $p = 0.028$), los Casos Crónicos ($\beta = 0.320$, $p = 0.037$), la Satisfacción Intrínseca ($\beta = -0.712$, $p < 0.001$), la Satisfacción Extrínseca ($\beta = -0.677$, $p < 0.001$) y la Satisfacción General ($\beta = 1.400$, $p < 0.001$), explicando el 39.5% de la variabilidad ($R^2 = 0.395$). Finalmente, en el Modelo 4, que predice los Indicios de Burnout, las variables más influyentes fueron

la Disfunción Social ($\beta = 0.373$, $p < 0.001$), los Casos Crónicos ($\beta = -0.383$, $p = 0.011$), la Satisfacción Intrínseca ($\beta = 0.319$, $p = 0.044$) y la Satisfacción Extrínseca ($\beta = 0.529$, $p < 0.001$), explicando el 42.2% de la variabilidad ($R^2 = 0.422$). Estos resultados indican que los factores de satisfacción laboral (intrínsecos y extrínsecos) y los síntomas de salud mental (ansiedad, disfunción social y casos crónicos) son predictores clave del burnout y la satisfacción laboral, aunque su impacto varía según la dimensión evaluada. La ausencia de multicolinealidad grave ($VIF < 10$, excepto para Satisfacción General con $VIF = 5.829$) respalda la robustez de los modelos.

Tabla 7

Modelo de regresión lineal múltiple entre las subescalas del GHQ-28, el Estrés y la Satisfacción Laboral

Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado ajustado	Error estándar de la estimación
1	,878 ^a	,77	,75	,404
a Predictores: (Constante), Satisfacción General, Subescala Social, Subescala Depresión, Subescala Somática, Subescala Ansiedad, Satisfacción Extrínseca, Casos Crónicos de salud mental, Satisfacción Intrínseca.				
b Variable dependiente: Cansancio Emocional				
2	,655 ^a	,429	,379	,700
a Predictores: (Constante), Satisfacción General, Subescala Social, Subescala Depresión, Subescala Somática, Subescala Ansiedad, Satisfacción Extrínseca, Casos Crónicos de salud mental, Satisfacción Intrínseca.				
b Variable dependiente: Despersonalización				
3	,628 ^a	,395	,342	,734
a Predictores: (Constante), Satisfacción General, Subescala Social, Subescala Depresión, Subescala Somática, Subescala Ansiedad, Satisfacción Extrínseca, Casos Crónicos de salud mental, Satisfacción Intrínseca.				
b Variable dependiente: Realización Personal				
4	,650 ^a	,422	,371	,249
a Predictores: (Constante), Satisfacción General, Subescala Social, Subescala Depresión, Subescala Somática, Subescala Ansiedad, Satisfacción Extrínseca, Casos Crónicos de salud mental, Satisfacción Intrínseca.				
b Variable dependiente: Burnout				

Se realizó un análisis de regresión múltiple para evaluar la relación entre la salud mental, el estrés laboral y la satisfacción laboral, contrastando las hipótesis nulas planteadas. Los resultados evidenciaron que el modelo es significativo ($F = 38.151$, $p < 0.001$), explicando una proporción sustancial de la variabilidad en la salud mental ($R^2_{ajustado} = 0.75$). En términos de predictores, el estrés

laboral, representado por el cansancio emocional ($\beta = 0.330$, $p < 0.001$), tuvo un efecto negativo y significativo sobre la salud mental, confirmando $H_{1.1}$. De manera inesperada, la satisfacción laboral, tanto en sus dimensiones intrínseca ($\beta = 0.355$, $p < 0.001$) como extrínseca ($\beta = 0.695$, $p < 0.001$), mostró una relación positiva con el estrés laboral, lo que contradice $H_{1.2}$ y sugiere la necesidad de explorar efectos mediadores o moderadores. Finalmente, el modelo general respalda $H_{1.3}$, al demostrar que el estrés laboral y la satisfacción laboral explican conjuntamente la variabilidad en la salud mental.

DISCUSIÓN

El presente estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre la salud mental, el estrés laboral y la satisfacción laboral en los docentes de la Unidad Educativa "Pimampiro" durante el año lectivo 2024-2025, con el fin de proponer estrategias que mejoren su bienestar y desempeño profesional.

Los resultados de la Tabla 2, correspondientes al Cuestionario de Salud General (GHQ-28), revelan aspectos preocupantes en la salud mental de los docentes. En la subescala somática, un 83.2% reporta problemas de salud y plenitud, mientras que un 22.8% experimenta necesidad de reconstituyentes y un 21.8% agotamiento. En la subescala de ansiedad se muestra que un 24.8% padece insomnio y dificultades para mantener el sueño, con un 22.8% experimentando agobio y tensión, lo que evidencia un impacto en el bienestar mental de los educadores. Estos hallazgos coinciden con el estudio de (Martínez et al., 2019), quienes identifican que los docentes en Ecuador presentan altos niveles de síntomas psicómicos y ansiedad, particularmente en aquellos con mayor carga laboral. Las características sociodemográficas de la población estudiada refuerzan estos resultados, pues el 43.6% tiene entre 46-55 años, el 72.3% son mujeres, y el 46.5% posee más de 15 años de experiencia docente, factores que (Guida et al., 2023), asocian con mayor vulnerabilidad al estrés crónico. Además, el 39.6% de docentes imparte clases a grupos numerosos (31-40 estudiantes) y un 44.6% trabaja en educación básica inferior, condiciones que según ambos estudios crea un estado de ánimo cambiante en el proceso de adaptación frente a estímulos estresores e incrementan la sintomatología psicósomática en los docentes.

En la subescala social se observa que un 15.8% de los docentes manifiesta dificultades en el tiempo de activación, y un 12.9% indica su falta en la capacidad de disfrutar. lo que podría estar relacionado con la sobrecarga laboral, considerando que un 6.9% trabaja entre 41-50 horas semanales y un 3% más de 50 horas, según los datos sociodemográficos. Estos resultados coinciden con lo expuesto por (Segovia et al., 2020) quienes identifican que las exigencias laborales pueden afectar significativamente el bienestar social de los docentes, especialmente en contextos de alta demanda. En la subescala depresión, aunque los porcentajes son más bajos, resulta preocupante que un 7.9% presente ideas autolíticas y un 6.9% experimente deseos de muerte propia, lo que concuerda con el estudio realizado por (Zumba et al., 2022) donde se menciona que estos factores se asocian a los riesgos psicosociales inherentes a la profesión docente. Es relevante considerar que estos indicadores de malestar psicológico se presentan en un contexto donde el 8.9% tiene más de 55 años, un 8.9% tiene

condiciones de salud físicas diagnosticadas y un 5.9% tiene condiciones de salud psicológicas diagnosticadas características que, pueden constituir factores de vulnerabilidad ante la presión laboral y el desgaste emocional. Es significativo que el resultado global muestre un 10.9% de casos crónicos de salud mental, cifra que, como señalan (Castilla et al., 2021) representa un porcentaje considerable que evidencia el impacto negativo de la carga laboral excesiva, sobre la calidad de vida de los docentes, generando consecuencias adversas en su bienestar psicológico y desempeño profesional.

Los resultados de la Tabla 3, correspondientes al Cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI), muestran una compleja situación de estrés laboral entre los docentes. En la dimensión de cansancio emocional, se presenta un 19.8% en niveles altos, mientras que un 65.3% mantiene niveles bajos; estos hallazgos coinciden con lo encontrado por (Aguilar & Mayorga, 2020), quienes identificaron que los docentes con mayor experiencia tienden a desarrollar mejores estrategias de afrontamiento ante la fatiga emocional, lo que explicaría estos resultados considerando que el 46.5% de los participantes cuenta con más de 15 años de experiencia. En cuanto a la despersonalización, resulta preocupante que el 29.7% presente niveles altos, siendo la dimensión más afectada. El estudio de (Mareco & Hernández, 2016) señala que este fenómeno se asocia frecuentemente con variables sociodemográficas como el sexo y la edad, lo que adquiere relevancia al considerar que el 72.3% de los participantes son mujeres y el 43.6% se encuentra en el rango de 46-55 años. Por otra parte, la realización personal muestra una distribución polarizada, con un 40.6% en nivel bajo y otro 40.6% en nivel alto; este contraste es analizado por (Guarate et al., 2020), quienes encontraron que factores como la carga laboral influyen decisivamente en la percepción de logro profesional, elemento observable en este estudio donde un 44.6% de los docentes enseña en educación básica inferior, nivel que implica mayores demandas de atención y dedicación. Es significativo que la prevalencia global de burnout coincida con el 10.9% de casos crónicos de salud mental identificados mediante el GHQ-28, lo que sugiere una estrecha relación entre ambos fenómenos y refuerza la hipótesis de que el desgaste profesional constituye un factor determinante en el desarrollo de problemas de salud mental en la población docente.

Los resultados de la Tabla 4, correspondientes a la Escala de Satisfacción Laboral, ponen en evidencia aspectos críticos del entorno docente, de acuerdo con los ítems de mayor porcentaje. La posibilidad de promoción muestra un 24.8% de insatisfacción moderada, mientras que condiciones físicas del trabajo, libertad para elegir métodos de trabajo y salario presentan porcentajes entre 5.0% a 7.9% de muy insatisfecho e insatisfecho. El reconocimiento por trabajo bien hecho alcanza un 11.9% de insatisfacción moderada. Los descriptivos de la Tabla 5 complementan estos hallazgos, evidenciando puntuaciones medias de satisfacción intrínseca ($\bar{x}$ =5.64), satisfacción extrínseca ($\bar{x}$ =5.58) y satisfacción general ($\bar{x}$ =5.60), con desviaciones estándar cercanas a 1.06. Estos resultados sugieren una percepción moderadamente positiva, aunque con espacios significativos de mejora. Al analizar estas cifras en relación con las variables sociodemográficas, se encuentra que los niveles de insatisfacción moderada respecto a posibilidades de promoción podrían estar relacionados con el nivel educativo de los

participantes, donde un 65.3% posee titulación de tercer nivel (licenciatura) y un 29.7% de cuarto nivel (maestría), perfiles académicos que, según (Palacios et al., 2025), generan expectativas más elevadas de desarrollo profesional. Asimismo, la insatisfacción relacionada con las condiciones físicas y salariales cobra mayor sentido al considerar los años de experiencia docente, factor que estos autores identifican como determinante en la valoración crítica del entorno laboral, especialmente cuando se asocia con una carga horaria significativa, como ocurre en el 40.6% de los participantes que trabajan entre 31-40 horas semanales. Resulta relevante que, pese a estos aspectos de insatisfacción, los valores medios se mantengan en niveles moderadamente positivos, fenómeno que puede atribuirse al compromiso vocacional característico del docente experimentado.

El análisis correlacional de las variables en la población docente presentado en la Tabla 6, evidencia una compleja interacción entre salud mental, estrés y satisfacción laboral. Las subescalas de satisfacción extrínseca e intrínseca muestran correlaciones estadísticamente significativas y muy altas con el Cansancio Emocional (satisfacción extrínseca: $Rho=0.808$, $p<0.001$; satisfacción intrínseca: $Rho=0.711$, $p<0.001$), sugiriendo que, a mayor insatisfacción laboral, mayor agotamiento emocional. La subescala de Ansiedad del GHQ-28 se correlaciona significativamente con el Cansancio Emocional ($Rho=0.421$, $p<0.001$), mientras que la dimensión Social del GHQ-28 presenta una fuerte asociación con los Indicios de Burnout ($Rho=0.407$, $p<0.001$). (Arias & González, 2009) encontraron correlaciones similares ($r=0.72$) entre satisfacción laboral y cansancio emocional en docentes con contratos indefinidos, señalando además que el 67% de su muestra con alta carga horaria (>30 horas) presentaba síntomas significativos de agotamiento, porcentaje considerablemente mayor al 19.8% de altos niveles de cansancio emocional identificado en el presente estudio, diferencia que podría explicarse por el menor porcentaje de docentes con alta carga laboral (46.6% trabaja más de 30 horas) en esta investigación. Por otra parte, (Aguilar et al., 2024), quienes identificaron correlaciones más débiles ($r=0.32$) en etapas iniciales del síndrome y observaron que solo el 12.5% de docentes con indicios tempranos de burnout manifestaba alteraciones en el ámbito social, frente al 15.8% con dificultades en el tiempo de activación y 12.9% con problemas en la capacidad de disfrutar encontrados en este estudio. Esta discrepancia podría explicarse por las características particulares de la muestra de este estudio, donde un 43.6% se encuentra en el rango de 46-55 años, mientras que en el estudio de (Aguilar et al., 2024) predominaban docentes más jóvenes (53% entre 25-40 años) y con menor experiencia profesional (38% con menos de 10 años), perfil que según los autores muestra una progresión más secuencial de los síntomas, a diferencia de docentes experimentados, quienes tienden a manifestar simultáneamente afectaciones en múltiples dimensiones.

El análisis de los modelos de regresión que se observan en la Tabla 7, muestra resultados coherentes y, en algunos casos, contradictorios sobre las relaciones entre las variables de salud mental, estrés laboral y satisfacción laboral en la población docente estudiada. El Modelo 1 muestra una relación esperada que, a mayor ansiedad, mayor cansancio emocional ($\beta = 0,330$, $p < 0,001$), contradictoriamente indica que a mayor satisfacción laboral tanto intrínseca como extrínseca, mayor cansancio emocional,

esto podría explicarse, como sugieren (Aguilar & Mayorga, 2020), por la paradójica situación de docentes altamente comprometidos que, por su mayor implicación y satisfacción profesional, asumen responsabilidades adicionales que derivan en sobrecarga laboral. El Modelo 2 presenta un resultado inesperado donde la satisfacción extrínseca predice mayor despersonalización ($\beta = 0,701$, $p < 0,001$), lo que podría interpretarse, según (Marengo & Ávila, 2016), como un mecanismo de protección psicológica donde los docentes que valoran positivamente aspectos como el salario o las condiciones físicas desarrollan distanciamiento emocional como estrategia para preservar estos beneficios a pesar del desgaste. El Modelo 3 devela que la presencia de casos crónicos de salud produce sorprendentemente mayor realización personal ($\beta = 0,320$, $p = 0,037$), hallazgo que encuentra respaldo en lo señalado por (Castilla et al., 2021) sobre cómo docentes con condiciones de salud crónicas suelen desarrollar mayor resiliencia y capacidad de adaptación, revalorizando sus logros profesionales frente a la adversidad. Resulta igualmente desconcertante que la satisfacción intrínseca y extrínseca resulten en menor realización personal, lo que (Palacios et al., 2025) explicarían como resultado de expectativas profesionales más elevadas que generan una percepción más crítica de los propios logros. Finalmente, el Modelo 4 muestra una relación esperada entre disfunción social y burnout ($\beta = 0,373$, $p < 0,001$), pero inesperadamente indica que los casos crónicos predicen menores indicios de burnout ($\beta = -0,383$, $p = 0,011$), fenómeno que (Guarate et al., 2020) atribuirían a la adopción de estrategias preventivas y de autocuidado en docentes con condiciones de salud preexistentes. El hallazgo de que, a mayor satisfacción laboral, mayores indicios de burnout podría explicarse, según (Arias & González, 2009), por la "trampa de la vocación", donde docentes intrínsecamente motivados tienden a asumir cargas excesivas sin percibir inicialmente el deterioro gradual de su bienestar, especialmente en contextos educativos. Donde, como revelan los datos sociodemográficos, un 44.6% enseña en educación básica inferior y un 39.6% maneja grupos de 21-30 estudiantes, factores que pueden intensificar las demandas emocionales y cognitivas.

Limitaciones Del Estudio

Una posible limitación de este estudio es su diseño transversal, que impide establecer relaciones causales entre la salud mental, el estrés y la satisfacción laboral en los docentes. Además, al utilizar cuestionarios de autoaplicación, los resultados pueden verse afectados por sesgos de deseabilidad social o interpretación subjetiva de los participantes. La muestra se limitó a una única institución educativa, lo que reduce la generalización de los resultados a otros contextos docentes en Ecuador o en diferentes niveles educativos. Asimismo, no se consideraron variables contextuales externas, como políticas institucionales, que podrían influir en la relación entre las variables analizadas. Futuras investigaciones podrían emplear diseños longitudinales y muestras más amplias para profundizar en estos hallazgos.

CONCLUSIÓN

Este estudio confirma que existe una relación significativa entre la salud mental, el estrés laboral y la satisfacción laboral en los docentes de la Unidad Educativa "Pimampiro", mostrando una perspectiva

compleja donde estas variables se influyen mutuamente, cumpliendo así con el objetivo. Los resultados muestran correlaciones importantes entre el cansancio emocional y la satisfacción laboral, así como entre la ansiedad y el agotamiento. Es preocupante que el 10.9% de docentes presente casos crónicos de salud mental, cifra que coincide con la prevalencia de burnout, mientras que el 29.7% muestra altos niveles de despersonalización. Las áreas de mayor insatisfacción incluyen las posibilidades de promoción y el reconocimiento profesional. Los factores sociodemográficos como edad, género y experiencia juegan un papel relevante en esta relación tridimensional. Se evidencia la paradoja en la vocación profesional, donde docentes comprometidos asumen cargas excesivas que deterioran su bienestar. Estos descubrimientos resaltan la necesidad urgente de implementar estrategias integrales que aborden simultáneamente el bienestar psicológico, la prevención del burnout y la mejora de las condiciones laborales para beneficio de toda la comunidad educativa.

Conflicto De Intereses

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

REFERENCIAS

- Arias F & González M. (2009). Estrés, Agotamiento Profesional (burnout) y Salud en Profesores de Acuerdo a su Tipo de Contrato. *Ciencia y Trabajo*, JulSep; 11 (31), 172-176.
- Aguilar, J. V., Orellana, N. G., & Heresi, C. J. (2024). Agotamiento profesional docente. Estudio de caso de un colegio subvencionado de la comuna de Dalcahue, Chiloé. *Revista Realidad Educativa ISSN: 2452-6134*, v. 4, n° 1.
- Aguilar Acosta, A., & Mayorga Lascano, M. (2020). Relación entre Estrés Docente y Síndrome de Burnout en docentes de la Zona 3 de Ecuador. *Uniandes Episteme*, 7(2), 265-278.
- Alvites-Huamaní, C. G. (2019). Estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, Norteamérica y Europa. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 141-159.
<https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.393>
- Boluarte, A. (2014). Propiedades psicométricas de la Escala de satisfacción laboral de Warr, Cook y Wall, versión en español. *Revista médica herediana: organo oficial de la Facultad de Medicina "Alberto Hurtado", Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima, Peru*, 25(2), 80.
<https://doi.org/10.20453/rnp.2014.249>
- Castañeda-Santillán, L. L., & Sánchez-Macías, A. (2022). Satisfacción laboral y burnout en personal docente. *RETOS. Revista de Ciencias de la Administración y Economía*, 12(24), 230-246.
<https://doi.org/10.17163/ret.n24.2022.03>
- Castilla-Gutiérrez, S., Colihuil-Catruleo, R., Bruneau-Chávez, J., & Lagos-Hernández, R. (2021). CARGA LABORAL Y EFECTOS EN LA CALIDAD DE VIDA DE DOCENTES UNIVERSITARIOS Y DE ENSEÑANZA MEDIA. *CHAKIÑAN, REVISTA DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES*, 15, 166–179. <https://doi.org/10.37135/chk.002.15.11>
- Castillo, D. E. C., Molina, R. C., Salavarría, I. A. T., & Pesántez, F. M. R. (2024). Factores Psicosociales y su Impacto en el Desempeño Docente: Un Estudio sobre el Estrés y la Satisfacción Laboral. *Polo del Conocimiento*, 9(12), 612–634.
<https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/8502/pdf>
- Castro Castro, Soledad, & Castro Moyano, Loreto. (2022). Promoción de la salud mental en una escuela municipal chilena: los hallazgos del Proyecto AME (Aprendizajes Mentales Emocionales). *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 48(1), 251-272. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052022000100251>
- Ferradás, M. d. M., Freire, C., García-Bértoa, A., Núñez, J. C., & Rodríguez, S. (2019). Teacher Profiles of Psychological Capital and Their Relationship with Burnout. *Sustainability*, 11(18), 5096.
<https://doi.org/10.3390/su11185096>
- García Lino, M. E. (2020). Estrés laboral en docentes de enseñanza secundaria de una institución pública de la ciudad de Manta. *Revista San Gregorio*, (43), 140-154.
<https://doi.org/10.36097/rsan.v1i43.1412>

- Gómez García, C., Fernández-García, C.-M., & Inda-Caro, M. (2022). Evaluación de la satisfacción laboral docente. Revisión teórica y estudio comparativo. *Revista Española de Educación Comparada*, (42), 359–377. <https://doi.org/10.5944/reec.42.2023.35600>
- Guarate Y., Gutiérrez G., Naranjo E., Tenecota G. (2020) Síndrome de Burnout en el personal docente de la Facultad Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Ambato. *Enfermería Investiga*, 5(3), 19-26.
- Guerrero Barona, E., Gómez del Amo, R., Moreno-Manso, J. M. y Guerrero-Molina, M. (2018). Factores de riesgo psicosocial, estrés percibido y salud mental en el profesorado. *Clínica Contemporánea*, 9, e2. <https://doi.org/10.5093/cc2018a2>
- Guida Acevedo, G. N., Franco Delgado, R. M., & Aguilar Berrezueta, R. J. (2023). Determinación de la frecuencia del síndrome de Burnout en el cuerpo docente de las facultades de ciencias médicas y ciencias jurídicas mediante la aplicación de la escala Maslach Burnout Inventory en la Universidad Regional Autónoma de los Andes, Sede Santo Domingo, durante el período de octubre de 2022 a Marzo de 2023. *Dilemas contemporáneos: educación, política y valores*. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v11iespecial.3892>
- Hernández Sampieri, R. & Mendoza, C (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. *Revista Universitaria Digital de Ciencias Sociales (RUDICS)*, 10(18), 92–95. <https://doi.org/10.22201/fesc.20072236e.2019.10.18.6>
- Jiménez Espinoza, J. A., & Silva Caicedo, R. F. (2024). Análisis sobre estrés laboral y salud mental en docentes del Instituto Tecnológico Mariano Samaniego. *Conrado*, 20(99), 39-51. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442024000400039&lng=es&tlng=es
- Lobo, A., Pérez-Echeverría, M., Artal, J. (1986). Validez de la versión escalada del Cuestionario General de Salud (GHQ-28) en población española. *Medicina psicológica*, 16 (1), 135-140. doi: 10.1017 / S0033291700002579
- Manterola, C., Quiroz, G., Salazar, P., & García, N. (2019). Metodología de los tipos y diseños de estudio más frecuentemente utilizados en investigación clínica. *Revista médica Clínica Las Condes*, 30(1), 36–49. <https://doi.org/10.1016/j.rmcl.2018.11.005>
- Marenco-Escuderos, A., Ávila-Toscano, J. (2016). Burnout y problemas de salud mental en docentes: diferencias según características demográficas y sociolaborales. *Psychologia: Avances de la Disciplina*, 10(1), 91-100.
- Martínez-Cuevas, G. (2023). Pedagogía y salud mental: un encuentro necesario. *Revista Digital Universitaria (rdu)*, 24(6). <http://doi.org/10.22201/cuaieed.16076079e.2023.24.6.8>
- Martínez, Luis A. Corona, & Hernández, Mercedes Fonseca. (2023). Uso y abuso de los criterios de inclusión y exclusión en el proyecto de investigación. *MediSur*, 21(5), 1144-1146. Epub 30 de octubre de 2023. Recuperado en 22 de febrero de 2025, de

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2023000501144&lng=es&tlng=es.

- Martínez Minda, H., Rodríguez Álava, L. A., & Cobeña Ostaiza, K. G. (2019). ESTRÉS LABORAL EN LOS DOCENTES DEL CIRCUITO 03 DISTRITO 13D11 DE LA ZONA 04 DE EDUCACIÓN Y ESTRESORES PSICOSOCIALES PREVALENTES. *Revista Cognosis*. ISSN 2588-0578, 4(1), 83. <https://doi.org/10.33936/cognosis.v4i1.1822>
- Mero Macías, V. G., Maldonado Jaramillo, J. del R., Galeas Guevara, J. J., & Ríos Silva, M. A. (2023). Importancia de reducir el estrés laboral en los docentes. *Revista Científica Multidisciplinaria Ogma*, 2(1), 21-30. <https://doi.org/10.69516/dwf3cn42>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2022). Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Organización Panamericana de la Salud [OPS]. (2021). Salud Mental. <https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>
- Palacios Sangolquí, G. C., Cedeño Espinoza, A. M., Vargas Vélez, V. K., Chango Pallo, W. R., Coello Erazo, D. F., & Abad Miele, M. Y. (2025). Relación entre la satisfacción laboral y el desempeño de los docentes del Instituto Superior Tecnológico Tsáchila. *Revista Científica Multidisciplinaria Ogma*, 4(1), 80–93. <https://doi.org/10.69516/q3q5bx53>
- Páramo, D., Flores-Hernández, C., & Díaz-De-León, L. V. (2016). Evaluation of Work Satisfaction in Primary School Teachers. *Ciencia & trabajo*, 18(57), 173-176. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492016000300173>
- Ramírez Asís, E. H., & Jamanca Anaya, R. P. (2020). Estrés y percepción de la capacidad de trabajar en docentes de una universidad pública. *DELECTUS - Revista científica*, INICC-PERÚ, 3(2), 79-89. <https://doi.org/10.36996/delectus.v3i2.53>
- Raymundo Castro, Y., & Paredes Gutarra, M. E. (2024). Estrés laboral y salud mental en docentes de educación secundaria en el contexto de la pandemia covid-19. *Llimpi*, 4(2), 44–54. <https://doi.org/10.54943/lree.v4i2.486>
- Ruiz Delgado, M. (2023). La salud mental del profesorado. *Padres Y Maestros / Journal of Parents and Teachers*, (393), 24–30. <https://doi.org/10.14422/pym.i393.y2023.004>
- Salessi, S. (2023). Capital psicológico, trabajo significativo y satisfacción laboral en docentes de Argentina. *Revista IRICE*, 45, 75–90. <https://doi.org/10.35305/revistairice.vi45.1746>
- Segovia-Quesada, S., Fuster-Guillen, D., & Ocaña-Fernández, Y. (2020). Resiliencia del docente en situaciones de enseñanza y aprendizaje en escuelas rurales de Perú. *Revista Electrónica Educare*, 24(2), 1–26. <https://doi.org/10.15359/ree.24-2.20>
- Serrano Polo, O. R., Carriel Román, A. del P., & Sánchez Barreto, X. D. R. (2021). Cuestionario de burnout de Maslach (MBI-Ed) dirigido a los docentes de la Facultad de Ciencias Sociales de la

Universidad Técnica de Machala. *Sociedad & Tecnología*, 4(1), 2–12.
<https://doi.org/10.51247/st.v4i1.70>

Titistar-Cruz, E., Matabanchoy-Salzar, J. y Ruíz-Bravo, O. (2022). Dos enfoques de salud mental en docentes de Latinoamérica: una revisión sistemática. *Cultura, Educación y Sociedad*, 13(2), 183-202. <http://dx.doi.org/10.17981/cultedusoc.13.2.2022.10>

Torres Hernández, E. F., & Lozano-Suárez, J. G. (2023). Burnout en docentes. Meta-análisis a partir del Maslach Burnout Inventory. *Profesorado (Granada)*, 27(3), 107–129.
<https://doi.org/10.30827/profesorado.v27i3.28052>

Zumba Vera, I. Y., Amaiquema Márquez, F. A., Vera Zapata, J. A., & Caicedo Chambers, K. M. (2022). Riesgos psicosociales y estado emocional de docentes de psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo. *Conrado*, 18(88), 392–401.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442022000500392&lng=es&tlng=es