



Sinergias educativas
ISSN: 2661-6661
compasacademico@icloud.com
Grupo Compás
Ecuador

Estrés laboral en docentes de una Institución Educativa en la ciudad de Lima

Work stress in teachers of an Educational Institution in the city of Lima

Sinergias educativas, vol E, 2021

Ader Adonis Ramirez-Pozo

Maestro en Comportamiento Organizacional y Recursos Humanos, Estudiante del Doctorado en Gestión Pública y Gobernabilidad, Universidad César Vallejo, aramirezpo@ucvvirtual.edu.pe, <https://orcid.org/0000-0002-6617-2046>, <https://scholar.google.es/citations?hl=es&user=ILZH79QAAAAJ>

Eva Maribel Romero-Guardia

Maestra en Educación, Estudiante del Doctorado en Gestión Pública y Gobernabilidad, Universidad César Vallejo, romerogu16@ucvvirtual.edu.pe, <https://orcid.org/0000-0002-4976-8323>, <https://scholar.google.es/citations?user=swm1KF0AAAAJ&hl=es>

Jessica Jhoana Casas-Gutierrez

Maestra en Educación, Estudiante del Doctorado en Gestión Pública y Gobernabilidad, Universidad César Vallejo, jcasasg@ucvvirtual.edu.pe, <https://orcid.org/0000-0003-1207-0260>, <https://scholar.google.com/citations?authuser=1&user=rH9eTykAAAAJ>

Resumen

Introducción. El estrés laboral actualmente es uno de los principales problemas a nivel mundial debido a que no solo genera problemas en la salud de los colaboradores sino que ocasiona pérdidas económicas en la organización. **Objetivo.** Determinar el nivel de estrés laboral en los docentes de una institución educativa de Lima **Materiales y métodos.** Se realizó un estudio descriptivo de corte transversal donde participaron 86 docentes y el instrumento empleado fue el cuestionario de estrés laboral de la OIT-OMS. **Resultados.** El nivel de estrés más frecuente en este grupo laboral fue el nivel intermedio de estrés con 84.88% y estrés con un 15.12%. **Conclusión.** Es necesario profundizar el estudio de este importante problema junto a otras variables laborales.

Palabras clave

Estrés laboral, docentes, educación

Abstract

Introduction. Work stress is currently one of the main problems worldwide because it not only generates problems in the health of employees but also causes economic losses in the organization. **Objective.** Determine the level of work stress in teachers of an educational institution in Lima **Materials and methods.** A descriptive cross-sectional study was carried out in which 86 teachers participated and the instrument used was the ILO-WHO work stress questionnaire. **Results.** The most frequent stress level in this work group was the intermediate level of stress with 84.88% and stress with 15.12%. **Conclusion.** It is necessary to deepen the study of this important problem together with other labor variables.

keywords

Work stress, teachers, education

1. Introducción

La organización Mundial de la Salud (OMS) considera muy importante que la persona posea un trabajo saludable donde la presión que recae sobre el correspondan a sus capacidades y recursos, grado de control que ejerce sobre sus actividades y el apoyo que reciban de personas que sean importantes para él, esto debido a que el trabajo es el lugar donde pasa la mayor parte de su vida y donde le exige una gran demanda de tiempo en el trabajador en la cual surgen diferentes sucesos para el individuo que realiza dicha actividad ocasionando un desgaste en su salud que origina riesgos de carácter físico y otros de carácter intangible donde desencadena efectos negativos sobre el bienestar de los trabajadores, siendo una de esas afectaciones es el estrés laboral.

La organización Internacional del Trabajo (OIT, 2016) define el estrés laboral como la respuesta tanto física y emocional a un daño ocasionado por el desequilibrio que surge entre las exigencias, los recursos y capacidades percibidas en la persona para hacer frente a esas exigencias adicionalmente señala que el estrés laboral está determinado en función a las relaciones laborales, al diseño y la organización del trabajo.

Para que se desarrolle el estrés laboral, esta debe contar con factores o agentes que puedan causar esa disfunción catalogada como estresores, del mismo modo cualquier factor que ocasione estrés puede considerarse como un estresor, para lo cual se tiene

que basar en categorías generales de estas fuentes del estrés además de estudiar las cuestiones particulares que pueda tener una determinada ocupación (De la Torres ,2019).

Existen diferentes autores que agrupan los principales estresores como Carayon, Smith y Haims (1999) que establecen diversos factores estresores relacionados con la organización como el ambiente organizacional con condiciones inadecuadas, supervisión abusiva, escaso entrenamiento y falta de orientación, generación de presión por la productividad, ciclos de trabajo ininterrumpidos y falta de control sobre las labores que se le impone al trabajador por la obligación de enfrentar una alta demanda en el cual si individuo tiene bajas defensas en relación con las situaciones ligadas a los factores estresores que generaría el estrés laboral, es decir cuánto más sea la demanda y menor el control del trabajador la probabilidad que se desencadene el estrés laboral será mayor.

El estrés es un problema de salud pública a nivel mundial debido a que es el único riesgo ocupacional capaz de afectar a toda la población siendo catalogado como una epidemia (Reyes et al., 2012; Alcántara G., 2008) especialmente en esta era dominada por el constante cambio relacionado con el proceso de globalización y el avance de la tecnología que han transformado el mundo laboral, originando que las demandas aumenten y que los recursos de afrontamiento se agoten ocasionado la aparición de dicha enfermedad.

El estrés laboral produce en el trabajador una serie de reacciones como respuestas fisiológicas: el aumento de la presión arterial o ritmo cardiaco, hiperventilación; respuestas emocionales: irritación o nerviosismo; respuestas cognitivas: falta de memoria, reducción o limitación de la atención y percepción; y respuestas conductuales: impulsividad y agresividad, asimismo en la organización genera aumento de tardanzas, aumento del ausentismo, aumento de la rotación, reducción del desempeño y productividad, reducción en las tasas de crecimiento y ganancias, reducción en la calidad del trabajo, aumento de las practicas inseguras ocupacionales y tasas de accidente, aumento de insatisfacción de los clientes, aumento de los costos por enfermedades ocupacionales (Houtman et. al, 2008) (Aguirre et al., 2019).

El estrés Laboral es una enfermedad peligrosa para las economías de los países tanto industrializada como en vías de desarrollo debido a que perjudican la producción, reflejada en costos generados por pagos médicos por atención y prestaciones por discapacidad laboral en los trabajadores Hassard J. et al., 2014) por ese motivo este tema cobra cada vez mayor importancia en la percepción social del trabajo y las consecuencias que derivan para el trabajador y la organización.

El estrés laboral representa entre 0.5% y 3.5% en pérdidas del producto interno bruto (PBI) de los países (OMS,2009) y en la organizaciones el coste total del estrés laboral es considerable y varía entre 161 a 191 millones de euros, así como las perdidas relacionadas con la productividad constituye entre 70% y 90% en la mayor parte del coste de dicha enfermedad para la organización y los costes derivados en atención sanitaria constituye entre el 10% y 30% restante (Hassard, J. et. al, 2018).

En el informe conjunto sobre riesgos psicosociales en el trabajo realizado por la agencia europea para la seguridad y salud en el trabajo (EU-OSHA) se indica que el 25% de trabajadores experimentaron estrés relacionado con su trabajo todo o casi todo el tiempo de trabajo, asimismo el 80% de los directivos manifestaron preocupación

por el estrés ligado al trabajo, de igual manera en el año 2011 en el tercer estudio Nacional en Canadá sobre equilibrio entre el trabajo y la vida familiar el 57% de las personas entrevistadas reportaron elevados índices de estrés, la cual reportó un aumento respecto a estudios antes realizados del 54% y 44% en los años 2001 y 1991 respectivamente

En Centroamérica un estudio reportó que el 12% al 15% de trabajadores expresaron haber tenido estrés (OIT, 2016a), asimismo en México se registran entre 19,000 infartos al año aproximadamente por motivos de estrés laboral, y en el estudio en seis países de Latinoamérica los trabajadores reporto un porcentaje de estrés entre 26% a 63% siendo Perú el segundo país donde los trabajadores tenían un nivel de estrés del 29% (Mejia et. al, 2019).

El estrés Laboral es más frecuente en las profesiones interpersonales como ocurre en la labor de los docentes que implica una interacción constante y una necesidad de responder a dichas necesidades del individuo la cual puede incidir negativamente en su desempeño, generar absentismo por baja laboral, escaso compromiso hacia su trabajo, baja calidad en la enseñanza, abandono de la profesión (Maslach y Leiter, 2005) siendo esto es más frecuente en el sector publico debido a que debe hacerse cargo de un excesivo número de estudiante, establecimientos y materiales inadecuados, falta de interés por aprender del alumno, indisciplina, falta de apoyo por parte de las autoridades y padres de familia.

Por todo lo descrito el objetivo del estudio fue determinar el nivel de estrés laboral en los docentes de una entidad educativa en la ciudad de lima.

2. Materiales y métodos

El diseño utilizado fue de tipo descriptivo de corte transversal donde participaron 86 docentes de una Institución educativa de Lima donde se utilizó el criterio de inclusión: docentes que en forma voluntaria aceptaron participar en la encuesta y como criterio de exclusión: docentes que no estuvieron al momento de realizar la aplicación del cuestionario por encontrarse con descanso médico, licencia por gravedad, otro tipo de licencia o que manifestó su negativa de participar en el mismo.

Se utilizó el cuestionario de estrés Laboral OIT – OMS, un instrumento e validado en el país y el cual consta de 7 dimensiones) con siete opciones de respuesta tipo Likert que varía de 1 a 7.

3. Resultados

El mayor grupo etáreo en la muestra estudiada comprendió al rango de 45 a 55 años con un 56.88% seguido del rango de 25 a 40 años con un 34.88% y de 56 a más años con un 8.14%. En cuanto al género el 65.12% fueron mujeres y 34.88% fueron hombres. El 11.63% fueron docentes de inicial, 48.84% docentes de primaria y el 39.53% docentes de secundaria.

Tabla 1. Características sociodemográficas

Característica	n (%)
Grupo Etáreo	
25-40	30 (34.88)

41-55	49 (56.98)
56 a más	7 (8.14)
Sexo	
Femenino	56 (65.12)
Masculino	30 (34.88)
Tipo Docente	
Inicial	10 (11.63)
Primaria	42 (48.84)
Secundaria	34 (39.53)

Respecto a la variable estudiada se encontró que del total de 86 docentes, el 84.88% (73 docentes) mostraron nivel intermedio de estrés y el 15.12% (13 docentes) mostraron estrés.

Tabla 2. Nivel de Estrés de los docentes

Nivel de Estrés	n (%)
Bajo nivel de Estrés	0 (0.00)
Nivel Intermedio de Estrés	73 (84.88)
Estrés	13 (15.12)
Alto Estrés	0 (0.00)
Total general	86 (100.00)

En los docentes comprendidos en el rango de 25 a 40 años, el 33.72% mostró un nivel intermedio de estrés y el 1.16% estrés. En el rango de 41 a 55 años se encontró que el 44.19% tenía nivel intermedio de estrés y el 12.79% estrés, asimismo en el rango de 56 años a más se encontró que el 6.98% tiene nivel intermedio de estrés y el 1.16% estrés.

Tabla 3. Nivel de Estrés por grupo etáreo

Características	n %
25 a 40 años	30 (34.88)
Bajo nivel de Estrés	0 (0.00)
Nivel Intermedio de Estrés	29 (33.72)
Estrés	1 (1.16)
Alto Estrés	0 (0.00)
41 a 55 años	49 (56.98)
Bajo nivel de Estrés	0 (0.00)
Nivel Intermedio de Estrés	38 (44.19)
Estrés	11 (12.79)
Alto Estrés	0 (0.00)
56 años a más	7 (8.14)

Bajo nivel de Estrés	0 (0.00)
Nivel Intermedio de Estrés	6 (6.98)
Estrés	1 (1.16)
Alto Estrés	0 (0.00)
Total general	86 (100.00)

Asimismo los resultados mostraron que el 55.81% de las docentes mujeres tenía nivel intermedio de estrés y el 9.3% reportó estrés, asimismo del total de docentes varones el 29.07% tiene nivel intermedio de estrés y el 5.81% estrés.

Tabla 4. Nivel de Estrés por género

Características	n %
Femenino	56 (65.12)
Bajo nivel de Estrés	0 (0.00)
Nivel Intermedio de Estrés	48 (55.81)
Estrés	8 (9.30)
Alto Estrés	0 (0.00)
Masculino	30 (34.88)
Bajo nivel de Estrés	0 (0.00)
Nivel Intermedio de Estrés	25 (29.07)
Estrés	5 (5.81)
Alto Estrés	0 (0.00)
Total general	86 (100.00)

En los docentes del nivel inicial se encontró que el 9.3% tiene nivel intermedio de estrés y el 2.33% estrés. Los docentes de nivel primaria representa el 48.84% donde el 43.02% tiene un nivel intermedio de estrés y el 5.81% estrés, asimismo en los docentes del nivel secundario el 32.56% mostró nivel intermedio de estrés y el 6.98% estrés.

Tabla 5. Nivel de Estrés por Tipo de docente

Características	n %
Docente Inicial	10 (11.63)
Bajo nivel de Estrés	0 (0.00)
Nivel Intermedio de Estrés	8 (9.30)
Estrés	2 (2.33)
Alto Estrés	0 (0.00)
Docente Primaria	42 (48.84)
Bajo nivel de Estrés	0 (0.00)
Nivel Intermedio de Estrés	37 (43.02)

Estrés	5 (5.81)
Alto Estrés	0 (0.00)
Docente Secundaria	34 39.53
Bajo nivel de Estrés	0 (0.00)
Nivel Intermedio de Estrés	28 (32.56)
Estrés	6 (6.98)
Alto Estrés	0 (0.00)
Total general	86 (100.00)

4. Discusión

El estrés laboral es actualmente uno de los riesgos más importante en mundo laboral y uno de los principales desafíos para la seguridad y salud porque se presenta en todos los trabajadores en las diferentes profesiones, siendo uno de ellos los docentes. El estrés docente es una respuesta emocional, fisiológica y conductual que influye en la salud, en el rendimiento y en su resultado pedagógico es por ello que se realizó el estudio para determinar el nivel de estrés tomando en cuenta los datos sociodemográficos como la edad, sexo y tipo de docente (inicial, primaria o secundaria).

Los estudios mencionan que la profesión docente presenta una elevada sensibilidad al estrés laboral debido a las funciones que son inherentes a su cargo (Díaz et al., 2018; Guevara et al., 2014) (Barros & Turpo , 2017). En la muestra de docentes de la institución educativa estudiada se encontró un nivel intermedio de estrés (84.88%) y estrés (15.12%), esto coincide con el estudio de Robinet y Pérez (2020) donde señalaron que el nivel de estrés en Europa y Latinoamérica fueron medio y alto pero difieren de otros estudios como el realizado por Matabanchoy et al. (2017) en el cual el 62% tiene un nivel alto y muy alto de estrés, encontrando además que los principales estresores para dichos resultados son el entorno de trabajo, las condiciones de trabajo, un clima páramo, malos canales de comunicación y el distanciamiento del trabajo y el hogar asimismo difiere de otro estudio donde el nivel de estrés fue bajo 96.9% en los docentes y está relacionado con la afectividad (Molina y García, 2018).

En el estudio no se encontró mayor diferencia entre los niveles de estrés en los docentes considerando el género a diferencia de otras investigaciones que encuentran que las mujeres son más propensas a tener mayor nivel de estrés por diferentes factores como mayor trabajo, menos apoyo para completar sus responsabilidades y limitaciones en el avance profesional (Russell y Weigold, 2020; Vidal et al., 2018; Borja et al., 2017).

En cuanto a la variable edad en la presente investigación se encontró que los niveles de estrés fueron más frecuentes en el grupo de 41 a 55 años que coincide con un estudio de Llorent y Ruiz (2016) en el cual el estrés es más frecuente conforme se incrementa la edad y podría derivarse de la acumulación de cansancio personal y profesional , y difiere con otros estudios que señalan que el estrés aparece con mayor frecuencia en los docentes más jóvenes debido a que se insertan por primera vez al campo laboral, idealizan la profesión y/o no cubren sus expectativas con la realidad encontrada en el aula (De vera, 2019; Malander , 2016) incluso ambas conclusiones discrepan de un estudio como el realizado por García y Muñoz (2013) en el cual se afirma que el estrés puede ser propio de la actividad que realiza el docente y puede estar presente tanto en docentes jóvenes o con mayor edad.

Considerando el tipo de docente se encontró en nuestro estudio que los tres tipos (primaria secundaria e inicial) obtuvieron nivel intermedio de estrés y estrés diferente a lo encontrado en docentes de nivel secundario que presentaban un mayor nivel de estrés que los docentes de nivel primario (Matud et al., 2000; Guevara et al., 2014) lo cual puede ser debido a los conflictos relacionados con la etapa de la adolescencia que deben afrontar los docentes de nivel secundario, por otra parte en otro estudio señala que los docentes de nivel primario tienen mayor nivel de estrés porque el trabajo con niños en esta etapa de formación requiere mayor supervisión y cuidado de la tarea por su alta responsabilidad (Cardozo, 2017) asimismo en otro estudio el nivel de estrés fue menor en el docente de nivel inicial lo cual podría deberse a que los docentes gozan de una mejor calidad de vida laboral y salud ocupacional (Arteaga et al., 2018).

5. Conclusiones

El estrés laboral en los docentes puede incidir negativamente con el deterioro de su salud, relaciones interpersonales tanto en su ámbito personal como laboral, en nuestra investigación los niveles de estrés obtenidos fueron nivel intermedio y estrés. En cuanto a los datos sociodemográficos analizados en la muestra de docentes del presente estudio solo el grupo étnico mostró diferencia en la frecuencia de presentación de los niveles de estrés.

Los resultados muestran que los niveles de estrés en los docentes de la institución educativa en Lima fueron de nivel intermedio y estrés lo cual puede ser consecuencia de los cambios ocurridos por la pandemia Covid-19 así como por las medidas dictadas por el gobierno, consecuencias de la enfermedad y cambios de las condiciones de trabajo.

Por la importancia del estudio en este grupo laboral es necesario ampliarse con otras variables tales como horas lectivas, estado civil, prestación más servicios en más de una institución, compensación económica, estabilidad laboral, tamaño y composición del hogar entre otros.

Referencias

- Aguirre, L. A., López, J. E., & Villamizar, D. F. (2019). Revisiones y reflexiones en la educación física: un camino de lo conceptual a lo investigativo en la escuela.
- Alcántara, G. (2008). La definición de salud de la Organización Mundial de la salud y la interdisciplinariedad Sapiens. *Rev. Universitaria de Investigación*, 9(1), 93-107. <https://www.redalyc.org/pdf/410/41011135004.pdf>
- Arteaga, P., Hermosilla-Ávila, A., Mena, C., y Contreras, S. (2018). Una mirada a la calidad de vida y salud de las educadoras de párvulos. *Ciencia & Trabajo*, 20(61), 42-47. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/cyt/v20n61/0718-2449-cyt-20-61-00042.pdf>
- Barros Bastidas, C., & Turpo Gebera, O. (2017). La formación en el desarrollo del docente investigador: Una revisión sistemática. *Espacios*, 38(45). <http://www.revistaespacios.com/a17v38n45/17384511.html>

- Borja-Sánchez, K., López, P., Lalama-Aguirre, J. (2017). Evaluación del estrés laboral y su influencia en el género de los trabajadores de planta central del Ministerio de Justicia, Derechos Humanos y Cultos. *Dom. Cien*, 3(4) ,509-518. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6234735>
- Carayon, P., Smith, M. y Haims, M. (1999). Work organization, job stress, and work-related musculoskeletal disorders. *Human Factors*, 41, 644-663.
- Cardozo, A. (2017). La presencia de estrés en el profesorado según sexo y contexto laboral. *Revista de Investigación Psicológica*, (18), 43-57. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-30322017000200005&lng=es&tlng=es.
- De Vera, I. y Gabari, I. (2019). Niveles de Burnout en docentes de secundaria: un estudio descriptivo analítico. *Revista INFAD de Psicología*, 2(1), 455-464. <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/1485/1256>
- García, C. y Muñoz, A. (2013). Salud y trabajo de docentes de instituciones educativas distritales de la localidad uno de Bogotá. *Avances de Enfermería*, 31 (2), 30-42. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0121-45002013000200004
- Guevara, A., Sánchez, C. y Parra, L. (2014). Estrés Laboral y Salud Mental en Docentes de Primaria y Secundaria. *Revista Colombiana de Salud Ocupacional*, 4(4) ,30-32. https://revistas.unilibre.edu.co/index.php/rc_salud_ocupa/article/view/4963/4248
- Hassard J., Teoh K., Cox T., Dewe P., Cosmar M., Gründler, R., et al. (2014). Calculating the costs of work-related stress and psychosocial risks. *Luxembourg: European Agency for Safety and Health at Work*. https://osha.europa.eu/en/publications/literature_reviews/calculating-the-cost-of-work-related-stress-and-psychosocial-risks/view
- Houtman, I., Jettinghoff, K. y Cedillo, L. (2008). Sensibilizando sobre el Estrés Laboral en los Países en Desarrollo. Un riesgo moderno en un ambiente tradicional de trabajo: Consejos para empleadores y representantes de los trabajadores. *Institute of Work, Health & Organizations*. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43770/9789243591650_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Llorent, V. y Ruiz-Calzado, I.(2016). El Burnout y las variables sociodemográficas en los profesionales de la educación que trabajan con personas con discapacidad en Córdoba (España). *Ciência & Saúde Coletiva*, 21(10) ,3287-3295. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=63047756031>
- Malander, N. (2016). Síndrome de Burnout y Satisfacción Laboral en Docentes de Nivel Secundario. *Ciencia & trabajo*, 18(57), 177-182. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492016000300177>
- Maslach, C. y Leiter, M. (2005). Stress and burnout: *the critical research*. *Handbook of Stress Medicine and Health*, 2,155-72.
- Matabanchoy, S., Lasso, E., y Pantoja, M. (2017). Estrés en funcionarios de Instituciones Educativas Públicas. *Psicoespacios*, 11 (19), 37-60. <https://reviberopsicologia.iberro.edu.co/article/view/rip.13302/1661>

- Matud, M., García, M. y Matud, M. (2002). Estrés laboral y salud en el profesorado: un análisis diferencial en función del género y del tipo de enseñanza. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 2(3), 451-465. <https://www.redalyc.org/pdf/337/33720305.pdf>
- Mejia, C., Chacon, J., Enamorado, O., Garnica L., y Chacón S. y García Y. (2019). Factores asociados al estrés laboral en trabajadores de seis países de Latinoamérica. *Rev Asoc Esp Med Trab*, 28,204-211. <https://scielo.isciii.es/pdf/medtra/v28n3/1132-6255-medtra-28-03-204.pdf>
- Molina, K. y García, C. (2018). Relación entre el estrés laboral y el área afectiva en los docentes de la Universidad Técnica de Manabí. *Espirales Revista Multidisciplinaria de investigación*, 2(18), 1-10. <http://www.revistaespirales.com/index.php/es/article/view/233/182>
- Reyes, L., Ibarra, D., Torres, M. y Razo, R. (2012). El estrés como un factor de riesgo en la salud: análisis diferencial entre docentes de universidades públicas y privadas. *Revista Digital Universitaria*, 13 (7), 1-14. <http://www.revista.unam.mx/vol.13/num7/art78/art78.pdf>
- Russell, E. y Weigold, I. (2020). Work Stress and Comfort in University Faculty: Do Gender and Academic Field Matter? *Journal of employment counseling*, 57(3), 130-142. <https://doi.org/10.1002/joec.12150>
- Vidal-Conti. J., Muntaner-Mas, A. y Palou. P. (2018). Diferencias de estrés y afrontamiento del mismo según el género y cómo afecta al rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Contextos Educativos*, 22,181-195. <http://doi.org/10.18172/con.3369>