

Nivel de Estrés, Ansiedad y Depresión en Docentes de una Institución Educativa Privada
y una Pública del Municipio de Madrid Cundinamarca

Diana Marcela Ángel Camargo

Yenny Patricia Mahecha Avila

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Cundinamarca

Sede Madrid (Cundinamarca)

Programa Administración en Seguridad y Salud en el Trabajo

noviembre de 2023

Nivel de Estrés, Ansiedad y Depresión en Docentes de una Institución Educativa Privada
y una Pública del Municipio de Madrid Cundinamarca.

Diana Marcela Angel Camargo ID 774581

Yenny Patricia Mahecha Avila ID 781254

Trabajo de Grado presentado como requisito para optar al título de Administrador en
Salud Ocupacional

Asesor(a)

Gilma Roció Peña Meneses

Magister en educación

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Cundinamarca

Sede Madrid (Cundinamarca)

Programa Administración en Seguridad y Salud en el Trabajo

noviembre de 2023

Dedicatoria

El presente trabajo va dedicado a mi esposo Freddy Fonseca y a mi hijo Juan David Fonseca, quienes son mi inspiración y motivación para lograr lo que me propongo. También va dedicado a todos mis seres queridos por su apoyo incondicional, por colaborar para que cada día sea un mejor ser humano y una excelente profesional.

Yenny Patricia Mahecha Avila

Este trabajo es dedicado a mi madre Marcela Camargo, que siempre me acompaña desde el cielo, a ella que me formó y me brindó las herramientas para ser la mujer que soy hoy. A mi esposo Christian Correa, por su paciencia, apoyo incondicional por brindarme la confianza e inspiración en este proceso de formación para alcanzar la meta. A mi hermana Paula Santana que es mi motivación para seguir adelante y a mis seres queridos por creer en mí y ser mi soporte de vida.

Diana Marcela Ángel Camargo

Agradecimientos

Primero damos gracias a Dios por darnos sabiduría y entendimiento para alcanzar nuestras metas, a nuestras familias por acompañarnos, por su amor y por servirnos de motivación durante toda la carrera y durante el proceso de desarrollo del trabajo de grado.

También queremos agradecer de manera especial a nuestra asesora de trabajo de grado la Magister en educación Gilma Roció Peña Meneses por su acompañamiento, por guiarnos, por la dedicación y por el tiempo brindado para la realización del trabajo de grado.

Por último, agradecemos a todos nuestro compañeros y docentes del programa de Administración en Seguridad y Salud en el trabajo por el conocimiento compartido y las experiencias vividas durante el transcurso de la carrera.

Tabla de contenido

Listado de Tablas	6
Listado de Figuras	6
Resumen.....	9
Abstract	10
Introducción	11
Planteamiento del problema.....	12
Árbol de problema	12
Descripción del problema	13
Formulación o pregunta problema.....	14
Objetivos.....	15
Objetivo general	15
Objetivos específicos	15
Hipótesis	18
Marco de referencia.....	18
Marco legal.....	18
Marco investigativo	21
Marco teórico	23
Metodología	28
Tipo de Enfoque	28
Cuadro resumen de objetivos, actividades, herramientas y población (o muestra) utilizada en la recolección de la información	32
Descripción detallada del diseño metodológico desarrollado para el logro de los objetivos.....	33
Resultados	35
Encuesta Sociodemográfica	35
Test DASS-21	37
Conclusiones	45
Recomendaciones	47
Referencias.....	49
Anexos	53

Listado de Tablas

Tabla1 Normatividad asociada a riesgo psicosocial

Tabla2 Clasificación por nivel de estrés, ansiedad y depresión

Tabla3 Cuadro resumen de objetivos

Tabla4 Características sociodemográficas y ocupacionales

Tabla5 Nivel de estrés, ansiedad y depresión general en colegio público

Tabla6 Nivel de estrés, ansiedad y depresión general en colegio privado

Tabla7 Nivel de estrés, ansiedad y depresión en docentes mujeres colegio público

Tabla8 Nivel de estrés, ansiedad y depresión en docentes hombres colegio público

Tabla9 Nivel de estrés, ansiedad y depresión en docentes mujeres colegio privado

Tabla10 Nivel de estrés, ansiedad y depresión en docentes hombres colegio privado

Tabla11 Nivel de estrés, ansiedad y depresión en docentes de preescolar colegio público

Tabla12 Nivel de estrés, ansiedad y depresión en docentes de primaria colegio público

Tabla13 Nivel de estrés, ansiedad y depresión en docentes de bachillerato colegio público

Tabla14 Nivel de estrés, ansiedad y depresión en docentes de preescolar colegio privado

Tabla15 Nivel de estrés, ansiedad y depresión en docentes de primaria colegio privado

Tabla16 Nivel de estrés, ansiedad y depresión en docentes de bachillerato colegio privado

Listado de Figuras

	Pág.
Figura 1 Árbol de problema.....	12

Listado de Anexos

	Pág.
ANEXO A Test dass-21	53
ANEXO B Encuesta sociodemográfica.	54
ANEXO C Solicitud autorización aplicación instrumentos.	55

Resumen

Experimentar trastornos mentales como el estrés, la ansiedad y la depresión es algo habitual en el día a día del ser humano, sin embargo, la intensidad y reincidencia de la presencia de éstos supone afectaciones en la salud física y psicológica de quien los padece. Este proyecto de investigación tuvo como objetivo medir el nivel de estrés, ansiedad y depresión en docentes de un colegio público y un colegio privado del municipio de Madrid Cundinamarca. El estudio fue de carácter cuantitativo y de tipo descriptivo, con una muestra probabilística de 64 docentes de dos instituciones, una pública y una privada. Para la recolección de datos se aplicó una encuesta sociodemográfica y el instrumento Test DASS-21. Los resultados muestran que en ambas instituciones predomina el género femenino, los docentes del colegio privado son en promedio diez años más jóvenes que los docentes del colegio público, por otro lado, los docentes del colegio público cuentan con una mejor formación, al igual estos docentes tienen mejor tipo de contratación. Se identificó presencia de estrés, ansiedad y depresión en los docentes de las dos instituciones educativas, pero con diferentes niveles de intensidad, normal para los docentes del colegio público y leves para los docentes del colegio privado. Se observó también, una coexistencia entre estrés, ansiedad y depresión. Se concluye que, aunque la presencia de estos trastornos en los docentes de las instituciones educativas está en niveles mínimos es preciso definir medidas de promoción y prevención para que éstos se mantengan así.

Palabras Clave

Estrés; ansiedad; depresión; docentes

Abstract

Experiencing mental disorders such as stress, anxiety and depression is common in the daily life of human beings, however the intensity and recurrence of their presence affects the physical and psychological health of those who suffer from them. This research project aimed to measure the level of stress, anxiety and depression in teachers of a public school and a private school in the municipality of Madrid Cundinamarca. The study was quantitative and descriptive in nature, with a probabilistic sample of 64 teachers from two institutions, one public and one private. For data collection, a sociodemographic survey and the Test DASS-21 instrument were applied. The results show that in both institutions the female gender predominates, the private school teachers are on average ten years younger than the public school teachers, on the other hand, the public school teachers have better training, as do these teachers. They have a better type of hiring. The presence of stress, anxiety and depression was identified in the teachers of the two educational institutions, but with different levels of intensity, normal for the teachers of the public school and mild for the teachers of the private school. A coexistence between stress, anxiety and depression was also observed. It is concluded that, although the presence of these disorders in teachers of educational institutions is at minimum levels, it is necessary to define promotion and prevention measures so that they remain that way.

Keywords

Stress; anxiety; depression; teachers

Para hablar del contexto del riesgo psicosocial en Colombia es necesario saber que, según los datos entregados por la procuraduría en octubre 2023, más de 1.5 millones de colombianos han presentado trastornos y/o enfermedades mentales entre enero y mayo de 2023, siendo diagnosticado menos del 50%. Además, la entidad menciona que, si bien Colombia se encuentra por encima del promedio latinoamericano en la atención de estos pacientes, igual está cinco veces por debajo de la meta fijada por la OMS en el tratamiento de trastornos mentales (Procuraduría, 2023).

Por otro lado, en el campo laboral, los factores de riesgo psicosocial son características originadas en el desempeño de una actividad remunerada, generando en el trabajador respuestas de tipo fisiológico, emocional, cognitivo y conductual, que pueden ser un factor precursor en el deterioro de la salud física y mental del trabajador (OIT, 2013).

Adicionalmente, en un estudio realizado por la UNESCO en 2005, en el que se analizan las condiciones laborales propias de la actividad docente en varios países de Latinoamérica, se menciona que las condiciones laborales tienen una relación directa con los cambios en la salud de los trabajadores (UNESCO, 2005).

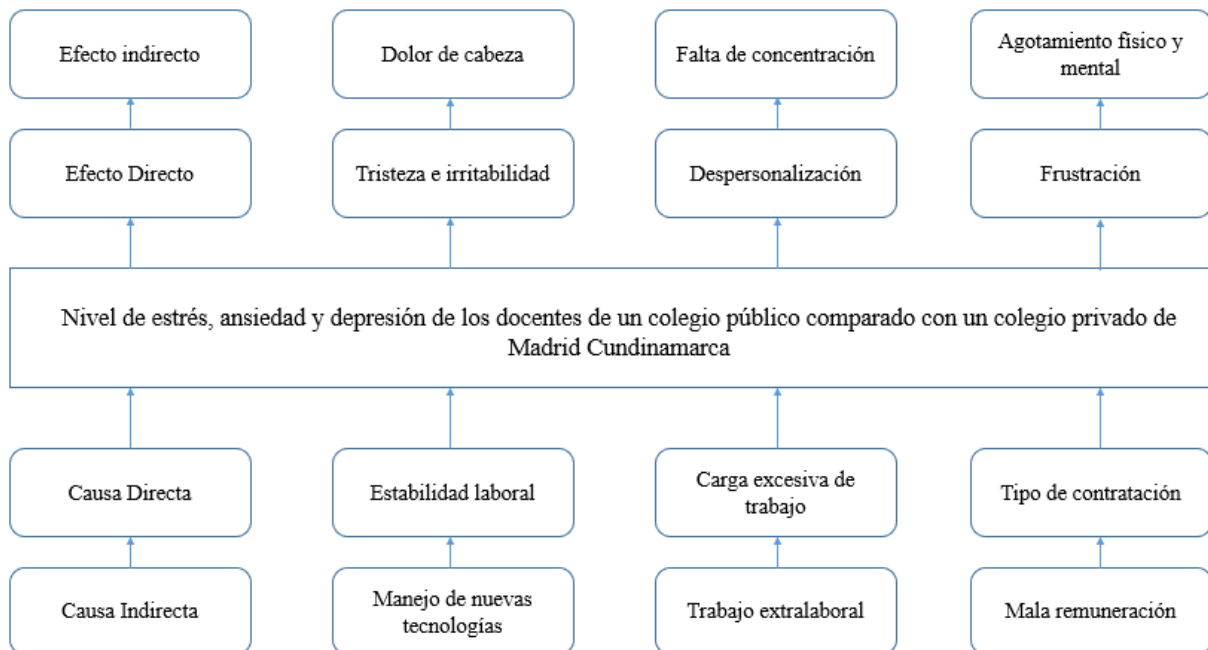
Con estos puntos de partida y teniendo en cuenta el artículo 5° de la ley 1616 de 2013, en la que se establecen las definiciones de promoción de la salud mental, prevención primaria del trastorno mental y problema psicosocial, esta investigación se enfocó en determinar el nivel de estrés, ansiedad y depresión (trastornos mentales más comunes) en los docentes, siendo su labor de alta complejidad y una de las más importantes para el desarrollo de la sociedad.

Planteamiento del Problema

Árbol de Problema

Figura 1

Árbol de problema.



Nota. Elaboración propia.

Descripción del Problema

Con el transcurrir de los años el trabajo se convierte en una actividad lucrativa donde aspectos importantes como la salud pasan a un segundo plano, por la necesidad de obtener mayor remuneración económica y poder tener una mejor calidad de vida.

Los cambios y la celeridad del mundo actual impactan negativamente el equilibrio de muchos trabajadores, entre ellos los docentes; trastornos como el estrés, la ansiedad y la depresión se están presentando hoy día con más frecuencia e intensidad en los contextos escolares. La labor educativa está saturada de actividades, responsabilidades y aspectos que gestionar, e implica también la formación de lazos con los estudiantes, padres de familia y compañeros de trabajo; lo que implica una carga tanto física como mental para estos profesionales.

El entorno o contexto donde estos profesionales desarrollan su labor (institución educativa pública o privada) es un aspecto fundamental que influye para que trastornos mentales como el estrés, la ansiedad y la depresión se manifiesten y se desarrollen, lo que puede ocasionar que, tanto el bienestar físico como psicológico del docente se impacten de forma negativa y por consiguiente afecte su ámbito social, personal y profesional.

Según La Organización Mundial de la Salud define un entorno saludable de trabajo como “Un entorno de trabajo saludable es aquel en el que los trabajadores y jefes colaboran en un proceso de mejora continua para promover y proteger la salud, seguridad y bienestar de los trabajadores y la sustentabilidad del ambiente de trabajo” (OMS, 2023).

Por su parte, el Manual Diagnóstico y Estadístico de los trastornos mentales (DSM-5, 2013) indica que la depresión es un trastorno que se presenta con frecuencia y que puede afectar a cualquier persona, siendo más afectadas aquellas que está expuestas a realizar diversas tareas de manera simultánea, así mismo, este manual describe la ansiedad como la anticipación a eventos futuros. El género femenino es quien tiene una mayor probabilidad de experimentar dichos trastornos. Del mismo modo, el manual describe la ansiedad como una reacción normal que tiene el ser humano ante diferentes situaciones que se presentan en su cotidianidad.

Finalmente, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura señaló que las condiciones de trabajo afectan directamente el bienestar de los trabajadores; por lo anterior, es importante garantizar contextos laborales saludables a los docentes que contribuyan a su productividad, a su salud y a su estabilidad emocional. El estrés, la ansiedad y la depresión son trastornos que afectan el desempeño laboral, social y familiar de los trabajadores (UNESCO, 2005).

Formulación o pregunta problema

¿Cuál es el nivel de estrés, ansiedad y depresión de los docentes de un colegio público comparado con un colegio privado de Madrid Cundinamarca?

Objetivos

Objetivo general

Realizar una comparación de los niveles de estrés, ansiedad y depresión laboral entre los docentes de un colegio público y un colegio privado del municipio de Madrid Cundinamarca.

Objetivos específicos

- Identificar la presencia e intensidad de estrés, ansiedad y depresión de los docentes de un colegio público y privado del municipio de Madrid.
- Describir la población de docentes de las dos instituciones educativas por medio de variables sociodemográficas y ocupacionales.
- Establecer cuál de las dos instituciones educativas presenta mayor intensidad de estos trastornos en sus docentes.

Justificación

Los riesgos psicosociales se generan cuando existe deficiencia en el diseño, la organización y la gestión del trabajo que pueden producir resultados psicológicos, físicos y sociales adversos como trastornos de estrés, ansiedad y depresión. Los trabajadores expuestos a periodos largos de estos factores de riesgo puedan desarrollar problemas de salud graves, al igual que, efectos negativos para la empresa.

Según el Ministerio de Trabajo, los nuevos diagnósticos de enfermedad mental durante los años 2009 a 2017 reportados fueron: trastornos de ansiedad 44%, trastorno depresivo recurrente 15% y estrés grave 12% (Ministerio de Trabajo, 2019). Lo anterior es razón de peso para la identificación, el control y la prevención del riesgo psicosocial en los ambientes laborales, con el fin de propiciar un equilibrio entre las condiciones de la actividad laboral y el factor humano, mediante la construcción de espacios de trabajo positivos en los que se propicie la autoestima, la motivación y en términos generales la satisfacción laboral. Conseguir un entorno laboral favorable es una forma de promover el desarrollo personal de los trabajadores y la productividad de la empresa.

Así mismo, un estudio realizado por la firma Mercer-Marsh (2022) en el que participaron trabajadores de todo el mundo, alrededor de unos 14 mil y en Colombia aproximadamente mil trabajadores, arrojó que Colombia es el país con mayor estrés laboral en Latinoamérica. Un 57% de los empleados encuestados en el país afirmó sentirse estresado en su jornada laboral. En Colombia como en otros países del mundo el estrés laboral es una de las principales causas de desmotivación y frustración a nivel laboral, los factores que influyen para que este riesgo aparezca son tanto intralaborales como extralaborales, que además de ocasionar problemas de

salud al trabajador, en este caso al docente que lo padece, afecta también la organización en la que se desempeña ocasionando baja productividad, alterando la calidad de la educación y subiendo los índices de ausentismo laboral por incapacidad.

Por otro lado, el estrés es considerado como un factor de riesgo para el desarrollo de depresión y ansiedad, afectando el desempeño del individuo en su contexto laboral, social y personal. La aparición de los síntomas asociados con riesgo psicosocial se presenta en los docentes al desarrollar diferentes actividades cotidianas en espacios laborales y no laborales. Con el siguiente trabajo se busca identificar y analizar las diferencias en los niveles de estrés, ansiedad y depresión en los docentes de un colegio público y de un colegio privado del municipio de Madrid Cundinamarca, así como también contribuir para comprender mejor la realidad laboral de los docentes.

Colombia en el año 2008 mediante la Resolución 2646 (2008), conceptualiza el riesgo psicosocial laboral, donde expresa que las empresas deben abordar este factor de riesgo mediante su promoción y prevención con el objetivo de disminuir las consecuencias negativas de los riesgos psicosociales en la salud de los trabajadores. Una identificación oportuna de estos riesgos en el ámbito laboral permite reducir la presencia de enfermedades laborales producto del estrés.

De ahí la importancia de la prevención, la cual debe iniciar en el lugar de trabajo identificando y evaluando las situaciones que causan el estrés para tomar decisiones oportunas e implementar medidas preventivas y de control adecuadas para minimizarlo.

Hipótesis

Hipótesis de trabajo

Existe diferencia entre niveles de estrés, ansiedad y depresión de los docentes de una institución pública en comparación con los docentes de la institución privada.

Hipótesis nula

No existe diferencia entre niveles de estrés, ansiedad y depresión de los docentes de una institución pública en comparación con los docentes de la institución privada.

Marco de referencia

Marco legal

Tabla 1

Normatividad asociada a Riesgo Psicosocial.

Norma	Institución Normalizadora	Descripción	Año	Aporte al proyecto
Ley 91	Congreso de Colombia	Por la cual se crea el fondo nacional de prestaciones sociales del magisterio.	1989	Atender las prestaciones sociales de los docentes nacionales y nacionalizados que se

				encuentren vinculados.
Resolución 1016 artículo 12	Ministerio de trabajo.	Diseñar y ejecutar programas para la prevención y control de enfermedades generales por los riesgos psicosociales.	1989	Brindar medidas de prevención y control para minimizar los efectos originados por este tipo de riesgo.
Ley 1010	Congreso de Colombia	Por medio de la cual se adoptan medidas para prevenir, corregir y sancionar el acoso laboral y otros hostigamientos en el marco de las relaciones de trabajo.	2006	Promueve la dignidad y la salud mental de los trabajadores, además de fomentar un buen clima laboral.
Resolución 2646	Ministerio de protección social	Por la cual se establecen disposiciones y se definen responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para la determinación del origen de las patologías causadas por el estrés ocupacional.	2008	Hace un análisis profundo sobre la exposición a los factores de riesgo psicosocial para determinar el origen de las patologías a las que están expuestos los trabajadores.

Resolución 652	Ministerio de trabajo.	Por la cual se establece la conformación y funcionamiento del comité de convivencia laboral en entidades públicas y empresas privadas y se dictan otras disposiciones.	2012	Identifica e interviene los riesgos psicosociales en el trabajo causados por estrés.
Ley 1616 articulo 9	Congreso de la república.	Promoción de la salud mental y prevención del trastorno mental en el ámbito laboral.	2013	Aporta una perspectiva previa a que la patología se desarrolla en el trabajador.
Decreto 1477	Ministerio de trabajo.	Agentes etiológicos/factores de riesgo ocupacional para tener en cuenta para la prevención de enfermedades laborales. Agentes psicosociales.	2014	Establece la tabla de enfermedades laborales incluyendo en riesgo psicosocial.
Decreto 1655 capitulo 3	Presidente de la república.	Seguridad y salud en el trabajo para los educadores afiliados al fondo nacional de prestaciones sociales del magisterio.	2015	Establece todo lo reglamentario en la SST de los docentes del Magisterio.
Resolución 2764	Ministerio de trabajo	Por la cual se adopta la batería de instrumentos para la evaluación de factores de riesgo psicosocial, la guía técnica general para la promoción, prevención e intervención de	2022	Se establece los instrumentos de evaluación del riesgo psicosocial

los factores psicosociales y sus efectos en la población trabajadora y sus protocolos específicos y se dictan otras disposiciones.

Nota. La tabla muestra decretos, resoluciones y leyes vigentes asociadas con el riesgo psicosocial.

Marco investigativo

Existen estudios de investigación asociados al riesgo psicosocial en docentes de colegios e instituciones educativas tanto de Colombia como de Latinoamérica, los cuales han sido elaborados a partir de la aplicación de diversas metodologías y han sido publicados en diversas fuentes académicas, científicas y gubernamentales que sugieren características importantes de dicha problemática.

Reyes et al. (2012), llevaron a cabo un análisis diferencial que tenía como fin identificar los niveles de estrés en docentes de universidades públicas y privadas de México, la muestra incluyó 40 docentes a quienes se les aplicó el cuestionario MBI-Educators Survey. Dicho estudio dio como resultado que más del 50% de los encuestados ven el rol de docente como generador de estrés, al igual que factores como los horarios, el tipo de vinculación con la institución y el clima laboral ayudan a que este trastorno se incremente.

Bedoya et al. (2017), realizaron un estudio analítico de corte transversal con el objetivo de evaluar el síndrome de burnout y factores asociados en docentes de Colombia, la muestra para esta investigación la conformaron 150 docentes de una institución pública de educación superior, para la recolección de información se utilizó una encuesta sociodemográfica y el instrumento Maslach Burnout Inventory (MBI). Dicho estudio arrojó como resultado una asociación entre la variable de realización personal y los síntomas de estrés con el género, esto debido a que los dos

presentaron índices más altos en el género femenino. Los resultados mostraron también que, los docentes que cuentan con solo pregrado y con menor antigüedad indican mayores niveles en la variable de agotamiento emocional, adicional, esta variable fluctúa significativamente dependiendo el área donde ejercer los docentes.

Un estudio realizado en el departamento del Huila, de tipo cuantitativo y descriptivo, que tenía como fin identificar el nivel de prevalencia del síndrome de Bornout en los docentes, para lo cual se aplicó el instrumento Maslach Burnout Inventory (MBI) y el Inventario de clima organizacional de Koys y Decottis a 20 profesionales de la docencia de un Instituto, dio como resultados en las dimensiones de despersonalización y cansancio emocional puntajes bajos, y para la dimensión de realización personal puntaje medio; además el estudio mostró que el afrontamiento activo dentro de las habilidades de afrontamiento es la más eficaz. (Guzmán, 2018).

Rossi y Gago (2020), realizaron una investigación de carácter cuantitativo con el objetivo de analizar el nivel de estrés en docentes de escuelas públicas y privadas de Buenos Aires Argentina, la muestra la constituyeron 100 docentes a quienes se les aplicó la Escala de Estrés Docente ED-6 y un cuestionario sociodemográfico, mostrando como resultado niveles de estrés altos, siendo más elevados los niveles en los docentes de escuelas privadas que en los docentes de las escuelas públicas.

Por otro lado, un estudio analítico donde la población la constituyeron 163 docentes de una institución pública de enseñanza que tenía como propósito analizar la presencia de estrés y signos indicativos de depresión en docentes, se realizó la aplicación de la Escala de estrés percibido EEP e inventario de depresión de Beck-IDB, mostraron como resultados niveles mínimos de estrés en hombres y en mujeres, al igual ambos géneros presentaron niveles bajos de

depresión y se pudo observar una correlación moderada entre las escalas positivas. (Rodrigues et al., 2020).

Yupari et al. (2022), llevaron a cabo un estudio no experimental, transversal de tipo descriptivo comparativo y correlacional con el objetivo de identificar diferencias importantes en los niveles de estrés laboral y las características del docente de primaria y secundaria en época de Covid, para lo cual utilizaron un cuestionario virtual de 31 ítems que aplicaron a 106 docentes de Trujillo (Perú) y a 136 docentes de Barranquilla (Colombia), mostrando resultados en Colombia de 16.9% correspondiente a un nivel alto de estrés y en Perú un 7.5%, evidenciando grandes diferencias no sólo en el nivel de este trastorno, sino también, en las variables de presión laboral y mal afrontamiento; así como en características económicas y sociales.

Villarreal-Fernández (2023), llevo a cabo un estudio de carácter exploratorio con el objetivo de establecer el nivel de afectación que tienen los docentes frente al Estrés de Rol y el Burnout debido a la situación de confinamiento originado por la pandemia de Covid-19, para dicha investigación se aplicó el instrumento Cuestionario de Burnout del Profesorado (CBP-R) a 98 docentes de Colombia. Sus resultados indicaron un 70% de prevalencia de Burnout entre niveles leve y extremo y una prevalencia del estrés de rol del 95%.

Marco teórico

Las actividades diarias de los docentes en sus ámbitos laborales colocan a prueba la capacidad de éstos para enfrentarse a situaciones de presión que con llevan a la presencia de trastornos mentales como el estrés, lo que desencadena en problemas de salud para este grupo de profesionales. (Leka, Griffiths y Cox, 2004).

Teniendo en cuenta que para todos los trabajadores el ambiente laboral es uno de los pilares en los que se sustenta su bienestar, también puede ser el principal causante de la manifestación de trastornos como el estrés, la ansiedad y la depresión. Para los docentes de la institución educativa pública y privada, el entorno laboral genera respuestas emocionales (frustración, tristeza, irritabilidad, entre otros) que fomentan los trastornos mencionados.

Así mismo, Peiró (2008) expresa que el trabajo es un factor importante en la vida de las personas y que los distintos ámbitos laborales en su mayoría se caracterizan por una alta exigencia a sus trabajadores, que origina no sólo desmotivación sino también la presencia de enfermedades de tipo laboral. En la actualidad la salud laboral es un pilar fundamental en las organizaciones, la concientización de la prevención de los riesgos laborales ha tomado relevancia y se encuentra respaldada por normatividad que vela por la salud y el bienestar de los trabajadores.

Una de las causas que más influye en la presencia de ausentismo, insatisfacción y falta de compromiso a nivel laboral es el estrés, la ansiedad y la depresión, impactando no sólo al trabajador sino también la organización donde se desempeña. (García-Rivera, Maldonado-Radillo y Ramírez, 2014; Reyes & Aguilar, 2015).

En Colombia como en otros países del mundo el estrés laboral es una de las principales causas de desmotivación y frustración a nivel laboral, los factores que influyen para que este riesgo aparezca son tanto intralaborales como extralaborales, que además de ocasionar problemas de salud al docente que lo padece afecta también a la organización en la que se desempeña ocasionando baja productividad, alterando la calidad de la educación y subiendo los índices de ausentismo laboral por incapacidad.

Por otro lado, Sánchez (2017) indica que existen factores sociolaborales que repercuten en los docentes y hacen parte de su entorno laboral, entre estos factores se encuentran el tipo de vinculación, sobrecarga de trabajo y falta de apoyo administrativo, lo que genera en los docentes insatisfacción y estrés.

El Comité Mixto de la Organización Internacional del Trabajo OIT y la Organización Mundial de la Salud OMS, definen los factores de riesgo psicosocial como interacciones que se dan entre el individuo, su trabajo y su vida personal (Comité Mixto OIT y OMS, 1984). En este orden se contemplan aspectos como la motivación laboral, la satisfacción en el trabajo, las condiciones de la organización, las aptitudes del trabajador, sus necesidades, y su situación personal y familiar fuera de la empresa; la forma como estas situaciones son percibidas, experimentadas y vivenciadas, pueden influir en la salud, en el desempeño y la satisfacción en el trabajo.

Por lo cual, los riesgos psicosociales pueden impactar de forma negativa la salud a nivel físico, mental y emocional de los trabajadores, así como la competitividad y productividad de las empresas.

De esta forma, las exposiciones a estos factores de riesgo psicosocial en los ambientes laborales se generan, según Mateo (2013), cuando los entornos y las condiciones de la empresa no son óptimos; lo que trae como consecuencia respuestas fisiológicas de estrés y factores estresores. El estrés es concebido como un estímulo que provoca la tensión física o emocional, que produce un sentimiento de frustración en la persona que lo padece. El estrés puede ocasionar diversos síntomas entre los que están dolor de cabeza, cansancio, problemas para dormir, pérdida o aumento de peso, falta de energía, mala memoria y dificultad para concentrarse. Cada persona

reacciona de forma diferente al estrés, dependiendo de su personalidad y sus mecanismos de afrontamiento.

Actualmente, el trastorno del estrés se aborda desde una perspectiva psicosocial, donde las condiciones sociales, laborales y personales son fuentes generadoras de vivencias estresantes. El estatus, la red de apoyo social, las condiciones socioeconómicas, el desempeño laboral, la vida en familia, entre otros, están relacionadas con el origen de factores psicosociales, puesto que las relaciones ya sean sociales, laborales o familiares son capaces de causar estrés en diferentes niveles, repercutiendo negativamente en la salud y por ende en la calidad de vida y longevidad de las personas (Cockerham, 2001); demasiadas responsabilidades laborales y personales, falta de recursos, tiempo limitado para el ocio, pueden conducir a niveles de estrés altos con consecuencias peligrosas como lo son los accidentes y las enfermedades laborales.

En concordancia con lo anterior, el estrés laboral es una reacción que se manifiesta en un colaborador cuando se expone a diferentes situaciones que surgen en su ámbito laboral, como exigencias y presiones que no se ajustan a las capacidades o recursos, esta situación puede empeorar si el trabajador no recibe apoyo por parte de sus compañeros o superiores.

Al respecto, autores como Moreno & Báez (2010) definen el estrés laboral como producto de la presencia de riesgos psicosociales en los entornos laborales en los que los trabajadores se encuentran inmersos y que tienen un gran impacto no sólo en el bienestar de los trabajadores sino también en el desempeño organizacional. Desarrollar procesos de intervención de este riesgo mediante la prevención y la promoción son una forma de cuidar la salud de los trabajadores durante la ejecución de sus actividades.

Por otro lado, la quinta versión del manual diagnóstico y estadístico de las enfermedades mentales de la Asociación Americana de Psiquiatría DSM-V (2013) y la clasificación internacional de enfermedades de la Organización Mundial de la Salud CIE-10 (1994), definen la

depresión como un problema de salud mental que afecta el estado de ánimo. El trastorno de depresión no origina los mismos síntomas en todas las personas, por lo general, al padecerlo se pierde interés por las actividades cotidianas, se presentan sentimientos de inferioridad y baja autoestima, se siente fatiga, se presentan problemas de concentración, alteraciones de sueño, se disminuye la actividad social, se siente culpa y se pierde el sentido de la existencia, lo cual repercute de forma negativa en la calidad y desempeño personal y laboral.

El estrés, la ansiedad y la depresión se pueden presentar en diferentes profesiones, siendo la docencia una de las más afectadas por estas patologías; cuyos síntomas van desde mal humor hasta depresiones significativas acompañadas de agotamiento físico y emocional. Una exposición crónica a los estresores laborales puede causar en los docentes el síndrome de Burnout o síndrome del trabajador quemado, síndrome que se caracteriza por presentar agotamiento emocional, despersonalización y disminución en la realización personal, afectando tanto la vida laboral, social y familiar de quien lo padece.

Metodología

Tipo de Enfoque

El enfoque de la investigación fue de carácter cuantitativo, puesto que éste es el que más se ajusta a las características de la investigación, se buscó medir el nivel de estrés, ansiedad y depresión laboral en los docentes de un colegio público y un colegio privado de Madrid Cundinamarca, dicha medición se realizó a través del test DASS-21 que es un instrumento que evalúa en conjunto estos tres aspectos.

El enfoque cuantitativo se entiende como un proceso que usa la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico para establecer patrones de comportamiento y comprobar teorías (Hernández-Sampieri, 2018).

Un enfoque cuantitativo tiene las siguientes características: los datos analizados deben ser cuantificables, se orienta a resultados, es de tipo descriptivo, se centra en una causa-efecto; por ende, los datos recolectados a través de la aplicación del instrumento seleccionado permiten cuantificar el nivel de estrés, ansiedad y depresión al que están sometidos los docentes de las instituciones de educación pública y privada.

Alcance

El alcance de la investigación fue de tipo descriptivo, porque la información recolectada se analizó e interpretó, además, con esta investigación también se caracterizó a la población docente de las instituciones educativas seleccionadas en cuanto a variables sociodemográficas como edad, género, nivel de escolaridad, personas a cargo, estado civil, tipo de vivienda y

variables ocupacionales como tipo de contrato, antigüedad en el cargo y jornada laboral a través de un cuestionario sociodemográfico.

Los estudios descriptivos pretenden especificar las propiedades, características y perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objeto o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis. Es decir, miden o recolectan datos y reportan información sobre diversos conceptos, variables, aspectos, dimensiones o componentes del fenómeno o problema a investigar (Hernández-Sampieri, 2018).

Población

La población estudio que se tomó para esta investigación fue de 70 docentes que laboran en un colegio público y un colegio privado de Madrid Cundinamarca que dictan clase en preescolar, primaria y bachillerato, los docentes del colegio público desarrollan su labor en horas de la mañana de lunes a viernes en los siguientes horarios: preescolar de 6:15 a 11:15 am, primaria de 6:00 a 11:40 am y bachillerato de 6:00 am a 12:00 m, de los 32 docentes de esta institución 19 son mujeres y 13 son hombres, cada docente maneja un promedio de 40 alumnos por aula, la gran mayoría tienen una relación laboral con el colegio a través de contrato indefinido y cuentan con un posgrado. En cuanto al colegio privado, los docentes tienen una jornada laboral continua que va de 6:00 am a 3:30 pm y dictan clases en los tres niveles educativos manejando un promedio de 36 alumnos, de estos 32 docentes 18 son mujeres y 14 hombres; la mayor parte de ellos están contratados a término fijo y la mayoría cuentan sólo con título universitario.

Muestra

La muestra seleccionada para el estudio correspondió a una muestra probabilística pues la selección para la aplicación de los instrumentos se hizo al azar, es decir, todos los docentes que conformaban la población tenían la misma oportunidad de formar parte de la muestra. La muestra quedó constituida por 64 de los 70 docentes de las instituciones, 32 de cada una.

Instrumento

Los dos instrumentos utilizados para el desarrollo de la investigación fueron: encuesta sociodemográfica y test DASS-21.

El Test DASS-21, es la versión abreviada de las Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés desarrollado por Peter Lovibond y otros investigadores de la Universidad de Nueva Gales del Sur, Australia en 1995, este test de autoinforme dimensional evalúa la presencia e intensidad de trastornos de depresión, ansiedad y estrés. El test DASS-21 contiene 21 preguntas en total, a cada escala le corresponden 7 ítems, para responderlos se debe marcar en una escala tipo Likert que varía de 0 a 3 puntos según la presencia e intensidad de cada síntoma en la última semana. Para obtener el puntaje total se suman los ítems pertenecientes a cada escala, este puede variar de 0 a 21 puntos (Lovibond & Lovibond, 1995).

Para la interpretación del puntaje del test DASS-21, el puntaje total de cada escala se multiplica por 2 y se compara con la tabla a continuación:

Tabla 2

Clasificación por nivel de estrés, ansiedad y depresión.

Categoría	Estrés	Ansiedad	Depresión
Normal	0 – 14	0 – 7	0 – 9
Leve	15- 18	8 – 9	10 – 13
Moderado	19 – 25	10 – 14	14 – 20
Grave	26 – 33	15 – 19	21 – 27
Extremadamente grave	+ 34	+ 20	+ 28

Nota. La tabla muestra la clasificación por nivel de los trastornos de estrés, ansiedad y depresión.

La escala de Estrés evalúa dificultad para relajarse, impaciencia e irritabilidad, la de ansiedad mide miedo y activación autonómica, finalmente la escala de depresión evalúa falta de interés y de sentido. (Ver anexo A)

El otro instrumento utilizado fue la encuesta sociodemográfica que tiene como fin caracterizar a la población objeto de estudio por medio de variables como género, edad, formación académica, estado civil, número de personas a cargo, lugar de residencia, antigüedad en el cargo, uso del tiempo libre, tipo de contratación, tenencia de la vivienda, entre otras. (Ver anexo B)

Cuadro resumen de objetivos, actividades, herramientas y población (o muestra)
utilizada en la recolección de la información

Tabla 3

Cuadro resumen de objetivos.

Objetivo General	Objetivos Específicos	Actividades	Instrumento	Población o Muestra
Realizar una comparación de los niveles de estrés, ansiedad y depresión laboral entre los docentes de un colegio público y un colegio privado del municipio	Identificar la presencia e intensidad de estrés, ansiedad y depresión de los docentes de un colegio público y privado del municipio de Madrid.	Establecer comunicación vía telefónica con los directivos de las instituciones Reunión con los directivos explicando la intencionalidad de la investigación. Firma del consentimiento informado para la aplicación de los instrumentos.	Aplicación Test Dass-21	Docentes de una institución educativa privada y pública del municipio de Madrid Cundinamarca.
		Realizar visitas a las instituciones	Aplicación de la encuesta del	

de Madrid	Describir la	Recolectar la	perfil
Cundinamarca.	población de	información	sociodemográfico
	docentes de las	sociodemográfica	
	dos instituciones	de los	
	educativas por	docentes(edad,	
	medio de	sexo, estado	
	variables	civil, tipo de	
	sociodemográficas	contrato	
	y ocupacionales.	vinculación) Etc.	
	Establecer cuál de	Análisis de los	Tabulación de los
	las dos	datos	datos
	instituciones	recolectados en	
	educativas	las dos	
	presenta mayor	instituciones	
	intensidad de	educativas	
	estos trastornos en		
	sus docentes.	Comparación de	
		la información	Graficas de
		obtenida de las	estadística
		dos instituciones	
		educativas	

Nota. La tabla muestra la descripción de los objetivos y las actividades para alcanzarlos. Elaboración propia.

Descripción detallada del diseño metodológico desarrollado para el logro de los objetivos

Para llevar a cabo esta investigación y alcanzar el objetivo propuesto se realizó la ejecución de una serie de actividades, entre ellas la aplicación de la encuesta de perfil sociodemográfico y el test DASS-21 a la muestra poblacional escogida.

En primer lugar, luego de determinar el tipo de investigación y el enfoque, se estableció contacto con las instituciones educativas para solicitar los permisos correspondientes para poder

desarrollar el proyecto, se socializó con los docentes la finalidad de este y se firmó el consentimiento autorizado. (ver anexo C)

Después de establecido el grupo poblacional y la autorización para la recolección de datos se realizó una visita de campo a las instituciones donde se hace aplicación de la encuesta para identificar el perfil sociodemográfico (edad, sexo, área de trabajo, cargo, tiempo de antigüedad en el puesto, tipo de contrato) y el instrumento para medir el nivel de estrés, ansiedad y depresión a través del test DASS-21 en los docentes.

Una vez obtenidos los datos, se tabulan y se realiza el análisis estadístico para conocer los niveles de estrés, ansiedad y depresión presente en los docentes de las instituciones educativas privada y pública. Conociendo los resultados, se realizó la comparación para establecer diferencias.

Resultados

Encuesta Sociodemográfica

Tabla 4

Características sociodemográficas y ocupacionales.

Caracterización				
	Total		%	
	Colegio público	Colegio privado	Colegio público	Colegio privado
Género				
Femenino	19	18	59%	56%
	13	14	41%	44%
Masculino				
Estado civil				
Soltero (a)	10	11	31%	34%
Casado (a)	10	9	31%	28%
Unión Libre (a)	9	12	29%	38%
Separado (a)	2	0	6%	0%
Viudo (a)	1	0	3%	0%
Edad				
18-27	1	4	3%	12%
28-37	11	21	34%	66%
38-47	12	4	38%	12%
48	8	3	25%	10%
Formación				
Universitario	14	24	44%	75%
Postgrado	18	8	56%	25%
Personas a cargo				
Ninguna	5	15	16%	47%
1-3personas	27	17	84%	53%
Antigüedad ejerciendo el cargo				
Menos de 1 año	3	6	9%	19%

De 1 – 5 años	8	16	25%	50%
De 5 – 10 años	8	6	25%	19%
De 10 – 15 años	10	3	31%	10%
Más de 15 años	3	1	9%	3%
Uso del tiempo libre				
Trabajo	1	7	3%	21%
Labores domésticas	3	10	9%	31%
Recreación y deporte	24	12	75%	38%
Estudio	4	3	12%	10%
Tipo de contratación				
Fijo	2	31	6%	97%
Indefinido	27	1	85%	3%
Temporal	3		9%	
Lugar de residencia				
Madrid	16	18	50%	57%
Bogotá	7	4	22%	12%
Municipios aledaños	9	10	28%	31%
Tenencia de vivienda				
Propia	17	8	53%	25%
Arrendada	8	16	25%	50%
Familiar	7	8	22%	25%
Nivel educativo donde ejerce				
Preescolar	5	3	16%	10%
Primaria	10	8	31%	25%
Bachillerato	17	11	53%	34%
Primaria y bachillerato		9		28%
Prescolar, primaria y bachillerato		1		3%

Nota. La tabla muestra la caracterización de los docentes de las dos instituciones educativas. Elaboración propia.

En la tabla 4 se observan las características sociodemográficas de la muestra estudiada que corresponde a 64 docentes, 32 de una institución pública y los otros 32 de una privada del municipio de Madrid Cundinamarca, donde para los dos planteles la mayoría son mujeres un 59% en el colegio público y un 56% para el privado. Para el colegio público un 85% cuenta con una relación laboral con la institución a término indefinido mientras que para el privado un 97% de sus docentes tienen un contrato a término fijo, la mitad de los docentes de ambas instituciones residen en Madrid, los docentes del colegio público laboran de lunes a viernes en una jornada de

6 am a 12m, a diferencia de los docentes del colegio privado que tienen una jornada continua que va de 6:30 am a 3:30 pm, la edad de los docentes del público oscila entre los 38 y 47 años y los del privado tienen una edad entre 28 y 37 años. En cuanto a la formación, se evidencia que los docentes de la institución pública tienen un escalafón más alto que los del colegio privado, al igual los docentes del colegio público tienen más experiencia desarrollando la labor en comparación con los del privado. Una gran parte de los docentes de las dos instituciones usan su tiempo libre en la realización de actividades deportivas. Más del 50% de los docentes conviven con su pareja, ya sea en unión libre o casados, y tienen a cargo entre 1 y 3 personas. Gran parte de los docentes ejercen su labor en bachillerato.

Test DASS-21

Tabla 5

Nivel de estrés, ansiedad y depresión general colegio público.

Test DASS-21				
Trastorno	Nivel			
	Normal	Leve	Moderado	Grave
Estrés	13 41%	15 47%	2 6%	2 6%
Ansiedad	15 47%	11 34%	4 13%	2 6%
Depresión	22 69%	6 19%	2 6%	2 6%

Nota. La tabla muestra los niveles de estrés, ansiedad y depresión presentes en los docentes de la institución pública. Elaboración propia.

Tabla 6

Nivel de estrés, ansiedad y depresión general colegio privado.

Trastorno	Test DASS-21							
	Normal				Nivel			
	Normal		Leve		Moderado		Grave	
Estrés	5	16%	20	62%	5	16%	2	6%
Ansiedad	7	22%	15	47%	8	25%	3	9%
Depresión	10	31%	12	38%	7	22%	2	6%

Nota. La tabla muestra los niveles de estrés, ansiedad y depresión presentes en los docentes de la institución privada. Elaboración propia.

La tabla 5 y 6 muestran los niveles de estrés, ansiedad y depresión presentes en los docentes encuestados, En general se puede apreciar que, aunque hay presencia de estos tres trastornos en los docentes de las instituciones, sus niveles son bajos en el colegio público (normales) y un poco más altos en el colegio privado (leves).

Respecto a la escala de estrés un 88% de los docentes del colegio público y un 78% del privado presentan este trastorno en niveles normales y leves, mostrando una diferencia porcentual de 10 puntos; y el 12% restante entre moderado y grave para la institución pública y el 22% para la privada referente a estos mismos niveles, lo que evidencia que los docentes de la institución privada padecen niveles más altos de este trastorno.

Por otro lado, el nivel más relevante en la escala de ansiedad para el colegio público es el normal con un 47%, mientras que para el colegio privado el nivel más sobresaliente en esta misma escala es leve con un 47%.

En cuanto a la escala de depresión, un 69% de los docentes del colegio público presentan este trastorno en niveles normales, en tanto que un 38% de los docentes del colegio privado lo manifiestan en niveles leves.

Por lo anterior, se puede deducir que estos trastornos presentan mayor intensidad en los docentes del colegio privado en comparación con el público, lo cual se puede atribuir al contexto laboral, puesto que al realizar el análisis de la encuesta sociodemográfica se observó que los docentes del colegio privado tienen una jornada laboral más extensa, cuentan con menos experiencia debido a su rango de edad, poseen menos preparación en cuanto a su formación académica, su estabilidad laboral no es segura por el tipo de vinculación que tienen con la institución; de igual manera la mayor parte de los docentes imparten clases en los tres niveles educativos y manejan un promedio más alto de estudiantes lo que puede ocasionar más carga laboral reduciendo su tiempo para la familia y vida social.

Tabla 7

Nivel de estrés, ansiedad y depresión en docentes mujeres colegio público

Trastorno	Nivel							
	Normal		Leve		Moderado		Grave	
Estrés	8	42%	8	42%	2	11%	1	5%
Ansiedad	8	42%	7	37%	3	16%	1	5%
Depresión	12	63%	4	21%	2	11%	1	5%

Nota. La tabla muestra los niveles de estrés, ansiedad y depresión presentes en docentes mujeres del colegio público. Elaboración propia.

Tabla 8

Nivel de estrés, ansiedad y depresión en docentes hombres colegio público

Trastorno	Nivel
-----------	-------

	Normal		Leve		Moderado		Grave	
Estrés	5	38%	7	54%	0	0%	1	8%
Ansiedad	7	54%	4	30%	1	8%	1	8%
Depresión	10	77%	2	15%	0	0%	1	8%

Nota. La tabla muestra los niveles de estrés, ansiedad y depresión presentes en docentes hombres del colegio público. Elaboración propia.

Tabla 9

Nivel de estrés, ansiedad y depresión en docentes mujeres colegio privado.

Trastorno	Nivel							
	Normal		Leve		Moderado		Grave	
Estrés	6	33%	9	50%	3	17%	0	0%
Ansiedad	12	66%	2	11%	3	17%	1	6%
Depresión	14	77%	1	6%	3	17%	0	0%

Nota. La tabla muestra los niveles de estrés, ansiedad y depresión presentes en docentes mujeres del colegio privado. Elaboración propia.

Tabla 10

Nivel de estrés, ansiedad y depresión en docentes hombres colegio privado.

Trastorno	Nivel							
	Normal		Leve		Moderado		Grave	
Estrés	5	35%	7	50%	2	15%	0	0%
Ansiedad	12	86%	1	7%	1	7%	0	0%
Depresión	8	57%	5	35%	1	7%	0	0%

Nota. La tabla muestra los niveles de estrés, ansiedad y depresión presentes en docentes hombres del colegio privado. Elaboración propia.

Las tablas 7, 8, 9 y 10 muestran los niveles de estrés, ansiedad y depresión presentes en los docentes de la institución pública y la institución privada discriminado por género. Respecto a la escala de estrés en docentes mujeres predomina una intensidad leve con un 42% en las mujeres del colegio público y 50% en las mujeres del colegio privado.

En cuanto a la escala de ansiedad y depresión el nivel más relevante es el normal para las mujeres de ambas instituciones.

Por otro lado, los docentes hombres de las dos instituciones presentan niveles de estrés leves, 54% para el colegio público y 50% para el colegio privado.

Al igual, los trastornos de ansiedad y depresión se manifiestan en niveles normales en los docentes hombres de las dos instituciones.

Tanto en la institución pública como en la privada existe mayor presencia de estos trastornos en el nivel moderado para el género femenino.

Tabla 11

Nivel de estrés, ansiedad y depresión en docentes de preescolar colegio público.

Trastorno	Nivel							
	Normal		Leve		Moderado		Grave	
Estrés	0	0%	4	80%	1	20%	0	0%
Ansiedad	1	20%	2	40%	1	20%	1	20%
Depresión	3	60%	1	20%	0	0%	1	20%

Nota. La tabla muestra los niveles de estrés, ansiedad y depresión presentes en docentes de preescolar del colegio público. Elaboración propia.

Tabla 12

Nivel de estrés, ansiedad y depresión en docentes de primaria colegio público

Trastorno	Nivel							
	Normal		Leve		Moderado		Grave	
Estrés	6	60%	3	30%	1	10%	0	0%
Ansiedad	5	50%	4	40%	0	0%	1	10%
Depresión	7	70%	3	30%	0	0%	0	0%

Nota. La tabla muestra los niveles de estrés, ansiedad y depresión presentes en docentes de primaria del colegio público. Elaboración propia.

Tabla 13

Nivel de estrés, ansiedad y depresión en docentes de bachillerato colegio público

Trastorno	Nivel							
	Normal		Leve		Moderado		Grave	
Estrés	7	41%	8	47%	0	0%	2	12%
Ansiedad	9	53%	5	29%	1	6%	2	12%
Depresión	12	70%	2	12%	2	12%	1	6%

Nota. La tabla muestra los niveles de estrés, ansiedad y depresión presentes en docentes de bachillerato del colegio público. Elaboración propia.

Tabla 14

Nivel de estrés, ansiedad y depresión en docentes de bachillerato colegio público

Trastorno	Nivel							
	Normal		Leve		Moderado		Grave	
Estrés	1	33%	0	0%	2	67%	0	0%
Ansiedad	0	0%	1	33%	2	67%	0	0%

Depresión	1	33%	2	67%	0	0%	0	0%
-----------	---	-----	---	-----	---	----	---	----

Nota. La tabla muestra los niveles de estrés, ansiedad y depresión presentes en docentes de preescolar del colegio privado. Elaboración propia.

Tabla 15

Nivel de estrés, ansiedad y depresión en docentes de primaria colegio privado.

Trastorno	Nivel							
	Normal		Leve		Moderado		Grave	
Estrés	4	33%	6	50%	2	17%	0	0%
Ansiedad	3	25%	8	67%	1	8%	0	0%
Depresión	7	58%	2	17%	3	25%	0	0%

Nota. La tabla muestra los niveles de estrés, ansiedad y depresión presentes en docentes de primaria del colegio privado. Elaboración propia.

Tabla 16

Nivel de estrés, ansiedad y depresión en docentes de bachillerato colegio privado.

Trastorno	Nivel							
	Normal		Leve		Moderado		Grave	
Estrés	10	59%	5	29%	2	12%	0	0%
Ansiedad	8	47%	6	35%	3	18%	0	0%
Depresión	12	70%	3	18%	2	12%	0	0%

Nota. La tabla muestra los niveles de estrés, ansiedad y depresión presentes en docentes de bachillerato del colegio privado. Elaboración propia.

Las tablas 11, 12, 13, 14, 15 y 16 muestran los niveles de estrés, ansiedad y depresión presentes en los docentes de las instituciones discriminado por nivel educativo donde ejercen su

profesión. Los docentes de preescolar del colegio público presentan porcentajes más altos de los tres trastornos en el nivel leve, mientras que en los docentes del colegio privado los niveles más elevados de estos trastornos varían entre leves y moderados.

Para los docentes de primaria y bachillerato del colegio público los porcentajes más grandes se dan en el nivel normal, al igual que los docentes de bachillerato del colegio privado. En tanto, los docentes de primaria experimentan niveles moderados de estas patologías. Los índices elevados en los docentes de preescolar se pueden asociar, por un lado, a la gran responsabilidad y compromiso que tienen éstos en el proceso de aprendizaje, pues sobre ellos recae la misión de crear bases sólidas en los niños para tener una formación excelente, por otro lado, está el deber de salvaguardar la seguridad y bienestar de los pequeños dentro del plantel educativo. En las tablas también se indica que los tres niveles educativos (preescolar, primaria y bachillerato) señalan que los porcentajes más bajos de las tres categorías (estrés, ansiedad y depresión) se encuentran en las escalas de moderado y grave.

Conclusiones

Partiendo de factores como la estabilidad laboral, la carga de trabajo, la cantidad de trabajo extralaboral y la remuneración económica, se puede notar que las condiciones laborales son diferentes para los docentes de la institución educativa pública comparadas con las condiciones de la institución privada, lo cual puede incidir para que el nivel de estrés, ansiedad y depresión sea menor en los docentes de la institución educativa pública.

De acuerdo a los resultados obtenidos se puede concluir que, sí existe presencia de estrés, ansiedad y depresión en los docentes de las dos instituciones educativas estudiadas, sin embargo, presenta mayor nivel de estos trastornos la institución privada, la profesión docente conlleva una gran carga laboral que incluye desarrollo de actividades, planificación de clases, ejecución de planes de estudio y tareas extracurriculares, exigencias que si no se gestionan pueden desencadenar niveles más altos y graves en esta población afectando la salud mental y física de éstos. Es importante mencionar que los docentes estudiados llevan varios años ejerciendo su profesión y cuentan con una amplia experiencia para adaptarse a su práctica profesional, lo que les sirve como factores protectores para controlar estos trastornos.

Aunque el objetivo de esta investigación no fue definir las causas que generan estrés, ansiedad, y depresión, el contexto laboral y las condiciones de trabajo pueden influir en la presencia e intensidad de estos trastornos, ya que la encuesta del perfil sociodemográfico revela que factores como el tipo de contratación, la experiencia, la intensidad horaria y la formación son

aspectos más valorados en la institución pública que en la privada. Para confirmar esto se debe aplicar otro instrumento que evalúe las causas por las que se da esta diferencia.

Esta investigación también ha demostrado que el estrés puede estar relacionado con la presencia de ansiedad y depresión, pues los puntajes de los resultados sugieren que cuanto mayor es el nivel de estrés, así mismo, es mayor el nivel de ansiedad y depresión.

Recomendaciones

De acuerdo con los resultados obtenidos en la investigación se sugiere que aun cuando estos muestran que los niveles de estrés, depresión y ansiedad no son alarmantes es necesario definir medidas de promoción, prevención y estrategias protectoras para que estos trastornos se mantengan en niveles mínimos. Es indispensable brindar ambientes laborales sanos que promuevan y desarrollen medidas preventivas que minimicen la aparición de estos trastornos en los docentes. Algunas de las acciones que contribuyen al control del riesgo psicosocial y que están contempladas en la guía técnica general de promoción, prevención e intervención de los factores psicosociales y sus efectos en población trabajadora (2015), se indican a continuación:

- Fomento de actividades lúdicas y recreativas
- Promoción de estilos de vida saludables
- Desarrollo y fortalecimiento de la resiliencia en los lugares de trabajo
- Capacitaciones sobre salud mental
- Fomento de redes de apoyo
- Gestión de pausas activas en los ambientes laborales
- Desarrollo de medidas de afrontamiento
- Promoción de la gestión de las cargas laborales
- Fomento de la calidad de las relaciones familiares, laborales y sociales

– Distribución eficaz del tiempo

Lo anterior con el fin de orientar a la institución educativa sobre mecanismos de acción que pueden aportar al bienestar y calidad de vida de sus docentes.

Al igual se recomienda la aplicación de otro instrumento que identifique las causas por las cuales se presentan estos trastornos en los docentes de las dos instituciones educativas y que ayude a establecer la razón por la cual se dan en mayor intensidad en una institución que en la otra.

Referencias

- American Psychiatry Association. DSM-5. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. Quinta edición. Washington, DC: American Psychiatry Association; 2013.
- Bedoya, E. Vega, Nancy E, Severiche, Carlos A, & Meza, María J. (2017). Síndrome de Quemado (Burnout) en Docentes Universitarios: El Caso de un Centro de Estudios del Caribe Colombiano. *Formación universitaria*, 10(6), 51-58.
- Cockerham, W. C. (2001). Handbook of medical sociology. New York: Prentice-Hall.
- Colombia. Ministerio del Trabajo. (2019). *Promoción, prevención e intervención de los factores psicosociales y sus efectos en población trabajadora: guía técnica general*. Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana.
- Comité Mixto O.I.T. y O.M.S. 1984. Factores psicosociales en el trabajo: Naturaleza, incidencia y prevención. Ginebra: OIT/OMS.
- Congreso de Colombia (1989). *Ley 91 de 1989*.
- Congreso de Colombia (2006). *Ley 1010 de 2006*.
- Congreso de la República de Colombia, (2013). *Ley 1616 de 2013*.
- Congreso de la República de Colombia, (2013). *Ley 1616 de 2013*.
- García-Rivera, B., Maldonado-Radillo, S., & Ramírez, M. (2014); Estados afectivos emocionales (depresión, ansiedad y estrés) en personal de enfermería del sector salud pública de México. *Summa Psicológica*, 11(1), 65-73. doi: <https://doi.org/10.18774/448x.2014.11.128>

Guzmán Pacheco Juan Felipe. (2018). Síndrome de burnout y clima organizacional en el instituto técnico de formación para el trabajo y el desarrollo humano surcolombiano.

Hernández-Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2018). *Metodología de la investigación* (Vol. 4, pp. 310-386). México: McGraw-Hill Interamericana.

Laura, V. Reyes Gómez, Darío Ibarra Zavala, María E. Rolanda Torres López y Rocío Selene Razo Sánchez., (2012). El estrés como un factor de riesgo en la salud: análisis diferencial entre docentes de universidades públicas y privadas. *Revista Digital Universitaria*.

Leka, Stravoula, Amanda Griffiths y Tom Cox 2004 «La organización del trabajo y el estrés». Serie Protección de la Salud de los Trabajadores N° 3, Instituto del Trabajo, Salud y Organizaciones (I-WHO), Francia

Lovibond, S.H. & Lovibond, P.F. (1995). *Manual for the Depression Anxiety & Stress Scales*. (2nd Ed.) Sydney: Psychology Foundation.

Mateo, P. (2013). *Control del Estrés Laboral*. Madrid, España: Fundación Confemetal.

Mercer-Marsh. 2022. Colombia es el país con mayor estrés laboral en Latinoamérica.

Recuperado de Colombia Forbes: <https://forbes.co/2022/06/09/capital-humano/colombia-es-el-pais-con-mayor-estres-laboral-en-latinoamerica>.

Ministerio de la Protección Social, (2008). *Resolución 2646 de 2008*.

Ministerio de trabajo (1989). *Resolución 1016, artículo 12 de 1989*.

Ministerio de trabajo (2012). *Resolución 652 de 2012*.

Ministerio de trabajo (2014). *Decreto 1477 de 2014*.

Ministerio de Trabajo, (2022). *Resolución 2764 de 2022*.

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura; 2005

Organización Mundial de la Salud. CIE-10. Clasificación internacional de las enfermedades.

Trastornos mentales y del comportamiento. España: Meditor; 1994 práctica. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 33(117).

Peiró J, Rodríguez I. Estrés laboral, liderazgo y salud organizacional. *Papeles del Psicólogo* 2008; 29(1): 68-82.

Presidente de la república (2015). *Decreto 1655 de 2015*.

Procuraduría, 2023. Suicidio disparado en Colombia por cuenta de trastornos mentales:

<https://www.procuraduria.gov.co/Pages/suicidio-disparado-colombia-cuenta-trastornos-mentales-procuraduria.aspx#:~:text=De%20acuerdo%20con%20cifras%20suministradas,mentales%20presentes%20entre%20la%20poblaci%C3%B3n>

Rodrigues, Louise Tatiana Mendes, Lago, Eliana Campelo, Landim Almeida, Camila Aparecida Pinheiro, Ribeiro, Ivonizete Pires, & Mesquita, Gerardo Vasconcelos. (2020). Estrés y depresión en docentes de una institución pública de enseñanza. *Enfermería Global*, 19(57), 209-242. Epub 16 de marzo de 2020. <https://dx.doi.org/eglobal.19.1.383201>

Rossi, D., & Gago Galvagno, L. (2020). La diferencia del estrés docente en escuelas públicas y privadas del Gran Buenos Aires / The Difference in Teacher Stress in Public and Private Schools in Gran Buenos Aires. *Revista de Educación*, 0(20), 51-66. Recuperado de https://fh.mdp.edu.ar/revistas/index.php/r_educ/article/view/4163/4316

Sánchez, R., (2017). Factores sociolaborales y estrés en docentes de secundaria de la ciudad de Huancayo. (Tesis de Maestría) Universidad Nacional del Centro del Perú.

Villarreal-Fernández, J. E. (2023). El Estrés y Burnout percibidos en docentes colombianos en el regreso a la presencialidad en las aulas. Un estudio exploratorio. *Revista de Psicología y Educación*, 18(1), 71-81.

Yupari-Azabache, I. L., Rabanal-León, H. C., Guzmán-Cárdenas, M. Z., & Rodríguez-Azabache, J. A. (2022). Estudio comparativo del estrés laboral y características del docente en tiempos de pandemia: Perú-Colombia. In *Memorias de la Décima Segunda Conferencia Iberoamericana de Complejidad, Informática y Cibernética: CICIC 2022* (pp. 79-84).

Anexos

Anexo A Test DASS-21.

DASS-21

Por favor lea las siguientes afirmaciones y coloque un círculo alrededor de un número (0, 1, 2, 3) que indica en qué grado le ha ocurrido a usted esta afirmación durante la semana pasada. La escala de calificación es la siguiente:

0: No me ha ocurrido; 1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo; 2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo; 3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.

Nombre _____

Fecha _____

Área _____

1.	Me ha costado mucho descargar la tensión	0	1	2	3
2.	Me di cuenta que tenía la boca seca	0	1	2	3
3.	No podía sentir ningún sentimiento positivo	0	1	2	3
4.	Se me hizo difícil respirar	0	1	2	3
5.	Se me hizo difícil tomar la iniciativa para hacer cosas	0	1	2	3
6.	Reaccioné exageradamente en ciertas situaciones	0	1	2	3
7.	Senti que mis manos temblaban	0	1	2	3
8.	He sentido que estaba gastando una gran cantidad de energía	0	1	2	3
9.	Estaba preocupado por situaciones en las cuales podía tener pánico o en las que podría hacer el ridículo	0	1	2	3
10.	He sentido que no había nada que me ilusionara	0	1	2	3
11.	Me he sentido inquieto	0	1	2	3
12.	Se me hizo difícil relajarme	0	1	2	3
13.	Me sentí triste y deprimido	0	1	2	3
14.	No toleré nada que no me permitiera continuar con lo que estaba haciendo....	0	1	2	3
15.	Senti que estaba al punto de pánico	0	1	2	3
16.	No me pude entusiasmar por nada.....	0	1	2	3
17.	Senti que valía muy poco como persona	0	1	2	3
18.	He tendido a sentirme enfadado con facilidad	0	1	2	3
19.	Senti los latidos de mi corazón a pesar de no haber hecho ningún esfuerzo físico	0	1	2	3
20.	Tuve miedo sin razón	0	1	2	3
21.	Senti que la vida no tenía ningún sentido.....	0	1	2	3

Anexo B Encuesta Sociodemográfica.

Encuesta socio-demográfica.

Marque con una X:

1. EDAD

- a. 18-27 años
- b. 28-37 años
- c. 38-47 años
- d. 48 años o más

2. ESTADO CIVIL

- a. Soltero(a)
- b. Casado (a)
- c. Unión libre
- d. Separado (a)
- e. Viudo (a)

3. GENERO

- a. Mujer
- b. Hombre

4. NIVEL DE ESCOLARIDAD

- a. Primaria
- b. Secundaria
- c. Técnico / Tecnólogo
- d. Universitario
- e. Postgrado

5. NÚMERO DE PERSONAS A CARGO

- a. Ninguna.
- b. 1 – 3 personas
- c. 4 – 6 personas
- d. Más de 6 personas

6. ANTIGÜEDAD EN EL CARGO ACTUAL

- a. Menos de un año
- b. De 1 a 5 años
- c. De 5 a 10 años
- d. De 10 a 15 años
- e. Más de 15 años

7. USO DEL TIEMPO LIBRE

- a. Trabajo
- b. Labores domésticas
- c. Recreación y deporte
- d. Estudio
- e. Ninguno

8. TIPO DE CONTRATACIÓN

- a. Fijo
- b. Indefinido
- c. obra labor
- d. Temporal

9. LUGAR DE RESIDENCIA

- a. Madrid
- b. Funza
- c. Mosquera
- d. Bogotá D.C
- e. Cual _____

10. ANTIGÜEDAD EN EL COLEGIO

- a. Menos de un año
- b. De 1 a 5 años
- c. De 5 a 10 años
- d. De 10 a 15 años
- e. Más de 15 años

11. TENENCIA DE VIVIENDA

- a. Propia
- b. Arrendada
- c. Familiar

Anexo C Solicitud autorización aplicación instrumentos.

Madrid 23 de mayo de 2023

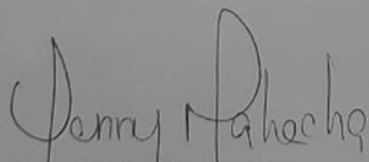
Rectora

IED María Teresa Ortiz Nueva

Por medio de la presente de manera atenta solicito autorización para aplicar a los docentes de la Institución Educativa una encuesta socio-demográfica y un test para medir el nivel de estrés, esto como parte de un trabajo educativo dentro del proceso de mi formación académica en Administración en Seguridad y Salud en Trabajo de la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

Agradezco la colaboración prestada y quedo atenta a su respuesta.

Cordialmente,

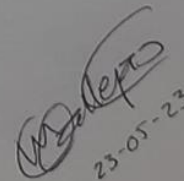


Yenny Patricia Mahecha Avila

Estudiante ASST

Celular 3102299774

Correo Electrónico yennymahecha100@gmail.com



23-05-23