

ESTRÉS LABORAL Y SALUD MENTAL EN DOCENTES DE EDUCACIÓN SECUNDARIA EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA COVID-19

Occupational Stress and Mental Health in Secondary School Teachers in the Context of the Covid-19 Pandemic

DOI: <https://doi.org/10.54943/lree.v4i2.486>

 Yesica Raymundo Castro ¹
(yesica.raymundo@unh.edu.pe)
(<https://orcid.org/0000-0003-4064-7063>)

 Madeleine Emperatriz Paredes Gutarra ²
(d.mparedesg@ms.upla.edu.pe)
(<https://orcid.org/0000-0002-8431-5450>)

¹ Universidad Nacional de Huancavelica - Huancavelica, Perú

² Universidad Peruana Los Andes - Huancayo, Perú

RESUMEN

El objetivo de la investigación fue determinar la relación entre estrés laboral y salud mental en docentes de educación secundaria en el contexto de la pandemia COVID-19. Se utilizaron los métodos científico y descriptivo, la técnica de la encuesta con dos instrumentos: Cuestionario de estrés laboral JSS para medir estrés laboral e Inventory de síntomas SCL-90-R de L. Derogatis para medir salud mental. La muestra de estudio estuvo constituida por 50 docentes de educación secundaria de la localidad de Huancavelica-Perú. Los resultados son: El estrés laboral y la salud mental en los docentes de educación secundaria no se relacionan significativamente, aunque se ha encontrado una relación negativa y una relación significativa entre el estrés laboral y los síntomas obsesivos y compulsivos (0.040), con excepción de los síntomas: somatizaciones, sensibilidad interpersonal, depresión, ansiedad, hostilidad, ansiedad fóbica, ideación paranoide y psicotismo, donde no hay una relación significativa con el estrés laboral, a un nivel de confianza del 95% y una significancia de 0.05; sin embargo, se ha evidenciado una relación negativa entre ellas. Por lo tanto, se concluye que, solamente algunos síntomas de la salud mental tienen correspondencia con el estrés laboral.

Palabras Clave: Estrés laboral, salud mental, presión laboral, impacto psicológico, pandemia.

ABSTRACT

The objective of the research was to determine the relationship between work stress and mental health in secondary school teachers in the context of the COVID-19 pandemic. The scientific and descriptive methods were used, the survey technique with two instruments: JSS Job Stress Questionnaire to measure job stress and L. Derogatis SCL-90-R Symptom Inventory to measure mental health. The study sample consisted of 50 secondary school teachers from the town of Huancavelica-Peru. The results are as follows: Job stress and mental health in secondary school teachers are not significantly related, although a negative relationship and a significant relationship was found between job stress and obsessive and compulsive symptoms (0.040), with the exception of the symptoms: somatizations, interpersonal sensitivity, depression, anxiety, hostility, phobic anxiety, paranoid ideation and psychotism, where there is no significant relationship with job stress, at a confidence level of 95% and a significance of 0.05; however, a negative relationship between them has been evidenced. Therefore, it is concluded that only some mental health symptoms are related to work stress.

Keywords: occupational stress, mental health, work pressure, psychological impact, pandemic.

Artículo recibido: 06/11/2023
Arbitrado por pares
Artículo aceptado: 12/02/2024
Artículo publicado: 01/07/2024



INTRODUCCIÓN

En el contexto de la pandemia del COVID-19 a nivel mundial se presentan una diversidad de problemas en el campo económico, social, político, educativo y sobre todo en la salud de las personas. Al respecto, en el 2020 se dieron cambios en la economía mundial y la organización del trabajo, debido a las medidas de confinamiento dictadas por los gobiernos de diferentes países, que obligaban a una gran parte de la fuerza laboral a quedarse en casa y a trabajar a distancia, siempre y cuando sus funciones así lo permitían (Organización Internacional del Trabajo OIT, 2020); situación que provocaría el aumento de los problemas de estrés y ansiedad.

Según el Blog Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, 2020), la situación de la pandemia presenta situaciones de estrés en las personas, por el pánico y la zozobra respecto a esta enfermedad, produciendo condiciones que agobian y ocasionan emociones fuertes en adultos y niños. Al respecto, Huarcaya (2020) afirma que, de acuerdo con la experiencia de epidemias y pandemias pasadas, los pacientes y el personal de salud pueden padecer situaciones de miedo a la muerte y presentar sentimientos de soledad, tristeza e irritabilidad. Asimismo, según las Naciones Unidas (2020), hay una prevalencia elevada de la angustia psicológica en la población mundial.

Esta situación también se manifiesta en la educación en todos los niveles, donde los profesores se han visto forzados a impartir clases en formato virtual, creando así una especie de experimento a gran escala en educación en línea, lo que representa desafío sin precedentes debido a que la mayoría de los profesores tienen que generar sus propios aprendizajes para trabajar en la virtualidad y simultáneamente deben enseñar a sus estudiantes a desenvolverse en espacios virtuales (Bonilla, 2020). Este hecho se intensificó más el 2020 como producto de la pandemia, donde para garantizar el servicio educativo se han visto obligados a trabajar desde sus casas mediante la educación virtual, aun cuando no había condiciones; lo que ha producido o aumentado ciertas situaciones de estrés en el trabajo, debido a los problemas de aislamiento, a pesar de que el teletrabajo permite a los trabajadores tener un horario más flexible y la libertad de trabajar de manera no presencial (OIT, 2020).

Si antes de la pandemia ya se manifestaba la prevalencia del estrés laboral, como indican ciertos estudios realizados en docentes colombianos (Guevara et al., 2014), quienes manifiestan que los factores más relevantes del estrés laboral son el clima organizacional y las tecnologías; actualmente el pánico a la angustia, además de otras emociones negativas que son provocadas por esta nueva afición, pueden ser angustiosas, siendo el estrés en el trabajo un detonante que puede ocasionar cierto cansancio mental; esto debido, entre otras cosas, al entorno de trabajo y la sobrecarga laboral, al empleo de nuevas tecnologías, a la incertidumbre por la duración y consecuencias de la pandemia (Oros et al., 2020).

Por lo tanto, en el estudio del estrés laboral se debe tener en cuenta ciertos aspectos que constituyen factores estresantes como pueden ser aquellos relacionados con la presión laboral, ausencia de apoyo social, elementos organizacionales y la carencia en la realización personal (Saldaña y Sánchez, 2019). Al respecto, Ortiz (2020), señala que, al implementarse el trabajo remoto como producto de la pandemia sin una preparación previa, se producen episodios de estrés, en el que el uso de las nuevas tecnologías de información y comunicación pueden representar para ciertas personas, la pérdida de libertad, un desarrollo personal limitado o incluso un sentimiento de desamparo.

Asimismo, el teletrabajo por sí solo podría desencadenar en fatiga, ya que el estar conectados muchas horas generaría situaciones de ansiedad, debido a que las llamadas telefónicas, los horarios de reuniones, así como los mensajes sin respuesta, y sin olvidar que la jornada laboral generalmente se prolonga más allá de lo establecido; además, en el hogar hay conflictos entre el trabajo y la familia. Sin embargo, como indica Ortiz (2020), ante la posibilidad de que se mantenga

esta forma de trabajo remoto, se debe implementar protocolos de seguridad y salud en el centro laboral, porque no son del todo claros, no solamente para el manejo de los factores psicosociales, sino para otras condiciones tales como la postura más adecuada que se debe tener para adecuar la relación del ser humano con su entorno.

En la misma línea, el Ministerio de Salud MINSA (2020), afirma que el estrés relacionado con el trabajo puede causar problemas de salud y puede aumentar las tasas de lesiones y accidentes relacionados con el trabajo; por lo que, posiblemente algunas causas del estrés laboral serían: demasiada actividad laboral, falta de claridad en orientaciones del trabajo, plazos poco sensatos, falta de toma de decisiones, inseguridad en el trabajo, aislamiento, excesivo control y condiciones inadecuadas en el cuidado de los niños.

Por otra parte, la asignación de nuevos roles, aparte de los horarios académicos programados, como el apoyo administrativo, la interacción con los padres y la tutoría de los estudiantes, están vinculados con la sobrecarga laboral y están directamente relacionados al agotamiento emocional, los síntomas de ansiedad y depresión, que resultan en situaciones estresantes en los docentes (Alvites, 2019). Según el mismo autor, el estrés constituye una de las causas en el mundo para el ausentismo, la falta de responsabilidad y la insatisfacción en el centro laboral, lo que originan depresión y ansiedad.

En relación con el párrafo anterior, González (2018), afirma que el estrés, que puede sufrir un docente está vinculado con factores psicosociales, en el cual la infraestructura, equipamiento, espacios físicos y la tecnología afectan la salud emocional, debido a que no están diseñados apropiadamente o no están capacitados para el uso de estos medios; más aún en el contexto de pandemia del COVID-19, donde se ha generalizado el trabajo remoto.

En este sentido, el estrés laboral constituye un conjunto de reacciones emocionales, fisiológicas, cognitivas y del comportamiento frente a algunos aspectos adversos o dañinos que se presentan en el centro de trabajo; se caracterizan por tener altos niveles de excitación y angustia, y con un habitual sentimiento de que no se puede hacer nada frente a esta situación (De Pablo, 2007).

Frente al problema del estrés laboral, Lozano (2020), plantea la formación de equipos de intervención en crisis de salud mental, así como la utilización de plataformas digitales, comunicación virtual, entrevistas por telemedicina y el uso de instrumentos cortos para detectar problemas en la salud mental. También Cardozo (2016), exige que se generen políticas de intervención multidisciplinarias en el grupo docente con el fin de atenuar este problema y ofrecer una mejor calidad en el centro de trabajo para el progreso en el buen desempeño y compromiso de la actividad docente.

Según la Sala Situacional del Ministerio de Salud MINSA (2020), el Perú se encuentra entre los países con mayores índices de contagio del COVID-19, hasta el 19 de octubre del 2020, suman 870 876 personas contagiadas y 33 820 fallecidos, siendo la letalidad 3.9%. Esta situación ha afectado la salud mental de las personas, de sus familias y de la comunidad en general, por lo que es necesario reducir el impacto psicológico que ha producido esta enfermedad, directa o indirectamente, principalmente por la pérdida de vidas humanas.

En este contexto, según el Diario Gestión (2020), un 76% de las empresas requiere soporte en la gestión para el cuidado de la salud mental de su personal, en medio del proceso de reactivación económica. Asimismo, estas empresas vienen desarrollando medidas para la implementación de una línea de asistencia psicológica en un 50%, cuando antes apenas llegaba al 19%; también ha crecido en un 20% la asistencia psicológica para la familia, cuando antes apenas llegaba al 7%). Todo ello indica que la propagación del COVID-19 está generando problemas de estrés y la afectación en la salud mental.

Según la Organización Mundial de la Salud OMS (2004) la salud mental constituye un estado de bienestar donde la persona se da cuenta de sus propias aptitudes, puede afrontar las presiones normales de la vida, puede trabajar de manera productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad. Por lo que, desde el punto de vista positivo, la salud mental constituye el cimiento para el bienestar y el funcionamiento efectivo de una persona y su comunidad. La salud mental se define como un proceso biológico que tiene que ver con el cerebro y la ausencia de enfermedad como criterio de normalidad (Restrepo et al., 2012); para ello, se ha tomado en consideración los síntomas de salud mental, que son indicadores de desajuste psicológico que conllevan a alterar y deteriorar la salud mental del individuo.

Asimismo, según los resultados preliminares de una encuesta poblacional sobre salud mental, realizado por el MINSa (2020), el 28.5% de los encuestados dijeron presentar sintomatología depresiva, y de este grupo el 41% presentaron sintomatología asociada a depresión moderada y severa, y el 12.8% tenía ideas suicidas; de acuerdo con el sexo, el 30.8% de las mujeres presentaban sintomatología depresiva, al igual que el 23.4% de los varones, cuyas edades fluctuaban entre 18 y 24 años.

En relación con el estrés, según el Ministerio de Salud - Servicio Público de Orientación y Consejería Telefónica Infosalud (2020), las principales preocupaciones de las personas son: El temor al contagio propio y de la familia, el duelo por los familiares perdidos, la inseguridad laboral y económica y los procedimientos para acceder al tratamiento especializado y las pruebas de descarte, señalando que esto les genera mucha ansiedad, siendo el estrés el problema de mayor preocupación (82.4%).

En el caso de Huancavelica, según el reporte oficial de la Sala Situacional de Salud COVID-19 del departamento de Huancavelica emitido por la Dirección Regional de Salud Huancavelica DIRESA (2020) hasta el 19 de octubre del 2020, Huancavelica presenta 15 066 casos positivos, y 212 fallecidos, siendo la provincia de Huancavelica la que mayor cantidad de contagios presenta (7 038). Además, debemos mencionar que, dentro de la provincia de Huancavelica, el distrito del mismo nombre presenta el mayor número de contagios de todos los distritos del departamento de Huancavelica (4 927 casos).

Este hecho también ha producido en la población huancavelicana problemas psicológicos como ansiedad y depresión, como manifiestan algunos pobladores en las conversaciones cotidianas que se ha tenido, no solamente por el aislamiento social y la cuarentena, sino por el temor al contagio y la pérdida de vidas humanas, principalmente en la ciudad capital. Al respecto, el MINSa (2020) sostiene que se ha incrementado el miedo y la incertidumbre respecto al contagio del covid-19, a la muerte y el hambre por la pérdida de ingresos, asimismo por el desconocimiento del virus y las formas de transmisión; elevando el umbral de la ansiedad, convirtiéndose así en detonantes del estrés a nivel físico, mental y social.

A pesar de esta situación muchos trabajadores han seguido y siguen laborando en un contexto para el cual no estaban preparados, convirtiendo sus hogares en su centro laboral, como es el caso de los docentes de educación básica, quienes son una de las poblaciones que más han sufrido los embates de la pandemia, como lo señala la Sala Situacional de Salud COVID-19 del departamento de Huancavelica (DIRESA, 2020), son 711 docentes infectados.

Aun así, continúan laborando en condiciones inadecuadas respecto al trabajo pedagógico, porque no solo tiene que lidiar con el temor a la enfermedad sino también con la falta de equipos tecnológicos con los que no cuentan los estudiantes, lo que genera en muchos casos frustración, desesperanza, para finalmente caer en un estrés; aunque es menester señalar que al igual que en el Perú, no existen cifras que evidencien el actual estado de salud mental de los docentes en el departamento de Huancavelica.

Particularmente, en la localidad de Huancavelica, se ha podido apreciar de acuerdo al relato de algunos colegas de educación básica regular y específicamente en los profesores de secundaria de instituciones educativas de gestión estatal, episodios de estrés y ansiedad durante las cuarentenas impuestas por el gobierno nacional y regional, las que estaban acompañadas, según refieren ellos (as) de síntomas físicos como insomnio, pérdida de apetito, vómitos, mal genio, irritabilidad y cambios bruscos en el estado de ánimo.

En este sentido, el propósito de la investigación fue determinar la posible relación entre el estrés laboral y la salud mental en los docentes de educación secundaria en el contexto de la pandemia del COVID-19.

METODOLOGÍA

El estudio pertenece al enfoque cuantitativo, es una investigación básica de nivel relacional. Se utilizaron los métodos científico y descriptivo con un diseño descriptivo correlacional. La muestra estaba conformada por 50 docentes de las instituciones educativas estatales de educación secundaria de la localidad de Huancavelica-Perú. Se utilizó la técnica de la encuesta y para el recojo de información se hizo uso de dos instrumentos: El Cuestionario de Estrés Laboral JSS para el estrés laboral y el Inventario de síntomas SLC-90-R para la salud mental, ambos adaptados al contexto de la población de estudio.

El Cuestionario de Estrés Laboral JSS (Spielberg y Vagg, 2010) consta de 30 ítems que se agrupan en cuatro dimensiones: Presión laboral, falta de apoyo social, falta de organización, y falta de realización personal. El instrumento está dividido en dos partes, la primera mide la intensidad de los 30 eventos estresantes en el trabajo, y la segunda, la frecuencia con la que ocurren los 30 acontecimientos estresantes. Las respuestas de la primera parte van de cero (0) a nueve (9), siendo 0 cuando uno de los 30 eventos no se presenta con intensidad y 9 cuando sean más estresantes.

La validación del instrumento se hizo mediante juicio de expertos a cargo de tres profesionales con conocimientos y experiencia en el campo de la Psicología, quienes evaluaron los ítems del instrumento de acuerdo con los criterios de suficiencia, relevancia, coherencia y claridad; siendo el coeficiente de validez de contenido total 0.963. La confiabilidad se hizo mediante la medida de coherencia interna, utilizando el Alfa de Cronbach con una prueba piloto a 20 docentes, cuyo resultado es de 0.915 para 30 ítems.

El Inventario de síntomas SLC-90-R (Derogatis y Savitz, 2000) consta de 90 ítems, cuyas respuestas tienen una escala tipo Likert, de 0 a 4 puntos, de acuerdo con la intensidad del malestar que ha vivido la persona en las últimas semanas. El instrumento permite evaluar e interpretar los resultados en nueve dimensiones: Somatizaciones, obsesiones y compulsiones, sensibilidad interpersonal, depresión, ansiedad, hostilidad, ansiedad fóbica, ideación paranoide y psicotismo.

La validación se realizó también mediante juicio de expertos con los mismos criterios del instrumento anterior; siendo el coeficiente de validez de contenido total 0.959. La confiabilidad se realizó mediante la medida de coherencia interna, utilizando el Alfa de Cronbach con una prueba piloto a 20 docentes, cuyo resultado es de 0.815 para 90 ítems.

RESULTADOS

Se procedió a realizar la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov para establecer si los datos tienen una distribución normal, observando valores inferiores a la significancia de 0.05, es decir p valor es menor a p planteado ($p \text{ valor}=0.5 < 0.000$), por lo que no tiene una distribución normal, por lo tanto, se hace uso de la estadística no paramétrica.

Prueba de hipótesis general

Hipótesis General

Ho: No existe una relación significativa entre estrés laboral y salud mental en docentes de educación secundaria en el contexto de la pandemia COVID-19.

H1: Existe una relación significativa entre estrés laboral y salud mental en docentes de educación secundaria en el contexto de la pandemia COVID-19.

Nivel de significancia: $\alpha < 0,05$

Determinación del estadístico de prueba: Se utilizó el estadígrafo de prueba de la Rho de Spearman para medir la relación entre estrés laboral y los síntomas de somatización porque no tiene una distribución normal.

Determinación del p-valor: Respecto a la variable salud mental, está integrado por un conjunto de síntomas psicopatológicos: somatizaciones, obsesiones y compulsiones, sensibilidad interpersonal, depresión, ansiedad, hostilidad, ansiedad fóbica, ideación paranoide y psicotismo; que a decir de Lara (2018), es un conjunto de varias entidades nosológicas, que son independientes unas de otras; por lo que se ha relacionado cada una de ellas con el estrés laboral.

Tabla 1

Correlación de Rho de Spearman entre estrés laboral y salud mental

		Estrés laboral		
		N	r	p
Salud mental	Somatizaciones	50	-0.152	0.292
	Obsesiones y compulsiones	50	-0.292	0.040*
	Sensibilidad interpersonal	50	-0.113	0.433
	Depresión	50	-0.226	0.115
	Ansiedad	50	-0.180	0.211
	Hostilidad	50	-0.248	0.083
	Ansiedad fóbica	50	-0.003	0.985
	Ideación paranoide	50	-0.154	0.286
	Psicotismo	50	-0.096	0.507

Nota: N
Nota: * ($p < 0,05$)

En la tabla 1, se puede apreciar que, únicamente los síntomas de obsesiones y compulsiones ($p=0.040$) presentan un p valor menor a 0.05. De acuerdo con los resultados se puede evidenciar que la variable estrés laboral se correlaciona negativamente con los síntomas: somatizaciones ($r=-0.152$), obsesiones y compulsiones ($r=-0.292$), sensibilidad interpersonal ($r=-0.113$), depresión ($r=-0.226$), ansiedad ($r=-0.180$), hostilidad ($r=-0.248$), ansiedad fóbica ($r=-0.003$), ideación paranoide ($r=-0.154$) y psicotismo ($r=-0.096$).

Toma de decisión: $p < \alpha$

De acuerdo con los datos y el resultado que se ha obtenido del contraste de la hipótesis, no hay evidencia suficiente para aceptar la hipótesis alterna, por lo que se rechaza la hipótesis alterna y

se acepta la hipótesis nula: No existe una relación significativa entre estrés laboral y salud mental en docentes de educación secundaria en el contexto de la pandemia COVID-19.

DISCUSIÓN

Los resultados que responden al objetivo general que es determinar la relación entre estrés laboral y salud mental en docentes de educación secundaria en el contexto de la pandemia COVID-19, indican que no existe una correlación significativa entre estrés laboral y salud mental. Para ello se ha realizado un procesamiento y análisis independiente por ser estos síntomas varias entidades nosológicas independientes entre sí (Lara, 2018), encontrándose únicamente que los síntomas obsesivos y compulsivos (0.040) presentan un *p* valor menor a 0.05 (nivel de significancia). Al respecto, se puede decir que, los resultados tienen cierta correspondencia con el estudio realizado por Socorro (2016) en docentes de educación secundaria de Lima, donde de halló que ninguno de los factores asociados al estrés (ansiedad, depresión, creencias desadaptativas, presiones, desmotivación y mal afrontamiento) serían posibles causas del estrés.

Por otro lado, los resultados difieren del estudio realizado en Colombia por Lemos et al. (2018) sobre estrés y salud mental en estudiantes de medicina en una muestra de 217 estudiantes universitarios, donde se encontró relación entre los niveles de estrés, salud mental y las variables psicológicas, fisiológicas y educativas; esto posiblemente se deba a la disparidad de muestras. De la misma manera, rechazan los hallazgos de Cladellas et al. (2018) en España sobre la relación entre satisfacción, salud y estrés laboral de los profesores universitarios, en el cual los docentes jóvenes que trabajan temporalmente tienen una baja salud física y mental, así como una menor satisfacción laboral, en comparación con los docentes que tienen trabajo estable.

Los resultados que apuntan al objetivo específico 1 que es determinar la relación entre el estrés laboral y los síntomas de somatización, confirman que no existe una relación significativa entre el estrés laboral y los síntomas de somatización, por lo que se ha establecido una correlación negativa ($r=-0.152$) con un *p* valor (0.292) que es mayor al nivel de significancia, lo que sugiere una relación negativa muy débil, es decir, a medida que aumenta el estrés laboral, los síntomas de somatización tienden a disminuir ligeramente, aunque esta relación es muy débil. Los hallazgos de la investigación difieren del estudio realizado por Rodríguez et al. (2018) en el Ecuador, que indica un impacto del estrés (aunque no específicamente laboral) en la salud mental de los docentes universitarios, especialmente referidas a los efectos en la salud (tensión muscular, fatiga, alteraciones cardíacas, trastorno estado de ánimo). En la misma dirección está el estudio realizado por Matud et al. (2002), quienes encontraron que a más presión laboral más síntomas somáticos, por lo que se puede decir también, a menor presión laboral, menos síntomas somáticos.

Los resultados que responden al objetivo específico 2 que es determinar la relación entre el estrés laboral y los síntomas de obsesiones y compulsiones, indican que existe relación significativa entre el estrés laboral y los síntomas de obsesiones y compulsiones, por lo que se ha establecido una correlación negativa ($r=-0.292$) con un *p* valor (0.040) que es menor al nivel de significancia; lo que sugiere que, en general, a mayor estrés laboral, se observan menos síntomas de obsesiones y compulsiones. El estudio realizado por Gallego y García (2014), confirma la asociación entre estas dos variables, ya que una de las posibles causas de los trastornos obsesivos y compulsivos es el estrés (aunque no precisa que sea el estrés laboral), ya que han encontrado la creencia de que los síntomas obsesivos y compulsivos presentados se debe al estrés en un 5%.

Respecto al objetivo específico 3 que es determinar la relación entre el estrés laboral y los síntomas de sensibilidad interpersonal, se ha determinado que no existe relación significativa entre el estrés laboral y los síntomas de sensibilidad interpersonal, por lo que se ha establecido una correlación negativa ($r=-0.113$) con un *p* valor (0.433) que es mayor al nivel de significancia; lo que sugiere que hay una ligera tendencia a que a mayor estrés laboral, menor sensibilidad interpersonal, aunque

la magnitud de esta relación es muy débil. No se ha encontrado evidencia alguna que permita comparar los resultados de la presente investigación con otras investigaciones.

Los resultados que apuntan al objetivo específico 4 que es determinar la relación entre el estrés laboral y los síntomas de depresión, confirman que no existe relación significativa entre el estrés laboral y los síntomas de depresión, con un nivel de confianza del 95% y una significancia de 0.05, por lo que se ha establecido una correlación negativa ($r=-0.226$) con un p valor (0.115); lo que implica que, a medida que el estrés laboral aumenta, los síntomas de depresión tienden a disminuir ligeramente, sin embargo, esta correlación es relativamente débil. Los resultados coinciden en parte con el estudio de Matud et al. (2002), que hallaron una relación entre la presión laboral y la depresión grave en una muestra de docentes de educación primaria y secundaria. Esto sugiere que, en el estudio actual, es probable que no se haya identificado una relación entre la presión laboral y el estrés leve, dado que los docentes en esta investigación mostraban un nivel bajo de síntomas de depresión.

Los resultados que responden al objetivo específico 5 que es determinar la relación entre el estrés laboral y los síntomas de ansiedad, indican que no existe relación significativa entre el estrés laboral y los síntomas de ansiedad, por lo que se ha establecido una correlación negativa ($r=-0.180$) con un p valor (0.211), que es mayor al nivel de significancia; lo que indica que probablemente, a medida que el estrés laboral aumenta, los síntomas de ansiedad disminuyen, sin embargo, esta correlación es débil. En contraste, el estudio de Arcia et al. (2016), realizado con una muestra de trabajadores de una fábrica en Nicaragua, halló una relación entre el estrés laboral y la ansiedad, con un nivel de significancia de 0.05. No obstante, ellos también reportaron que la mayoría de los casos presentaban niveles de ansiedad leve (72.7%), lo cual es comparable con los niveles bajos encontrados en nuestro estudio (80%).

Respecto al objetivo específico 6 que es determinar la relación entre el estrés laboral y los síntomas de hostilidad, se ha determinado que no existe relación entre el estrés laboral y los síntomas de hostilidad, por lo que se ha establecido una correlación negativa ($r=-0.248$) con un p valor (0.083) que es mayor al nivel de significancia; lo que probablemente sugiere que indica que, a medida que aumenta el estrés laboral, los síntomas de hostilidad tienden a disminuir, no obstante la relación es relativamente débil. En relación con estos hallazgos, no se ha encontrado evidencia alguna que permita comparar los, pero se puede deducir que posiblemente esto se debería a que no se utilizó un instrumento específico para medir los síntomas de hostilidad.

Los resultados que apuntan al objetivo específico 7 que es determinar la relación entre el estrés laboral y los síntomas de ansiedad fóbica, indican que no existe relación entre el estrés laboral y los síntomas de ansiedad fóbica, por lo que se ha establecido una correlación negativa ($r=-0.003$) con un p valor (0.985); lo que significa que, no hay prácticamente ninguna relación entre el estrés laboral y los síntomas de ansiedad fóbica, siendo la correlación negativa tan débil que prácticamente no hay ninguna tendencia observable. Al respecto, no se ha encontrado evidencia suficiente para comparar los resultados de esta investigación con otros estudios sobre la relación entre el estrés laboral y los síntomas de ansiedad fóbica en docentes de educación secundaria.

Respecto al objetivo específico 8 que es determinar la relación entre el estrés laboral y los síntomas de ideación paranoide, se contrastó que no existe relación entre el estrés laboral y los síntomas de ideación paranoide, por lo que se ha establecido una correlación negativa ($r=-0.154$) con un p valor (0.286) que es mayor al nivel de significancia; lo que implica que hay una ligera tendencia a que, a medida que aumenta el estrés laboral, los síntomas de ideación paranoide disminuyan, no obstante la correlación es bastante débil. No se ha encontrado ninguna evidencia para comparar los resultados de esta investigación con otros estudios; sin embargo, se puede inferir que esto podría deberse al uso de un instrumento especializado para medir dichos síntomas. Además, es

importante mencionar que la ideación paranoide es poco frecuente entre los docentes de la muestra, ya que el 67.31% se encuentra en el nivel bajo.

Por último, los resultados que apuntan al objetivo específico 9 que es determinar la relación entre el estrés laboral y los síntomas de psicotismo, permiten sostener que no existe relación entre el estrés laboral y los síntomas de psicotismo, por lo que se ha establecido una correlación negativa ($r=-0.096$) con un p valor (0.507) que es mayor al nivel de significancia; lo que indicaría que no hay una tendencia clara entre el aumento del estrés laboral y la disminución de los síntomas de psicotismo, o viceversa. Tampoco hay otras investigaciones que permitan comparar estos resultados, no obstante, se puede inferir que esto podría deberse a la falta de un instrumento especializado para medir los síntomas de psicotismo. Además, es importante señalar que el psicotismo casi no se presenta entre los docentes de la muestra, ya que el 84.62% de ellos se encuentran en el nivel bajo.

CONCLUSIÓN

De acuerdo con los resultados se puede concluir que hay una relación negativa pero que no es significativa entre el estrés laboral y la salud mental en docentes de educación secundaria en el contexto de la pandemia COVID-19, siendo únicamente los síntomas de obsesiones y compulsiones que representan una relación significativa con el estrés laboral.

Por lo tanto, dado que los síntomas de salud mental como somatizaciones, obsesiones y compulsiones, depresión, ansiedad, hostilidad, ansiedad fóbica, ideación paranoide y psicotismo son entidades nosológicas independientes entre sí, deben ser estudiados de manera específica; por lo que habiendo utilizado un instrumento que abarcó todos estos síntomas, los datos no permitieron establecer una relación significativa entre la mayoría de estos síntomas y el estrés laboral, con excepción de la dimensión de obsesiones y compulsiones. Lo que implica que se debería investigar las relaciones específicas entre cada uno de estos síntomas y el estrés laboral, teniendo en cuenta otras variables como sexo, nivel educativo, etc.; y como ocurre con cualquier investigación, los resultados son provisionales y deben ser revisados y actualizados continuamente, y a partir de estos resultados, se pueden desarrollar nuevas hipótesis.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alvites, C.G. (2019). Estrés docente y factores psicosociales en docentes de América Latina, Norteamérica y Europa. *Fines y representaciones*, 7 (3), 141-178. <https://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/393>

Arcia, D.C.; Leiva, P.F. y Prado M.J. (2016). Estrés, ansiedad y desempeño laboral en trabajadores de la Empresa Empaques y Productos Plásticos de Nicaragua durante el primer semestre del año 2016. [Tesis monográfica para optar al título de Licenciadas en Psicología. Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua]. <https://repositorio.unan.edu.ni/10378/1/9142.pdf>

Bonilla, J.A. (2020). Las dos caras de la educación en el COVID-19. *CienciAmérica*, 9(2), 89-98. <http://cienciamerica.uti.edu.ec/openjournal/index.php/uti/article/view/294/461>

Cardozo, L., (2016). El estrés en el profesorado. *Reflexiones en psicología*, 15, pp. 75-98. http://www.scielo.org.bo/pdf/rip/n15/n15_a06.pdf

Cladellas, R.; Castelló, A. y Parrado, E. (2018). Satisfacción, salud y estrés laboral del profesorado universitario según su situación contractual. *Revista de Salud Pública*, 20 (1): pp. 53-59. <http://www.scielo.org.co/pdf/rsap/v20n1/0124-0064-rsap-20-01-00053.pdf>

Centros para el control y la prevención d enfermedades CDC. (2020). Enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19). Blog. <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/managing-stress-anxiety.html>

De Pablo, C. (2007). Estrés y hostigamiento laboral (2^a ed.). Jaén: Formación Alcalá. <https://www.casadellibro.com/libro-estres-y-hostigamiento-laboral/9788496224094/977535>

Derogatis, L. R. & Savitz, K. L. (2000). The SCL-90-R and Brief Symptom Inventory (BSI) in primary care. In M. E. Maruish (Ed.), *Handbook of psychological assessment in primary care setting* (pp. 297-334). Mahwah: Lawrence Erlbaum.

Diario Gestión (2020). El 76% de empresas afirma que necesita apoyo para gestión de la salud mental de sus trabajadores. 09 de octubre del 2020. <https://gestion.pe/economia/management-empleo/el-76-de-empresas-afirma-que-necesita-apoyo-para-la-gestion-de-la-salud-mental-de-sus-trabajadores-nndc-noticia/>

DIRESA (2020). Vigilancia epidemiológica del COVID-19 en el departamento de Huancavelica. Sala situacional de salud COVID-19 departamento de Huancavelica (2020). https://www.diresahuancavelica.gob.pe/wp_diresa/?page_id=9985

Gallego, M. y García, G. (2014). Trastorno obsesivo-compulsivo: creencias, conocimientos y estigma en el ámbito docente. [Trabajo final del Máster Universitario en Psicopedagogía. Universidad de Valencia]. https://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/37334/GallegoCandel_Trabajo.final.M%c3%aa1sterPsicopedagog%c3%ada.pdf?sequence=1&isAllowed=y

González, Ch. A. (2018). Estrés laboral en docentes de la primera infancia. [Tesis de pregrado. Corporación Universitaria Minuto de Dios. Bogotá, Colombia]. https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/6388/TPED_GonzalezGonzalezCharleneAndrea_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Guevara, A., Sánchez, C. y Parra, L. (2014). Estrés laboral y salud mental. Revista Colombiana de Salud Ocupacional, 4(4). https://revistas.unilibre.edu.co/index.php/rc_salud_ocupa/article/view/4963

Huarcaya, J. (2020). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. Revista peruana de medicina experimental y salud pública, vol. 37 (2). <https://rmpesp.ins.gob.pe/index.php/rmpesp/article/view/5419>

Lara, C.M. (2018). Relación entre síntomas de salud mental, procrastinación académica y rendimiento académico en estudiantes de Psicología de la Universidad Alas Peruanas filial Huancavelica. [Tesis de posgrado. Universidad Nacional de Huancavelica]. <http://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/2380/TESIS-FED-2018-LARA%20TORRESpdf.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Lemos, M.A.; Henao, M. y López, D.C. (2018). Estrés y Salud Mental en Estudiantes de Medicina: Relación con Afrontamiento y Actividades Extracurriculares. Archivos de medicina. Vol. 14 No. 2:3. <https://www.archivosdemedicina.com/medicina-de-familia/estreacutees-y-salud-mental-en-estudiantes-de-medicina-relacioacuteen-con-afrontamiento-y-actividades-extracurriculares.pdf>

Lozano, A. (2020). Impacto de la epidemia del coronavirus (COVID-19) en la salud mental del personal de salud y en la población general de China. Revista Neuro-psiquiatría, vol. 83, núm. 1. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=372062853003>

Matud et al. (2002). Matud, M.P.; Matud, M.J. y García, M.A. (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, vol. 2, núm. 3, febrero-marzo, pp. 451- 465. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33720305>

Ministerio de Salud - Servicio Público de Orientación y Consejería Telefónica Infosalud (2020). Principales preocupaciones de las personas. Aplicativo.

MINSA. (2020). Guía Técnica de la Salud Mental del personal de la salud en el contexto del COVID-19. <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/5000.pdf>

Naciones Unidas (2020). Informe de políticas: La COVID-19 y la necesidad de actuar en relación con la salud mental. https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/policy_brief_-_covid_and_mental_health_spanish.pdf

OIT. (2020). El teletrabajo durante la pandemia de COVID-19 y después de ella. Guía práctica. https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---travail/documents/publication/wcms_758007.pdf

OMS (2004). Organización Mundial de la Salud OMS. (2004). Promoción de la Salud Mental: conceptos, evidencia emergente, práctica. Informe compendiado. https://www.who.int/mental_health/evidence/promocion_de_la_salud_mental.pdf

Oros, L., Rubilar, N. y Chemisquy, S.N. (2020). Estresores docentes en tiempos de pandemia: Un instrumento para su exploración. https://www.researchgate.net/publication/343696634_Estresores_docentes_en_tiempos_de_pandemia_Un_instrumento_para_su_exploracion_Teachers'_stressors_in_times_of_pandemic_an_instrument_for_their_exploration/citation/download

Ortiz, C. (2020). Estrés laboral en tiempos de pandemia. Universidad Nacional de Costa Rica (UNA). <https://www.unacomunica.una.ac.cr/index.php/mayo-2020/2970-estres-laboral-en-tiempos-de-pandemia>

Restrepo, O, Jaramillo E, Juan C. (2012). Concepciones de salud mental en el campo de la salud pública. Rev. Fac. Nac. Salud Pública. 30(2): 202-211. <http://www.scielo.org.co/pdf/rfnsp/v30n2/v30n2a09.pdf>

Rodríguez, A.; Toro, J. y Martínez, A. (2009). El Trastorno Obsesivo-Compulsivo: Escuchando las voces ocultas. Revista Puertorriqueña de Psicología, vol. 20, pp. 7-32 Asociación de Psicología de Puerto Rico San Juan, Puerto Rico. <https://www.redalyc.org/pdf/2332/233216361001.pdf>

Saldaña, A.J. y Sánchez, D.A. (2019). Estrés laboral y clima organizacional en colaboradores de entidades públicas pertenecientes a la generación millennial, Tarapoto 2018. [Tesis de pregrado. Universidad Peruana Unión. Escuela Profesional de Psicología]. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/1751>

Socorro, N. (2016). Factores que influyen en el estrés de los docentes del nivel de educación secundaria del colegio San José de Monterrico. [Tesis de Maestría en Educación con Mención en Teorías y Gestión Educativa. Universidad de Piura. Facultad de Ciencias de la Educación, Piura, Perú]. https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/2497/MAE_EDUC_302.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Spielberg, D. y Vagg, P.R. (2010). Manual: Cuestionario de estrés laboral. TEA ediciones S.A. <http://web.teaediciones.com/JSS.-CUESTIONARIO-DE-ESTRES-LABORAL.aspx>