

**UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Psicología



**Estrés laboral y depresión en docentes universitarios de Lima  
Este, 2024**

Tesis para obtener el Título Profesional de Psicólogo(a)

**Autores:**

Johan Ricardo Changanqui Nolasco

Kristy Sara Espinoza Huaranga

**Asesor:**

Mg. Ivette Viviana Ola Banda

Lima, diciembre de 2025

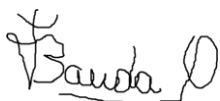
## DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo Ivette Viviana Ola Banda docente de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“ESTRÉS LABORAL Y DEPRESIÓN EN DOCENTES UNIVERSITARIOS DE LIMA ESTE, 2024”** de los autores Changanahui Nolasco Johan Ricardo y Espinoza Huaranga Kristy Sara, tiene un índice de similitud de 11 % verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 24 días del mes de abril del año 2025.



---

Mtra. Viviana Ola Banda



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En Lima, Piura, Villa Unión, a 17 día(s) del mes de diciembre del año 2025 siendo las 11:30 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Lima, bajo la dirección del (de la) presidente(a):

Mtro. Cristian Edwin Adriano Rengifo el (a) secretario(a): Bsc. Mariza Ruth Cuentas Yapa y los demás miembros: Psic. Abigail Flores Albornoz y el (a) asesor(a) Mtro. Viviana Ola Banda.

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulado: Estrés laboral y depresión en docentes universitarios de Lima Este, 2024

- a) Kristy Sara Espinoza Huaranga
b) Johan Ricardo Changanqui Nolasco
c)

conduciente a la obtención del título profesional de: Psicólogo

Denominación del Título Profesional

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (a la) / a (los) (las) candidato(s)/a hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por al (a la) / a (los) (las) candidato(s)/a. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Bachiller (a): Kristy Sara Espinoza Huaranga

Table with columns: CALIFICACIÓN, ESCALAS (Vigesimal, Literal, Cualitativa), Mérito. Row 1: Aprobado, 16, B, Bueno, Muy bueno

Bachiller (b): Johan Ricardo Changanqui Nolasco

Table with columns: CALIFICACIÓN, ESCALAS (Vigesimal, Literal, Cualitativa), Mérito. Row 1: Aprobado, 16, B, Bueno, Muy bueno

Bachiller (c):

Table with columns: CALIFICACIÓN, ESCALAS (Vigesimal, Literal, Cualitativa), Mérito. Row 1: Empty

(\*) Ver parte posterior Esta sustentación fue virtual sincrónica. Finalmente, el Presidente del jurado invitó al (a la) / a (los) (las) candidato(s)/a a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.

Signatures and names of President, Asesor(a), Miembro, and Bachiller (a), (b), (c).

## **Dedicatoria**

A Dios por habernos permitido lograr nuestras metas. A nuestros padres por su ejemplo de perseverancia y fortaleza para salir adelante a pesar de los obstáculos que pueden presentarse. Asimismo, a las personas que estuvieron con nosotros motivándonos en todo este proceso.

## **Agradecimientos**

En primer lugar, damos gracias a Dios por guiarnos hasta esta etapa de nuestras vidas, así mismo, estamos agradecidos con nuestros padres quienes confiaron en nosotros y nos apoyaron incondicionalmente, motivándonos día a día para así poder hacer realidad nuestros sueños.

## Índice de Contenido

Dedicatoria .....	iv
Agradecimientos .....	v
Índice de Contenido .....	vi
Resumen .....	vii
Abstract .....	viii
Introducción .....	9
Metodología .....	16
1. Diseño, tipo de investigación .....	16
2. Participantes .....	16
3. Instrumentos .....	17
3.1. Escala de estrés laboral de Hock .....	17
3.1.1. Confiabilidad por consistencia interna .....	17
3.2. Escala de autoevaluación de depresión de Zung .....	18
3.2.1. Confiabilidad por consistencia interna .....	18
4. Procedimiento y aspectos éticos .....	18
5. Análisis estadístico .....	19
Resultados .....	20
1. Resultados descriptivos .....	20
1.1. Datos sociodemográficos .....	20
1.2. Análisis descriptivo de las variables .....	21
2. Resultados inferenciales .....	22
2.1. Comprobación de supuestos .....	22
2.2. Resumen del modelo .....	23
2.3. Coeficientes del modelo .....	23
2.4. Análisis de correlación .....	24
Discusión .....	25
Limitaciones .....	30
Conclusiones y recomendaciones .....	30
Referencias .....	31

## **Estrés laboral y depresión en docentes universitarios de Lima Este, 2024**

### **Resumen**

El objetivo del estudio fue determinar la relación entre la depresión y estrés laboral en docentes universitarios de Lima Este, 2024. La metodología empleada es de enfoque cuantitativo, diseño no experimental, corte transversal y tipo correlacional, la muestra de estudio está constituida por 482 docentes de ambos géneros cuyas edades oscilan entre 25 y 60 años. Para ello, se empleó la escala de Estrés Laboral de Hock y escala de Autoevaluación de Depresión de Zung (todos ellos validos en constructo y fiabilidad), además para el análisis de datos se hizo uso del coeficiente de correlación de R de Pearson. Los hallazgos han demostrado que la depresión se relaciona de manera directa, positiva y moderada con el estrés laboral, por los valores conseguidos ( $r = .468$  y  $p = .001$ ); síntomas psicológicos ( $r = .260$  y  $p = .001$ ), síntomas físicos ( $r = .433$  y  $p = .001$ ), síntomas comportamentales ( $r = .510$  y  $p = .001$ ). En conclusión, la presente investigación nos indica que existe modera significancia y relación entre la depresión y estrés laboral, así mismo, existe relación significativa entre los factores de depresión y la variable estrés laboral.

**Palabras clave:** Estrés laboral, depresión, docentes, carga laboral

## **Work stress and depression in university teachers in East Lima, 2024**

### **Abstract**

The objective of the study was to determine the relationship between depression and work stress in university teachers in Lima Este, 2024. The methodology used is a quantitative approach, non-experimental design, cross-sectional and correlational type, the study sample is made up of 482 teachers of both genders whose ages range between 25 and 60 years. For this, the Hock Work Stress Scale and the Zung Depression Self-Assessment Scale were used (all of them valid in construct and reliability), in addition to the Pearson R correlation coefficient for data analysis. The findings have shown that depression is directly, positively and moderately related to work stress, by the values obtained ( $r = .468$  and  $p = .001$ ); psychological symptoms ( $r = .260$  and  $p = .001$ ), physical symptoms ( $r = .433$  and  $p = .001$ ), behavioral symptoms ( $r = .510$  and  $p = .001$ ). In conclusion, the present research indicates that there is a moderate significance and relationship between depression and work stress, likewise, there is a significant relationship between the depression factors and the work stress variable.

**Keywords:** Work stress, depression, teachers, workload

## Introducción

En la actualidad, la educación superior cumple una función fundamental en el crecimiento de la evolución de las masas contemporáneas y los docentes universitarios son los actores clave en la formación de actores en la preparación de especialistas aptos y ciudadanos con pensamiento crítico, sin embargo, el entorno laboral en las universidades puede ser particularmente desafiante (Rodríguez et al., 2020). Estas condiciones pueden contribuir significativamente al estrés laboral, un fenómeno que, si no se gestiona correctamente puede provocar dificultades de salud mental como episodios depresivos o incluso depresión mayor en ellos (Manzur Vera et al., 2022).

Esta situación mencionada que puede surgir como consecuencia de las condiciones laborales adversas no solo compromete el bienestar general de los profesores universitarios, sino que puede impactar negativamente en el entorno educativo, afectando el grado de calidad de enseñanza y el adiestramiento a los alumnos (Baculima- Japón et al., 2022).

El aumento del estrés laboral y la depresión entre los docentes universitarios no es un fenómeno aislado, sino que es parte del sector educativo del Perú. En los años recientes, las políticas educativas han impulsado el fortalecimiento del nivel educativo y la internacionalización de las universidades, lo que ha elevado las expectativas y demandas sobre los docentes (Mamani y Condori, 2022), a raíz de ello, la presión por alcanzar los logros de calidad educativa y la evaluación constante también son factores críticos, así como, la exigencia de resultados en términos de publicaciones, proyectos de investigación y la evaluación constante de los alumnos y las autoridades académicas crean un ambiente de alta competencia y estrés constante (Delgado et

al., 2023). Por otro lado, la escasa capacitación en manejo del estrés y salud mental entre los docentes es otro aspecto que agrava el problema, por lo tanto, disminuye su capacidad para gestionar efectivamente estos desafíos (Latorre et al., 2022).

Investigaciones previas han demostrado que hay relación directa entre el estrés laboral y la aparición de síntomas depresivos, un informe de la Asociación Internacional de Universidades (2020) reveló que el 40% de los docentes universitarios en todo el mundo experimentan altos niveles de estrés laboral, principalmente como resultado de la carga laboral, la presión para publicar investigaciones, y las responsabilidades administrativas. Del mismo modo, un estudio global publicado por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2020) encontró que luego de la pandemia aumentó significativamente los porcentajes de estrés, ansiedad y depresión entre esta población, aproximadamente el 60% de los docentes reportaron un incremento en la carga de trabajo y el estrés.

Lima Este, la cual es la población a estudiar es una zona de la capital peruana con características socioeconómicas y culturales particulares, alberga diversas instituciones de educación superior que contribuyen al desarrollo académico y profesional de sus estudiantes, no obstante, los docentes de estas instituciones a menudo deben lidiar con condiciones laborales adversas, como sobrecarga de trabajo, falta de recursos, y presión por resultados académicos, lo cual puede repercutir negativamente en su salud mental (Valles y Castro, 2022). Este fenómeno se expresa mediante manifestaciones físicas, emocionales y sentimentales que pueden deteriorar progresivamente su bienestar general (Asencios et al., 2023).

Teniendo toda la problemática presentada, se han realizado investigaciones con las variables en cuestión como en Ecuador, Tapia et al. (2021) hicieron una

investigación con una población de 65 trabajadores de 20 a 70 años, para el cual respondieron la escala de agotamiento de Maslach, la prueba sobre la Salud del Paciente (PHQ-9). A raíz de ello, los hallazgos refieren que el 52.31% de los participantes evidenciaron estrés en el trabajo y el 47.69 % obtuvieron índices de depresión, lo que quiere decir, que los médicos que reportan altos niveles de burnout tienden a mostrar síntomas significativos de depresión, esto sugiere que la fatiga emocional es un elemento fundamental clave del Burnout.

Además, en México Lucas- Hernández et al. (2022) realizaron un estudio en relación al: Estrés, ansiedad y depresión en colaboradores de salud. Para el estudio se recolectó información de 537 pacientes que oscilaban entre 34 a 60 años, para ello resolvieron el inventario de depresión y ansiedad de Beck y la escala de Estrés Laboral. Finalmente, los hallazgos evidenciaron que el estrés se presentó en un 83%, la ansiedad en un 66.3% y la depresión en un 44.7%; concluyendo que la existencia de estrés, ansiedad y depresión en los colaboradores es delicada, considerando que el estrés fue la alteración más encontrada.

Asimismo, los investigadores como Gómez et al. (2021) quienes tuvieron un estudio poblacional en México respecto a la Ansiedad, depresión y estrés laboral en personal de salud. En dicha investigación se dieron los datos de 86 trabajadores de 21 a 65 años, los cuales respondieron el Inventario de Ansiedad de Beck, la Escala de Depresión de Hamilton y el Inventario de agotamiento de Maslach. Los hallazgos del estudio fueron que los trabajadores presentaron ansiedad severa fue de 2.3%, el 5.8% presentó depresión mayor, mientras que el 60.5% del personal presentó un nivel de estrés moderado, lo cual indica que los trabajadores del Hospital se encuentran estresados debido a las responsabilidades tanto laborales, emocionales, como domésticas.

Por otro lado, a nivel nacional un estudio realizado por Fuster Guillén et al. (2019) revelaron que aproximadamente el 45% de los docentes universitarios en Perú reportan niveles significativos de estrés laboral, asimismo, las causas más relevantes fueron identificadas fueron la sobrecarga de trabajo, las presiones para la investigación y la falta de recursos institucionales. Del mismo modo, según un informe del Ministerio de Educación (MINEDU, 2022), refiere que la salud mental de los docentes es una incertidumbre cada vez mayor, el estudio mostró que el 30% de los profesores universitarios presentaban manifestaciones de ansiedad y depresión, exacerbados por las condiciones laborales y la pandemia del Covid- 19, que reportó que el 35% de los profesores tienen indicadores de ansiedad y incertidumbre, así, como el 45% refieren estar con signos de tristeza y desesperación por la pandemia que se encuentran.

También, en Lima los investigadores Obando et al. (2020) hicieron un estudio en donde muestra que se utilizó fue de 12 trabajadores de enfermería de Lima y Callao, el cual resolvieron los instrumentos, la escala de depresión, ansiedad y estrés - 21 ítems (DASS-21). Los hallazgos evidenciaron que el 39.1% de los enfermeros enfrentaron grados de ansiedad, el 24.6% de depresión, y el 8.8% presentó algún grado de estrés, se da por sentado que los enfermeros que brindan atención a personas asistidas de COVID-19 en los servicios tienen niveles de ansiedad más altos que los de depresión y estrés.

Además, en Huancayo Pacheco y Vela (2020) realizaron un estudio llamado: Síndrome de burnout y depresión en trabajadores de la Universidad Nacional del Centro del Perú-2018, se encuestó a 225 trabajadores cuyas que oscilan entre 18 a 60 años, para la evaluación se usó los siguientes instrumentos: el inventario de Maslach para Síndrome de Burnout y la Escala de depresión de Hamilton. En cuanto

a los resultados se encontró que el 46.67% de los trabajadores tienen Burnout moderada y referente a la depresión el 38.67% de los trabajadores presentaron una depresión moderada, concluyendo que los trabajadores de la Universidad tienen alteraciones psicológicas la cual les impide desempeñarse de manera óptima.

Considerando los antecedentes presentados, Tenorio (2021) refiere el estrés laboral como una reacción corporal y psicológica del individuo ante demandas y presiones en el ámbito de trabajo que van por delante de su capacidad de manejo y adaptación. Asimismo, Rojas- Solís et al. (2021) refieren que los componentes de estrés laboral son: Factores estresores, Respuestas al estrés y las consecuencias que provocan ello. En cuanto a las causas del estrés laboral, según Reyna et al. (2021) son: Sobrecarga de trabajo, falta de control, Ambigüedad de Rol, Conflicto de Rol, Relaciones Interpersonales y Inseguridad laboral. Además, Ortiz (2020) refieren que los efectos del estrés son: Efectos físicos del Estrés Laboral las cuales son: Aumento de la presión arterial, causas de enfermedades cardíacas como la hipertensión y la cardiopatía isquémica; Efectos Psicológicos del Estrés Laboral las cuales son: Ansiedad y Depresión, Problemas Cognitivos y Emociones Negativas; Efectos Organizacionales de Estrés Laboral, las cuales son: Baja Moral e Insatisfacción Laboral, Mayor posibilidad de sufrir un infarto o accidente cerebrovascular. A raíz de ello, el Modelo teórico de esta variable es el propuesto por Karasek (2020) quien refiere que este modelo se centra en dos dimensiones principales del entorno laboral: las demandas psicológicas del trabajo y el control que los empleados tienen sobre su trabajo.

En relación con la depresión, Del Cid (2021) lo describe como un trastorno del estado de ánimo que se expresa mediante una tristeza duradera y una disminución del interés en actividades que anteriormente eran placenteras, acompañado de

diversos síntomas físicos y emocionales. En relación, a los síntomas de depresión Hermosa et al. (2021) mencionan los siguientes: Síntomas Emocionales, Síntomas Físicos, Síntomas Cognitivos y Síntomas Conductuales. Por otro lado, existen varios tipos de depresión, cada uno con sus propias características y criterios de diagnóstico, Arredondo et al. (2021) refieren que algunos de los tipos más comunes: depresión mayor (Trastorno depresivo mayor), distimia (Trastorno depresivo persistente), depresión bipolar (Trastorno bipolar), depresión situacional (Trastorno de adaptación con estado de ánimo deprimido). Asimismo, las causas de la depresión, Mosquera et al. (2022) describen algunas de las principales causas que pueden favorecer el surgimiento de la depresión: factores biológicos, factores psicológicos, factores sociales y ambientales y factores de estilo de vida. Del mismo modo, las teorías sobre la sintomatología de depresión el cual es la teoría Cognitivista de la depresión creado por Beck (1995) este modelo identifica cuatro factores que contribuyen al desarrollo de este trastorno.

El primero es la triada cognitiva, que se refiere a la percepción negativa que la persona tiene sobre su futuro, su entorno y sí misma, en este contexto, el individuo con depresión se ve a sí mismo como indeseable, incapaz e indigno, percibiendo el mundo como un lugar repleto de obstáculos y problemas sin solución, y anticipando un futuro sin esperanzas. El segundo factor se relaciona con los pensamientos automáticos negativos, que son pensamientos involuntarios y repetitivos que desencadenan la carga emocional típica en los episodios depresivos. El tercer factor se refiere a los errores en la percepción y el análisis de la información. Finalmente, el cuarto factor está relacionado con los esquemas disfuncionales.

El presente estudio tiene como objetivo general determinar la relación que existe entre la depresión y el estrés laboral en docentes universitarios de Lima- Este, 2024.

Asimismo, los objetivos específicos del estudio son, determinar la relación que existe entre la depresión y síntomas psicológicos en docentes universitarios de Lima- Este, 2024, así como, determinar si hay relación entre la sintomatología de depresión y síntomas físicos en docentes universitarios de Lima Este, 2024 y determinar si hay relación entre la depresión y síntomas comportamentales en docentes universitarios de Lima Este, 2024.

## **Metodología**

### **1. Diseño, tipo de investigación**

El estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, ya que se trabajó con datos estadísticos para comprender la realidad observada. Se utilizó un diseño no experimental, dado que no se intervinieron ni manipularon los constructos, sino que se analizaron tal como ocurren en su contexto natural, permitiendo así una interpretación significativa. Además, se trató de una investigación de tipo correlacional, al buscar comprender cómo se relacionan las dos variables estudiadas. Finalmente, el estudio fue de corte transversal, pues toda la información se recopiló y analizó en un único momento del tiempo. (Hernández et al., 2014).

### **2. Participantes**

Con relación a la población de estudio no fue posible acceder a la población específica de docentes universitarios en Lima Este en el periodo académico 2024 porque no se halla un número concreto de profesores universitarios en las datas buscadas, sin embargo, para realizar el estudio la muestra fue conformada por 482 docentes universitarios que trabajan en universidades de Lima Este, esta muestra se obtuvo por medio de un procedimiento no probabilístico por conveniencia debido a la facilidad del acceso y disponibilidad de los investigadores (Otzen y Manterola, 2017). Asimismo, los trabajadores fueron seleccionados según algunos criterios de inclusión como: docentes universitarios activos del departamento de Lima, docentes universitarios con contrato a tiempo completo y parcial, docentes universitarios con al menos un año de experiencia en enseñanza universitaria, docentes universitarios que acepten el consentimiento informado y catedráticos universitarios de ambos sexos; en

cuanto a los criterios de exclusión son: catedráticos universitarios que se encuentren en licencia por enfermedad, profesores universitarios que desempeñen roles principalmente administrativos, docentes universitarios que no residan en la zona de Lima Este y docentes universitarios que no acepten el consentimiento informado.

### **3. Instrumentos**

#### **3.1. Escala de estrés laboral de Hock**

Para evaluar el nivel de estrés laboral se utilizó la Escala de estrés laboral desarrollada por Hock (1988) y la adaptación al Perú fue realizada por Vásquez (2020). El instrumento cuenta con 12 ítems y 3 dimensiones: Síntomas Psicológicos (1 y 4), Síntomas físicos (2,3,7,8,9,11 y 12) y Síntomas Comportamentales (5,6,10), asimismo, la escala Likert es: nunca (1) y con mucha frecuencia (6). Las propiedades psicométricas del instrumento se realizaron mediante un análisis factorial exploratorio con un KMO= 0.82 y la prueba de Bartlett fue de  $< .001$ . Además, se hizo el análisis factorial confirmatorio en el cual se halló (TLI= .09, RMSEA= .05, TLI= 0.9 SRMR= .04). En relación a la confiabilidad fue mediante el alfa de Cronbach fue 0.87 lo que indica que la escala tiene una excelente confiabilidad. Finalmente, la baremación del instrumento es comprendido entre: No estrés: 12 a 24, Estrés leve: 25 a 36, Estrés medio: 37 a 48, Estrés alto: 49 a 60 y Estrés grave: 61 a 72.

##### **3.1.1. Confiabilidad por consistencia interna**

Se analizó el índice de confiabilidad usando las fórmulas de omega y alfa de Cronbach. Los hallazgos indicaron que la prueba es confiable ( $\alpha=0.901$  y  $\omega=0.908$ ), en cuanto a la primera dimensión del instrumento: "Síntomas Psicológicos" alcanza un  $\alpha= 0.701$  [IC 95% 0.654 – 0.743],  $\omega= 0.717$  [IC 95% 0.669-0.758]; con respecto a la segunda dimensión: "Síntomas Físicos" se obtiene un  $\alpha= 0.805$  [IC 95% 0.775 –

0.831],  $\omega = 0.806$  [IC 95% 0.764-0.841]; por último, acerca de la dimensión “Síntomas Comportamentales” se alcanza un  $\alpha = 0.838$  [IC 95% 0.810 – 0.862],  $\omega = 0.849$  [IC 95% 0.826-0.872].

### **3.2. Escala de Autoevaluación de depresión de Zung**

Describir las características del instrumento utilizado (autor original, autor adaptación, cantidad de ítems, dimensiones, tipo respuesta). El proceso de validación del instrumento, es decir, los valores de la validez y confiabilidad.

#### **3.2.1. Confiabilidad por consistencia interna**

La primera dimensión del instrumento: Síntomas Psicológicos alcanza un  $\alpha = 0.801$  [IC 95% 0.754 – 0.853],  $\omega = 0.717$  [IC 95% 0.669-0.758]; en relación a la segunda dimensión: Equivalente Fisiológico se obtiene un  $\alpha = 0.826$  [IC 95% 0.801– 0.848],  $\omega = 0.835$  [IC 95% 0.803-0.861]; en cuanto a la dimensión Equivalentes Psicológicos se alcanza un  $\alpha = 0.863$  [IC 95% 0.844 – 0.880],  $\omega = 0.870$  [IC 95% 0.854-0.885]; finalmente, en cuanto a la confiabilidad de la escala global se obtuvo un valor de  $\alpha = 0.867$  [IC 95% 0.849– 0.884],  $\omega = 0.870$  [IC 95% 0.849-0.887]; concluyendo que el instrumento es aceptable.

## **4. Procedimiento y aspectos éticos**

En primer lugar, se formalizó el proyecto de estudio con el objetivo de proporcionar información precisa. Al concluir el estudio, se envió una carta al Comité de Ética solicitando la aprobación para la implementación de la escala. Posteriormente, se realizó la recopilación de datos utilizando el uso del instrumento, que incluía el consentimiento informado, los datos de filiación y las preguntas dirigidas a los participantes. Al concluir, se expresó agradecimiento a los colaboradores por su disposición y colaboración. Finalmente, se cumplieron las normas y principios éticos dados por la Declaración de Helsinki que son: el respeto de la autonomía mediante el

uso del consentimiento informado, el principio de confidencialidad y el principio de justicia de virtud, mencionadas por la Asociación Médica Mundial (AMM, 2024).

## **5. Análisis estadístico**

Después de haber aplicado las escalas utilizadas, se llevó a cabo la limpieza y filtración de las respuestas obtenidas por los participantes. Posteriormente, los datos recopilados se ingresaron en el programa JamoviTeam (2014), donde se realizó el análisis descriptivo generándose las tablas de frecuencias, medidas de tendencia central y dispersión, así como, los valores de asimetría y curtosis, seguido a ello, se determinó si la distribución de los datos era normal o no normal (por medio de los resultados de la asimetría y curtosis), y en base a esto se utilizó el coeficiente de correlación de R de Pearson debido a que las distribuciones presentaron normalidad. Por último, se realizó el análisis de consistencia interna mediante el coeficiente Alfa de Cronbach y el Omega de McDonald.

## Resultados

### 1. Resultados descriptivos

#### 1.1. Datos sociodemográficos

En la tabla 1 se presenta la información de 482 docentes universitarios, con respecto a la edad el grupo más numeroso corresponde al (40.6 %, n=196) el cual tienen una edad entre 25-35 años, seguido por quienes tienen un (34.8%, n=168) que son de 36 a 45 años. Asimismo, en relación al género el (56.0 %, n=270) son mujeres y el (43.9%, n=212) son varones. De la misma forma, con relación a la Universidad que enseñan el (53.9%, n=260) mencionan que se encuentran trabajando en la Universidad Peruana Unión y el (30.2%, n=146) refieren que enseñan en la Universidad Peruana del Norte, asimismo, en cuanto al nivel educativo el (45.6%, n=220) refirieron que tienen el grado de Magíster, seguido por el (37.5%, n=181) quienes mencionan que tienen el grado de Doctor. Además, respecto a los años de experiencia enseñando el (43.1%, n=208) mencionan que tienen una experiencia de 11 a 20 años, a su vez, el (40.0%, n=193) refieren que tienen una experiencia de 5 a 10 años. Por último, con relación al tipo de contrato el (53.1 %, n=256) quienes mencionaron que tienen un contrato a tiempo completo, seguido por el (46.9%, n=226) quienes mencionan que tienen un contrato a tiempo parcial.

**Tabla 1**  
*Características de los participantes*

Variable	Categoría	n	(%)
Género	Femenino	270	56.0
	Masculino	212	43.9
Edad	25 a 35 años	196	40.6
	36 a 45 años	168	34.8
	18 a 24 años	118	24.6
Lugar donde trabaja	Universidad Peruana Unión	260	53.9

Nivel Educativo	Universidad Peruana del Norte	146	30.2
	Universidad la Cantuta	72	15.9
	Magister	220	45.6
	Doctor	181	37.5
	Licenciado	81	16.9
Años de experiencia	11 a 20 años	208	43.1
	5 a 10 años	193	40.0
	0 a 4 años	81	16.9
Tipo de Contrato	Tiempo completo	256	53.1
	Tiempo Parcial	226	46.9

Nota. n= cantidad de participantes %= porcentajes

## 1.2. *Análisis descriptivo de las variables*

La tabla 2 presenta el análisis descriptivo a partir de medidas de tendencia central y dispersión de las variables. Los principales hallazgos indican que la variable Sintomatología de Depresión tiene una media de  $X=49.554$  con una desviación de 9.55, aunado a ello, los valores de asimetría ( $As= 0.260$ ) y la curtosis ( $K= -0.320$ ) indican que la variable tiene un comportamiento normal, asimismo, las dimensiones: Afectivos persistentes, equivalentes fisiológicos, equivalentes psicológicos muestran un comportamiento normal. Por otro lado, la variable estrés laboral adquiere una media de  $X= 51.0004$ , con una desviación estándar de 11.592 y su valor asimétrico es de  $As= -0.616$  con curtosis  $K= -0.324$ , datos que confirman que la variable es de distribución normal. Por tanto, es conveniente el uso de un estadístico paramétrico como es el caso del R de Pearson robusto para variables cuantitativas cuya distribución es normal (Hernández et al., 2014).

**Tabla 2***Estadísticos descriptivos de las variables de interés*

	Media	Desviación Típica	Asimetría	Error Típico de la Asimetría	Curtosis	Error Típico de la Curtosis
Depresión	49.554	9.552	0.260	0.111	-0.320	0.222
Afectivos Persistentes	5.579	1.090	0.324	0.111	0.668	0.222
Equivalentes Fisiológicos	18.510	4.347	0.955	0.111	0.947	0.222
Equivalentes Psicológicos	25.465	6.578	0.385	0.111	-1.007	0.222
Estrés Laboral	51.004	11.592	-0.616	0.111	-0.324	0.222
Síntomas Psicológicos	8.216	2.225	-0.546	0.111	-0.220	0.222
Síntomas Físicos	30.243	6.927	-0.512	0.111	-0.286	0.222
Síntomas Comportamentales	12.546	3.618	-0.438	0.111	-0.577	0.222

## 2. Resultados inferenciales

### 2.1. Comprobación de supuestos

Se realizaron los cinco supuestos de regresión lineal, en cuanto a la normalidad de residuos no estandarizados, se observó que en los gráficos Q-Q que los puntos cumplen un comportamiento normal (Ver anexo 1). En lo que respecta a los estadísticos de no colinealidad, expresan tolerancias mayores a 0.10 y VIF menores a 10 (Ver anexo 2). Asimismo, en cuanto a la homeasticidad, no encuentran pautas de asociación entre los residuos no estandarizados y los predichos (Ver anexo 3), respecto a la independencia de los errores, se observa un  $DW=0.652$  indica una fuerte autocorrelación positiva en los errores, lo que evidencia que no son independientes (Ver anexo 4), del mismo modo, las variables mantienen una relación lineal (Ver anexo

5). Finalmente, el estudio cumple con el supuesto de Linealidad, Homeasticidad, Normalidad y Colinealidad, sin embargo, no cumple con el supuesto de independencia de los errores debido a que el estadístico de Durbin-Watson (DW) no se encuentra dentro del rango aceptable de 1.5 y 2.5 (Vilà Baños et al., 2019).

## 2.2. Resumen del modelo

La tabla 3 refieren que los índices de correlación y determinación del modelo donde la variable estrés laboral es dependiente y la variable sintomatología de depresión es independiente. Se identifica un coeficiente de relación  $R=0.468$  con un nivel de significancia de  $p=0.001$ , además se observa un coeficiente de determinación  $R^2=0.219$ , es decir, la sintomatología de depresión explica el 21.9% de la varianza del estrés laboral, y finalmente, el 78.1% de la varianza puede atribuirse a otras variables o factores que no fueron incluidos en el modelo.

**Tabla 3**

*Resumen del modelo*

Modelo	R	R <sup>2</sup>
1	0.468	0.219

Nota. R = coeficiente de correlación múltiple; R<sup>2</sup> = coeficiente de determinación, que indica el porcentaje de varianza explicada por el modelo.

## 2.3. Coeficientes del modelo

La tabla 4 evidencia que la sintomatología de depresión si es un predictor del estrés laboral ( $\beta=0.468$ ;  $p=.001$ ), es decir, que mientras mayor sea la sintomatología de depresión mayor es el estrés laboral que el sujeto tendrá. En tal sentido, el algoritmo predictivo es:  $Y=22.873 + (0.568 \cdot \text{PD de sintomatología de depresión})$ .

**Tabla 4***Coefficientes*

Predictor	Estimador	EE	t	p	Estimador Estándar
Constante	22.873	2.471	9.25	<.001	
Sintomatología de Depresión	0.568	0.049	12.0	<.001	0.468

**Nota.** EE = Error estándar; t =Valor t de Student; p=Nivel de significancia.

**2.4. Análisis de correlación**

La tabla 5 presenta el análisis correlacional R de Pearson entre sintomatología de depresión y estrés laboral y sus dimensiones, los resultados corroboran que existe relación positiva entre ambas ( $r= 0.468^{***}$  con  $p=0.001$ ), con una intensidad moderada, con respecto a la dimensión síntomas psicológicos se relacionó con la variable sintomatología de depresión alcanzó un ( $r= 0.260$  con  $p=0.001$ ) en el cual existe relación positiva, con una intensidad baja, en cuanto a la dimensión síntomas físicos fue un resultado ( $r= 0.433^{***}$  con  $p=0.001$ ), el cual demuestra que existe relación positiva con una intensidad Moderada, es decir, que las manifestaciones físicas del estrés también están significativamente relacionadas con la aparición de síntomas depresivos. Por último, la dimensión Síntomas Comportamentales se halló un valor de  $r=0.510^{***}$  con  $p=0.001$ , en el cual existe relación positiva, con una intensidad moderada.

**Tabla 5***Matriz de correlaciones*

	Depresión	
	R	P
Estrés Laboral	0.468***	< .001
Síntomas Psicológicos	0.260***	< .001
Síntomas Físicos	0.433***	< .001
Síntomas Comportamentales	0.510***	< .001

## Discusión

La literatura científica, así como la comunidad de investigadores y especialistas en salud, subrayan la relevancia de investigar la salud mental en los colaboradores de la educación. Una razón fundamental radica en la necesidad de identificar factores que puedan contribuir al incremento de trastornos psicológicos como la depresión y el estrés, los cuales afectan su vida del docente y, a su vez, impactan en su labor profesional. En ello, los docentes universitarios de Lima Este, factores como la carga laboral, las demandas académicas y las situaciones socioeconómicas de la región pueden influir en su bienestar mental. En este sentido, el objetivo del estudio fue analizar la sintomatología de depresión y estrés laboral en docentes universitarios de Lima Este, con el propósito de identificar patrones y posibles intervenciones al fin de cuidar su salud y mejorar su experiencia en el trabajo.

El objetivo general del estudio es dar a conocer si existe relación entre la sintomatología de depresión y estrés laboral en docentes universitarios de Lima Este, a partir del procesamiento estadístico se halló una relación alta y significativa ( $r=0.468^{***}$  y  $p<0.001$ ) entre las dos variables mencionadas, estos hallazgos pueden ser contrastados con los estudios de Agyapong et al. (2022) en Canadá donde los hallazgos evidenciaron que el estrés y depresión se relacionan de manera directa y positiva ( $r=0.55$  y  $p=.001$ ), también con una correlación positiva moderada. Del mismo modo, Santa Maria et al. (2021) hicieron una investigación donde los resultados demostraron ( $r=0.68$  y  $p=.001$ ) una correlación positiva fuerte, esto sugiere que los niveles de estrés elevados están asociados con un incremento en los síntomas de depresión en los docentes. En base a lo anterior se puede inferir que los docentes universitarios enfrentan una carga laboral considerable, que incluye actividades de

enseñanza, investigación, preparación de clases, y a menudo tareas administrativas, este nivel constante de exigencia puede generar elevadas cargas de estrés debido a las labores que prevalecen sobre la habilidad de manejo de la persona. Algunos autores que respaldan estos resultados son Silva et al. (2021) quienes mencionan que a menudo, los docentes universitarios experimentan una falta de apoyo institucional adecuado, tanto en términos de recursos para llevar a cabo su trabajo como de programas de bienestar mental. Asimismo, Ozamiz-Etxebarria (2021) sugieren que los docentes universitarios enfrentan constantemente cambios en sus métodos de enseñanza, especialmente con la integración de tecnologías y las demandas de educación, adaptarse a estas nuevas exigencias, a menudo sin la capacitación adecuada, genera estrés adicional.

Asimismo, continuando con el objetivo específico el cual fue determinar si existe relación entre sintomatología de depresión y síntomas psicológicos en los docentes universitarios de Lima Este. Los hallazgos evidencian que existe relación directa, baja y significativa ( $r=0.260^{***}$  y  $p < .001$ ) entre las dos variables mencionadas, estos hallazgos son similares a los de Basurto-Avilés et al. (2020) en Ecuador donde en los hallazgos se encontró una correlación positiva moderada ( $r=0.45$  y  $p < .001$ ), indicando que a mayor nivel de estrés, mayor es la probabilidad de experimentar síntomas psicológicos en los docentes. Del mismo modo, Levante et al. (2023) encontraron una correlación moderada y directa ( $r=0.50$ ,  $p < .001$ ). En base a las investigaciones anteriores se puede inferir que, la carga laboral docente menudo excede el horario laboral formal, provocando estrés crónico y agotamiento mental, factores que contribuyen tanto a la aparición de síntomas depresivos como de otros síntomas psicológicos, como ansiedad e irritabilidad. Lo anteriormente dicho es sustentado por Wu et al. (2023) quienes refieren que los catedráticos de la universidad suelen tener

una exagerada cantidad de actividades, según este estudio, este nivel de exigencia laboral contribuye a un aumento en el estrés crónico, un conocido factor para el incremento de depresión y otros síntomas psicológicos, como ansiedad y somatización.

En relación al segundo objetivo el cual es establecer si hay una relación entre Sintomatología de depresión y síntomas físicos en docentes de Lima Este, los resultados indican que existe una relación ( $r=0.433^{***}$  y  $p<0.01$ ) entre las dos variables en mención, estos hallazgos están vinculados con el estudio de Madigan et al. (2023) el cual tuvo como propósito examinar la relación entre los síntomas de depresión y la salud física, analizando cómo los niveles de agotamiento afectan el bienestar físico de los docentes, con relación a los hallazgos se encontró una correlación positiva y moderada entre los síntomas depresivos y la salud física, con un coeficiente de correlación de ( $\rho=0.35^*$  y  $p<.001$ ). Teniendo en cuenta los estudios presentados, se infiere que los docentes universitarios de Lima Este, donde los recursos para abordar la salud mental pueden ser limitados, estos síntomas físicos pueden ser exacerbados, aumentando la carga general sobre su bienestar y deteriorando su salud física. Lo que se menciona es sustentado por Meeks et al. (2023) refieren que los docentes enfrentan presiones laborales constantes, incluyendo altas expectativas académicas, carga de trabajo excesiva y falta de apoyo institucional, este estrés puede desencadenar síntomas de depresión, que a su vez se manifiestan en problemas físicos como fatiga crónica, dolores de cabeza y trastornos gastrointestinales, esta investigación ha demostrado que el estrés crónico puede provocar alteraciones fisiológicas, afectando el sistema inmunológico y provocando síntomas somáticos, lo que crea un ciclo vicioso de malestar emocional y físico.

En cuanto al tercer objetivo específico el cual es ver la relación entre sintomatología de depresión y síntomas Comportamentales en docentes universitarios de Lima Este, los hallazgos evidencian ( $r=0.510^{***}$ ,  $p<.001$ ), estos resultados se relacionan con los estudios de: Tito et al. (2022) en su estudio descriptivo en el cual el 72% de los docentes reportaron experimentar fatiga emocional, indicando que se sienten abrumados por las demandas de su trabajo, asimismo, alrededor del 58% de los docentes informaron haber experimentado un incremento en conflictos con colegas y estudiantes. Lo mencionado anteriormente es avalado por Santibáñez et al. (2021) quienes mencionan que en contextos donde los docentes universitarios carecen de acceso a recursos adecuados de apoyo emocional y psicológico, es más probable que experimenten síntomas de depresión, esta situación puede llevar a una disminución de su eficacia profesional y al desarrollo de conductas de evitación o desinterés, que son indicadores de problemas emocionales subyacentes.

Resulta importante declarar algunas limitaciones en el estudio las cuales fueron: el tiempo limitado para aplicar el estudio y así poder llegar a una población más amplia y oportuna, no obstante, se realizó la muestra que se quería obtener, asimismo, el número limitado de docentes universitarios disponibles para participar en el estudio podría contribuir negativamente en la representatividad de los resultados y dificultar la generalización de los resultados, debido a que el estudio es transversal no se podrán observar cambios en el nivel de estrés laboral y depresión en el tiempo, ni establecer causalidades entre las variables, por último, la accesibilidad a los docentes por estar ocupados y tener horarios limitados dificultó la recolección de datos de manera eficiente.

## **Limitaciones**

- Tiempo limitado y muestra reducida
- Diseño transversal: Impide realizar cambios a largo plazo o establecer causalidad
- Resultados no totalmente generalizables

## **Conclusiones y recomendaciones**

En conclusión, se estudió un grupo de docentes universitarios de Lima Este con edades de 25 a 60 años, de los cuales se reportó que en esta población el estrés laboral y la sintomatología de depresiva se relacionan de manera directa, positiva y moderada, por los valores conseguidos ( $r = .468$  y  $p = .001$ ).

En cuanto a las recomendaciones, los resultados obtenidos pueden servir de base para que las universidades implementen servicios de apoyo psicológico dirigidos a sus docentes, tales como consultas gratuitas o a bajo costo, así como actividades de bienestar emocional, físico y social. Asimismo, es necesario evaluar y optimizar el entorno laboral de los profesores, considerando aspectos como la carga horaria, la remuneración y la seguridad laboral, ya que ello contribuiría a reducir significativamente los niveles de estrés.

Respecto a la comunidad universitaria (estudiantes, personal y demás integrantes), resulta fundamental promover procesos de sensibilización sobre la importancia de la salud mental. De igual manera, estudiantes y personal administrativo pueden colaborar en la creación de un ambiente de apoyo y comprensión hacia los docentes, reconociendo que las dificultades en salud mental afectan a todos los miembros de la comunidad.

Finalmente, los docentes deben aprender a identificar los signos de estrés y depresión, y buscar ayuda profesional cuando lo consideren necesario. Además, es recomendable que adopten y apliquen estrategias de control del estrés, como la práctica regular de ejercicio físico o técnicas de meditación, que pueden contribuir a disminuir significativamente los niveles de ansiedad y depresión.

## Referencias

- Asociación Médica Mundial. (23 de mayo del 2024). *Declaración de Helsinki de la AMM- Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos*. <https://www.wma.net/es/policias-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>
- Agyapong, B., Obuobi-Donkor, G., Burbach, L. y Wei, Y. (2022). Estrés, agotamiento, ansiedad y depresión entre los docentes: una revisión exploratoria. *Revista internacional de investigación ambiental y salud pública*, 19 (17), 10706. <https://doi.org/10.3390/ijerph191710706>
- Arredondo, N. H. L., Restrepo, L. C. C., y Rojas, Z. B. (2021). Depresión y ansiedad en estudiantes que ingresan a la universidad y factores de estrés asociados. *Revista Psicología e Saúde*, 13(4), 123-138. <https://doi.org/10.20435/pssa.v13i4.1371>
- Asencios-Trujillo, L., Asencios-Trujillo, L., y La Rosa-Longobardi, C. (2023). Calidad de Vida durante la pandemia del Covid-19 en Docentes Universitarios de una Provincia en Lima Sur. *Salud, Ciencia y Tecnología-Serie de Conferencias*, 2, 448-448.
- Asociación Internacional de Universidades – IAU. (2020). *The impact of covid-19 on higher education around the world*. [https://www.iauiau.net/IMG/pdf/iau\\_covid19\\_and\\_he\\_survey\\_report\\_final\\_may\\_2020.pdf](https://www.iauiau.net/IMG/pdf/iau_covid19_and_he_survey_report_final_may_2020.pdf)
- Ato, M., López-García, J. J., y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>

- Baculima-Japón, J. L., Solis-Muñoz, J. B., Garcí, J. L., y Vélez, E. G. P. (2022). La depresión como factor del COVID-19 que incide en el desempeño docente online universitario. *Revista Ibérica de Sistemas e Tecnologias de Informação*, (51), 286-297.
- Basurto Avilés, A. E., Rodríguez Alava, L. A., Giniebra Urra, R., & Loo Rivadeneira, M. R. E. (2020). Reacciones psicósomáticas producidas por el estrés y la salud mental de los docentes universitarios. *Revista de Ciencias Humanísticas y Sociales (ReHuSo)*, 5(3), 18-30.  
<https://revistas.utm.edu.ec/index.php/Rehuso/article/view/1684>
- Beck, J. (1995). *Terapia cognitiva: Conceptos básicos y profundización*. Editorial Gedisa.
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (04 de octubre del 2020). *Día Mundial de los Docentes: Audrey Azoulay aboga por mejorar el estatus de los profesores para reducir la escasez global de docentes*.  
<https://www.unesco.org/es/articles/dia-mundial-de-los-docentes-audrey-azoulay-aboga-por-mejorar-el-estatus-de-los-profesores-para>
- Del Cid, M. T. C. (2021). La depresión y su impacto en la salud pública. *Revista médica hondureña*, 89(1), 46-52.
- Delgado, Y. G., Álvarez, E. G., Aguilar, D. L., y Pérez, P. R. Á. (2023). Incidencia del Género en el Estrés Laboral y Burnout del Profesorado Universitario. *REICE: Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 21(3), 41-60.  
<https://doi.org/10.15366/reice2023.21.3.003>
- Fuster-Guillén, D., Jara-Jara, N., Ramírez-Asís, E., Maldonado-Leyva, H., Norabuena Figueroa, R. P., y García Guzmán, A. (2019). Desgaste ocupacional en docentes

- universitarios mediante el modelo factorial confirmatorio. *Propósitos y representaciones*, 7(3), 198-214. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.389>.
- García, H.; Pérez, B.; Nogueras, E. y Muñoz, F. (2011). *Guía de Práctica Clínica para el Tratamiento de la depresión en atención Primaria*. Málaga, España: Delta.
- Gómez Francisco, L. A., Ocampo Marín, S., Montoya Narváez, D. E., Valtierra Contreras, C. G., Rentería Hernández, F. L., Vázquez Rincón, M. A., Reyna García, A. S., y Rodríguez Nava, V. F. (2021). Ansiedad, depresión y estrés laboral asistencial en personal sanitario de un hospital de psiquiatría. *Lux Médica*, 16(48). <https://doi.org/10.33064/48lm20212918>
- Hernández Sampieri, R., Méndez Valencia, S. y Contreras Soto, R. (2014). Construcción de un instrumento para medir el clima organizacional en función del modelo de los valores en competencia. *Contaduría y administración*, 59(1), 229-257. [https://doi.org/10.1016/S0186-1042\(14\)71250-1](https://doi.org/10.1016/S0186-1042(14)71250-1)
- Hermosa-Bosano, C., Paz, C., Hidalgo-Andrade, P., García-Manglano, J., Chalezquer, C. S., López-Madriral, C., y Serrano, C. (2021). Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en la población general ecuatoriana durante la pandemia por COVID-19. *Revista Ecuatoriana de Neurología*, 30(2), 40-47. <https://doi.org/10.46997/revecuatneuro130200040>
- Hock, R.R. (1988). Professional burnout among public school teachers. *Public personnel Management*, 17 (2), 167-189. 19-88 <https://doi.org/10.1177/009102608801700207>
- Jamovi Team. (2014). *Jamovi* (Version X.X) [Computer software]. Retrieved from <https://www.jamovi.org>
- Karasek, R. (2020). The Associationalist Demand–Control (ADC) Theory: Toward a Sustainable Psychosocial Work Environment. *Handbook of Socioeconomic*

- Determinants of Occupational Health: From Macro-level to Micro-level Evidence*, 573-610. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-31438-5\\_25](https://doi.org/10.1007/978-3-030-31438-5_25)
- Latorre, M. L. A., Cruz, J. C. R., y González, M. J. C. (2022). Estrés laboral, salud mental y disponibilidad tecnológica en una muestra mexicana de docentes universitarios. *Uaricha, Revista de Psicología*, 20, 43-57. <https://doi.org/10.35830/urp.v20iMonográfico.643>
- Levante, A., Petrocchi, S., Bianco, F., Castelli, I., & Lecciso, F. (2023). Los docentes en la era del COVID-19: el papel mediador de la capacidad de mentalización en la relación entre los síntomas depresivos, el rasgo ansioso y el síndrome de burnout laboral. *Revista internacional de investigación medioambiental y salud pública*, 20 (1), 859. <https://doi.org/10.3390/ijerph20010859>
- Lucas-Hernández, A., del Rosario González-Rodríguez, V., López-Flores, A., Kammar-García, A., Mancilla-Galindo, J., Vera-Lastra, O., ... y Peralta-Amaro, A. L. (2022). Estrés, ansiedad y depresión en trabajadores de salud durante la pandemia por COVID-19. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 60(5), 556-562.
- Madigan, DJ, Kim, LE, Glandorf, HL y Kavanagh, O. (2023). Agotamiento docente y salud física: una revisión sistemática. *Revista internacional de investigación educativa*, 119 , 102173.
- Manzur-Vera, G., Rodríguez, C., Vargas, M., y Tapia, K. (2022). Reflexiones de pandemia en la educación superior: revisión teórica del estrés laboral en el rol docente. *Technological Innovations Journal*, 1(3), 60-75. <https://doi.org/10.35622/j.ti.2022.03.004>

- Mamani, V. H. C., y Condori, D. Y. C. (2022). La inteligencia emocional y el estrés laboral en docentes universitarios. *Revista Conrado*, 18(S1), 139-146. <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/2328>
- Meeks, K., Peak, AS y Dreihaus, A. (2023). Depresión, ansiedad y estrés entre estudiantes, profesores y personal. *Journal of American College Health*, 71(2), 348-354. <https://doi.org/10.1080/07448481.2021.1891913>
- Ministerio de Educación (2022) *Marco del Buen Desempeño docente*. <https://www.gob.pe/institucion/minedu/informespublicaciones/3280180-marco-del-buen-desempeno-docente>Marco del buen desempeño
- Mosquera, E. L. C., Rodríguez, J. P. P., y Parra, P. M. P. (2022). Tendencias actuales sobre la depresión, factores de riesgo y abuso de sustancias. *Journal of American health*, 5(1). <https://www.jah-journal.com/index.php/jah/article/view/114>
- Obando Zegarra, R., Arévalo-Ipanaqué, J. M., Aliaga Sánchez, R. A., y Obando Zegarra, M. (2020). Ansiedad, estrés y depresión en enfermeros de emergencia Covid-19. *Index de enfermería*, 29(4), 225-229.
- Ortiz Guzmán, A. (2020). El estrés laboral: Origen, consecuencias y cómo combatirlo. *Revista Daena: International Journal of Good Conscience*, 15(3).
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International journal of morphology*, 35(1), 227-232. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Ozamiz-Etxebarria, N., Idoiaga Mondragón, N., Good-Notivol, J., Pérez-Moreno, M., & Santabarbara, J. (2021). Prevalencia de ansiedad, depresión y estrés entre docentes durante la pandemia de COVID-19: una revisión sistemática rápida con

metaanálisis. *Ciencias del cerebro*, 11(9), 1172.

<https://doi.org/10.3390/brainsci11091172>

Pacheco, A. H., y Vela, R. (2020). Síndrome de burnout y depresión en trabajadores de la Universidad Nacional del Centro del Perú-2018. *Horizonte de la Ciencia*, 10(18), 203-212

<https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2020.18.408>

Reyna, P. L. L., Loza, M. G. L., y Vega, J. R. (2021). Relación entre estilo de vida y estrés laboral en el personal de enfermería en tiempos de COVID-19. *Revista cubana de enfermería*, 37(1).

Rojas-Solís, J. L., Flores-Meza, G., y Cuaya-Itzcoatl, I. G. (2021). Principales aspectos metodológicos en el estudio del estrés laboral en personal universitario: Una revisión sistemática. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 15(1). <http://dx.doi.org/10.19083/ridu.2021.1248>

Rodríguez, L. T. M., Lago, E. C., Landim Almeida, C. A. P., Ribeiro, I. P., y Mesquita, G. V. (2020). Estrés y depresión en docentes de una institución pública de enseñanza. *Enfermería Global*, 19(57), 209-242.

<https://dx.doi.org/eglobal.19.1.383201>

Ruggiero, M. (2015) Declaración de Helsinki, principios y valores bioéticos en juego en la investigación médica con seres humanos. *Revista Colombiana de Bioética*, 6(1), 125-144. <https://doi.org/10.18270/rcb.v6i1.821>

Santamaría, MD, Mondragon, NI, Santxo, NB, & Ozamiz-Etxebarria, N. (2021). Estrés, ansiedad y depresión docente al inicio del año académico durante la pandemia de COVID-19. *Salud mental global*, 8,1-8. . <https://doi.org/10.1017/gmh.2021.14>

Santibáñez, C., Moreno, G., Sánchez, U., & Álvarez, M. (2021). Síndrome de burnout en docentes de salud de Universidades en Chile durante la pandemia de

- COVID-19. *Revista de la Asociación Española de Especialistas en Medicina del Trabajo*, 30(4), 495-504.
- Silva, DFO, Cobucci, RN, Lima, SCVC y de Andrade, FB (2021). Prevalencia de ansiedad, depresión y estrés entre docentes durante la pandemia de COVID-19: una revisión sistemática conforme a PRISMA. *Medicina*, 100 (44), e27684. <https://dx.doi.10.1097/MD.00000000000027684>
- Tapia, M. P. L., Tapia, J. L. L., Villalba, J. V. H. (2021). Burnout y depresión en médicos de medicina interna y unidad de cuidados intensivos en Riobamba, Ecuador. *Revista Cubana de Reumatología*, 23(1), 3.
- Tenorio, B. M. H. (2021). Estrés laboral y trastornos adictivos en empleados en trabajo desde casa: Una aproximación mediante el modelo JD-R. *Revista de Estudios en Contaduría, Administración e Informática*, 10(29), 1-22. <https://doi.org/10.36677/recai.v10i29.16664>
- Tito, P., Torres, M., & Pérez, E. (2022). Predictores del síndrome de Burnout en docentes universitarios: Un análisis factorial exploratorio. *Enfermería Global*, 21(3), 50-81. <https://doi.org/10.6018/eglobal.496901>.
- Valles, V. R. L., y Castro, F. F. (2022). Relación del teletrabajo y calidad de vida laboral en docentes universitarios, Lima 2020. *Societas. Revista de Ciencias Sociales y Humanísticas*, 24(1), 30-45. <http://portal.amelica.org/ameli/journal/341/3412330003/>
- Vásquez, L., (2020). Ansiedad, depresión y estrés en trabajadores del Hospital Cayetano Heredia durante la pandemia de COVID 19 durante el año 2020. <https://n9.cl/fttr45>
- Vilà Baños, R., Torrado-Fonseca, M., & Reguant Alvarez, M. (2019). Anàlisi de regressió lineal múltiple amb SPSS: un exemple pràctic. *REIRE Revista*

*d'Innovació i Recerca En Educació*, 12(2), 1–10.

<https://doi.org/10.1344/reire2019.12.222704>

Wu, Q., Cao, H. y Du, H. (2023). Estrés laboral, rumia relacionada con el trabajo y síntomas depresivos en profesores universitarios: efecto amortiguador de la autocompasión. *Investigación psicológica y gestión del comportamiento*, 1557-1569.

Zung, W. W. (1965). A self-rating depression scale. *Archives of general psychiatry*, 12(1), 63-70.

<https://doi.org/10.1001/archpsyc.1965.01720310065008>

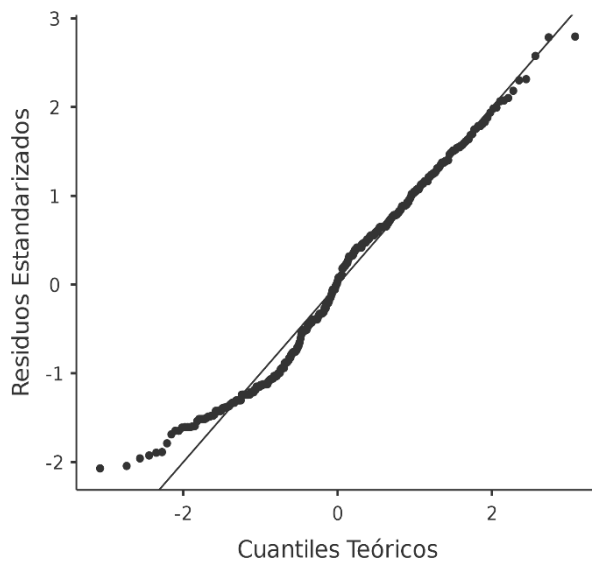
#### **Artículo:**

Bartley, E. J., LaGattuta, N. R., Robinson, M. E., & Fillingim, R. B. (2019). Optimizing resilience in orofacial pain: A randomized controlled pilot study on hope. *Pain Reports*, 4(2), 1–9. <https://doi.org/10.1097/PR9.0000000000000726>

#### **Página Web:**

Organización Mundial de la Salud (OMS) (2021). *Panel de control de coronavirus (COVID-19) de la OMS*. Recuperado de <https://covid19.who.int/>

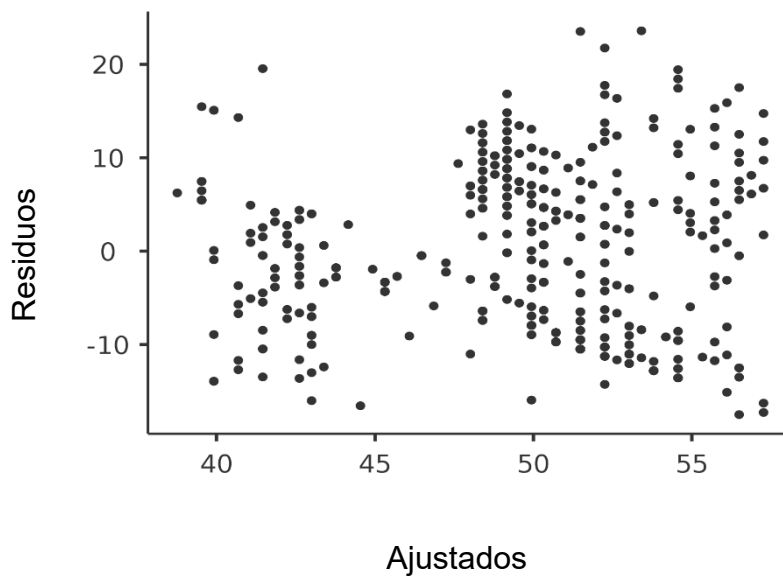
### Anexo 1



### Anexo 2

	VIF	Tolerancia
Estrés Laboral	1.00	1.00

### Anexo 3



#### Anexo 4

Autocorrelación	Estadístico DW	<i>p</i>
0.672	0.652	<.001

#### Anexo 5

Sintomatología de Depresión		
Estrés Laboral	R de Pearson	0.468
	gl	480
	valor p	<.001