

UARICHA 2022, VOL. 20, 43 – 57
MONOGRÁFICO PSICOLOGÍA EDUCATIVA:
NUEVAS COMPETENCIAS

**ESTRÉS LABORAL, SALUD MENTAL Y DISPONIBILIDAD
TECNOLÓGICA EN UNA MUESTRA MEXICANA DE DOCENTES
UNIVERSITARIOS**

Work stress, mental health and technological availability in a sample of Mexican university teachers

María Luisa Avalos Latorre¹ ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1183-1518>

José Carlos Ramírez Cruz¹ ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1224-4382>

Marcela Janette Colunga González¹ ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7449-773X>

¹Universidad de Guadalajara (México)

RESUMEN

El estrés laboral se considera un problema de salud en los entornos laborales, no solo en México sino también a nivel mundial, se entiende como la percepción de las demandas de trabajo excesivas que están fuera de control del trabajador. El objetivo de la investigación fue comparar el estrés laboral, la salud mental y la disponibilidad tecnológica en una muestra de docentes universitarios según sus disciplinas en una universidad pública de México. A través de un estudio cuantitativo, transversal y comparativo, participaron 194 docentes universitarios, de ambos sexos, adscritos a una universidad pública en Jalisco, México. Los participantes respondieron el SWS Inventario de Salud Mental, Estrés y Trabajo a través de un formulario en línea, así como una ficha de datos sociodemográficos, y de disponibilidad tecnológica. Los hallazgos indican diferencias significativas ($p < .001$) entre los niveles de estrés y disposición tecnológicas.

Palabras clave: estrés laboral, disponibilidad tecnológica, docentes, educación superior

ABSTRACT

Work stress is considered a health problem in work environments, not only in Mexico but across the world. It is understood as the perception of excessive work demands that are beyond the control of the worker. The aim of the present study was to compare work stress, mental health and technological availability in a sample of university professors according to their disciplines, through a quantitative, cross-sectional and comparative study. The participants included 195 university professors, of both sexes, assigned to a public university in Jalisco, Mexico. The participants responded to the SWS Mental Health, Stress and Work Inventory through an online form that included a sociodemographic data sheet, and technological availability sheet. The findings indicate significant differences ($p > .001$) between levels of stress and technological availability.

Keywords: work-related stress, technological availability, professors, higher education

Recibido: 30 de junio de 2022; aceptado: 9 de diciembre de 2022

Correspondencia: María Luisa Avalos Latorre. Centro Universitarios de Tonalá, Nuevo Perif. Ote. 555, Ejido San José, Tateposco, C.P. 45425 Tonalá, Jal. Correo electrónico: luisa.avalos@academicos.udg.mx

El trabajo es uno de los fenómenos sociales más complejos y puede considerarse como un factor de fortaleza emocional (Da Rosa et al., 2011), aunado a que proporciona un propósito de vida, recursos financieros, una fuente de identificación y un estado de bienestar psicológico (Parra, 2004). En ocasiones, las condiciones laborales pueden no ser favorecedoras, lo que propicia que los trabajadores experimenten deterioro biológico, social y psicológico (Uribe, 2019).

El estrés laboral se define como una situación en la que existe presión en el entorno laboral y que provoca saturación física y/o mental en el trabajador (Ayuso, 2006), en este sentido, la Organización Internacional del Trabajo ([OIT], 2016), estimó que a nivel mundial, entre el 5 y 10% de los trabajadores en países en desarrollo y del 20 al 50% en países industrializados contaron con acceso a servicios de salud para su atención. El estrés laboral se considera como una de las grandes epidemias de la vida laboral actual debido a su acelerado crecimiento en los ambientes de trabajo, donde el progreso tecnológico, la crisis en la convivencia humana y diversas situaciones agobiantes están en constante interacción (Carranco & Pando, 2019).

Uno de los modelos más aceptados es el modelo de salud mental, estrés y apoyos (SWS) propuesto por Ostermann (1989; citado por Gutiérrez y Guido, 2017), el que considera que existen variables negativas y positivas que contribuyen al bienestar o malestar de las personas laboralmente activas inmersas en un contexto social, rasgos de la personalidad, el clima y cultura organizacional, que en consecuencia genera afecciones del estado de ánimo, ansiedad y problemas de sueño, entre otros.

La premisa de este modelo supone que el nivel de estrés o la tolerancia hacia éste, correlacionan por los estresores laborales y por variables personales y sociales (Félix et al., 2018), mientras que, el balance de ellos permitirá que los efectos negativos del estrés se reduzcan y exista una mejora en la calidad de vida y el bienestar percibido en el ambiente laboral y genere un incremento en la salud y la eficiencia organizacional (Gutiérrez y Guido, 2017).

El estrés laboral conlleva consecuencias importantes, las cuales pueden reducir la eficiencia de los individuos y sus condiciones de bienestar, por ejemplo, altos niveles de estrés en el lugar de trabajo se relacionan al incremento de trastornos psicológicos, riesgos, accidentes y muertes (Cersosimo et al., 2011, Felix et al., 2018), que a su vez, incrementa los problemas de salud, pérdida de días de trabajo, bajas laborales, absentismo y abandono laboral (OIT, 2016; Patlán, 2019; Rodríguez & de Rivas, 2011).

Por lo anterior, en el ámbito académico y, en particular, en el nivel universitario, la actividad docente conlleva grandes responsabilidades. Las exigencias del docente son específicas, Pérez et al. (2014) señalan que el docente universitario debe contar con competencias relacionadas con el conocimiento de la disciplina, el desarrollo curricular, el dominio de dinámicas grupales (motivación, colaboración, comunicación, etc.) así como ser sensible a las necesidades o expectativas del estudiante y la sociedad.

Rodríguez et al. (2017), refieren que las instituciones educativas se enfrentan al alza de casos de estrés laboral en los docentes. Por su parte, Villarruel et al. (2018) afirman que, en México, la presencia de estrés laboral muestra una tendencia creciente entre los docentes de cualquier nivel. Amador et al. (2014), encontraron que el 89% de docentes de educación media superior en el Estado de México presentaron niveles altos de estrés laboral, asimismo, Rodríguez et al. (2014), reportaron que el 82.6% de docentes universitarios de Guadalajara tenían niveles altos de estrés laboral, indicando las condiciones de trabajo como uno de los factores más relevantes.

Aunque el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) surge desde hace décadas, es indudable que, debido a los recientes hechos suscitados a nivel mundial por la pandemia por la COVID-19, la educación cambió drásticamente y se adoptaron medidas para enfrentarla, tales como incorporar en su totalidad el uso de medios virtuales a la educación, lo cual generó diversos tipos de retos y desafíos, para docentes y alumnos (Avedaño et al., 2021; Galland, 2002; Jiménez, 2012); provocando que el uso de herramientas como la computadora portátil o de escritorio fuese indispensable para llevar a cabo la actividad educativa.

Para el docente, el uso y aplicación de las TIC's se volvió indispensable para mejorar la práctica docente, ya que debía implementar y gestionar cursos en línea que garantizaran una adecuada interacción con los alumnos a través de una postura creativa, activa, innovadora, resolutiva y flexible (Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior [ANUIES], 2022; Avedaño et al., 2021; Vicario et al., 2021).

Sin duda alguna, el hecho de cambiar el contexto educativo presencial a lo virtual representó un antes y un después, lo que llevó a la comunidad educativa a enfrentarse a un proceso de adaptación sobre la disponibilidad de herramientas tecnológicas en los hogares y a la notoria desigualdad de recursos en determinados sectores para incorporar la modalidad de la educación a distancia (García et al., 2021). El docente no solamente tuvo que enfrentarse al cambio educativo virtual, sino también a los desafíos familiares, económicos, sociales derivados del confinamiento (ANUIES, 2022; Sánchez et al., 2020; Vicario et al., 2022), lo que pudo auspiciar la aparición de estrés, por tratar de cumplir con las demandas, obligaciones y expectativas de su labor en una modalidad de intervención educativa, distinta a la habitual, y pudo acrecentarse si no se contaba con las herramientas tecnológicas básicas y necesarias.

En síntesis, el contexto académico de nivel superior genera niveles elevados de estrés laboral que pueden repercutir en los procesos educativos y en la salud del trabajador, lo que posiblemente se exacerbó en el contexto de la pandemia por la COVID-19 (García et al., 2021), por ello, el objetivo de esta investigación fue comparar el estrés laboral, la salud mental y la disponibilidad tecnológica en una muestra de docentes universitarios según sus disciplinas en una universidad pública de México.

MÉTODO

Diseño

El estudio fue cuantitativo, de tipo observacional, transversal, analítico y comparativo.

Participantes

A través de una muestra no probabilística de casos consecutivos, participaron voluntariamente 194 docentes universitarios, 44% hombres y 56% mujeres, con una edad promedio de 45.83 años (min = 29, max = 76, DT = 9.32). El estado civil en el 57% de los casos fueron casados. El 50% contaba con nombramiento de profesor de asignatura y 40% de profesor investigador adscritos a una universidad pública de Jalisco, México. Respecto a su nivel educativo, el 52% contaba con grado de maestría y 36% doctorado. Se incluyeron docentes universitarios que tenían una antigüedad al menos de un año (M = 15.70 años, min = 1, max = 45, DT = 10.10). Sobre el área disciplinar, el 23% pertenecía al área de las Ciencias Económico Administrativas (CEA), el 23% a Ciencias Sociales y Humanidades (CSH), el 18% a Ciencias Biológicas Agropecuarias (CBA), el 15% a Ciencias de la Salud (CdS), el 11% a Arte, Arquitectura y Diseño (AAD) y el 8% a Ciencias Exactas e Ingenierías (CEI). No se incluyeron docentes que trabajaran sin contrato o de manera temporal, así como aquellos con antigüedad menor a un año. Se excluyeron aquellos docentes universitarios que cumplieron con los criterios de inclusión, pero que decidieron no participar en el estudio o que no respondieron toda la información requerida.

Instrumentos

Cuestionario de datos sociodemográficos y disponibilidad tecnológica. Contó con un apartado de datos como sexo, edad, estado civil, antigüedad laboral, disciplina en que se desempeñaba el docente, carga horaria semanal, tipo de nombramiento laboral, nivel de estudios, así como si contaba con equipo de cómputo propio, si lo compartía con alguien más en casa y si tenía acceso a internet en su hogar, todos estos aspectos se indagaron a través de preguntas cerradas y de opción múltiple.

SWS Inventario de Salud Mental, Estrés y Trabajo (Gutiérrez y Guido, 2017). Tiene por objetivo evaluar el nivel de estrés de los trabajadores; además, permite obtener un perfil de diagnóstico dimensional, el cual proporciona información pormenorizada de la capacidad de adaptabilidad de la persona ante situaciones de vida y de trabajo. El SWS consta de 124 frases con cinco posibles respuestas: nunca, casi nunca, ocasionalmente, casi siempre y siempre, y en las que los puntajes se ubican en un nivel de gradación de muy alto a muy bajo; asimismo, considera tres dimensiones interrelacionadas:

1. Personal, en la que se evalúan los índices emocional, positividad, motivación, sinceridad, ético y salutogénico.
2. Laboral-Organizacional, con los índices familiar, bienestar, cohesividad, satisfacción, situacional, desajuste y negatividad.

3. Social-Situacional, que incluye los índices disfuncional, aprensión, labilidad y desesperanza, siendo esta última dimensión la más importante dentro del estudio, ya que se relaciona directamente a los niveles y presencia de estrés laboral en los participantes.

Las dimensiones del SWS contienen indicadores organizacionales de desempeño que abarcan comportamientos que ocurren en los escenarios productivos y que encierran situaciones estresantes en mayor o menor grado y que, de acuerdo con las variables personales, reflejan el grado de involucramiento de la persona con ella misma, con sus compañeros de trabajo, con sus tareas y finalmente con la organización donde se está contratado. La dimensión social-situacional valora ciertos desórdenes o alteraciones de la personalidad, desde leves a moderadas de origen psicológico, pueden presentarse estados de ansiedad (en cierta medida manejables) en algunas áreas del comportamiento cotidiano, por lo que las condiciones psicosociales pueden aminorarlos o pronunciarlos. En todos los índices, los puntajes bajos serán deseables, ya que altos niveles estarán correlacionados con altos niveles de estrés y de salud mental deficitaria, por lo que el pronóstico del comportamiento de la persona deberá ser seriamente considerado (Gutiérrez y Guido, 2017).

Adicionalmente, el SWS incluye un apartado en el que el participante puede señalar de entre un listado, las afecciones psicosomáticas que podría relacionar a su percepción de estrés en el trabajo. El SWS es un instrumento estandarizado y validado para población mexicana y cuenta con un alfa de Cronbach de 0.86.

Procedimiento

La captación de la información se llevó a cabo a través de un formulario en línea. Los participantes respondieron la versión digital del SWS Inventario de Salud Mental, Estrés y Trabajo (Gutiérrez y Guido, 2017) así como una ficha de datos sociodemográficos y disponibilidad tecnológica diseñada ad hoc. Para responder la encuesta, los participantes requirieron de una computadora o de cualquier otro dispositivo con acceso a internet que les permitiera ingresar al formulario, así como contar con su cuenta de correo electrónico institucional.

El estudio fue aprobado por el personal directivo de la institución educativa. Una vez autorizado el proyecto, se gestionó la autorización con altos mandos y medios para socializar la invitación al personal docente vía correo electrónico en la que se explicó el objetivo del estudio y las características de la participación. Dicha invitación incluyó el enlace a la encuesta, en la cual al seleccionarla los direccionó al formulario. Cuando el personal docente se interesó en participar y aceptó el apartado referente al consentimiento informado, asegurando su participación voluntaria, se llenó la ficha con los datos sociodemográficos y disponibilidad tecnológica, posteriormente, respondieron el Inventario de Salud Mental, Estrés y Trabajo (Gutiérrez y Guido, 2017). El periodo de recepción de encuestas se realizó entre los meses de julio a octubre de 2021.

Análisis de resultados

Las respuestas se trasladaron, procesaron y analizaron en el programa SPSS Versión 25.0 con licencia universitaria, donde se extrajeron los datos descriptivos y para el análisis inferencial, se utilizó la prueba *t* de Student para muestras independientes, para comparar las variables de disponibilidad tecnológica con los diversos grupos de docentes según su área de adscripción. Se tomaron como significancia estadística, aquellos resultados que mostraron un valor de *p* menor o igual a 0.05.

Consideraciones éticas

Se utilizó un consentimiento informado que tuvo por objetivo verificar la participación informada y voluntaria de los docentes, no se otorgó ningún incentivo económico por la participación (Secretaría de Gobernación, 2014; Secretaría de Salud, 2016).

RESULTADOS

Respecto a la disponibilidad tecnológica, el 100% del personal docente contaban con internet en casa, asimismo, el 97.7% de los participantes reportó contar con equipo de cómputo para llevar a cabo sus actividades docentes. Finalmente, el 33.8% señaló que compartía equipos de cómputo con otros integrantes de la familia.

Los resultados referentes al SWS sobre Salud Mental, Estrés y Trabajo en las tres dimensiones (ver Tabla 1), indicaron que, en la dimensión Personal, más de la mitad de los participantes puntuaron alto y muy alto en los índices emocional, motivación y ético, mientras que, en el índice sinceridad, la mayoría de los participantes puntuaron en el nivel muy bajo y bajo. En la dimensión Laboral-organizacional. La mayoría de los participantes puntuaron alto y muy alto en los índices familiar, bienestar y satisfacción, destacando que, en el índice negatividad, más de la mitad de los participantes obtuvieron puntaje muy bajo y bajo. En cuanto a la dimensión más relevante para el estudio, Social-situacional, aproximadamente la mitad de los participantes puntuaron con nivel muy bajo y bajo en el índice desesperanza, mientras que más de la mitad obtuvieron nivel alto y muy alto en el índice disfuncional.

Respecto a las afecciones psicosomáticas que los docentes universitarios identificaron con relación al estrés laboral, destacaron en más de la mitad las de tipo muscular (tics, temblores, contracturas, lumbalgias, entumecimiento u hormigueo en extremidades, dolor de cuello, espalda, etc.) en un 63.6% de los participantes; los malestares psicológicos (olvidos, irritación, hipersensibilidad, ansiedad, agresión, apatía, sentimientos de desesperación, de frustración, etc.) en un 61.5% de los participantes; y las gastrointestinales (úlceras, colon irritable, colitis, gastritis, diarreas, etc.) en un 56.9% de los participantes (ver Tabla 2)

Tabla 1*Distribución porcentual de los participantes en las dimensiones de salud mental, estrés y trabajo*

Dimensión	Índice	Puntaje promedio	Muy bajo	Bajo	Medio	Alto	Muy alto
Personal	Emocional	28.6	10.3	13.8	18.5	30.8	26.7
	Positividad	37.6	8.2	19.5	29.2	19.0	24.1
	Motivación	24.7	6.2	6.7	32.3	34.4	20.5
	Sinceridad	25.3	32.3	24.6	12.3	15.4	15.4
	Ético	23.8	3.1	5.6	38.5	28.2	24.6
	Salutogénico	27.8	11.8	23.1	26.7	21.0	17.4
Laboral-organizacional	Familiar	29	8.2	16.4	24.1	20.5	30.8
	Bienestar	20.1	8.2	9.2	31.3	28.2	23.1
	Cohesividad	18.4	15.4	22.1	20.5	21.0	21.0
	Satisfacción	41.4	10.8	9.2	22.1	24.6	33.3
	Situacional	21.2	28.7	4.1	21.0	22.1	24.1
	Desajuste	20.6	28.7	21.0	8.7	13.3	28.2
Social-situacional	Negatividad	16	33.3	18.5	10.8	15.9	21.5
	Aprensión	10.9	13.8	18.5	29.7	24.1	13.8
	Desesperanza	11.8	29.2	16.4	25.1	15.4	13.8
	Labilidad	10.6	16.9	17.4	26.7	25.1	13.8
	Disfuncional	14.9	11.3	14.4	16.9	27.2	30.3

Fuente. Elaboración propia

Disponibilidad tecnológica

A nivel inferencial, a través de la prueba *t* para muestras independientes, se compararon los índices de la dimensión Social-situacional con el contar o no con internet en casa y los diferentes grupos de docentes según su disciplina, donde no observamos diferencias significativas en los índices (ver Tabla 3)

Tabla 2

Distribución porcentual de afecciones psicosomáticas de las participantes relacionadas con la percepción de estrés laboral

Afección	Frecuencia	Porcentaje
Cardiovasculares (Hipertensión, enfermedad coronaria, taquicardia, dolor de cabeza, migrañas, colesterol, triglicéridos, etc.)	92	47.2
Respiratorios (Asma, hiperventilación, palpitaciones, dificultad para respirar, resfriados o gripes, etc.)	53	27.2
Gastrointestinales (Úlceras, colon irritable, colitis, gastritis, diarreas, etc.)	111	56.9
Musculares (Tics, temblores, contracturas, lumbalgias, entumecimiento u hormigueo en extremidades, dolor de cuello, espalda, etc.)	124	63.6
Dermatológicos (Sarpullido, eccema, urticaria, acné, psoriasis, dermatitis nerviosa, etc.)	51	26.2
Personales (Disminución del deseo, eyaculación precoz, impotencia, frigidez, coito doloroso, vaginismo, síndrome premenstrual, etc.)	57	29.2
Psicológicos (Olvidos, irritación, hipersensibilidad, ansiedad, agresión, apatía, sentimientos de desesperación, de frustración, etc.)	120	61.5
Otros (Diabetes, infecciones, tumores, artritis, COVID-19, entre otros)	60	30.8

Fuente. Elaboración propia

Tabla 3*Comparación entre contar o no con internet y la dimensión Social-situacional*

Dimensión	Índice	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>t</i>	gl
Social-situacional	Aprensión	1.46	0.23	1.71	193
	Desesperanza	1.18	0.28	-0.55	193
	Labilidad	0.57	0.45	0.94	193
	Disfuncional	0.72	0.40	0.63	193

Fuente. Elaboración propia

Al comparar la dimensión Social-situacional con el contar o no con equipo de cómputo propio y los docentes (ver Tabla 4), se encontraron diferencias significativas en los índices aprensión ($F = 4.52$, $p = 0.03$, $t = 0.16$, $gl = 196$), desesperanza ($F = 4.68$, $p = 0.03$, $t = -0.33$, $gl = 196$) y disfuncional ($F = 4.23$, $p = 0.04$, $t = 0.60$, $gl = 196$).

Tabla 4*Comparación de los docentes y contar o no con equipo de cómputo propio en la dimensión Social-situacional*

Dimensión	Índice	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>t</i>	gl
Social-situacional	Aprensión	4.52	0.03	0.16	193
	Desesperanza	4.68	0.03	-0.33	193
	Labilidad	2.02	0.16	0.43	193
	Disfuncional	4.23	0.04	0.60	193

Fuente. Elaboración propia

Por otro lado, al comparar los índices de la dimensión Social-situacional y el compartir o no el equipo de cómputo con otras personas de la familia de los docentes, no se encontraron diferencias significativas (ver Tabla 5).

Tabla 5*Comparación de la dimensión Social-situacional y el compartir o no el equipo de cómputo con otros integrantes de la familia*

Dimensión		<i>F</i>	<i>p</i>	<i>t</i>	gl
Social situacional	Aprensión	0.46	0.50	0.32	193
	Desesperanza	0.01	0.93	0.91	193
	Labilidad	0.87	0.35	0.78	193
	Disfuncional	0.00	0.95	1.06	193

Fuente. Elaboración propia

DISCUSIÓN

El objetivo de la presente investigación consistió en comparar el estrés laboral, la salud mental y la disponibilidad tecnológica en una muestra mexicana de docentes universitarios. Los hallazgos de este estudio indicaron que la mayoría de los participantes contaban con dispositivos electrónicos y con acceso a internet, datos que concuerdan con el estudio realizado por Avedaño et al. (2021), en donde el 100% de los encuestados tenía acceso a un dispositivo como computadora o laptop con internet en su hogar para ejercer su profesión docente. En contraparte, Sánchez et al., (2020) concluyó que docentes de una universidad pública de la Ciudad de México, tenían limitaciones tecnológicas para desarrollar su labor docente. En este sentido, consideramos que la accesibilidad tecnológica contribuye a ejercer su actividad no solo de manera actualizada, futurista y transformadora, sino también al avance educativo de manera innovadora, creativa, flexible, permitiendo la producción de competencias científicas y tecnológicas, tanto para el docente como para el estudiante.

Se observó que la tercera parte de los docentes compartía equipos de cómputo con otros integrantes de su hogar, Sánchez et al. (2020), afirman que el compartir dispositivos dentro del núcleo familiar, puede propiciar conflictos y tensiones familiares lo que es un factor de riesgo para el agotamiento laboral (Palacios y Montes de Oca, 2017; Villarruel et al., 2018), lo cual también se ve reforzado con las diferencias encontradas entre los que contaban o no con equipo y la presencia de desesperanza, aprensión y disfuncionalidad. Es de destacar que se requieren más estudios al respecto con muestras de docentes que no cuenten con la disponibilidad tecnológica aquí considerada.

En cuanto a los resultados descriptivos del SWS Inventario de Salud Mental, Estrés y Trabajo de Gutiérrez y Guido (2017), en general, destacaron los altos puntajes de manera positiva, lo cual indica una alta capacidad de adaptación e integración al espacio de trabajo (índice emocional), resultados similares en el aspecto de la socialización organizacional y la salud mental positiva ocupacional fueron encontrados por Orozco et al., (2022), lo cual indica beneficios emocionales para los trabajadores, derivados de su actividad laboral. Asimismo, los docentes participantes afrontan las dificultades y problemas de una manera positiva, reactiva y decidida (índice motivación), resultados similares han sido referidos por algunos autores (Calderón, 2016; Orozco et al., 2022; Vázquez et al., 2016), donde aunado a la salud mental positiva en el trabajo, se ha encontrado no solo un clima organizacional saludable, sino que también se reporta motivación por parte de los trabajadores, por medio de la socialización organizacional, el liderazgo positivo y el sentido de estar en flujo por medio de la trascendencia que pueden encontrar en su actividad laboral cotidiana.

Por otro lado, la presencia de estrés laboral (índice disfuncional) en más de la mitad de los docentes participantes coinciden con otros estudios (Acosta et al., 2019; Cladellas et al., 2018; Jerg et al., 2020; Millán et al., 2017), en los que se afirma que el estrés laboral afecta potencialmente la salud y la dinámica de los trabajadores. Nuestros hallazgos parecen indicar que el estrés laboral y la salud mental coexisten en los docentes, ya que, por un

lado, su empleo les propicia bienestar pero las altas demandas los vuelve vulnerables al estrés.

Además, las afecciones psicosomáticas reportadas por los participantes nos indican el impacto directo de los niveles de estrés laboral en su salud física, lo cual ha sido reportado por algunas investigaciones (Ortega et al., 2017; Rodríguez et al., 2018; Prada, 2019).

De acuerdo a nuestros hallazgos, si bien la disponibilidad tecnológica es un factor relacionado con el estrés laboral y la salud mental, las condiciones de trabajo son fundamentales para la presencia de afecciones psicosomáticas relacionadas con el estrés laboral, por lo que se requiere generar capacitaciones enfocadas en el autocuidado de la salud, independientemente del área del conocimiento en que ejerzan. Por último, como limitación propia de este estudio, se tiene la falta de datos extraídos de la subjetividad de los participantes, por lo que se sugiere realizar nuevos estudios con otras metodologías y desde distintos paradigmas científicos para indagar aún más en el tema.

Conflicto de interés

Los autores declaran que no existe conflicto de interés en la realización del estudio, ni en ninguno de los procesos vinculados a su publicación. Este estudio se realizó sin financiamiento externo.

Agradecimiento

Al Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACyT), por el apoyo brindado por medio de beca nacional a los estudiantes, quienes participan como coautores del manuscrito.

REFERENCIAS

- Acosta, A., Jiménez, L., Guillermo, E. y Redondo, M. (2019). Estrés ocupacional y evaluación de desempeño en docentes universitarios del departamento del Cesar. *Revista Encuentros*, 17(1), 24-33.
<http://dx.doi.org/10.15665/encuent.v17i01.1595>
- Amador, R., Rodríguez, C., Serrano, J., Olvera, J. y Martínez, S. (2014). Estrés y burnout en docentes de educación media superior. *Medicina, Salud y Sociedad*, 4(2), 119-141.
<http://ri.uaemex.mx/handle/20.500.11799/32405>
- Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior. (2022). *Informe de la Encuesta Nacional COVID-19: La Comunidad Estudiantil ante la Emergencia Sanitaria*. México.
- Avedaño, W., Hernández, C. y Prada, R. (2021). El docente universitario ante la emergencia educativa. Adaptación a las TIC en los procesos de enseñanza. *Educación y Humanismo*, 23(41), 27-46.
<https://doi.org/10.17081/eduhum.23.41.4354>
- Ayuso, J. (2006). Profesión docente y estrés laboral: una aproximación a los conceptos de Estrés Laboral y Burnout. *Revista Iberoamericana de Educación*, 39(3), 1-14.
<https://rieoei.org/historico/deloslectores/1341Ayuso.pdf>
- Calderón, J. (2016). Socialización y compromiso organizacional: una revisión a partir del bienestar laboral. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 21(3), 239-247.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29248182003>
- Carranco, S. y Pando, M. (2019). Estrés laboral. *Revista Pienso en Latinoamérica*, 2(3), 44-52.
<https://www.piensoenlatinoamerica.org/revista/articulo/123>
- Cersosimo, M., Lagioia, B. y Callea, A. (2011). Work related stress and public health: research. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 5(1), 597-603.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832343065>
- 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), 53-59.
<https://doi.org/10.15446/rsap.V20n1.53569>
- Da Rosa, S., Chalfin, M., Baasch, D. y Soares, J. (2011). Sentidos y significados del trabajo: un análisis con base en diferentes perspectivas teórico-epistemológicas en Psicología. *Universitas Psychologica*, 10(1), 175-188.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64719284015>

Félix, R., García, C. y Mercado, S. (2018). El estrés en el entorno laboral. Revisión genérica desde la teoría. *Cultura Científica y Tecnológica*, 64(15), 31-42.
<https://erevistas.uacj.mx/ojs/index.php/culcyt/issue/view/619/739>

Galland, G. (2002). Concepciones sobre Ciencia y Tecnología. Influencia en la formación de ingenieros y docentes para la carrera de ingeniería. *Educación*, 26(2), 61-72.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44026208>

García M., Medrano H., Vázquez J., Romero J. y Berrún L. (2021). Experiencias docentes del uso de la tecnología educativa en el marco de la pandemia por COVID-19. *Revista Información Científica*, 100(2), 1-15.
<http://scielo.sld.cu/pdf/ric/v100n2/1028-9933-ric-100-02-e3436.pdf>

Gutiérrez, R. y Guido, P. (2017). *SWS Inventario de salud mental, estrés y trabajo*. Manual Moderno.

Jerg, L., Limbrecht, K., Walter, S., Spohrs, J. & Beschner, P. (2020). Correlations of the "Work-Family Conflict" With Occupational Stress-A Cross-Sectional Study Among University Employees. *Frontiers in Psychiatry*, 11(134) 1-10.
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00134>

Jiménez, M. (2012). El perfil ideal del docente jurídico y la normatividad

académica de la Universidad Juárez del Estado de Durango. *Scientific International Journal*, 9(1), 4-17.

<http://www.nperci.org/M.%20jime nez-Perfil%20del%20Docente%20Juridico-V9N1.pdf>

Millán, A., Calvanese, N., y D'Aubeterre, M. (2017). Condiciones de trabajo, estrés laboral, dependencia universitaria y bienestar psicológico en docentes universitarios. *Revista de Docencia Universitaria*, 15(1), 195-218.
<https://polipapers.upv.es/index.php/REDU/article/view/6009>

Organización Internacional del Trabajo. (2016). *Estrés en el trabajo: un reto colectivo*. Centro Internacional de Formación de la OIT.
https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/publication/wcms_466549.pdf

Orozco, M., Bravo, H., Ruvalcaba, N., Ángel, M., Vázquez, C. y Vázquez, J. (2022). Socialización organizacional y salud mental positiva ocupacional como predictores del compromiso organizacional en docentes de educación superior. *Acta Colombiana de Psicología*, 25(1), 42-55.

<https://doi.org/10.14718/acp.2022.25.1.4>

Ortega, Z., Gutiérrez, R. y Reyes, C. (2017). Factores que intervienen en la salud mental de los docentes investigadores de la Universidad Autónoma de Zacatecas. *Revista Electrónica Semestral en Ciencias de la Salud*, 8(2), 1-12. <http://148.217.50.37/index.php/ibnsina/article/view/34/28>

Palacios, M., & Montes de Oca, V. (2017). Condiciones de trabajo y estrés en académicos universitarios. *Ciencia y Trabajo*, 19(58) 49-53. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492017000100049>

Parra, M. (2004). Promoción y protección de la salud mental en el trabajo: Análisis conceptual y sugerencias de acción. *Ciencia y Trabajo*, 6(14), 156-161. <https://pesquisa.bvsalud.org/porta/resource/pt/lil-420802>

Patlán, J. (2019). ¿Qué es el estrés y cómo medirlo? *Revista Salud Uninorte*, 35(1), 156-184. <https://www.redalyc.org/journal/817/81762945010/html/>

Pérez, I., Ruiz, C. y Sanz, S. (2014) El profesor universitario y su función docente. *Espacio I+D Innovación más Desarrollo*, 3(5), 97-113. <https://doi.org/10.31644/IMASD.5.2014.a05>

Prada, R. (2019). Social psychological factors and their relation to work-related stress as generating effect of burnout. *Interdisciplinaria*, 36(2), 39-53.

<https://doi.org/10.16888/interd.2019.36.2.3>

Rodríguez, J., Guevara, A. y Viramontes, E. (2017). Síndrome de burnout en docentes. *Revista de Investigación Educativa de la Riedich*, 8(14), 45-67.

http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-85502017000100045#:~:text=defin%20el%20s%C3%ADndrome%20de%20burnout,y%20clientes%20y%20baja%20autoestima

Rodríguez, L., Bermello, I., Pinagorte, E. y Durán, U. (2018). El estrés y su impacto en la salud mental de los docentes universitarios. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*, 3, 1-21.

<https://www.eumed.net/rev/caribe/2018/03/estres-docentes-universitarios.html>

Rodríguez, M., Preciado, M., Aguilar, M., Aranda, C., León, S. y Franco, S. (2014). Causas y situaciones que inciden en el estrés laboral de profesores del CUCS- U de G. *Salud Jalisco*, 1(2), 94-100. <https://www.medigraphic.com/pdfs/saljalisco/sj-2014/sj142f.pdf>

Rodríguez, R. y de Rivas, S. (2011). Los procesos de estrés laboral y desgaste profesional (burnout): diferenciación, actualización y líneas de intervención. *Medicina y Seguridad del Trabajo*, 57(Supl.1), 72-88.

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0465-546X2011000500006

- Sánchez, M., Martínez, A., Torres, R., de Agüero, M., Hernández, A., Benavides, M., Rendón, V. y Jaimes, C. (2020). Retos educativos durante la pandemia de COVID-19: una encuesta a profesores de la UNAM. *Revista Digital Universitaria*, 21(3), 1-25. <http://doi.org/10.22201/codeic.16076079e.2020.v21n3.a12>
- Secretaría de Gobernación. (2014). *Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud*. http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/regley/Reg_LGS_MIS.pdf
- Secretaría de Salud. (2016). *Guía nacional para la integración y el funcionamiento de los Comités de Ética en Investigación*. Secretaria de Salud. http://www.conbioetica-mexico.salud.gob.mx/descargas/pdf/registrocomites/Guia_CEI_paginada_con_forros.pdf
- Uribe, P. (2019). Riesgos psicosociales, burnout y psicosomáticos en trabajadores del sector público. *Investigación Administrativa*, 49(125), 1-16. <https://www.redalyc.org/journal/4560/456061607013/456061607013.pdf>
- Vázquez, J., Pando, M., Colunga, C., Enríquez, C., Maldonado, I. y Ángel, M. (2016). Nivel de salud mental positiva ocupacional en profesores universitarios. *Revista Educ@rnos*, 6(22-23), 135-148. <https://revistaeducarnos.com/wp-content/uploads/2017/06/articulo-julio-cesar.pdf>
- Vicario, C., Huerta, R., Escudero, A., Espinosa, Y., Solórzano, M., Trejo, G. y Ramírez, M. (2021). *Modelo de continuidad de servicios educativos ante un contexto de emergencia y sus etapas de crisis*. CUDI-ANUIES.
- Villarruel, M., Chávez, R., Hernández, I., Naranjo, F., Salazar, J., Roque, E. y Robert, R. (2018). Estrés y desgaste profesional en maestros de educación superior tecnológica en Veracruz, *REXE Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, 17(34), 1-17. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243156773007>



Esta obra está bajo la licencia internacional Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-SinObrasDerivadas 4.