



Salud mental y vínculos emocionales en docentes, trabajadores y administrativos universitarios

Mental health and emotional ties in teachers, workers and university administrators

Saúde mental e vínculos afetivos em professores, trabalhadores e gestores universitários

Janeth Medina-Benavides¹

Universidad Estatal de Milagro, Milagro – Guayas, Ecuador

 <https://orcid.org/0000-0001-7071-6264>
jmedinab4@unemi.edu.ec (correspondencia)

Fernando Altamirano-Hidalgo

Universidad Internacional SEK, Quito – Quito, Ecuador

 <https://orcid.org/0000-0002-7820-4535>
fernando.altamirano@uisek.edu.ec

DOI: <https://doi.org/10.35622/j.rep.2023.04.001>

Recibido: 05/08/2023 – Aceptado: 29/10/2023 – Publicado: 23/11/2023

PALABRAS CLAVE

equilibrio mental, salud mental, vínculos emocionales, universidad.

RESUMEN. En los últimos años, el concepto de "bienestar psicológico", que abarca un adecuado funcionamiento y equilibrio en los aspectos afectivos, psíquicos y sociales, ha sido reconocido como un factor determinante en el avance de las diferentes sociedades. El objetivo del presente trabajo se centra en analizar la trascendencia de la salud mental y vínculos emocionales en docentes, trabajadores y administrativos universitarios en la zona de Iberoamérica. El método de investigación empleado se basó en una revisión documental bibliográfica actualizada desde los años 2018 a 2023 de las bases de datos: Psycinfo, Medline Plus, EBSCO, Scielo, Psycodoc, PsycArticles, y principales repositorios institucionales de posgrado, obteniendo 60 publicaciones, de las cuales se seleccionaron 22 entre artículos científicos y tesis doctorales. Los resultados identificaron que los avances tecnológicos, el crecimiento poblacional en las distintas sociedades, y el creciente número de estudiantes inscritos para acceder a la educación superior, ha generado un acrecentado nivel de estrés en los trabajadores que se encuentran inmiscuidos en entornos de educación superior. Se concluye que entre los fenómenos identificados, las presiones asociadas al trabajo y su relación con las responsabilidades docentes, las interacciones personales en el entorno universitario, la estructura organizativa de las instituciones educativas superiores, la demanda de creatividad y proactividad, así como el constante enfoque en los procesos académicos, junto con la falta de interés de algunos estudiantes por aprender, son factores clave que desencadenan estrés laboral en profesores, personal administrativo y empleados vinculados a entornos universitarios.

¹ Magíster en Psicología, mención en Psicoterapia por la Universidad Internacional SEK, Ecuador.



KEYWORDS

mental balance, mental health, emotional bonds, university.

ABSTRACT. In recent years, the concept of "psychological well-being," encompassing proper functioning and balance in the emotional, psychological, and social aspects, has been recognized as a determining factor in the progress of different societies. The aim of this study focuses on analyzing the significance of mental health and emotional connections among teachers, workers, and administrative staff in Ibero-American university settings. The research method employed was based on an updated bibliographic document review from 2018 to 2023 using databases such as PsycINFO, Medline Plus, EBSCO, Scielo, Psycodoc, PsycArticles, and major institutional postgraduate repositories, obtaining 60 publications, from which 22 scientific articles and doctoral theses were selected. The results identified that technological advancements, population growth in various societies, and the increasing number of enrolled students in higher education have led to heightened levels of stress among individuals working in higher education environments. It is concluded that among the identified phenomena, pressures associated with work and its connection to teaching responsibilities, personal interactions in university settings, organizational structures of higher education institutions, the demand for creativity and proactivity, as well as the continuous focus on academic processes, combined with the lack of interest from some students in learning, are key factors triggering work-related stress in professors, administrative staff, and employees linked to university environments.

PALAVRAS-CHAVE

equilíbrio mental, saúde mental, vínculos emocionais, universidade.

RESUMO. Nos últimos anos, o conceito de "bem-estar psicológico", que abrange um funcionamento adequado e equilíbrio nos aspectos afetivos, psíquicos e sociais, tem sido reconhecido como um fator determinante no progresso das diferentes sociedades. O objetivo deste estudo concentra-se em analisar a importância da saúde mental e dos vínculos emocionais entre professores, trabalhadores e pessoal administrativo em ambientes universitários da ibero-americanos. O método de pesquisa utilizado baseou-se numa revisão bibliográfica atualizada de 2018 a 2023 em bases de dados como PsycINFO, Medline Plus, EBSCO, Scielo, Psycodoc, PsycArticles e principais repositórios institucionais de pós-graduação, resultando em 60 publicações, das quais foram selecionados 22 artigos científicos e teses de doutorado. Os resultados identificaram que avanços tecnológicos, o crescimento populacional em diversas sociedades e o aumento do número de estudantes matriculados no ensino superior têm gerado níveis elevados de estresse entre os indivíduos que trabalham em ambientes de ensino superior. Conclui-se que, entre os fenômenos identificados, as pressões associadas ao trabalho e sua relação com as responsabilidades docentes, as interações pessoais em contextos universitários, as estruturas organizacionais das instituições de ensino superior, a demanda por criatividade e proatividade, assim como o foco contínuo nos processos acadêmicos, juntamente com a falta de interesse de alguns estudantes pela aprendizagem, são fatores-chave desencadeadores de estresse laboral em professores, pessoal administrativo e funcionários ligados aos ambientes universitários.

1. INTRODUCCIÓN

Ribot Reyes et al. (2020) dentro de su investigación sobre la salud mental a nivel de la población, menciona que la Organización Mundial de la Salud, refiere a la "salud mental" como la capacidad de autonomía, autodesenvolvimiento en distintas situaciones tensionasteis de la vida cotidiana, la satisfacción interna de desarrollar las capacidades afectivas e intelectuales, y en general, la posibilidad de llevar una vida a plenitud, especialmente dentro del campo psicoemocional. Por otra parte, Lozano-Vargas (2020) pone en evidencia la radical importancia de la estabilidad psicoafectiva y correcto desenvolvimiento psíquico a nivel del entorno comunitario, además de manera general, recalca la relevancia de complementar esta "cultura de cuidado mental" con una ingesta adecuada de alimentos, de actividad física, distribución de tiempos de actividades diarias, procurando reducir las cargas de stress, ansiedad y preocupaciones que generen desequilibrios en nuestra psique.

Es importante aclarar que el "estrés laboral" es comprendido conceptualmente como una situación en la cual existen elementos de diversas características dentro de un entorno laboral, que generan un desgaste y

agotamiento a nivel mental y físico. Se recalca que la Organización Internacional del Trabajo (OIT) considera al estrés laboral, como una de las grandes epidemias del siglo XXI, debido al acelerado crecimiento de afectaciones físicas y psicológicas que se evidencian actualmente en los distintos ambientes de trabajo, sectores en los cuales el progreso tecnológico es cada vez más compleja para la convivencia humana y otras situaciones de la vida moderna, generando una serie de cambios en los hábitos de vida del ser humano (Avalos-Latorre et al., 2022).

La investigación en el campo de la psicología clínica realizada por González-Sanguino (2021), plantea que existen 3 tipos primordiales de estigmas asociados a complicaciones con la salud mental. El primero de ellos es el “estigma estructural”, el cual se encuentra conformado por las políticas, normas y procedimientos de entidades privadas o públicas que en cierta forma limitan las oportunidades de acceso y los derechos como ser humano. El segundo lo compone el “estigma social”, constituido por las emociones, conductas negativas y pensamientos orientados hacia los problemas de salud mental que se encuentran presentes en quienes constituyen la sociedad. Como tercer elemento, este autor nombra al “estigma internalizado”, que hace referencia a la parte interna de cada individuo, es decir, como asume cada persona el “estigma social”, lo asimila e integra a su personalidad.

Siguiendo este planteamiento de salud mental y como se estructuran los conceptos referentes a este importante tema, De la Barrera-Marzal (2021) destaca que las primeras etapas de desarrollo del ser humano serán definitorias para los años posteriores, específicamente los periodos de niñez y adolescencia. Recalca que estos “lapsos evolutivos” pueden tener un efecto directo sobre los ajustes psicoemocionales, conductas suicidas y autodestructivas, además de incidir en lo psicoafectivo. Este autor añade que, las cargas emocionales, traumas, sentimientos de baja autoestima y otros componentes psicológicos que no hayan sido “elaborados”, “asimilados”, o “superados”, pueden aparecer en forma de distintas patologías y sintomatologías psicoemocionales en años posteriores.

Caqueo-Urizar et al. (2020) relacionan la salud mental y la “regulación emocional”, definiendo a este último elemento como la fusión de procesos internos y externos, que, en función de un objetivo, ajustan de manera amplia las reacciones psicoemocionales negativas y positivas. La cambiante sociedad actual, los fenómenos de globalización, los factores culturales, y otros elementos que caracterizan “la vida del siglo XXI”, implican un ritmo de vida acelerado con estresores, los cuales muchas veces generan estados de malestar poco marcados, y que con el tiempo se convierten en “problemas emocionales” más complejos, pues acarrear variaciones en los funcionamientos cognitivos, biológicos, sociales, familiares y laborales.

Dentro de los aportes de gran interés a las investigaciones entre el vínculo emocional y el lugar habitado, se encuentra la propuesta de Castaño-Aguirre et al. (2021), quienes hablan de las “cartografías sociales”, estos “mapas” desenmascaran cuestionamientos, disputas, relaciones de la vida cotidiana, jerarquías de carácter social, y otros elementos de la vida contemporánea. Estos autores afirman que las emociones se encuentran estrechamente ligadas a la elaboración de la identidad individual como colectiva, al tipo de relaciones que se establecen con el entorno, al sentido de importancia que se le otorga a la comunidad, a las vivencias y experiencias que se forman con la sociedad, pues todos estos componentes se constituyen en los conceptos de la persona sobre el lugar que habita.

Mejía et al. (2019) dentro de su trabajo sobre estrés laboral en trabajadores pertenecientes a países latinoamericanos, concluye que Venezuela es el país que más estrés presenta con un 63%, le sigue Perú, Colombia, Ecuador, Honduras y Panamá. Esta investigación se la ejecuto con 2.608 trabajadores de diversas

empresas de Latinoamérica que se desempeñaban en tareas administrativas o de campo, llegando a la conclusión que existen diferentes elementos como la comunicación, las características geográficas del entorno, los factores culturales, económicos, políticos y religiosos, los cuales afectan directamente en la conducta de las personas, siendo el ambiente laboral un “micro entorno”, donde estos elementos toman trascendencia en la psique de cada persona, dependiendo sus características individuales.

Por otro lado, empleos como la docencia y administración universitaria, se han convertido en los últimos años, en áreas laborales de gran tensión y demanda emocional, esto debido al crecimiento de la población en los distintos países, cambios de políticas estatales dentro de la educación superior, exigencias a continuas capacitaciones, y horarios rotativos debido al gran número de alumnos que se ha visibilizado en las aulas privadas y estatales. El entorno universitario implica un gran compromiso y desenvolvimiento psicológico y emocional, pues las tareas son muy diversas, y se requiere de una continua interacción en distintas circunstancias, con distintos colegas, directivos, alumnos, autoridades y miembros de la colectividad (Jorquera-Gutiérrez & Herrera-Gallardo, 2019).

La exploración ejecutada por Seijas-Solano (2019) en trabajadores universitarios, en cambio aborda el estrés laboral, los riesgos psicosociales y el síndrome burnout, y concluye que los principales riesgos son: “el ritmo de trabajo”, “la inseguridad en las condiciones de trabajo”, y “el conflicto de roles”. Dentro del planteamiento de este investigador, se condensa que el estrés laboral se encuentra sujeto a las características de funcionamiento y políticas laborales de las instituciones de educación superior, pues dependen de ellas, de sus condiciones públicas o privadas, los beneficios salariales, de seguro social, vacaciones, y otros derechos que puedan ser beneficiarios.

En este contexto, el objetivo del presente trabajo se centra en analizar la trascendencia de la salud mental y vínculos emocionales en docentes, trabajadores y administrativos universitarios, esto a nivel del área iberoamericano.

2. MÉTODO

El actual trabajo investigativo abarca una exploración documental, para la cual se siguieron los parámetros sugeridos por Corona-Sobrinó (2021), quien, desde su visión investigativa en ciencias sociales, propone que las revisiones de carácter bibliográfico, contribuyen y benefician al desarrollo de los procesos de aprendizaje, adquisición de conocimientos específicos e integración de la información, acrecentando los procesos metacognitivos de los individuos. Por otra parte, Estrada-Villa (2022) estima que las investigaciones bibliográficas, se constituyen en importantes elementos metodológicos, pues facilitan y canalizan la difusión y socialización de las diferentes investigaciones académicas.

En lo que respecta a los parámetros metodológicos, se tomó en consideración a Pérez-Bonifante (2020), quien establece que, como primer elemento de estructuración investigativa, se debe emprender una búsqueda sistemática y correctamente estructurada, para posteriormente, organizar la información obtenida, todo esto en concordancia con los objetivos de la propuesta y necesidades del equipo de investigación o investigador.

Al tratarse de una revisión bibliográfica, se recurrió a la exploración total de 60 publicaciones, de las cuales se tomaron 22 investigaciones, siendo 3 de ellas tesis doctorales y 19 artículos científicos para lo cual se consideraron criterio de inclusión y exclusión. Entre las consideraciones de inclusión se tomó en cuenta publicaciones de tipo artículo científico y tesis doctorales (publicadas) con tópicos estrechamente relacionados

a la salud mental, vínculos emocionales, estrés laboral (Síndrome Burnout) en docentes, trabajadores y administrativos universitarios a nivel de Iberoamérica. El rango de búsqueda de información se manejó en un espacio de publicación entre los años 2018 al 2023. Los criterios para excluir las investigaciones fueron el que su temática abordara otro rama o campo diferente al investigado, que estuvieren fuera del periodo de referencia, no ser estudio publicados, no contar con información completa o acorde a los fines investigativos.

El proceso de exploración documental se llevó a cabo en un periodo de un mes y medio aproximadamente, y se recurrió a las bases de datos: Psycinfo, Medline Plus, EBSCO, Scielo, Psycodoc, y PsycArticles. Se recurrió a la búsqueda en inglés y español, priorizando el idioma natal, puesto que en el estudio se enfatiza en Iberoamérica. Las palabras claves aplicadas para la exploración de la información fueron: salud mental, vínculos emocionales, universidad, salud mental en trabajadores universitarios, burnout en docentes universitarios y en idioma inglés: *mental health, emotional ties, university*.

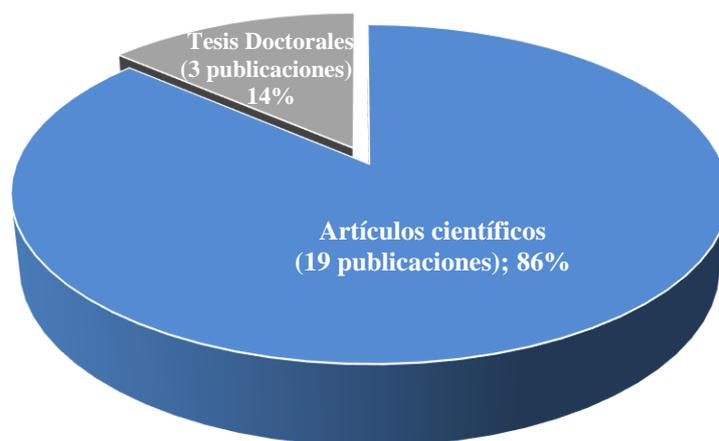
El procesamiento de la información se realizó de manera estructurada para la extracción de la información más relevante de cada una de las investigaciones, por lo que se procedió a leer cada una de ellas. Así, en una primera lectura se procedió a identificar que la información fuese afín al objetivo de estudio, en una segunda lectura se extrajeron los datos importantes para su sistematización y articulación jerarquizando los contenidos en coherencia con los fines de la investigación. Finalmente se produce o construye una nueva información a partir de las revisiones, estableciendo conexiones y comparaciones entre éstas para el desarrollo del conocimiento.

3. RESULTADOS

A continuación, se exponen los hallazgos de la investigación documental, enfocándose en el abordaje de la salud mental y vínculos emocionales en docentes, trabajadores y administrativos universitarios desde las distintas indagaciones de los investigadores analizados. Se precisa mencionar que entre las limitaciones investigativas se registró un escaso número de tesis doctorales sobre el tema de estudio o con indagaciones específicas y a profundidad (ver Figura 1).

Figura 1

Resultados de la búsqueda sistemática



Entre los aportes identificados se encuentra la publicación de Padilla-Sarmiento et al. (2018) en la cual se efectúa un abordaje en trabajadores universitarios desde un enfoque de salud mental y basado en el modelo de

creencias. En primer término, se establece que el “equilibrio psíquico” de las personas que laboran en estos entornos se ve afectado por el tipo de relaciones existentes entre el entorno laboral. Estos autores sugieren considerar las formas de organización del trabajo, analizar los elementos personales y sociales que se relacionan directamente con el nivel de desempeño y grado de productividad.

Mientras que, en el estudio realizado por Ahumada et al. (2021) sobre el estrés laboral, muestra que Europa, Estados Unidos, Canadá y Australia, son los países que más invierten en salud mental en el trabajo. Estos autores abordan la temática de la exposición al bullying laboral con sintomatología depresiva, consumo de sustancias psicotrópicas, y una respuesta muy marcada y negativa frente a los elementos estresores, concepción que se define como “distrés”. Gaviria-Marulanda et al. (2022) por su parte dentro de su publicación, resaltan que las condiciones de los entornos laborales, específicamente a nivel universitario, se ven influenciadas por el cumplimiento de determinadas normas de funcionamiento de estas entidades, el equipamiento básico que facilite el confort del trabajador, convirtiéndose en los principales “predictores” que generan la aparición de estresores laborales.

Otro de los aportes dentro de las investigaciones a nivel del personal universitario y salud mental es propuesto por Rojas-Solís et al. (2021), quien expone que los niveles culturales y las relaciones comunicacionales, son los factores que permitirán esclarecer el tipo de ambiente en el cual se desempeña el trabajador universitario. En teoría los entornos académicos, son espacios donde se visualizan mejores tratos relacionales entre empleados, trabajadores y docentes, sin embargo, también menciona que pueden existir otros componentes que pueden afectar al estrés laboral: empleados con hijos, madres solteras, personas con discapacidades físicas que se ven sometidas a entornos no adaptados para ellas.

Reyna-Moreira et al. (2022) en cambio en su abordaje sobre las principales génesis de estrés en docentes que laboran en entidades de educación superior, identificaron que las causas asociadas a este estado psicológico y físico se deben a los apretados y muy rigurosos horarios de impartición de clases, ligados, además, a las pocas horas destinadas para la elaboración de clases. También se añade la falta de compromiso con la institución, docentes con inestabilidad laboral, universidades con muy bajo presupuesto y falta de oportunidades de crecimiento.

Una mala distribución de asignaturas por especialidades es otro de los desencadenantes, lo cual conlleva a que los docentes se sobrecarguen, planificando asignaturas que no son de su dominio, una remuneración inadecuada es otro factor a tener presente, finalmente se incluye las condiciones de infraestructura de las universidades, y el grado de acceso a materiales que facilitan el aprendizaje de los alumnos, como laboratorios, centros de cómputo, bibliotecas, facilidad de acceso y rapidez del internet, aulas equipadas con proyectores, computadoras, y otros aspectos complementarios de este tipo. Todos estos se constituyen como determinantes canalizadores de estrés, pues son recursos que facilitan los procesos pedagógicos, y careciendo de ellos, evidentemente genera un malestar e impide un correcto desarrollo de los procesos de enseñanza superior según concluyó Gómez-Ortiz et al. (2019).

A nivel de Latinoamérica, Gómez-Ortiz et al. (2019) indican que, dentro de las instituciones de educación superior, se identificaron que los factores psicosociales negativos se encontraron relacionados con las interacciones personales derivadas del trabajo y su relación con las tareas a desempeñar, los sistemas laborales y organizaciones de cada entidad. Estos autores señalan como exigencias laborales específicas exigidas a los docentes, el poseer mayor creatividad e iniciativa, hablar constantemente, enseñar a personas que asisten a las

aulas sin un verdadero interés por aprender, los altos niveles de concentración que se necesitan, el compromiso a nivel de resultados en cuanto a docencia, investigación, gestión académica y publicaciones.

Por otra parte, en el trabajo de Seijas-Solano (2019) sobre riesgos psicosociales, el nivel de estrés laboral y el síndrome de burnout en trabajadores universitarios venezolanos, evidencia que los principales riesgos de carácter psicosocial encontrados fueron: el ritmo laboral, la inseguridad en las situaciones de trabajo y los aspectos remunerativos. Siguiendo esta línea, una investigación colombiana en salud laboral en administrativos de educación superior ejecutada por Ramos-Narváez et al. (2020), muestra una estrecha consonancia entre la satisfacción laboral y el bienestar psicológico, concluyendo que, los entornos universitarios en los cuales existe una constante capacitación, puntualidad en las remuneraciones, se genera reconocimiento a nivel de todas las estructuras jerárquicas, y se incluya un sistema de retroalimentación emocional de trabajo, se caracterizan por resultados óptimos de rendimiento profesional.

También se trae a mención el aporte de Pérez-Carpio et al. (2019) en el cual lograron evidenciar una relación importante entre el desarrollo de habilidades y el estrés, pues a medida que la primera se incrementa, la segunda disminuye. De igual forma, se encontró una disminución del estrés a medida que el apoyo social de la entidad educativa se incrementaba y la calidad de liderazgo mejoraba. Además, Jara-Ruiz et al. (2023) reconocen en su estudio el riesgo de padecimiento de estrés laboral en el 67% de docentes, identificándose a un 57% que presentan agotamiento emocional y un 28% despersonalización.

Torres-Calvimontes (2022) relaciona aspectos del espacio físico como desencadenantes de estrés en los docentes, así determinó que 68% indicó que su salón de clase posee una adecuada iluminación y 32% considera que no es la correcta, además el 44% de educadores considera que posee un elemento distractor en su entorno que no favorece su trabajo y la concentración de sus educandos, 48% se siente afectado por las condiciones de humedad y temperatura. Por otra parte, el 44% explica que las aulas permiten el paso del ruido, adicional a ello el 60% manifestó que la monotonía en su labor puede ser atribuida a la fatiga e intranquilidad derivaba de los factores antes mencionados.

En otra revisión presentada por Rivela et al. (2021) los resultados evidencian que el 48% de educadores posee elevados índices de insatisfacción respecto a sus condición de trabajo en cuanto estas resultan perjudiciales, se presenta un 36% con disfunción cognitiva, 12.3% ha dejado su puesto de trabajo por presentar Síndrome de Burnout, además solo el 3.7% presentó estrategias de afrontamiento entre las que se destacó el autocuidado, autocontrol y la búsqueda de apoyo.

Lemos et al. (2019) también aportaron al explicar que 21.3% de educadores universitarios presentaron niveles considerables de estrés, aduciendo su necesidad de realizar su labor desde su sitio de residencia, conflictos emocionales, así como interferencias entre familia y trabajo que representaron el 45.6% de variabilidad en el nivel de estrés laboral. Además, Villamar-Sánchez et al. (2019) encontraron que los factores psicosociales se relacionaron directamente con el Burnout, siendo las variables más importantes los conflictos sociales, los de tipo organizacional y aquellos relacionados con los educandos. Y, Acosta-Fernández et al. (2019) en cambio demostraron una relación estadísticamente significativa entre sexo y salud mental, además encontraron que las consecuencias el estrés laboral en los educadores se reflejaron en afecciones en la salud mental e incremento en el nivel de violencia, uno de los factores más importantes que detonaron el estrés laboral fue el acoso psicológico.

A estos estudios se adiciona el de Alvarado-Peña et al. (2023) con enfoque en síndrome de Burnout en educadores de nivel universitario, pudiendo determinar su existencia en este segmento a nivel Latinoamericano con indicadores relevantes en para agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal. Además, evidencian la existencia de una asociación entre el Burnout y las condiciones laborales, de la organización, factores sociodemográficos y variables de tipo personal como la edad, sexo, el tener hijos, así como el tiempo de experiencia en la actividad laboral.

Así mismo la información de Ibarra-Luna et al. (2018) respecto a la identificación del Burnout en docentes de nivel superior demostraron que existieron diferencias entre educadores hombres y mujeres, en la condición de agotamiento emocional, despersonalización y sentimiento de realización personal. En general se obtuvo un 34% de docentes con agotamiento emocional, bajo sentimiento de realización personal 38.2% y 27.1% con despersonalización baja. Además, se encontró una relación estadísticamente significativa entre los factores demográficos y laborales con agotamiento emocional y despersonalización.

Garzón-Espinosa (2021) por su parte, indaga en dos universidades de países latinoamericanos logrando determinar la existencia de una asociación significativa entre los aspectos psicosociales que se presentan en el entorno de trabajo y el estrés laboral. Así, reconoce que la carga laboral representó el 18.7% de los niveles de estrés en los docentes, el contenido y tipo de actividad a realizar también fue preponderante con el 21.3%, las condiciones del entorno laboral 16.1%, la interacción social y factores de la organización representaron el 18.5%, mientras que las exigencias en el trabajo el 15.2% y la carencia de recursos para la ejecución de sus labores el 10.2%. Además, las consecuencias del estrés laboral en los educadores les ocasionó repercusiones en su salud, afectando su calidad del sueño, derivando el problema de alimentación, presentando cansancio e irritabilidad.

Dentro de este orden de ideas, se encuentra Mawyin-Cevallos (2020) cuyo objetivo investigativo fue determinar las fuentes de estrés en grupos de docentes de nivel universitario, encontrando que aquella de mayor estrés fue la variable identificada como “trabajo” con una puntuación media de 2.63, luego se presentaron los aspectos personales y los sociales. También se conoció que, a menor apoyo, se presentaba un mayor nivel de estrés. Las actividades generadoras de estrés se reconocieron en la planificación e investigación, mientras que actividades en el aula fue la de menor nivel. Un aporte importante en esta investigación es que se reconoció que los docentes destacados por su labor fueron aquellos que percibieron un mayor nivel de estrés, mientras que los que fueron valorados con el criterio de rendimiento satisfactorio, perciben menores niveles de estrés.

En la misma línea investigativa se presenta Crucinta-Ugarte (2018) quien identificó una relación de significancia entre el clima organizacional y el estrés laboral en docentes de universidad, con una dependencia del 84.6%. En tal sentido 26.6% percibió el clima laboral desfavorable y el 69.7% medianamente favorable. En cuanto al nivel de estrés el 11% de educadores lo presentó en un nivel alto y el 15.2% en nivel medio. Además, 11.8% presento agotamiento emocional alto y 15.2% alto, 8% despersonalización alta y 19% media, 11.4% con un nivel elevado de baja realización personal y esta deficiencia de conducta se presenta en un nivel medio en un 14.8%. El estrés laboral de los docentes estuvo relacionado con la presión en el trabajo, la confianza dentro del entorno organizacional, las relaciones entre compañeros, el apoyo y respaldo que reciben de la entidad, además del reconocimiento a su labor.

Por su parte, Cabellos-Alvarado (2019) encontró una prevalencia del síndrome de Burnout del 5.6% en docentes universitarios, además 6.5% se encuentra proclive a padecerlo y 93.5% en cambio es persona en riesgo de

desarrollarlo. También se evidenció un 9.03% con agotamiento emocional alto y 18.06% medio, respecto a la despersonalización el 19.35% registró un nivel alto y el 28.39% medio, mientras que la realización personal fue valorada como baja por el 94.84%. Los factores desencadenantes del síndrome de Burnout se relacionaron con características del individuo, es decir la capacidad para hacerle frente al estrés, también se menciona el entorno social y aspectos organizacionales.

Finalmente se precisa indicar que la importancia de estos resultados expuestos reside en los aportes a la comprensión del estrés laboral en el contexto académico universitario con el segmento docente, pues se han encontrado, de forma general, que determinados factores psicosociales pueden actuar como detonantes en el estrés de los educadores, siendo por ende considerados como variables de riesgo. Esto se comprende en cuanto la labor educativa implica distintos desafíos y problemas en el diario ejercicio de la misma, desde diferentes dimensiones por lo que se hace evidente la necesidad de programas de prevención e intervención orientados a promover la salud mental y el bienestar de los docentes universitarios.

4. DISCUSIÓN

La labor que realizan los docentes, trabajadores y administrativos en el entorno universitario, sin duda presenta riesgos que pueden afectar su salud mental y emocional, e incluso físico, esto se evidencia en cuanto sus condiciones de trabajo se asocian a factores desencadenantes de estrés, los cuales son identificados en la literatura y por los propios actores sociales afectados en las distintas investigaciones que se realizan con su colaboración. El estrés laboral en el entorno académico, que posiblemente afecte principalmente a los docentes, está relacionado con factores organizativos, el ritmo de las actividades y aspectos individuales como la edad, el sexo, los hijos, la personalidad, entre otros.

En concordancia con las revisiones presentadas, son los factores psicosociales pueden ser los de mayor riesgo en el desarrollo del estrés laboral en el contexto académico universitario, y es que en el caso de los docentes, por ejemplo, estos se ven expuestos a exigencias en el cumplimiento de currículos, programas, mallas, u otros modelos de los sistemas educativos que demandan más de las horas asignadas para el ejercicio de sus actividades, a ello se suman tareas administrativas que son obligatorias. Jorquera-Gutiérrez & Herrera-Gallardo (2019) en relación al tema, han expuesto que la docencia y administración universitaria son áreas laborales que implican una gran tensión y carga emocional, comprendidas por el incremento de la población estudiantil, lo que deriva en una mayor exigencia a los colaboradores en cuanto a capacitación, carga horaria extendida, planificación, etc.

Por otra parte, no siempre los entornos donde se desempeñan e imparten sus clases son adecuados, lo que también impacta en su desempeño y repercute como factor de riesgo para la presencia del estrés laboral, y es que en ocasiones deben trabajar con recursos limitados y en salones poco apropiados para la enseñanza-aprendizaje, pero muy poco se puede hacer para cambiar dicha realidad, sobre todo en instituciones de carácter público. Esto se ha podido evidenciar por parte de Torres-Calvimontes (2022) en cuanto la satisfacción de los docentes con su entorno de trabajo en términos estructurales no resulta adecuada para el ejercicio de su labor, atribuyéndole incluso la razón de la monotonía a la fatiga e intranquilidad que les genera estos espacios.

Además, los factores personales no se quedan de lado, pues cada persona enfrenta una realidad distinta, por lo tanto, la forma de hacerle frente a cada situación será variable, pudiendo ser o no más vulnerables ante determinados sucesos. Al respecto Caqueo-Urizar et al. (2020) explicó que la regulación emocional, la cual

implica tanto procesos internos como externos, ajustados para que las reacciones psicoemocionales negativas y positivas respondan en función de un objetivo, son variables ante el estrés. Incluso De la Barrera-Marzal (2021) habla de que estos ajustes psicoemocionales pueden estar marcados por los lapsos evolutivos del individuo, de tal manera que cada persona enfrentará la carga emocional, trauma, y otros componentes psicológicos de distinta forma.

Frente a lo expuesto, toman mayor relevancia los postulados de Castaño-Aguirre et al. (2021) respecto a las “cartografías sociales” comprendiéndose que los individuos son capaces de descubrir e interpretar interrogantes, controversias, relaciones de la vida diaria, jerarquías sociales y otros elementos de la vida moderna desde su propia identidad, a partir de lo cual conceptualizan el lugar que habitan. En tal sentido, esto le permite al individuo establecer, precisamente una relación con su entorno, que para el caso estudiado comprende el contexto universitario y los actores que en él se desenvuelven.

5. CONCLUSIONES

Esta revisión, enfocada en analizar la trascendencia de la salud mental y vínculos emocionales en docentes, trabajadores y administrativos universitarios a nivel de Iberoamérica ha permitido la identificación de aspectos relativos al estrés laboral en los entornos académicos que afectan a los colaboradores en su psiquis, pero también en su salud física y emocional. Estos factores suelen ser generalmente de tipo psicosocial, es decir aquellos que se relacionan directamente con el entorno de trabajo, contexto social, contenidos y tareas.

Es así que la salud mental, dentro de los entornos laborales universitarios, es una temática que se ha profundizado por su importancia durante los últimos años. La mayoría de investigaciones coinciden en que el estrés laboral de docentes, administrativos y trabajadores dentro de las instituciones de educación superior, se encuentran sujetas a las características de funcionamiento y políticas laborales de las mismas, pues dependen de ellas, de sus condiciones públicas o privadas, los beneficios salariales, entre otros aspectos. En definitiva, el nivel de las condiciones que se le oferten al trabajador, será el factor predictor de un acertado o paupérrimo rendimiento.

Ahora bien, desde el análisis de los vínculos emociones y su trascendencia en la salud mental de los docentes, trabajadores y administrativos universitarios, las investigaciones demuestran que, debido a la insatisfacción laboral, o al mal clima organizacional, las relaciones sociales de los colaboradores se ven afectadas, demostrando desconfianza entre pares, falta de comunicación y hostilidad. Así mismo, las relaciones familiares se ven afectadas por el estrés que enfrenta el individuo en cuanto desarrolla comportamientos que le impiden un adecuado funcionamiento socio-familiar. En relación a este tema, son pocos los docentes que buscan, tienen acceso o reciben apoyo psicológico oportunamente.

Es por lo expuesto que se precisan desarrollar programas de prevención e intervención en los entornos académicos universitarios para el abordaje de la salud mental en docentes, trabajadores y administrativos, no sin antes mencionar que cada institución posee determinadas particularidades, por lo que la especificidad de estas planificaciones debe ser adecuadamente pensado, de manera que se atiendan las necesidades y realidades de los colaboradores.

Conflicto de intereses / Competing interests:

Los autores declaran que el presente proyecto no representa ningún conflicto de interés real, potencial o evidente, de carácter personal, con la revista, la entidad editora y las entidades financiadoras. Todos los autores han leído y aceptado la versión publicada del manuscrito.

Rol de los autores / Authors Roles:

Janeth Medina-Benavides: Conceptualización, curación de datos, análisis formal, investigación, metodología, recursos, software, supervisión, validación, visualización, administración del proyecto, escritura-preparación del borrador original, escritura -revisar & edición.

Fernando Altamirano-Hidalgo: Conceptualización, análisis formal, investigación, metodología, administración del proyecto, escritura -preparación del borrador original, escritura-revisar & edición.

Aspectos éticos/legales:

Los autores declaran no haber incurrido en aspectos antiéticos, ni haber omitido aspectos legales en la realización de la investigación.

Fuentes de financiamiento / Funding:

Las fuentes de financiación que dieron lugar a la investigación son de carácter personal y motivación profesional.

REFERENCIAS

- Acosta Fernández, M., Parra Osorio, L., Burbano Molina, C., Aguilera Velasco, M., & Pozos Radillo, B. (2019). Estrés laboral, Burnout, salud mental y su relación con violencia psicológica en docentes universitarios. *Revista Salud Uninorte*, 35(3), 328-342. <https://www.redalyc.org/journal/817/81763959003/html/>
- Ahumada, M., Ansoleaga, E., & Castillo, A. (2021). Acoso laboral y salud mental en trabajadores chilenos: el papel del género. *Cuadernos de Salud Pública*, 37(2), 1-12. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00037220>
- Alvarado Peña, L., Amaya Saucedo, R., Muñoz Castorena, R., Reyes Alvarado, S., Ramos Farroñán, E., & Sansores Guerrero, E. (2023). Síndrome de burnout en profesores universitarios de Latinoamérica: una revisión de literatura. *elos: Revista de Estudios Interdisciplinarios en Ciencias Sociales*, 25(3), 802-818. <https://ojs.urbe.edu/index.php/telos/article/view/4302/6041>
- Ávalos Latorre, M., Ramírez Cruz, J., & Colunga González, M. (2020). Estrés laboral, salud mental y disponibilidad tecnológica en una muestra mexicana de docentes universitarios. *Uaricha: Revista de Psicología*, 20, 43-57. <http://www.revistauaricha.umich.mx/index.php/urp/article/view/643/640>
- Cabellos-Alvarado, S. (2019). *Asociación entre síndrome de Burnout y estrategias de afrontamiento en docentes de la Universidad Nacional de Cajamarca - Perú*. Lima. [Tesis Doctoral, Universidad Nacional Mayor de San Marcos] Repositorio Universidad Nacional de Cajamarca. <https://n9.cl/j9p6n>
- Caqueo Urizar, A., Mena Chamorro, P., Flores, J., Narea, M., & Irrázabal, M. (2020). Problemas de regulación emocional y salud mental en adolescentes del norte de Chile. *Terapia psicológica*, 38(2), 203-222. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082020000200203>
- Castaño Aguirre, C., Baracalo Silva, P., Bravo Arcos, Á., Arbeláez Caro, J., Ocampo Fernández, J., & Pineda López, O. (2021). Territorio y territorialización: una mirada al vínculo emocional con el lugar habitado a



- través de la cartografía social. *Revista Guillermo de Ockham*, 19(2), 201-217. <https://doi.org/10.21500/22563202.5296>
- Corona-Sobrino, C. (2021). *Análisis de las dinámicas de producción de conocimiento científico bajo el sistema de evaluación de la calidad de la educación superior y la ciencia*. Valencia. [Tesis Doctoral, Universidad de Valencia]. Repositorio Universidad de Valencia. <https://n9.cl/rvf2m>
- Crucinta-Ugarte, E. (2018). *El estrés laboral del docente universitario y su relación con el clima organizacional en la Universidad Nacional de "San Antonio" del Cusco, año 2016*. Cusco. [Tesis Doctoral, Universidad Alas Peruanas]. Repositorio Universidad Alas Peruanas. <https://repositorio.uap.edu.pe/handle/20.500.12990/7585>
- De la Barrera-Marzal, U. (2021). *Promoción de la salud mental, la competencia emocional y la autoestima en adolescentes: diseño e implementación de una plataforma tecnológica de educación emocional*. Valencia. [Tesis Doctoral, Universidad de Valencia] Repositorio Universidad de Valencia. <https://roderic.uv.es/handle/10550/80942>
- Estrada-Villa, E. (2022). *La Investigación Formativa Basada en el Aprendizaje Móvil: Diseño y Validación de una Estrategia para Entornos de Maestría Virtuales*. Illes Balears. [Tesis Doctoral, Universidad de las Islas Baleares]. Repositorio Institucional Universidad Illes Balears. <https://dspace.uib.es/xmlui/handle/11201/159900>
- Garzón-Espinosa, M. (2021). Factores psicosociales asociados al estrés laboral. Análisis sobre su impacto en docentes universitarios. *SALUTA*, 4(3), 68-79. <https://doi.org/10.37594/saluta.v1i4.613>
- Gaviria Marulanda, A., Ramírez Morales, L., Vergara, A., Arce Ceballos, V., & Riascos Montaña, G. (2022). III. Efectos en la salud física y mental de los trabajadores administrativos universitarios en relación con sobrecarga laboral durante la pandemia por covid-19. *Revista de Investigación en Gestión Industrial, Ambiental, Seguridad y Salud en el Trabajo - GISST*, 8(1), 51-69. <https://doi.org/10.34893/gisst.v8i1.421>
- Gómez Ortiz, V., Perilla Toro, L., & Hermosa, A. (2019). Riesgos para la salud de profesores universitarios derivados de factores psicosociales laborales. *Universitas Psychologica*, 18(3), 1-15. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy18-3.rspu>
- González Sanguino, C. (2021). *El Estigma en la Salud Mental: Estigma Implícito y Explícito*. Madrid. [Tesis Doctoral, Universidad Complutense de Madrid]. Repositorio Universidad Complutense de Madrid. <https://eprints.ucm.es/id/eprint/65806/1/T42587.pdf>
- Ibarra Luna, M., Erazo Muñoz, P., & Gallego López, F. (2018). Síndrome de Burnout en profesores de una institución de educación superior de Manizales-Colombia. *Revista de Investigaciones*, 18(32), 69-83. <https://doi.org/10.22383/ri.v18i32.114>
- Jara Ruiz, C., Navarrete Angulo, C., & Zapata Jiménez, M. (2023). Estrés laboral y desempeño docente en los institutos de educación superior. *Revista Ciencia & Tecnología*, 23(38), 86-97. <https://cienciaytecnologia.uteg.edu.ec/revista/index.php/cienciaytecnologia/article/view/604/716>

- Jorquera-Gutiérrez, R., & Herrera-Gallardo, F. (2019). Salud mental en funcionarios de una universidad chilena: desafíos en el contexto de la COVID-19. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 14(2), 1-13. <http://dx.doi.org/10.19083/ridu.2020.1310>
- Lemos, M., Calle, G., Roldán, T., Valencia, M., Orejuela, J., & Román, J. (2019). Factores psicosociales asociados al estrés en profesores universitarios colombianos. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 15(1), 1-12. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2019.0015.05>
- Lozano Vargas, 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 de Neuro-Psiquiatría*, 83(1), 51-56. <http://dx.doi.org/10.20453/rnp.v83i1.3687>
- Mawyin-Cevallos, F. (2020). *Del estrés laboral de los docentes al cambio pedagógico en una universidad pública ecuatoriana*. Madrid. [Tesis Doctoral, Universidad Autónoma de Madrid]. Repositorio Universidad Autónoma de Madrid. <https://repositorio.uam.es/handle/10486/693161?show=full>
- Mejía, C., Chacón, J., Enamorado, O., Garnica, L., Chacón, S., & García, Y. (2019). Factores asociados al estrés laboral en trabajadores de seis países de Latinoamérica. *Revista de la Asociación Española de Especialistas en Medicina del Trabajo*, 28(3), 204-211. <https://scielo.isciii.es/pdf/medtra/v28n3/1132-6255-medtra-28-03-204.pdf>
- Padilla Sarmiento, S., Villamizar Carrillo, D., & Mogollón Canal, O. (2018). El trabajador universitario y su salud mental desde el modelo de creencias. *Revista Ciencia y Cuidado*, 15(2), 127-139. <https://doi.org/10.22463/17949831.1407>
- Pérez Carpio, J., Turpo Chaparro, J., & López Gonzáles, J. (2019). Factores de riesgo psicosocial y estrés laboral en los docentes universitarios. *Revista Espacios*, 40(19), 1-13. <https://www.revistaespacios.com/a19v40n19/a19v40n19p13.pdf>
- Pérez-Bonifante, L. (2020). *Alta Calidad de la Educación Superior y Autonomía Universitaria en Colombia: Casos de Estudio*. Universidad del Valle y Pontificia Universidad Javeriana de Cali. Buenos Aires. [Tesis Doctoral, FLACSO]. Repositorio FLACSO Argentina. <https://repositorio.flacsoandes.edu.ec/handle/10469/17168>
- Ramos Narváez, A., Coral Bolaños, J., Villota López, K., Cabrera Gómez, C., Herrera Santacruz, J., & Ivera Porras, D. (2020). Salud laboral en administrativos de Educación Superior: Relación entre bienestar psicológico y satisfacción laboral. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(2), 236-250. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55969799016>
- Reyna Moreira, V., Salazar Olives, G., & Macias Intriago, D. (2022). Impacto del estrés en las actividades laborales del docente universitario: caso IES de Manabí – Ecuador. *Journal Business Science*, 3(1), 42-52. https://revistas.uleam.edu.ec/index.php/business_science/article/view/206
- Ribot Reyes, V., Chang Paredes, N., & González Castillo, A. (2020). Efectos de la COVID-19 en la salud mental de la población. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 19(1), 1-11. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2020000400008

- Rivela, C., Oliveira Medrado, S., Lanuque, A., & Marmo, J. (2021). Factores psicosociales y afrontamiento del estrés laboral en docentes universitarios, una revisión sistemática. *Revista Perspectivas Metodológicas* (21), 1-19. <https://n9.cl/boy8mb>
- Rojas Solís, J., Flores Meza, G., & Cuaya Itzcoatl, I. (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), 1-16. <https://doi.org/10.19083/ridu.2021.1248>
- Seijas-Solano, D. (2019). Riesgos psicosociales, estrés laboral y síndrome burnout en trabajadores universitarios de una escuela de bioanálisis. *Revista de Salud Pública*, 21(1), 102-108. <https://doi.org/10.15446/rsap.V21n1.71907>
- Torres Calvimontes, C. (2022). Medio ambiente laboral como factor estresante en docentes universitarios de postgrado de la carrera de Ciencias de la Educación - Gestión 2020. *Educación Superior*, 9(2), 81-90. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2518-82832022000200007
- Villamar Sánchez, D., Juárez García, A., González Corzo, I., & Osnaya Moreno, M. (2019). Factores psicosociales y síndrome de Burnout en académicos de una universidad pública de México. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 111-140. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.360>

