



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA ACADÉMICO DE SICOLOGÍA

TESIS

**ESTUDIO COMPARATIVO FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS
Y EL ESTRÉS DOCENTE EN DOS INSTITUCIONES EDUCATIVAS
DE LA CIUDAD DE IQUITOS, 2024**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN
PSICOLOGÍA**

AUTORA : Bach. Psic. Laura valiere Bocanegra Torres

ASESOR : Lic. Psic. José Díaz Guerrero, Mgr.

San Juan Bautista, Iquitos, Perú

2024



“Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”

**CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN
DE LA UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL PERÚ - UCP**

El presidente del Comité de Ética de la Universidad Científica del Perú - UCP

Hace constar que:

La Tesis titulada:

**“ESTUDIO COMPARATIVO FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS
Y EL ESTRÉS DOCENTE EN DOS INSTITUCIONES EDUCATIVAS
DE LA CIUDAD DE IQUITOS, 2024”**

De la alumna: **LAURA VALIERE BOCANEGRA TORRES**, de la Facultad de Ciencias de la Salud, pasó satisfactoriamente la revisión por el Software Antiplagio, con un porcentaje de **05% de similitud**.

Se expide la presente, a solicitud de la parte interesada para los fines que estime conveniente.

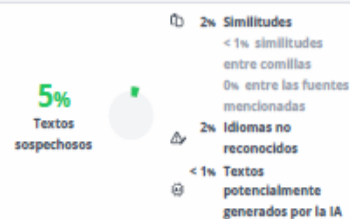
San Juan, 11 de noviembre del 2024.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Jorge L. Tapullima Flores', is written over a light blue circular stamp.

Mgr. Arq. Jorge L. Tapullima Flores
Presidente del Comité de Ética – UCP



UCP_PSICOLOGÍA_ LAURABOCANEGRA_2024_RESUMEN_VI



Nombre del documento: UCP_PSICOLOGÍA_
LAURABOCANEGRA_2024_RESUMEN_VI.pdf
ID del documento: 29261fe9401982c1cd247c043f1665752794bc80
Tamaño del documento original: 1,03 MB
Autores: []

Depositante: Chris Angela Ramirez Flores
Fecha de depósito: 11/11/2024
Tipo de carga: Interface
fecha de fin de análisis: 11/11/2024

Número de palabras: 13.309
Número de caracteres: 87.432

Ubicación de las similitudes en el documento:



Fuentes principales detectadas

N°	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	context.reverso.net encontraron una diferencia significativa en - Translation Into E... https://context.reverso.net/translation/spanish-english/encontraron una diferencia significativa en	2%		Palabras idénticas: 2% (223 palabras)
2	Documento de otro usuario #ed115c El documento proviene de otro grupo	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (25 palabras)

Fuentes con similitudes fortuitas

N°	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	theconversation.com ¿Se sienten igual de satisfechos en su trabajo los docentes d... https://theconversation.com/se-sienten-igual-de-satisfechos-en-su-trabajo-los-docentes-de-espa...	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (14 palabras)
2	Documento de otro usuario #ed115c El documento proviene de otro grupo	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (10 palabras)
3	repositorio.uca.edu.ar https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/16055/1/teacher-stress-during.pdf	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (10 palabras)
4	postgradomedicina.com Tipos de estrés y sus factores de riesgo - Psicología y Psiq... https://postgradomedicina.com/Tipos-estres-efectos-riesgos/R--text=Estrés agudo episódico Su...	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (10 palabras)



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Con Resolución Decanal N° 810-2024-UCP-FCS, del 21 de junio de 2024, se designa jurado.

Con Resolución Decanal N° 1571-2024-UCP-FCS, del 21 de noviembre de 2024, se autorizó la sustentación.

Siendo las 11:45 a.m. horas, del día viernes 29 de noviembre de 2024, se constituyó de modo presencial el jurado para escuchar la presentación y defensa de la tesis: **ESTUDIO COMPARATIVO FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y EL ESTRÉS DOCENTE EN DOS INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE LA CIUDAD DE IQUITOS, 2024.**

Presentado por:

LAURA VALERIE BOCANEGRA TORRES

Para optar el título profesional de **LICENCIADA EN PSICOLOGIA.**

Como asesor: Psic. José Alberto Díaz Guerrero.

Luego de escuchar la sustentación y defensa ante las preguntas, el jurado pasó a la deliberación de forma reservada, llegando a la siguiente conclusión:

La sustentación es: APROBADA POR UNANIMIDAD

A las 12:40.... Horas culminó el acto público.

En fe de lo cual los miembros del jurado firman el acta y comunican en acto publico

Psic. Mgr. Valentina Rayme Zumaeta
Presidente

Psic. Elizabeth Guillén Galdós
Miembro

Psic. Mgr. Oswaldo Bartolomé Pro Concepción
Miembro

HOJA DE APROBACION

TESIS, DENOMINADO: ESTUDIO COMPARATIVO FACTORES
SOCIODEMOGRÁFICOS Y EL ESTRÉS DOCENTE EN DOS
INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE LA CIUDAD DE IQUITOS, 2024.

FECHA DE SUSTENTACION: 29 DE NOVIEMBRE DE 2024.

Psic. Mgr. Valentina Rayme Zumaeta
Presidente

Psic. Elizabeth Guillén Galdós
Miembro

Psic. Mgr. Oswaldo Bartolomé Pro Concepción
Miembro

Psic. José Alberto Díaz Guerrero
Asesor

Dedicatoria

A Dios, mis queridos padres Kelly Torres Trigozo y Misael Bocanegra Ruiz, mi abuelita Dora Ruiz Zarate, mis hermanos a Koky María, que, con su motivación, me impulsaron a conseguir mi meta y Miguel Ángel que por más que estés en el cielo, siempre te llevo presente.

Bach. Laura Valerie Bocanegra Torres.

Agradecimientos

Agradezco eternamente a Dios, porque sin él no soy nada, le agradezco por haberme iluminado, bendecido, por permitirme seguir adelante, con paciencia, sabiduría y empeño.

A mis queridos padres, porque sin ellos, sin su motivación en mi vida de ser mejor cada día y superarme, son mi orgulloso y ejemplo de la persona que quiero ser y en la que me estoy convirtiendo.

Al Lic. Luis Orejuela Arellano, Mgr., por el asesoramiento temático y metodológico

Y sobre todo me agradezco a mí, por no haberme rendido, por ser valiente, perseverante, que orgullosa me siento de hacer realidad mis anhelos, mis sueños, mis rezos para ser una gran profesional y poder obtener mi título como Licenciada en Psicología.

Bach. Laura Valerie Bocanegra Torres.

Índice de Contenido

Portada	i
Constancia de Originalidad del Trabajo de Investigación	ii
Acta de sustentación de tesis	iv
Hoja de aprobación	v
Dedicatoria	vi
Agradecimiento	vii
Índice de contenido	viii
Índice de tablas	ix
Índice de figuras	x
Índice de cuadros	x
Resumen	xi
Abstract	xii
Capítulo I: Marco teórico	13
1.1. Antecedentes de estudio	13
1.2. Bases teóricas	17
1.3. Definición de términos básicos	43
Capítulo II: Planteamiento del problema	45
2.1. Descripción del problema	45
2.2. Formulación del problema	48
2.2.1. Problema general	48
2.2.2. Problemas específicos	48
2.3. Objetivos	49
2.3.1. Objetivo general	49
2.3.2. Objetivos específicos	49
2.4. Hipótesis	50
2.5. Variables	51
2.5.1. Identificación de las variables	51
2.5.2. Definición conceptual y operacional de las variables	51
2.5.3. Operacionalización de las variables	53
Capítulo III: Metodología	54
3.1. Tipo y diseño de investigación	54
3.2. Población y muestra	55
3.3. Técnicas, instrumentos y procedimientos de recolección de datos	57
3.4. Procesamiento y análisis de datos	59
3.5. Aspectos éticos	60
Capítulo IV: Resultados	61
Capítulo V: Discusión, conclusiones, recomendaciones	71
Referencias bibliográficas	79
Anexos	
Anexo I: Matriz de consistencia	
Anexo II: Carta de presentación	
Anexo III: Carta de autorización	
Anexo IV: Consentimiento informado	
Anexo V: Compromiso de honor	
Anexo VI: Declaración de autenticidad	
Anexo VII: Instrumentos de recolección de datos	

Tabla.	Índice de tablas	Pág.
1	Características sociodemográficas en los docentes en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024	61
2	Niveles del estrés docente y dimensiones en los maestros en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024.	63
3	Análisis comparativo de los puntajes del estrés docente y sus dimensiones en los maestros en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides y el Colegio Nacional de Iquitos 2024.	65
4	Contraste de hipótesis	67
5	Factores sociodemográficos y estrés docente en los maestros en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides y el Colegio Nacional de Iquitos 2024.	69

Índice de figuras

Figura.		Pág.
1	Representación del modelo transaccional de afrontamiento ante el estrés	35
2	Modelo de los efectos del estrés psicosocial en el ajuste persona – ambiente	36
3	Planteamiento central de la conservación de recursos	37
4	Modelo demandas – control del trabajo y tensión laboral	39
5	Modelo de desequilibrio esfuerzo-recompensa y compromiso excesivo	40
6	Modelo integral de Demandas-Recursos y su impacto en el estrés, la motivación y el desempeño laboral.	42
7	Estrés docente	66

Cuadro.	Índice de cuadros	Pág.
1	Población y muestra de docentes	55
2	Niveles y rangos del estrés docente	58

Resumen

El objetivo del estudio fue confrontar los niveles del estrés docente en los educadores en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024.

Investigación cuantitativa, alcance descriptivo correlacional, diseño no experimental transeccional, método hipotético - deductivo, población compuesta por 280 docentes, se utilizó el muestreo estratificado siendo la muestra 162 docentes 87 de la I.E. Mariscal Oscar R. Benavides y 75 del Colegio Nacional de Iquitos. Utilizó la escala ED-6, del estrés docente.

El análisis de información fue mediante el software SPSS, v25., se obtuvieron los siguientes resultados: el estrés docente en la Institución Educativa Mariscal Oscar R. Benavides fue moderado 64, 7%; alto 31,9%; bajo 3,4%. Colegio Nacional de Iquitos, tuvo nivel moderado 75,9%; alto 24,1%. Se encontró que las mujeres y los convivientes presentan mayores niveles de estrés. Concluyó: no evidencia diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente ($t=1,239$; $gl=225$; $p=0,216$). Evidencia diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente con el sexo (Mann Whitney= 5605,0; $p=0,049$).

Palabras claves: Estrés docente, profesores, Instituciones

Abstract

The objective of the study was to confront the levels of teaching stress in I.E. educators. Marshal Oscar R. Benavides, and the National College of Iquitos 2024.

Quantitative research, descriptive correlational scope, non-experimental transectional design, hypothetical - deductive method, population composed of 280 teachers, stratified sampling was used, with the sample being 162 teachers 87 from the I.E. Marshal Oscar R. Benavides and 75 of the National College of Iquitos. The ED-6 scale of teacher stress was used.

The information analysis was using the SPSS software, v25., the following results were obtained: teaching stress at the Mariscal Oscar R. Benavides Educational Institution was moderate 64.7%; high 31.9%; down 3.4%. National School of Iquitos, had a moderate level of 75.9%; high 24.1%. It was found that women and cohabitants present higher levels of stress. It concluded: there were no significant differences when comparing the levels of teaching stress ($t=1.239$; $gl=225$; $p=0.216$). Significant differences are evident when comparing teacher stress levels with sex (Mann Whitney= 5605.0; $p=0.049$).

Keywords: Teaching stress, teachers, Institutions

CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO

1.1. Antecedentes de estudio

Antecedentes de estudios internacionales

Gárate, M., y Uyaguari, P. (2023), Cuenca – Ecuador, desarrolló un estudio “Variables sociodemográficas y Síndrome de Burnout en educadores de niños/niñas con y sin necesidades educativas especiales en instituciones de Cuenca”. Describió los niveles de burnout según las características sociodemográficas. Estudio cuantitativo, descriptivo, no experimental transversal, población constituida por 60 docentes, se utilizó un cuestionario para las características sociodemográficas. Resultados: 42 fueron mujeres en edades 25 y 55 años. 32 fueron solteros, 20 casados, 5 divorciados y 2 viudos. 19 trabajan entre 1 a 15 años, 14 docentes 16 años, 12 profesores de 6 a 10 años, 8 de 11 a 15 años y 7 menos de 1 año. Conclusión: las variables sociodemográficas influyeron en el agotamiento y realización personal.

Solano, S. (2022), San Pedro – Costa Rica, desarrolló un estudio “Estrés laboral en profesionales del área de Educación del Circuito 01 de la Dirección Regional de Educación de Occidente: Evaluación y Guía Recomendativa”, desarrolló estrategias para situaciones de estrés docente, investigación cuantitativa, descriptivo correlacional, población 487 personas, la muestra fue 139 sujetos. Usó la escala Ed – 6, y la ficha de observación para los datos sociodemográficos. Resultados: las mujeres son el 84%; varones 16%, el 41% tuvieron entre 40 a 49 años, 37% de 30 a 39 años, 16% de 50 a 60 años y el 6% de 23 a 29 años. 48% fueron docentes secundarias, 39% primaria, 13% preescolar, 70% posee de 1 a 10 años de servicio, 23% de 11 a 20 años, 5% 21 a 30 años

y 1% mayor de 30 años. Nivel de estrés, fue alto en 36%; bajo 23%; normal 22%; moderado 10% y bajo 9%. Conclusión: los datos sociodemográficos se relacionan con la depresión, creencias desadaptativas y presiones ($p < 0,05$) y solo se relacionan con el estrés docente años de servicio y nivel de enseñanza ($p < 0,05$).

Guerra, R. (2020), Catalunya – España, realizó un estudio “Estudio de las variables sociodemográficas y el Burnout en una muestra de docentes de Galicia”, relaciono las variables sociodemográficas y el burnout, nivel descriptivo correlacional, no experimental transversal, población conformada por 174 docentes, utilizó un cuestionario para el recojo de las variables sociodemográficas. Resultados: el 88,5% fueron mujeres y el 11,5% varones, 78,2% tuvieron pareja y el 21,8% sin pareja, el 49,43% con hijos y el 50,57% sin hijos, el 48,3% de los docentes fueron de primaria, 33,9% de especialidad y 17,8% infantil, el 78,2% trabajan en el sector público y el 21,8% privado. Conclusión: los docentes que imparten alguna especialidad son más propensos a burnout.

Antecedentes de estudios nacionales

Ortiz, C. (2021), Lima – Perú, realizó un estudio “Estrés laboral en docentes de una institución especializada en la enseñanza del idioma inglés, en lima metropolitana, durante el aislamiento social”, identificó el nivel de estrés. Investigación cuantitativa, exploratoria – descriptiva, no experimental transversal, población conformada por 70 profesores, siendo la muestra 40 docentes. Utilizó el cuestionario de la OMS para el estrés laboral. Resultado: 77,5% fueron mujeres; 22,5% varones. 20 a 29 años fueron el 5%; 30 a 39 años 55%; 40 a 49 años 7,5% y 50 a 59 años 32,5%. El 12,5% de los docentes son técnicos; 75% universidad y 12,5% estudios de post grado. Los solteros fueron 37,5%; casados

45%; conviviente 5% divorciados 12,5%. El 80% de los docentes tuvieron nivel bajo, 10% promedio alto, 7,5% bajo y 2,5% nivel alto. Conclusión: los docentes no presentaron niveles altos de estrés que indiquen algún riesgo psicosocial.

Vargas, D. (2021), Lima – Perú, desarrolló una investigación “Estrés según variables demográficas en docentes de instituciones educativas públicas de Pangoa durante la pandemia covid-19”, identificó si existen diferencias significativas en las instituciones educativas públicas según variables sociodemográficas. Investigación descriptiva comparativa, no experimental, transversal, población de 153 profesores, utilizó la ficha demográfica y la escala de estrés docente ED-6. Resultados: los varones fueron en 52,3%; mujeres 47,7%. Los docentes de 25 a 44 años fueron 49,7% y de 45 a 64 años 50,3%. Con pareja en 65,4%; sin pareja 34,6%. Nombrados 54,9%; contratados 45,1%. Docentes de primaria 30,7%; secundaria 69,3%. Años de servicio de 1 a 14 años 49,7%; 15 a 35 años 50,3%. Conclusión: los docentes varones tienen mayores creencias desadaptativas que las mujeres, de 25 a 35 años tienen mayor presión, los docentes sin parejas y los contratados tienen mayores creencias desadaptativas, presiones. Los docentes de 1 a 14 años muestran mayor depresión, y creencias desadaptativas.

Clavijo, Y. (2021), Tumbes – Perú, desarrolló una investigación “Estrés Laboral en docentes de las Instituciones Educativas de San Jacinto en época de covid-19”, analizó el nivel de estrés. Estudio cuantitativo, descriptivo simple, la población 40, la muestra fue censal, utilizó la escala docente ED-6. Resultados: los varones fueron en 30%; mujeres 70%, la edad de los docentes de 30 a 35 años 7,5%; 36 a 40 años 2,5%; 41 a 45 años 10%; 46 a 50 años 15% y mayores a 51 años en 65%. Los docentes casados fueron en 72,5%; convivientes 5%; soltero 20%; viudo 2,5%.

Docentes con bachiller 52,5%; licenciados 25%; magister 17,5%; doctores 5%. Tiempo de servicio de 1 a 5 años 2,5%; 6 a 10 años 10%; 11 a 15 años 2,5%; 16 a 20 años 12,5%; mayor de 21 años 72,5%. Conclusión: el nivel de estrés de los docentes fue alto.

Calderón, C., y Pinedo, J. (2020), Trujillo – Perú, presentó un estudio “Estrés laboral y variables sociodemográficas en docentes, en el marco de una pandemia Covid 19”, relacionó el estrés laboral y las variables sociodemográficas. Estudio aplicado, no experimental correlacional transversal, población compuesta por 273 profesores, siendo la muestra 122 docentes, utilizó la ficha sociodemográfica y el cuestionario de la OMS para el estrés laboral. Resultados: los docentes presentaron nivel bajo de estrés en 47,5%; promedio 44,3%. Conclusión: evidencia relación el estrés laboral con edad, sexo, estado civil y condiciones laborales.

Paredes, K. (2020), Lima – Perú, mostró un estudio “Dimensiones de personalidad y estrés laboral en docentes de una corporación educativa de Lima Sur”, relacionó las dimensiones de personalidad y el estrés laboral. Investigación no experimental, transeccional correlacional causal, población de 243 docentes, siendo la muestra 149. Utilizó la escala del estrés laboral de la OMS. Resultados: los docentes varones fueron 76,5%; mujeres 23,5%, los docentes egresados fueron 8,1%; técnico superior 45,6%; Universitarios 46,3%. Docentes entre las edades de 20 a 35 años 73,2%; 36 a 45 años 17,4%; 46 a 55 años 9,4%. Estrés laboral de los docentes fue bajo, 18,1% intermedio y con estrés 4,7%. Conclusión: los docentes tuvieron un nivel bajo de estrés.

Antecedentes de estudios locales

Aliaga, M. (2022), Iquitos – Perú, presentó un estudio “El estrés en docentes del nivel secundario de una institución educativa pública del distrito de Belén de la ciudad de Iquitos”.

Analizó el nivel de estrés. Estudio descriptivo, no experimental simple, población y muestra 30 docentes, utilizó la escala ED-6. Resultados: las mujeres fueron 56,4%; varones 43,6%. Solteros 53,8%; casados 38,5%; viudo 7,7%. Turno mañana en 41%; tarde 48,7%; mañana y tarde 10,3%. Los docentes con 5 a 10 años de servicio fueron 28,5%; 13 a 18 años 20,5%; 19 a 23 años 33,5%; 24 a 29 años 5,1%; 30 a 34 años 2,6%. Concluye: el nivel de estrés fue moderado en 71,8%.

1.2 Bases teóricas

1.2.1 Factores sociodemográficos

1.2.1.1. Definición de factores sociodemográficos

Se hace mención a las variables demográficas y sociales que presenta un sujeto a un grupo siendo una razón de inclusión de nuestra sociedad Bacci (como se citó en Vargas, E., 2017). Asimismo, estos factores presentan un rumbo según investigaciones psicológicas, mostrando diversas teorías según estos estudios (Alvarado, F., 2013).

Los factores sociodemográficos se definen como el sexo, edad, estado civil, religión, ocupación, origen, índice económico etc., además permite segmentar un determinado espacio relacionando particularidades de las personas, que ayudan a realizar conclusiones con la finalidad a la población etc. (Romo, J., y Tarango, J., 2015).

1.2.1.2. Datos demográficos

Es la información que se tiene de personas según ciertos atributos como sexo, edad lugar de residencia, pudiendo incluir factores sociodemográficos como ingresos, situación familiar, ocupación (Ortega, C., 2024).

La demografía ve al hombre en forma general y de su realidad, porque es parte de una colectividad a la que pertenecer por el hecho de nacer y morir, es por eso que las investigaciones demográficas buscan la relación del hombre con la comunidad, siendo esta la disertación de los escenarios políticos según su finalidad sobre la existencia del individuo. (Valero, L., 2015). Asimismo, la demografía estudia al sujeto en su medio y no de forma personal, siendo estudiado por la demografía de manera específica la organización y la dinámica poblacional (León, L., 2015).

El instituto Nacional de Estadística [INE] (2017), manifiesta que los indicadores demográficos indican una operación estadística compuesta por variables que ayudan a estudiar fenómenos demográficos básicos, puede analizar acciones humanas sobre el medio de cada sujeto, estos indicadores pueden ser: edad, sexo, nacionalidad, lugar de residencia.

1.2.1.3. Características de los factores

sociodemográficos.

Entre las principales características tenemos:

Edad

Representa un indicador muy influyente en los estudios de factores demográficos. Carrillo (2013), indica que la edad es inmedible, sin embargo, es el factor que recibe satisfacción de la población, ya que mediante al pasar los años se han presentado modificaciones en las generaciones que se observan en las necesidades, estilos de vida y el pensamiento. Asimismo, Ashanga y Tello (2016), mencionan que el sujeto tiene tres edades: cronológica, psicológica y biológica, siendo no desconocidas ya que se encuentran relacionadas.

Ya que la edad cronológica refiere al número de años del individuo, edad biológica es la que tiene que ver el deterioro físico, corporal y la psíquica refiere a las emociones y pensamientos. (Ashanga y Tello 2016).

Sexo

La Real Academia Española (2014) manifiesta que el sexo es la condición orgánica ya sea masculina para el varón y femenina para la mujer. Asimismo, Pérez, A., (2024), indica que el sexo está referido a las particularidades biológicas, física y orgánicas que diferencian a los seres vivos. Ya que en los seres humanos nacen con XX o XY, es

decir el sexo es mujer u hombre. Se dice que la identidad del género es el sexo, con el que el sujeto se identifica o pertenece.

La Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia Contra las Mujeres (2016), en México, indicó que el sexo son las particularidades fisiológicas y biológicas que definen al hombre y mujer. Ejemplo las mujeres menstrúan y los hombres no. El Manual MSD (2024), refiere a que el sexo a las particularidades biológicas como los genitales, las hormonas, cromosomas usados para clasificar a un individuo como de sexo masculino o femenino. Las personas que son transgénero, una frase usada para referirse a su sexo de nacimiento es “sexo asignado al nacer”.

El Ministerio de Educación [MINEDU] (2020), define al sexo como las particularidades anatómicas, biológicas, físicas y fisiológicas de los seres humanos que los definen como mujer o hombre. El sexo se determina desde el nacimiento por naturaleza.

Estado civil

Condición de una persona en relación con su nacionalidad, nacimiento o matrimonio, que se indica en el registro civil, delimitando la responsabilidad y propio poder que el derecho otorga a las personas naturales (RAE, 2023). Conjunto de situaciones personales que definen la situación jurídica de un sujeto otorgándole diversas obligaciones y derechos. Por lo tanto, es un

concepto jurídico amplio que refiere a ciertas condiciones de las personas y como afectan su relación a sí mismos o a terceros. (Team System, 2024).

El Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI] (2017), lo define como situación de las personas según sus relaciones de convivencia o parentesco de acuerdo a las diferentes maneras de unión conyugal. Según las maneras se establecen algunos derechos y deberes validados en el medio social. La universidad San Sebastián. El estado civil tendrá los atributos de casado, soltero, viudo, divorciado y conviviente.

Nivel de instrucción

Eustat (2014), refiere que es el grado más alto de estudios que un individuo alcanzó, sin considerar si culminó o no. Los niveles son: primarios o menos. – cuando los sujetos no leen ni escriben, individuos que saben leer y escribir, pero no culminaron sus estudios. Formación profesional. – son los estudios profesionales. Secundarios. – integran los bachilleratos que es igual que los estudios secundarios. Medios superiores. – estudios técnicos profesionales y profesionales y los superiores que son los titulados y los que ostenten un grado de maestro o doctor.

Asimismo, Gamarra, E., y Rodríguez, C. (2013), hace referencia a las formaciones determinan la enseñanza de los padres interfieren

de forma definitiva las disposiciones de cómo se determinan los recursos para compensar las carencias. Los niveles de formación influyen en los saberes que presentan las personas, sin embargo, el grado de instrucción incrementa en los individuos deben emplear mejor sus conocimientos. Por lo tanto, el nivel de formación es el grado más alto de estudios realizado por la persona sin considerar si culminó los estudios o no. El nivel de instrucción estará conformado por los siguientes niveles título, maestro y doctor.

Situación laboral

Según Manatal (2024), son las obligaciones que tiene el dueño de la empresa con los trabajadores y se encuentran en los estatutos laborales. El empresario elegirá el tipo de estatuto laboral, de él depende su tipo de contrato. Los trabajadores pueden desempeñarse según su contrato puede ser a tiempo completo, parcial y ocasional, eso depende del trabajo que se le da. La situación laboral es crucial para el acatamiento de la normativa empresarial. Los colaboradores tienen los documentos de su empresa que indica por escrito su situación laboral.

Márquez, E. (2021), indica que es el estado de un sujeto en vinculación con su trabajo, es decir, si se encuentra trabajando o no, y cuál es el tipo de trabajo que desempeña, según las normas laborales vigentes, pueden existir diversas tipologías laborales pero su condición laboral es

contratado o nombrado. Frías, M. (2022), la situación laboral del trabajador se rige mediante un contrato laboral, donde debe existir la prestación del servicio, remuneración y la dependencia. Los contratos son diversos como indefinido, régimen parcial, pero la condición es única puede ser nombrados o solo contratados.

Tiempo en el trabajo

Narváez, M. (2024), es el tiempo que un colaborador trabajó en una organización. Además, es la capacidad de completar tareas dentro de los plazos previstos, para esto es crucial saber los procesos y lo que necesita de tiempo para completar una labor. El tiempo en el trabajo se relaciona con el tipo de contrato que se tiene, donde se establecen ciertas condiciones laborales que determinan el tiempo, labor que desempeñará en su trabajo, asimismo, debe especificar las horas que en el Perú son 8 horas lo que establece las normas laborales, sueldo, etc. (Factorial, 2024).

Bizneo (2023), manifiesta que el tiempo es un aspecto primordial en las organizaciones, ya que el trabajo no es infinito, es por eso que cada instante que se dedica al trabajo cuenta, si perdemos el sentido de esto la productividad se verá dañada, impactando en los beneficios que tenga el negocio. Por eso controlar el tiempo es un conjunto de procesos destinados a registrar la cantidad de horas en el trabajo, esto es, se recoge en el instante que el colaborador llega a su puesto hasta

concluir la jornada. Los controles se adaptan según flexibilidad horaria que tienen los colaboradores.

Es el tiempo que un trabajador otorga a su trabajo remunerado. El tiempo adecuado es básico en las condiciones laborales e impacta en los ingresos y condiciones de vida del trabajador. Si las empresas tuvieron trabajadores que laboren más horas, esto contribuirá a incrementar la producción de la empresa. Se debe considerar que el exceso puede proporcionar dificultades en la organización, es el caso de mala calidad del trabajo, fatiga, accidentes y laborar demasiadas horas causa efectos mentales como sociales, físicos inversos, los trabajadores no disfrutan su vida privada, estudiar, etc. United Nations Global Compact (2024).

1.2.2. Estrés docente

1.2.2.1. Definición de estrés

Son reacciones fisiológicas que presenta un individuo cuando se le somete a un estado de tensión, otros lo catalogan como tensión física o emocional, estas tensiones se producen por el medio personal o laboral (Euroinnova, 2024). Es una tensión mental dada por una situación complicada, todos los sujetos presentamos cierto nivel de estrés, siendo esta una respuesta natural ante situaciones que nos hacen daño, y esto proporciona daño a nuestro bienestar (OMS, 2023).

Es el malestar que se sufre cuando las exigencias que nos sometemos superan a los recursos que tenemos

para enfrentarnos a las mismas. Asimismo, se compara con la relación entre el sujeto y el medio que se evalúa como amenazante y pone en riesgo su bienestar (Fundación Horreum, 2020).

1.2.2.2. Tipos de estrés

Los tipos de estrés son los siguientes:

Estrés agudo

Es el tipo de estrés que mayor se experimenta en los sujetos, y se genera en base a exigencias que son propuestas por los demás o nosotros mismos, este inicia ante eventos excitantes, situaciones complicadas, conflictos, etc. En proporciones pequeñas este estrés puede ser adecuado ya que alienta a la motivación y se usa como mecanismos de defensa (SEAS)¹. Pero si es mayor nos conduce al agotamiento, posteriormente a problemas de salud de forma física o mental. Las señales son: alteraciones del sistema nervioso, molestias digestivas y dolores físicos (Escuela de Postgrado de Medicina y Sanidad, 2021).

Psicólogos en línea (2023), manifiestan que el estrés agudo, se presenta cuando nos encontramos frente a una situación nueva, amenazante y que nos reta. Este estrés no causa daño y tiene una particularidad que es de poca duración, nos moviliza y necesita acción de nuestro lado para afrontar la situación estresante, pero cuando pasa regresamos a la normalidad.

¹ Sociedad Española para el Estudio del Estrés y la Ansiedad

Estrés crónico

Es el típico estrés de individuos que se encuentran en guerras, prisión o pobreza, o cualquier otro motivo que requiera de alerta perenne, este estrés se le considera el más grave causando dificultades severas en la salud cognitiva de las personas que lo padecen, mostrándose de forma marcada un desgaste mental y físico (Escuela de Postgrado de Medicina y Sanidad, 2021).

Este estrés se muestra cuando nos encontramos de forma continua bajo presión, mantienen al cuerpo de manera activa y continua y no nos proporciona relajación, se vincula con diversos problemas de salud como los de ansiedad, depresión, cardiovasculares y gastrointestinales (Psicólogos en línea, 2023).

Estrés agudo episódico

Este tipo de estrés lo padecen los sujetos que tienen metas poco reales y por las mismas exigencias sociales. El estrés agudo episódico tiene una particularidad que es la ansiedad continua y sensación de descontrol sobre requerimientos asignados, las personas que lo padecen se preocupan por su futuro y suelen apresurar y adelantar los sucesos. (Escuela de Postgrado de Medicina y Sanidad, 2021).

Psicólogos en línea (2023), indican que es la forma de tener estrés agudo de forma continua, dándose en dificultades, crisis seguidas, también se les considera a los sujetos que se exigen mucho, y se les presenta el estrés al no conseguir sus objetivos, este estrés no es constante, porque tiene intervalos entre las crisis, sin

embargo, puede traernos consecuencias ya que estamos bajo mayor motivación.

Asimismo, Psicólogos en línea (2023), manifiestan que se pueden presentar otros tipos de estrés como:

Estrés laboral

Este tipo de estrés se encuentra en sujetos que están vinculados a su trabajo, generándose por sobrecarga laboral, discusiones con el jefe o colaboradores, no hay apoyo, presentándose en el trabajador problemas en lo físico y psicológico.

Estrés social

Afecta a los sujetos que tienen situaciones sociales, como la discriminación, problemas interpersonales, aislamiento social, falta de dinero afectando de forma psicológica y física.

1.2.2.3. Factores de riesgo

Los factores de riesgo que desencadenan, según La Escuela de Postgrado de Medicina y Sanidad (2021), son:

Agentes psicológicos

Dentro estos agentes se tienen:

Timidez. – investigaciones demuestran que sujetos introvertidos y muy sensibles son propensos a sentirse agobiados por contextos estresantes, al ser cerradas sienten presión y sensación de descontrol.

Autoinfluencia. – es la forma de interiorizar las situaciones y entenderlas, es así, que unos reaccionan de mala forma y otros son calmados.

Predisposición a tener ansiedad. – algunas personas son inquietas e inquietos y esto hace que suban sus niveles de estrés.

Agentes ambientales

Los agentes ambientales son:

Final de un hábito. – adaptarse a cosas nuevas cuesta como es el caso de una rutina, ya que la mente y el cuerpo requieren tiempo para integrarse al nuevo escenario. Terminar unas vacaciones y empezar el ritmo del día a día es un ejemplo.

Alteraciones inesperadas. – el solo hecho que se susciten modificaciones esto genera estrés de nivel mínimo, esta inestabilidad mental y emocional puede aumentar o no, según la vida de cada sujeto, es el caso de cambio de trabajo, quedarse desempleado o algún traslado.

Sucesos dramáticos inevitables. – es el caso de la muerte de un familiar, accidente, enfermedad de un ser amado.

1.2.2.4. Estrés docente

Son alteraciones de comportamiento, físico y emocional, el estrés provoca hipertensión, taquicardias, ansiedad, depresión, diabetes la pandemia del COVID – 19, incrementó el estrés en docentes, ya que produjo

modificaciones en la enseñanza y el traslado de la educación a las casas conlleva a que los profesionales de la educación estén presionados y frustrados, a esto se suma las nuevas estrategias de trabajo que al final incrementó el estrés en su vida. (Euroinnova, 2024).

Martínez, V. (2019), hablar de estrés docente, se encuentra bajo el nombre de “Burnout”, siendo un síndrome vinculado con profesionales que laboran con personas que padecen agotamiento emocional, baja realización profesional y despersonalización. Asimismo, produce conductas no adecuadas, presiones, sobrecarga en el trabajo, relaciones pobres, pobre cultura escolar etc.

Fundación Horreum (2020), la fundación manifiesta que cada vez son más los maestros que requieren baja laboral por estrés y por otras situaciones que dañan su salud psicológica. Los traumas, malestares, fatiga que presentan los docentes, provienen desde la pandemia, ya que se modificó la enseñanza a nivel mundial, generando preocupación en los docentes al no saber utilizar las tecnologías de la información.

Son respuestas naturales del organismo ante las presiones, sin embargo, si son prolongadas podrá tener impacto negativo a la satisfacción laboral, salud, productividad del docente. Este inicia cuando los docentes sienten que no pueden hacer frente a las exigencias de su medio laboral, alcanzando emociones de incompetencias, agotamiento profesional llamado burnout y ansiedad (Sánchez, A., 2023).

1.2.2.5. Causas que generan estrés en docentes

Según, Euroinnova (2024), indica que las causas son:

Pandemia

Una de las causas principales del estrés docente fue la pandemia, ya que para ellos significó un cambio rotundo en la metodología de enseñanza educativa, los maestros vieron modificar el dictado de clases de manera presencial, siendo virtual y muchos de ellos no tenían conocimientos sólidos en el manejo de las tecnologías de la información, a esto se suma la responsabilidad de sus familias, los maestros se vieron afectados por el estrés.

Falta de recursos materiales y humanos

Como causa de estrés docente se inicia por la imposibilidad de poder transferir conocimientos a los estudiantes de forma adecuada, además de poseer materiales de soporte, en algunos casos, con otros profesionales que ayuden al aprendizaje.

Ocuparse de requerimientos determinados que pudiesen presentar algunos alumnos

El maestro percibe una situación complicada cuando tiene en su aula de clases a un discente que necesite apoyo educativo especial, el maestro no posee en ocasiones la formación adecuada para conducir estos casos.

Baja motivación e interés del alumnado

Uno de los momentos más difíciles del profesor es sentir que los discentes no se encuentran motivados en su clase, el maestro muestra culpa, causándole desánimo y estrés en su persona.

Aulas de clases con alumnos indisciplinados

La indisciplina es perjudicial en cualquier institución, esta postura de los estudiantes genera en el maestro niveles altos de estrés, ya que tiene que afrontar con la conducta de uno o varios estudiantes y en ocasiones los profesores son víctimas de violencia.

Baja valoración por la sociedad

La mayoría de maestros se sienten menospreciados o se sienten poco valorados por el bajo reconocimiento social.

Salarios bajos

Los salarios bajos es una causa de estrés docente, ellos sienten que trabajan mucho, además dedican su vida a instruir, sienten que no son recompensados como se merecen.

Avances educativos sin ningún tipo de formación.

Es una dificultad cuando el maestro no se encuentra actualizado con los progresos educativos y tecnológicos que con el tiempo se van implementando, esta situación le genera incertidumbre y desconcierto.

Asimismo, Sánchez, A. (2023), manifiesta ciertas causas del agotamiento docente, como:

Factores personales

Dentro de las particularidades individuales, como las expectativas propias, perfeccionismo o autoestima baja, hacen que los profesores estén dispuestos al estrés, a esto se aúna a la falta de estrategias para afrontarlo contribuyendo al fenómeno.

Factores laborales.

Dentro del trabajo de los maestros, de manera frecuente enfrentan cargas laborales altas, plazos cortos, problemas interpersonales y presión por los resultados académicos. Estos factores crean ambientes tensos y estresantes.

Factores ambientales

El clima laboral, donde están inmersas las relaciones entre compañeros, liderazgo, disponer recursos, son importantes en el bienestar de los docentes. Ambiente de apoyo, puede minimizar el estrés docente, sin embargo, el medio tóxico lo aumenta.

1.2.2.6. Síntomas del estrés docente

Los docentes al presentar una sobrecarga laboral, esta se caracteriza por una diversidad de síntomas que afectan a los docentes, según Sánchez, A. (2023), indica las siguientes:

Signos físicos

En el estrés docente se manifiestan dificultades corporales como:

- Dolor de estómago, espalda, muscular.
- Alteración del apetito, sueño, digestión.
- Problemas cardiovasculares, respiratorios, inmunológicos.
- Falta de energía, fatiga, cansancio.

Signos psicológicos

- Problemas en la concentración, tomar decisiones, recordar.
- Culpa, falta de confianza, baja autoestima.
- Duda, inseguridad, miedo.
- Agresividad, enfado, irritabilidad.
- Desesperanza, depresión, tristeza.
- Preocupación excesiva, ansiedad, nerviosismo.

Signos conductuales

- Modificación en los hábitos alimenticios, ocio, deportivos.
- Abuso, drogas, alcohol, tabaco.
- Descuido de la imagen personal.
- Falta de respeto, violencia indisciplina.
- Aislamiento social.
- Conflicto interpersonal con los compañeros, alumnos, padres.

1.2.2.7. Modelos y teorías del estrés

Modelo transaccional y de afrontamiento ante el estrés

Los exponentes del modelo Lazarus, R., y Folkman, S. (1986), indican que la transacción entre las personas y el medio es el punto central de esta teoría. Ellos definen el estrés psicológico como relación del sujeto y su entorno que es valorado por este como amenaza de sus recursos y ponen en riesgo su bienestar, las valoraciones estresantes implican daños, es por eso que la adaptación psicológica del individuo a nuevos aspectos puede ser impedidas o no, según los factores ambientales, personales y contextuales.

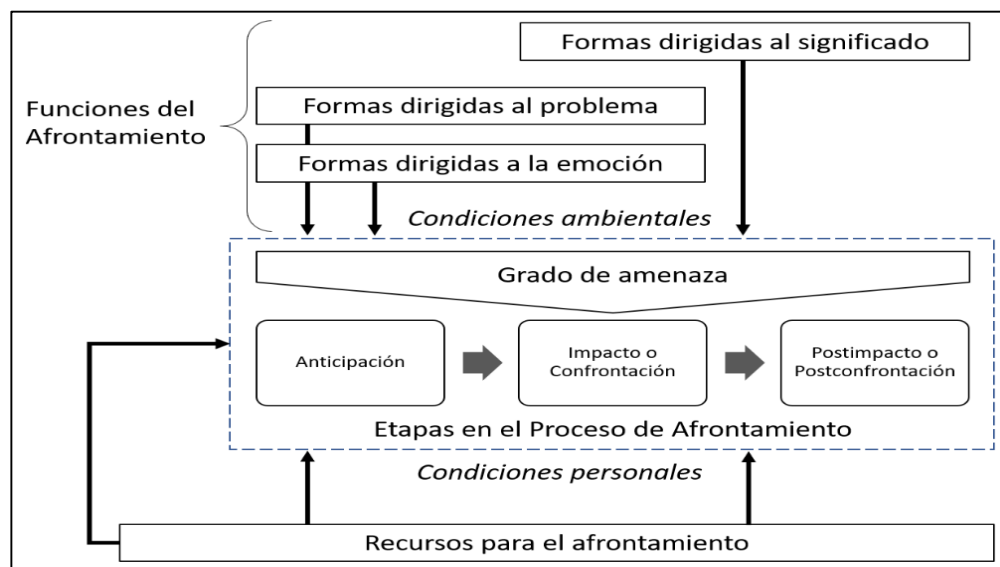
El afrontamiento, está referido a esfuerzos conductuales y cognitivos, frecuentes y modificables, que progresan para conducir las demandas particulares internas o no, siendo valoradas como excedentes en los recursos del sujeto. El afrontamiento presenta dos funciones: dirigida a la tarea o problema y la emoción. En la actualidad considera una tercera que refiere a reinterpretación positiva. Según como se afronte el suceso que estresa, dependerá de los recursos y limitaciones que se tenga.

Las categorías de recursos que utilizan Lazarus, R., y Folkman, S. (1986), son: recursos físicos, energía y salud. También considera recursos psicológicos como las creencias, esperanza, compromiso. Asimismo, están los recursos resolución de problemas, pericias para decidir entre dilemas morales, emergencias. Recursos

materiales, la idea es saber cómo usarlos para generar mayores recursos. Este modelo se plantea para afrontar del estrés en general, también se ha considerado en la gestión del estrés y explicarlo, en diversas situaciones ya que las amenazas se aplican a los diferentes ambientes (Brief, A., y George, J., 2020).

Figura 1.

Representación del modelo transaccional de afrontamiento ante el estrés



Fuente: Lazarus, R., y Folkman, S. (1986).

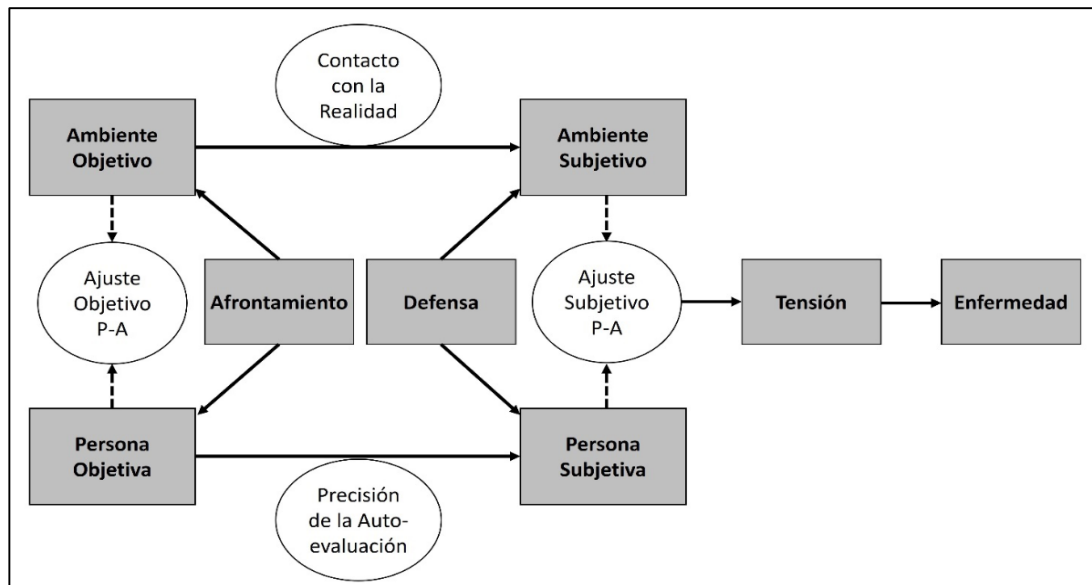
En la Figura 1., muestra el modelo transaccional de afrontamiento ante el estrés, donde el afrontamiento son los refuerzos conductuales y cognitivos que a nivel de funciones se observa como la forma dirigida al problema y a la emoción. Que según las condiciones ambientales se proporcionará el recurso de afrontamiento.

Modelo ajuste persona - ambiente

Este modelo (AP-A), se basa en la congruencia, similitud entre el ambiente y sujeto. Su aplicación se cimenta en la idea de que los trabajadores en el entorno laboral son cruciales para el bienestar total (Bayl, P., y Griffin, B., 2015).

Figura 2.

Modelo de los efectos del estrés psicosocial en el ajuste persona – ambiente



Fuente: (Bliese, P., et al., 2017)

Este modelo (Figura 2.), y su influencia con el estrés, distingue los elementos objetivos del individuo, y del ambiente de sus partes subjetivas y propone lo subjetivo entre el sujeto y las formas de trabajo, a la par con los afrontamientos resilientes, siendo determinantes de las tensiones psicológicas, conductuales y fisiológicas que pueden generar enfermedades (Bliese, P., et al., 2017).

El modelo comprende los siguientes niveles (ajustes): persona-trabajo, persona-grupo, persona-supervisor, persona-organización, indica que un nivel óptimo de ajuste es importante en la salud del trabajador (Kristof, A., et al., 2005).

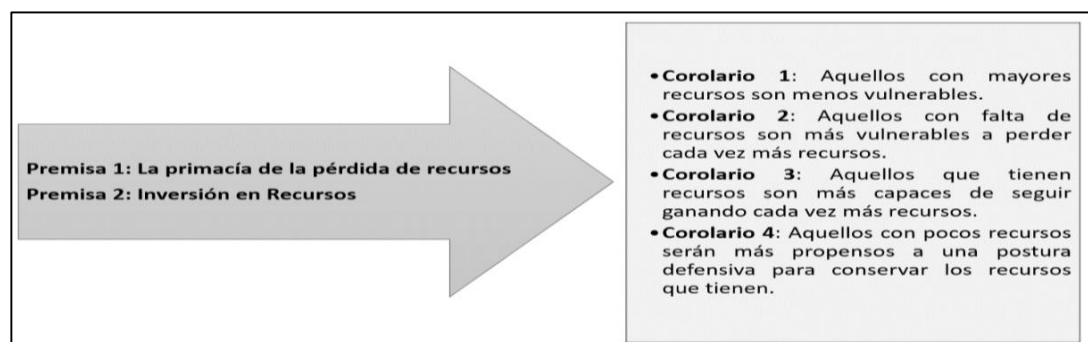
Las investigaciones referentes a la correlación entre ajuste y salud de los empleados, indican la falta de adaptación del trabajador con su medio que es un factor estresante de un estrés alto, ansiedad, depresión, burnout, o disminución al realizar esfuerzos mentales y físico en el centro de labores (Merecz, D., y Andysz, A., 2012).

Teoría de conservación de recursos

La idea central, es que los sujetos buscan retener, obtener y proteger recursos que poseen. Los recursos son las entidades que se les valora por sí mismas. El estrés se manifiesta cuando los recursos son amenazados, o cuando los sujetos no los consiguen a pesar de haber invertido en ello.

Figura 3.

Planteamiento central de la conservación de recursos



Fuente: Hobfoll, S. (2001)

En la Figura 3., observa el planteamiento de esta teoría con base a dos indicios como la de pérdida e inversión de recursos y cuatro corolarios como resultado de aplicar las premisas. Hobfoll, S. (1989), manifiesta cuatro recursos: características personales, objetos, energías y condiciones. Asimismo, entiende que es adecuado considerar recursos ambientales y personales, dentro de ellos están los rasgos de personalidad, valores personales, y dentro del ambiental consideramos los del entorno laboral, recompensas, apoyo social.

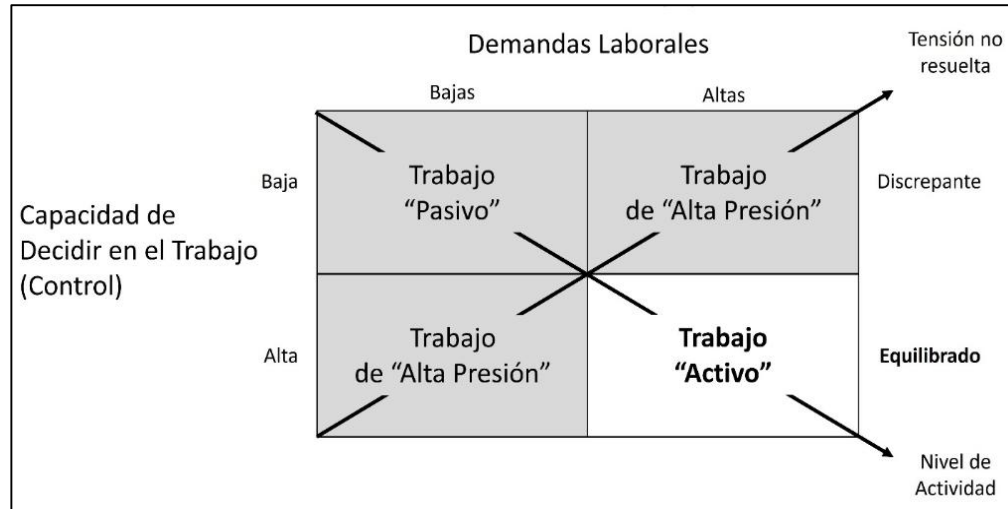
Debemos considerar las siguientes definiciones: los espirales de recursos, donde indican que los sujetos no tienen recursos para enfrentar sucesos estresantes, siendo vulnerables y las caravanas de recursos, indica que se pueden agregar los recursos, se pueden edificar uno encima del otro, los recursos deben generar otros recursos, con resultados adecuados mejorando el afrontamiento y bienestar. La relación entre los recursos de trabajo y los personales, indica que a mayores niveles y recursos habrá altos niveles de implicación con las labores, incremento de recursos, iniciando espirales de ganancia (Hobfoll, S., 2002).

Modelo demandas – control y apoyo

Este modelo de demandas y control laboral, indica que la tensión y el desgaste de la salud psicológica y física se dan cuando las demandas se vinculan con un bajo control, (autoridad al decidir y discreción de las pericias), sin embargo, las labores de alta demanda y control conviene al incrementar el aprendizaje y motivación (Karasek, R., 1979).

Figura 4.

Modelo demandas – control del trabajo y tensión laboral



Fuente: (Karasek, R., 1979).

La Figura 4., indica al relacionar las demandas y el grado de control el resultado es tensión psicológica. Éstas reacciones como la tensión psicológica y deterioro físico se dan al experimentar altas demandas de trabajo y poca decisión lo que denominamos control, es así que las demandas altas vinculados a elevado control otorgan aprendizaje, progreso en habilidades y motivación. La demanda laboral es difícil de conceptualizar, medir y conceptualizar, el elemento principal de la demanda de trabajo es la carga, habiendo las demandas de solución de problemas, temporal y monitoreo (Karasek, R., y Theorell, T., 1990).

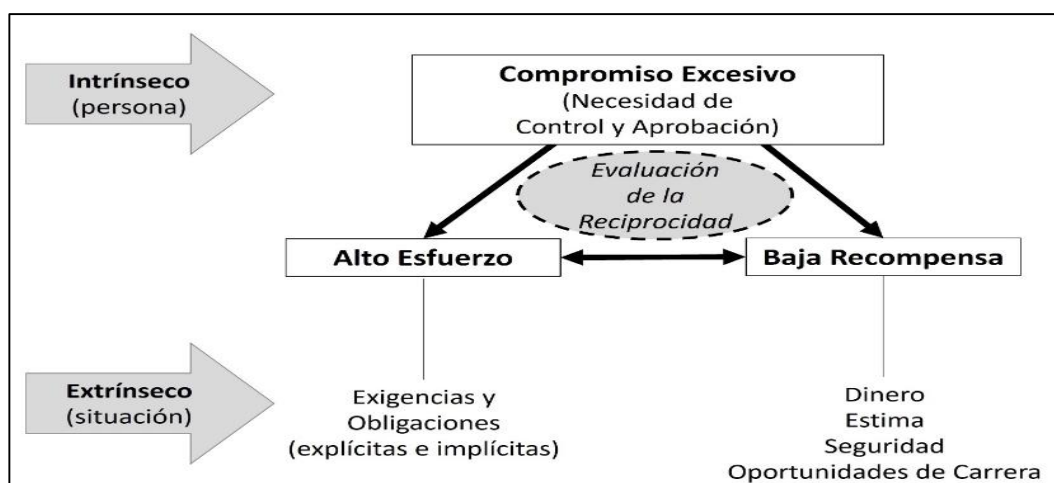
Modelo desequilibrio esfuerzo – recompensa

Se basa en la reciprocidad, que es piedra angular de la teoría del intercambio social. La reciprocidad social se vincula por inversiones cooperativas que es el

intercambio donde el retorno se refleja en la energía que se recompensan con retribuciones adecuadas. Esto indica que el desequilibrio y mayor esfuerzo y bajas recompensas generará emociones negativas. Asimismo, las emociones adecuadas dadas por recompensas sociales buenas otorgan bienestar y salud. Este modelo se basa en elementos extrínsecos e intrínsecos (Peter, R., y Siegrist, J., 1999).

Figura 5.

Modelo de desequilibrio esfuerzo-recompensa y compromiso excesivo



Fuente: Siegrist, J. (2002)

En la Figura 5., los elementos que se observa es el fin del desajuste si no el desajuste que se percibe. Las motivaciones se dan por la parte intrínseca y las extrínsecas son las presiones externas, como la carga laboral. Por lo tanto, las recompensas se dan mediante tres tipos: control, estima y dinero. Si nos basamos en el principio de reciprocidad el trabajador emplea energía y espera recompensas, según Siegrist, J. (2002), manifiesta que existen acuerdos laborales en las

condiciones de recompensa baja-esfuerzo alto: contratos no adecuados, aceptación el trabajador y empleado presenta un patrón cognitivo.

Los trabajadores que identifican por exceso de compromiso vinculado a las labores tienen una idea equivocada del equilibrio entre las demandas y sus recursos para poder enfrentar, ya que subestiman las demandas y sobreestiman los recursos, siendo descubiertos al intercambio no recíproco. Este modelo se relaciona con síntomas psicosomáticos, bienestar y salud, además de riesgos cardíacos, dolores musculoesqueléticos, depresión y la salud en general (Siegrist, J., 2002).

Modelo de demandas y recursos laborales

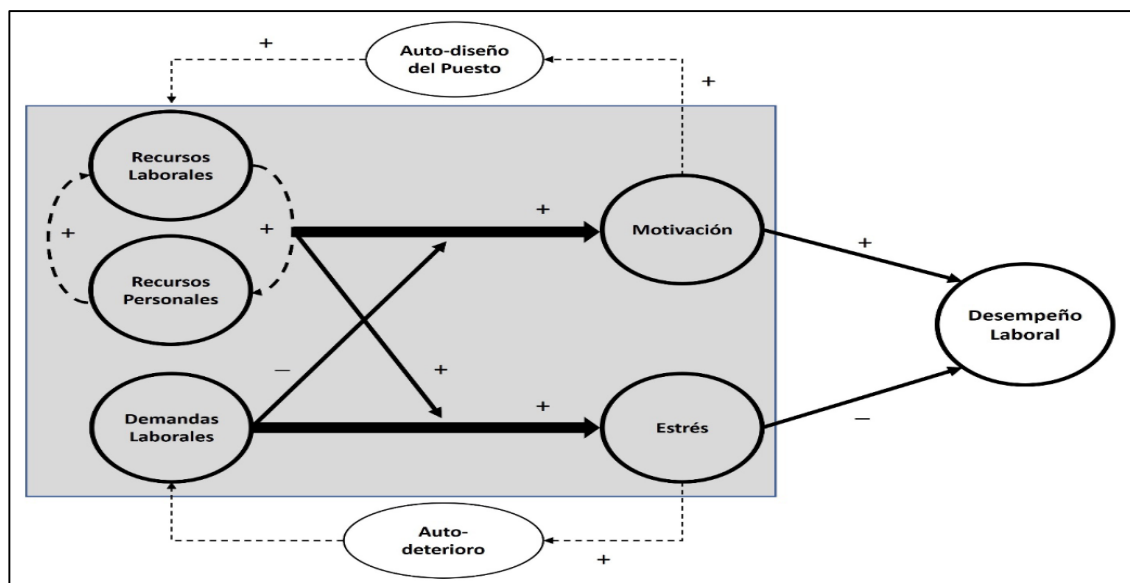
Demerouti, E., et al (2001), propusieron el modelo, que está vinculado en el progreso del Síndrome del desgaste ocupacional (Burnout). Siendo el proceso inicial a la alta exigencia laboral que conducen al agotamiento, posteriormente se observa falta de recursos que complicas las demandas laborales que conducen al sujeto a abandonar las labores y el trabajo de manera eventual. Las demandas laborales son los aspectos sociales, psicológicos, físicos y organizacionales que necesitan esfuerzos y se encuentran vinculadas con costos psicológicos y fisiológicos.

Debemos considerar que un entorno laboral no adecuado produce presión laboral, interacciones emocionales con otras personas, las demandas de trabajo no son esencialmente negativas, ya que pueden

convertirse en elementos de estrés laboral cuando requerimos satisfacer estas demandas que sobrepasa nuestro esfuerzo. Asimismo, los recursos laborales presentan estas particularidades: reducción demandas de trabajo, funcionales para conseguir metas y estimulan el progreso personal, los recursos de trabajo se encuentran en el nivel organizacional, relaciones sociales e interpersonales y organización (Demerouti, E., et al.,2001).

Figura 6.

Modelo integral de Demandas-Recursos y su impacto en el estrés, la motivación y el desempeño laboral.



Fuente: Demerouti, E., et al., (2001)

En la Figura 6., se muestra la zona sombreada que es el modelo inicial, con las líneas más gruesas refiere a los procesos centrales de la teoría y las líneas delgadas y punteadas nos presentan a los procesos y variables que se incluyen después.

1.3. Definición de términos básicos

Estrés

Es una tensión mental dada por una situación complicada, todos los sujetos presentamos cierto nivel de estrés, siendo esta una respuesta natural ante situaciones que nos hacen daño, y esto proporciona daño a nuestro bienestar (OMS, 2023).

Estrés agudo

Estrés que más se experimenta en los sujetos, y se genera en base a exigencias que son propuestas por los demás o nosotros mismos, este inicia ante eventos excitantes, situaciones complicadas, conflictos (Escuela de Postgrado de Medicina y Sanidad, 2021).

Estrés docente

Son respuestas naturales del organismo ante las presiones, sin embargo, si son prolongadas podrá tener impacto negativo a la satisfacción laboral, salud, productividad del docente (Sánchez, A., 2023).

Estrés laboral

Se encuentra en sujetos que están vinculados a su trabajo, generándose por sobrecarga laboral, discusiones con el jefe o colaboradores, no hay apoyo, presentándose en el trabajador problemas en lo físico y psicológico (Psicólogos en línea, 2023).

Factores sociodemográficos

Se definen como el sexo, edad, estado civil, religión, ocupación, origen, índice económico etc., además permite segmentar un determinado espacio relacionando particularidades de las personas, que ayudan a realizar conclusiones con la finalidad a la población etc. (Romo, J., y Tarango, J., 2015).

Sexo

Particularidades anatómicas, biológicas, físicas y fisiológicas de los seres humanos que los definen como mujer o hombre. El sexo se determina desde el nacimiento por naturaleza (MINEDU, 2020).

Signos físicos del estrés docente

Se manifiestan dificultades corporales como: Dolor de estómago, espalda, muscular, Alteración del apetito, sueño, digestión, Problemas cardiovasculares, respiratorios, inmunológicos, Falta de energía, fatiga, cansancio (Sánchez, A., 2023).

CAPÍTULO II: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1. Descripción del problema

La Organización Mundial de la Salud (2023), categoriza la labor docente como un ambiente de estrés, la cataloga como una enfermedad que daña la salud mental y física de los profesores, afectando su producción y medio que los rodea. Asimismo, los maestros prosiguen con sus labores académicas, a pesar de sentir estrés, para ellos es complicado relajarse y más aún concentrarse, en ocasiones son irritables, por los dolores de cabeza y en diversas partes del cuerpo.

Aproximadamente el 50% de los maestros en la Unión Europea sufren de estrés en el trabajo, uno de cada cinco docentes es temporales, aunque la mayoría tiene contratos fijos, a esto se suma el poco salario que perciben, los docentes dedican el 50% de su tiempo a enseñar, corregir pruebas y un 25% a labores como comunicarse con los padres y administración. Se debe considerar que son profesionales de primera línea, es crucial que estén motivados para alcanzar una calidad educativa adecuada (Europa Press, 2021).

El I-BEST², según estudio en muestras francesas, españolas y británicas de cada 7 de 10 docentes son mujeres, observándose una feminización en el sector educativo de Europa. En España los integrantes por aula son 20 educandos y poca insatisfacción entre sus condiciones, en Francia los maestros se sienten más insatisfechos por las remuneraciones percibidas. A esto se vincula que un 25% de los docentes han sufrido violencia en su trabajo: España 25%; Reino Unido 27% y Francia 35%, generándoles

² Barómetro Internacional de la Salud y el Bienestar de los Trabajadores de la Educación

estrés. La salud psicológica de los maestros es débil en Francia por el motivo que duermen pocas horas (Vercambre, M., 2023).

Según la UNESCO, las vacantes son aproximadamente 44 millones en el mundo de puestos de docentes en primaria y secundaria, ya que las condiciones laborales en ciertos lugares son críticas, como sueldos bajos, problemas administrativos y demás dificultades, todo esto mortifica al maestro que tiene que soportar tantos maltratos y los problemas de estrés que puedan suscitarse. Por toda esta problemática, en 79 países la tasa de abandono fue en el 2015 en 4,62% y en el 2022 alcanzó el 9,06% esto hizo que los maestros observaran en esta profesión, niveles altos de estrés, bajos sueldos y condiciones precarias (ONU, 2023).

En el Perú, no estamos ajenos a este problema, la encuesta nacional de docentes (ENDO), indica que la incidencia de estrés en los maestros en EBR, aumentó en el 2020, siendo los docentes de sexo femenino las más afectadas que los varones. En el programa de salud física y mental manifiesta que los docentes en 60,4% presentan estrés. La labor del docente implica estar a cargo de educar niños o adolescentes, esto incluye a atender sus requerimientos socioemocionales, y de los padres de familia (ENDO, 2021).

Asimismo, la encuesta nacional de docentes, indicó que en el 2020 docente mujeres dijeron haber tenido estrés en 65%; mientras que los hombres fue 52%. El 2021, Las maestras mujeres presentaron estrés en 59% y sus colegas varones en 45%. La psicóloga Tesania Velásquez, explica que el estrés es mayor en las mujeres porque aparte de laborar en el centro educativo, le espera en casa trabajos domésticos, esta tarea doble afecta a su bienestar emocional (Velásquez, A., 2023).

El 20% de docentes encuestados en 8 regiones presentaron problemas de ansiedad, estrés y depresión, siendo la región puno la más afectada, con el 33,4%. El 90% de las regiones en el país reportaron mayores porcentajes de afectación de salud mental en los maestros. Regiones que fueron afectadas en su salud mental fueron Cuzco y Tacna. Asimismo, en las regiones de Apurímac e Ica. Las cifras en el 2020 en hombres fueron 10,364; mujeres 23,120 y año 2021, hombres 24,690; mujeres 56,864 (Velásquez, A., 2023).

Investigaciones realizadas en Perú, tenemos a Vásquez, S. (2022), realizó un estudio en Cajamarca, en 111 docentes donde analizó el estrés docente de EBR, que representaron a 10 centros educativos, donde evidenció que el 35,14% mostro nivel alto de estrés y el 64, 86% nivel bajo a promedio, lo que indica que los maestros tienen una alta carga laboral y es notorio en su incremento de sus creencias desadaptativas, siendo éstas la que no nos ayuda a adaptarnos a nuestra forma de vida de manera adecuada.

La encuesta nacional de docentes (2021), nos da resultados de la región Loreto, donde el 57,9% de docentes son mujeres y el 42,1% varones. Los docentes en 66,5% indican que preparar sus clases requieren de 1 a 3 horas, de igual forma realimentar a los estudiantes en 71,9%. Los docentes en 63,9% afirman que es complicado atender los problemas socioemocionales, a todo esto, los docentes mostraron estrés en 46,7%, ansiedad 22,9%, depresión 13,2%. Respecto a esto, el 88,7% no recibió ningún apoyo psicológico y/o emocional (ENDO, 2021).

En la región Loreto, también los docentes presentan dificultades en su salud mental, siendo el causante en la mayoría

de casos el estrés, Aliga, M. (2022), investigó a 30 docentes de nivel secundario, encontrando que el 71,8% tuvieron nivel de estrés moderado y el 28,2% nivel alto. Asimismo, evidencia estrés por ansiedad creencias desadaptativas, depresión, mal afrontamiento, desmotivación, presiones, en las mujeres, solteros y los docentes entre 5 a 12 años de servicio. Por eso es importante realizar esta investigación y analizar el nivel de estrés docente en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos. Por lo expuesto se planteará la siguiente interrogante de investigación.

2.2. Formulación del problema

2.2.1. Problema general

¿Cómo es el nivel del estrés docente en los educadores de la I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024?

2.2.2. Problemas específicos

1. ¿Cuáles son las características socio demográficas (edad, género, estado civil, nivel de instrucción, situación laboral y tiempo en el trabajo), en los docentes en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024?
2. ¿De qué manera es la diferencia del nivel estrés docente según sus características sociodemográficas en los docentes en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024?
3. ¿Cómo es la diferencia de los niveles de las dimensiones ansiedad, depresión, creencias desadaptativas,

presiones, desmotivación, mal afrontamiento del estrés docente de los educadores en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024?

2.3. Objetivos

2.3.1. Objetivo general

Confrontar los niveles del estrés docente en los educadores en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024.

2.3.2. Objetivos específicos

1. Identificar las características socio demográficas (edad, género, estado civil, nivel de instrucción, situación laboral y tiempo en el trabajo), en los docentes en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024.
2. Contrastar los niveles del estrés docente según sus características sociodemográficas en los docentes en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024.
3. Comparar los niveles de las dimensiones ansiedad, depresión, creencias desadaptativas, presiones, desmotivación, mal afrontamiento del estrés docente de los educadores en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024.

2.4. Hipótesis

Hipótesis general

H₁: Existe diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente en los educadores en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024.

H₀: No existe diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente en los educadores en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024.

Hipótesis específica 1.

H₁: Existe diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente según sus características sociodemográficas en los educadores en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024.

H₀: No existe diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente según sus características sociodemográficas en los educadores en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024.

Hipótesis específica 2.

H₁: Existe diferencias significativas al comparar los niveles de las dimensiones ansiedad, depresión, creencias desadaptativas, presiones, desmotivación, mal afrontamiento del estrés docente de los educadores en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024.

Ho: No existe diferencias significativas al comparar los niveles de las dimensiones ansiedad, depresión, creencias desadaptativas, presiones, desmotivación, mal afrontamiento del estrés docente de los educadores en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024.

2.5. Variable

2.5.1. Identificación de la variable

Variable Independiente: Factores sociodemográficos

Variable dependiente: Estrés docente

2.5.2. Definición conceptual y operacional de las variables

Variable Factores sociodemográficos

Definición Conceptual

Se hace mención a las variables demográficas y sociales que presenta un sujeto a un grupo siendo una razón de inclusión de nuestra sociedad Bacci (como se citó en Vargas, E., 2017).

Definición Operacional

La variable factores sociodemográficos se operacionalizará mediante sus dimensiones: edad, género, estado civil, nivel de instrucción, situación laboral, tiempo en el trabajo.

Variable estrés docente

Definición Conceptual

Son alteraciones de comportamiento, físico y emocional, el estrés provoca hipertensión, taquicardias, ansiedad, depresión, diabetes la pandemia del COVID – 19, incrementó el estrés en docentes, produciendo modificaciones en la enseñanza y el traslado de la educación a las casas conlleva a que los profesionales de la educación estén presionados y frustrados, además, las nuevas estrategias de trabajo incrementando estrés en su vida. (Euroinnova, 2024).

Definición Operacional

El estrés docente se operacionalizará mediante sus dimensiones: ansiedad, depresión, creencias desadaptativas, presiones, desmotivación y mal afrontamiento de la escala ED – 6.

2.5.3. Operacionalización de las variables

Variables	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Medio de verificación
Factores socio demográficos (X)	Edad	Años	Razón	Cuestionario
	Género	Masculino; femenino	Nominal	
	Estado civil	Casado; soltero; viudo; divorciado; conviviente	Nominal	
	Nivel de instrucción	Título, maestría, doctorado	Ordinal	
	Situación laboral	Nombrado, contratado	Nominal	
	Tiempo en el trabajo	Años	Razón	
Estrés docente (Y)	Ansiedad	Control	Ordinal	Cuestionario
	Depresión	Tristeza		
	Creencias desadaptativas	Salario		
	Presiones	Clima laboral		
	Desmotivación	Trabajo monótono		
	Mal afrontamiento	Adaptarse a cambios		

Fuente: Autoría propia

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

Tipo de investigación

Estudio cuantitativo, descriptivo comparativo, ya que confrontó y analizó dos o más elementos, con el fin de conseguir docimar un supuesto o alcanzar un saber nuevo. Observacional, porque registra sus datos sobre su muestra y no se interviene. Prospectivo, porque la unidad de análisis se consideró antes del resultado y se determinó, los factores sociodemográficos y el estrés docente. Transversal, porque se recogió los datos en un solo momento. Analítico, porque se requiere el análisis estadístico bivariado para docimar hipótesis (Sánchez, H. y Reyes, C., 2015).

Usó el método hipotético – deductivo porque contrasta hipótesis e infiere conclusiones que enfrenta con los hechos (Sánchez, H. y Reyes, C., 2015).

Diseño de investigación

Diseño no experimental transversal

n_1 ----- O_1
 n_2 ----- O_2

O_1 $\neq$ O_2
 $=$

Donde:

n: Muestras

n₁: Muestra 1

n₂: Muestra 2

O: Observaciones

≠: Desigualdad

=: Igualdad

3.2. Población y muestra

Población

La población estuvo conformada por 280 docentes, siendo 150 docentes de la Institución Mariscal Óscar R. Benavides y 130 profesores del Colegio Nacional de Iquitos, 2024.

Cuadro 1.

Población y muestra de docentes

Institución	Turno	Población	Muestra
Mariscal Óscar R. Benavides	Mañana y tarde	150	87
Colegio Nacional de Iquitos		130	75
Total		280	162

Fuente: I.E. MORB – CNI 2024

Muestra

La muestra estuvo compuesta por 162 docentes, siendo 87 de la I.E. Mariscal Oscar R. Benavides y 75 del Colegio Nacional de Iquitos, en el 2024.

Se utilizó el muestreo estratificado, siendo cada estrato las instituciones y dentro de ello, se usó el muestreo aleatorio simple para poblaciones finitas:

$$n = \frac{280*1.96*1.96*0.5*0.5}{0.05^2*(208-1)+1.96^2*0.5*0.5} = 162$$

La distribución de los estudiantes en cada colegio o estratos fue mediante la afijación proporcional, $n_i = n W_i$, donde $W_i = N_i/N$, $i = 1, 2, 3 \dots h$, donde los estratos serán representados en proporción a su frecuencia. La selección de la unidad de análisis fue mediante la tabla de números aleatorios.

Criterios de inclusión

Los criterios de inclusión fueron los siguientes:

- Nacionalidad peruana.
- Ambos sexos.
- Docentes que enseñen en la I.E. MORB y CNI, 2024.
- Edades comprendidas entre 24 a 65 años.
- Estado civil.
- Docentes que trabajen en los turnos de mañana y tarde.
- Profesores de nivel primario o secundario.
- Contratados o nombrados.
- Que tengan tiempo de servicio ≥ 1 año.
- Titulados, con grado de maestro o Doctor.

- Docentes que aceptaron participar en la investigación.

Criterios de exclusión

- Docentes que trabajen en otras instituciones educativas.
- Docentes que faltaron a la cita para el llenado del cuestionario.
- No quisieron participar en el estudio.

3.3. Técnicas, instrumentos y procedimientos de recolección de datos

Técnicas

Se utilizó la encuesta que como técnica la finalidad es conseguir información que otorga un grupo o muestra de sujetos, referente a un tema en particular (Arias, F., 2012).

Instrumentos

Utilizó el cuestionario, que se realizó de manera escrita siguiendo un formato de preguntas que es llenado por el encuestado (Arias, F., 2012).

Variable factores sociodemográficos

El instrumento factores sociodemográficos presenta 6 ítems y consta de dos partes: Aspectos sociodemográficos que contiene la edad (en años), género (masculino; femenino), estado civil (casado, soltero, viudo, divorciado, conviviente), nivel de instrucción (título, maestría, doctor). La segunda parte consiste en los aspectos económicos: situación laboral (nombrado, contratado), tiempo en el trabajo (en años).

Variable estrés docente

Se utilizó la escala ED-6, para analizar el malestar docente o estrés, diseñado por Gutiérrez, P., Morán, S., y Sanz, I. (2005) – España, adaptación peruana Samanamud, O. (2016). la finalidad del cuestionario es medir los niveles de estrés. Presenta 77 ítems, representados mediante las siguientes dimensiones: ansiedad (1 – 19 ítems); Depresión (20 – 29 ítems); Creencias desadaptativas (30 – 41 ítems); Presiones (42 – 51); Desmotivación (52 – 65 ítems); Mal afrontamiento (66 – 77), con respuestas Likert, 1=totalmente de acuerdo, 2= de acuerdo, 3= indiferente, ni uno ni el otro, 4= en desacuerdo y 5= totalmente en desacuerdo. Duración de la prueba es de 20 minutos y se aplica de docentes. La validez del instrumento se dio mediante juicio de expertos siendo el valor promedio de 0,88 y las correlaciones fueron significativas ($p<0,01$).

La confiabilidad fue analizada por el alfa de Cronbach, presentando una consistencia interna de 0,937; con una significancia ($p<0,01$). Los baremos fueron:

Cuadro 2.

Niveles y rangos del estrés docente

	Bajo	Moderado	Alto
Ansiedad	19 – 44	45 – 70	71 – 95
Depresión	10 – 23	24 – 37	38 – 50
Creencias desadaptativas	12 – 28	29 – 44	45 – 60
Presiones	10 – 23	24 – 37	38 – 50
Desmotivación	14 – 32	33 – 51	52 – 70
Mal afrontamiento	12 – 28	29 – 44	45 – 60
Estrés docente	77 - 183	184 – 288	289 - 385

Procesamiento de recolección de datos

El procesamiento de la información fue:

- Se pidió permiso a los directores de las I.E MORB y CNI.
- Se citó a los docentes que acudan a una aula o sala de docentes con la finalidad de explicarles sobre lo importancia de la investigación.
- Se entregó los cuestionarios a los docentes que aceptaron participar en el estudio.
- Se recogió la información, previa explicación de los instrumentos y el tiempo que tienen para llenarlos que es de 20 minutos.

3.4. Procesamiento y análisis de datos

Los datos se procesaron mediante el paquete SPSS v23., construyéndose en primer lugar una base de datos, que tuvo la finalidad de organizar la información en tablas de frecuencia.

Asimismo, una vez realizado el análisis descriptivo, se procedió con la prueba de normalidad mediante el estadístico de Kolmogorov – Smirnov, teniendo como resultado que la variable de estudio se distribuye de forma normal y se utilizó la prueba T – Student para muestras independientes para la docima de hipótesis, sin embargo, para contrastar hipótesis entre el estrés docente y las características sociodemográficas se utilizará la prueba de Mann – Whitney.

3.5. Aspectos éticos

Los aspectos éticos de esta investigación recaen en el Informe de Belmont, teniendo tres principios:

- Respeto a las personas. – este principio se divide en dos requerimientos de tipo moral como: el de reconocer la autonomía y el de proteger a quienes la tienen minimizada, el sujeto autónomo es el tipo de persona capaz de meditar sus objetivos.
- Beneficencia y no maleficencia. – se trata a los sujetos de forma ética, se les respeta sus decisiones, se les protege y se considera su bienestar, la idea es no causar daño y elevar los posibles beneficios y minimizar los perjuicios posibles.
- Justicia. – debe existir equidad en la distribución, es injusticia si negamos un beneficio al sujeto, sin causas razonables, los sujetos deben ser considerados todos por igual (Vidal, S., 2016).

CAPÍTULO IV: RESULTADOS

Tabla 1.

Características sociodemográficas en los docentes en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024

Características sociodemográficas	Mariscal Oscar R. Benavides,		Colegio Nacional de Iquitos	
	fi	%	fi	%
Instituciones educativas	119	52,4	108	47,6
Sexo				
Masculino	45	37,8	57	52,8
Femenino	74	62,2	51	47,2
Edad (años)				
30 a 42	30	25,2	29	26,9
43 a 50	31	26,1	31	28,7
51 a 58	42	35,3	33	30,6
59 a 66	16	13,4	15	13,9
Nivel				
Primaria	41	34,5	0	0
Secundaria	78	65,5	108	100,0
Turno				
Mañana	67	56,3	55	50,9
Tarde	52	43,7	43	39,8
Mañana y tarde	0	0	10	9,3
Estado civil				
Soltero	32	26,9	29	26,9
Casado	59	49,6	46	42,6
Conviviente	19	16	21	19,4
Divorciado	7	5,9	10	9,3
Viudo	2	1,7	2	1,9
Nivel instrucción				
Título	90	75,6	78	72,2
Maestría	26	21,8	28	25,9
Doctorado	3	2,5	2	1,9
Situación laboral				

Nombrado	93	78,2	87	80,6
Contratado	26	21,8	21	19,4
Tiempo en el trabajo (años)				
1 a 15	37	31,1	42	38,9
16 a 25	32	26,9	36	33,3
26 a 34	43	36,1	22	20,4
35 a 44	7	5,9	8	7,4

Fuente: Mariscal Oscar R. Benavides - Colegio Nacional de Iquitos

Interpretación

Tabla 1, se presenta las características sociodemográficas en los docentes en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos, del total de entrevistados, el 52,4% de los docentes fueron del MORB y el 47,6% del CNI. Las mujeres fueron más que los varones 62,2% y 37,8%; en el CNI, los varones fueron más que las mujeres 52,8% y 47,2. la edad más relevante en el MORB, fue 51 a 58 años y en el CNI fue igual en 30,6%. En el MORB, la mayoría de profesores enseñan en secundaria en 65,5%, primaria 34,5%, sin embargo, en el CNI, todos los profesores trabajan en secundaria en 100%. Respecto el turno mañana, en el MORB, los docentes fueron 56,3%; tarde 43,7%; el CNI, turno mañana en 50,9%; tarde 39,8%; ambos turnos 9,3%. El estado civil más predominante en el MORB, fueron los casados en 49,6%; solteros 26,9%; CNI, casados 42,6%; solteros 26,9%. El nivel de instrucción, el MORB, el 75,6% fueron titulados, 21,8% maestros, 2,5% doctores; CNI, 72,2% titulados; 25,9% maestros; 1,9% doctores. La situación laboral en el MORB, la mayoría fueron nombrados en 78,2%; CNI 80,6%. En los años de servicio, en el MORB, de 1 a 15 años; 16 a 25 años 26,9%; 26 a 34 36,1%; CNI, 1 a 15 años 38,9%; 16 a 25 años 33,3%.

Tabla 2.

Niveles del estrés docente y dimensiones en los maestros en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024.

	I.E. Mariscal Oscar R. Benavides								Colegio Nacional de Iquitos							
	Bajo		Moderado		Alto		Total		Bajo		Moderado		Alto		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Estrés docente	4	3,4	77	64,7	38	31,9	119	100	0	0	82	75,9	26	24,1	108	100
Dimensiones																
Ansiedad	3	2,5	39	32,8	77	64,7	119	100	3	2,8	43	39,8	62	57,4	108	100
Depresión	2	1,7	20	16,8	97	81,5	119	100	2	1,9	30	27,8	76	70,4	108	100
Creencias desadaptativas	6	5,0	81	68,1	32	26,9	119	100	5	4,6	65	60,2	38	35,2	108	100
Presiones	4	3,4	75	63,0	40	33,6	119	100	1	0,9	76	70,4	31	28,7	108	100
Desmotivación	4	3,4	78	65,5	37	31,1	119	100	0	0	83	76,9	25	23,1	108	100
Mal afrontamiento	57	47,9	58	48,7	4	3,4	119	100	63	58,3	43	39,8	2	1,9	108	100

Fuente: Mariscal Oscar R. Benavides - Colegio Nacional de Iquitos

Interpretación

Tabla 2, muestra el nivel de estrés docente y dimensiones en los maestros en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos, del total de entrevistados, en el MORB, el nivel de estrés fue mayor en 31,9%, que el CNI 24,1%. En las dimensiones el MORB tuvo mayor relevancia ansiedad 64,7%; CNI 57,4%. Depresión MORB 81,5%; CNI 70,4%. Creencias desadaptativas, MORB 26,9%, CNI 35,2%. Presiones, MORB, 33,6%; CNI, 28,7%. Desmotivación, MORB 31,1%; CNI, 23,1%; Mal afrontamiento MORB 3,4%; CNI 1,9%.

Los docentes de la Institución Oscar R Benavides presentaron más estrés que los profesores del Colegio Nacional de Iquitos. Asimismo, los niveles de ansiedad y depresión fueron más en el MORB que en el CNI.

Tabla 3.

Análisis comparativo de los puntajes del estrés docente y sus dimensiones en los maestros en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides y el Colegio Nacional de Iquitos 2024.

Variables/dimensiones	I.E. Mariscal	Colegio	Diferencia ($\bar{X}_1 - \bar{X}_2$)
	Oscar R.	Nacional de	
	Benavides $\bar{X}_1$	Iquitos $\bar{X}_2$	
Estrés docente	271,55	265,95	5,6
Dimensiones			
Ansiedad	74,59	72,10	2,49
Depresión	42,42	40,72	1,7
Creencias desadaptativas	40,25	42,02	1,77
Presiones	35,60	35,60	0
Desmotivación	49,13	47,81	1,32
Mal afrontamiento	29,55	27,69	1,86

Fuente: Base de datos SPSS

Tabla 3, se muestra el análisis comparativo de los puntajes del estrés docente y sus dimensiones en los maestros en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides y el Colegio Nacional de Iquitos. Se observó que el estrés docente es el MORB es mayor que los docentes del CNI, a nivel descriptivo se ve que existen diferencias en el estrés docente en 5,6 ptos. En las dimensiones ansiedad observa diferencias en 2,49 puntos, en las demás dimensiones las diferencias son mínimas.

El estrés docente fue mayor en la institución R Benavides que en el Colegio Nacional de Iquitos, asimismo la ansiedad y la depresión.

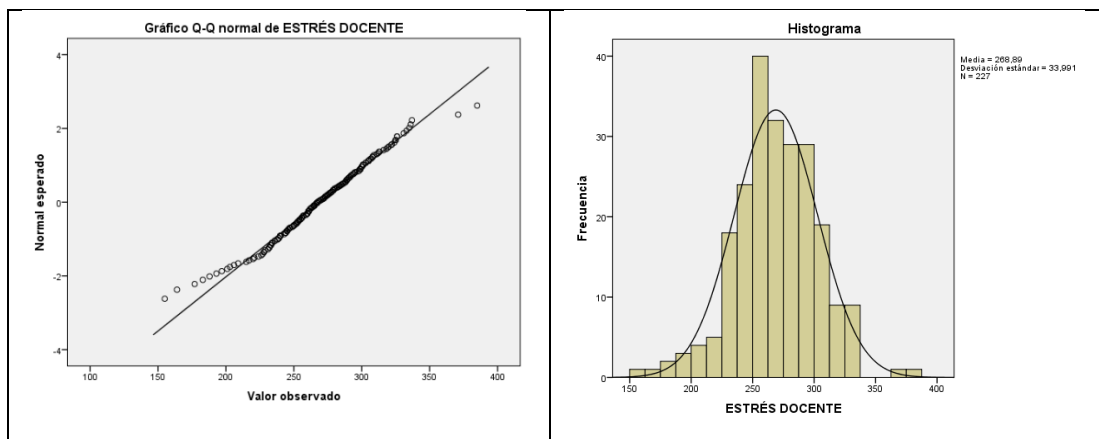
Contrastación de hipótesis

Determinación de normalidad

La prueba de normalidad se basó en el estadístico Kolmogorov Smirnov los resultados fueron ($KS=0,038$, $gl=227$; $p= 0,200$), el resultado indica que la variable estrés docente se distribuye de forma normal, se utilizó la prueba T para muestras independientes. Sin embargo, los factores sociodemográficos género, estado civil, nivel de instrucción situación laboral, edad, tiempo de trabajo no se distribuyen de forma normal ($p<0,05$).

Figura 7.

Estrés docente



Fuente: Base de datos SPSS

Interpretación

La Figura 2, muestra la distribución normal que se ajusta a la variable estrés docente, tanto en la recta y simulación de datos como en el Histograma de frecuencias.

Prueba de hipótesis

Tabla 4.

Contraste de hipótesis

Hipótesis	Variable	T- Student	gl	p	Condición
<u>General</u>					
H₁: Existe diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente en los educadores en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024.	Estrés docente	1,239	225	0,216	No hay diferencias
	Variable	Mann – Whitney		p	Condición
<u>Específica 1.</u>					
H₁: Existe diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente según sus características sociodemográficas en los educadores en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024.	Edad	1791,0		0,809	No hay diferencias
	Sexo	5605,0		0,049	Si hay diferencias
	Estado civil	3053,50		0,521	No hay diferencias
	Instrucción	4140,0		0,225	No hay diferencias
	Turno	5683,0		0,760	No hay diferencias
	Nivel	3646,50		0,583	No hay diferencias
	Situación laboral	3802,0		0,180	No hay diferencias
	Tiempo en el trabajo	2488,0		0,354	No hay diferencias
	Variable	T- Student	gl	p	Condición
<u>Específica 2.</u>					
H₁: Existe diferencias significativas al comparar los niveles de las dimensiones ansiedad, depresión, creencias desadaptativas, presiones, desmotivación, mal afrontamiento del estrés docente de los educadores en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024.	Ansiedad	1,457	225	0,146	No hay diferencias
	Depresión	1,815	225	0,071	No hay diferencias
	Creencias desadaptativas	-1,761	225	0,080	No hay diferencias
	Presiones	-0,007	225	0,994	No hay diferencias
	Desmotivación	1,439	225	0,152	No hay diferencias
	Mal afrontamiento	2,198	225	0,029	Si hay diferencias

Fuente: Base de datos SPSS

Interpretación

Tabla 4, presenta la docima de hipótesis del estrés docente con sus dimensiones en docentes en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos.

Hipótesis general, no evidencia diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente ($t=1,239$; $gl=225$; $p=0,216$).

Hipótesis específica 1, evidencia diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente con el sexo (Mann Whitney= 5605,0; $p=0,049$). No existe diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente con la edad (Mann Whitney= 1791,0; $p=0,809$). No existe diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente con el estado civil (Mann Whitney= 3053,50; $p=0,521$). No existe diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente con la instrucción (Mann Whitney= 4140,0; $p=0,225$). No existe diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente con el turno (Mann Whitney= 5683, 0; $p=0,760$). No existe diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente con el nivel (Mann Whitney= 3646,50; $p=0,583$). No existe diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente con la situación laboral (Mann Whitney= 3802,0; $p=0,180$). No existe diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente con el tiempo en el trabajo (Mann Whitney= 2488,0; $p=0,354$).

Hipótesis específica 2, evidencia diferencias significativas al comparar los niveles del mal afrontamiento ($t= 2,198$; $gl=225$; $p=0,029$). No evidencia diferencias significativas al comparar los niveles de ansiedad ($t= 1,457$; $gl=225$; $p=0,146$). No evidencia diferencias significativas al comparar los niveles de depresión ($t= 1,815$; $gl=225$; $p=0,071$). No evidencia diferencias significativas al comparar los niveles en creencias desadaptativas ($t= -1,761$; $gl=225$; $p=0,080$), No evidencia diferencias significativas al comparar los niveles de presiones ($t= -0,007$; $gl=225$; $p=0,994$). No evidencia diferencias significativas al comparar los niveles de desmotivación ($t= 1,439$; $gl=225$; $p=0,152$).

Tabla 5.

Factores sociodemográficos y estrés docente en los maestros en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides y el Colegio Nacional de Iquitos 2024.

Variable	Atributos	Estrés docente						Total		Condición
		Bajo		Moderado		Alto				p-valor
		fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	
Sexo	Femenino	2	1,6	81	64,8	42	33,6	125	100	0,134
	Masculino	2	2,0	78	76,5	22	21,6	102	100	
Edad	30 – 42	1	1,7	38	64,4	20	33,9	59	100	0,233
	43 – 50	0	0	43	69,4	19	30,6	62	100	
	51 – 58	1	1,3	54	72,0	20	26,7	75	100	
	59 – 66	2	6,5	24	77,4	5	16,1	31	100	
Nivel	Primaria	2	4,9	28	68,3	11	26,8	41	100	0,245
	Secundaria	2	1,1	131	70,4	53	28,5	186	100	
Turno	Mañana	1	0,8	86	70,5	35	28,7	122	100	0,686
	Tarde	3	3,2	65	68,4	27	28,4	95	100	
	Mañana y tarde	0	0	8	80,0	2	20,0	10	100	
Estado civil	Soltero	2	3,3	45	73,8	14	23,0	61	100	0,792
	Casado	2	1,9	75	71,4	28	26,7	105	100	
	Viudo	0	0	3	75,0	1	25,0	4	100	
	Divorciado	0	0	11	64,7	6	35,3	17	100	
Instrucción	Conviviente	0	0	25	62,5	15	37,5	40	100	0,626
	Título	4	2,4	120	71,4	44	26,2	168	100	
	Maestría	0	0	36	66,7	18	33,3	54	100	
Situación laboral	Doctorado	0	0	3	60,0	2	40,0	5	100	0,022
	Nombrado	1	0,6	126	70,0	53	29,4	180	100	
Tiempo laboral (años)	Contratado	3	6,4	33	70,2	11	23,4	47	100	0,036
	1 – 15	1	1,3	53	67,1	25	31,6	79	100	
	16 – 25	0	0	42	61,8	26	38,2	68	100	
	26 – 34	3	4,6	51	78,5	11	16,9	65	100	
	35 - 44	0	0	13	86,7	2	13,3	15	100	

Interpretación

Tabla 5, muestra los factores sociodemográficos y estrés docente en los maestros en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides y el Colegio Nacional de Iquitos, evidencia que las docentes mujeres alcanzan mayor nivel de estrés (33,6%) que los varones (21,6%). Los docentes cuyas edades

están comprendidas entre 30 a 42 años presentaron más estrés (33,9%). Los profesores que enseñan en secundaria (28,5%) presentaron más estrés que los que enseñan en primaria (26,8%). Los profesores que trabajan en el turno de mañana (28,7%) son afectados por el estrés que del turno tarde (28,4). Los maestros que son convivientes tuvieron niveles mayores de estrés 37,5%. Los profesionales con grado de doctor mostraron mayores niveles de estrés 40%. Asimismo, los niveles de estrés fueron mayores en los nombrados (29,4%) que los contratados (23,4%). El tiempo laboral de los maestros que están entre 16 a 25 años sufren de estrés en niveles altos (38,2%).

se observó en el factor situación laboral evidenció relación con el estrés docente ($p=0,022<0,05$); Factor tiempo laboral tiene relación con el estrés docente ($p=0,036<0,05$). Los factores que no presentaron relación con el estrés docente fueron: sexo ($p=0,134$); edad ($p=0,233$); nivel ($p=0,245$); Turno ($p=0,86$); estado civil ($p=0,792$); instrucción ($p=0,626$).

CAPÍTULO V. DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Discusión

La docencia es una de las profesiones más estresantes, el estrés que sufren los profesores afecta a su salud, satisfacción, rendimiento y compromiso con la institución. El bienestar mental del maestro produce malestar en los alumnos, afecta además el amor a su trabajo el cual están comprometidos.

Los resultados de los factores socio demográficos el 52,4% de los docentes fueron del MORB y el 47,6% del CNI. Las mujeres fueron más que los varones 62,2% y 37,8%; en el CNI, los varones fueron más que las mujeres 52,8% y 47,2. la edad más relevante en el MORB, fue 51 a 58 años y en el CNI fue igual en 30,6%. En el MORB, la mayoría de profesores enseñan en secundaria en 65,5%, primaria 34,5%, sin embargo, en el CNI, todos los profesores trabajan en secundaria en 100%. Respecto el turno mañana, en el MORB, los docentes fueron 56,3%; tarde 43,7%; el CNI, turno mañana en 50,9%; tarde 39,8%; ambos turnos 9,3%. El estado civil más predominante en el MORB, fueron los casados en 49,6%; solteros 26,9%; CNI, casados 42,6%; solteros 26,9%. El nivel de instrucción, el MORB, el 75,6% fueron titulados, 21,8% maestros, 2,5% doctores; CNI, 72,2% titulados; 25,9% maestros; 1,9% doctores. La situación laboral en el MORB, la mayoría fueron nombrados en 78,2%; CNI 80,6%. En los años de servicio, en el MORB, de 1 a 15 años; 16 a 25 años 26,9%; 26 a 34 36,1%; CNI, 1 a 15 años 38,9%; 16 a 25 años 33,3%. Se complementa con **Solano, S. (2022)**, desarrolló un estudio “Estrés laboral en profesionales del área de Educación del Circuito 01 de la Dirección Regional de Educación de Occidente: Evaluación y Guía Recomendativa”, observó las mujeres son el 84%; varones 16%, el 41% tuvieron entre 40 a 49 años, 37% de 30 a 39 años, 16% de 50

a 60 años y el 6% de 23 a 29 años. 48% fueron docentes secundarias, 39% primaria, 13% preescolar, 70% posee de 1 a 10 años de servicio, 23% de 11 a 20 años, 5% 21 a 30 años y 1% mayor de 30 años. Se asemeja con **Guerra, R. (2020)**, realizó un estudio “Estudio de las variables sociodemográficas y el Burnout en una muestra de docentes de Galicia”, encontró que el 88,5% fueron mujeres y el 11,5% varones, 78,2% tuvieron pareja y el 21,8% sin pareja, el 49,43% con hijos y el 50,57% sin hijos, el 48,3% de los docentes fueron de primaria, 33,9% de especialidad y 17,8% infantil, el 78,2% trabajan en el sector público y el 21,8% privado. Se complementa con **Ortiz, C. (2021)**, realizó un estudio “Estrés laboral en docentes de una institución especializada en la enseñanza del idioma inglés, en lima metropolitana, durante el aislamiento social”, observó, que el 77,5% fueron mujeres; 22,5% varones. 20 a 29 años fueron el 5%; 30 a 39 años 55%; 40 a 49 años 7,5% y 50 a 59 años 32,5%. El 12,5% de los docentes son técnicos; 75% universidad y 12,5% estudios de post grado. Los solteros fueron 37,5%; casados 45%; conviviente 5% divorciados 12,5%. Coincide con **Vargas, D. (2021)**, desarrolló una investigación “Estrés según variables demográficas en docentes de instituciones educativas públicas de Pangoa durante la pandemia covid-19”, encontró que los varones fueron en 52,3%; mujeres 47,7%. Los docentes de 25 a 44 años fueron 49,7% y de 45 a 64 años 50,3%. Con pareja en 65,4%; sin pareja 34,6%. Nombrados 54,9%; contratados 45,1%. Docentes de primaria 30,7%; secundaria 69,3%. Años de servicio de 1 a 14 años 49,7%; 15 a 35 años 50,3%. Se asemeja con **Clavijo, Y. (2021)**, desarrolló una investigación “Estrés Laboral en docentes de las Instituciones Educativas de San Jacinto en época de covid-19”, observó que los varones fueron en 30%; mujeres 70%, la edad de los docentes de 30 a 35 años 7,5%; 36 a 40 años 2,5%; 41 a 45 años 10%; 46 a 50 años 15% y mayores a 51 años en 65%. Los docentes casados

fueron en 72,5%; convivientes 5%; soltero 20%; viudo 2,5%. Docentes con bachiller 52,5%; licenciados 25%; magister 17,5%; doctores 5%. Tiempo de servicio de 1 a 5 años 2,5%; 6 a 10 años 10%; 11 a 15 años 2,5%; 16 a 20 años 12,5%; mayor de 21 años 72,5%. Se complementa con **Paredes, K. (2020)**, mostró un estudio “Dimensiones de personalidad y estrés laboral en docentes de una corporación educativa de Lima Sur”, observó que los docentes varones fueron 76,5%; mujeres 23,5%, los docentes egresados fueron 8,1%; técnico superior 45,6%; Universitarios 46,3%. Docentes entre las edades de 20 a 35 años 73,2%; 36 a 45 años 17,4%; 46 a 55 años 9,4%. Coincide con **Aliaga, M. (2022)**, presentó un estudio “El estrés en docentes del nivel secundario de una institución educativa pública del distrito de Belén de la ciudad de Iquitos”, observó que las mujeres fueron 56,4%; varones 43,6%. Solteros 53,8%; casados 38,5%; viudo 7,7%. Turno mañana en 41%; tarde 48,7%; mañana y tarde 10,3%. Los docentes con 5 a 10 años de servicio fueron 28,5%; 13 a 18 años 20,5%; 19 a 23 años 33,5%; 24 a 29 años 5,1%; 30 a 34 años 2,6%.

Los resultados del estrés docente muestran a la Institución Educativa Mariscal Óscar R. Benavides tuvo nivel moderado en 64,7%; alto 31,9%; bajo 3,4%. Respecto al Colegio nacional de Iquitos, el nivel fue moderado 75,6%; alto 24,1%. Se complementa con **Solano, S. (2022)**, desarrolló un estudio “Estrés laboral en profesionales del área de Educación del Circuito 01 de la Dirección Regional de Educación de Occidente: Evaluación y Guía Recomendativa”, observó que el nivel de estrés, fue alto en 36%; bajo 23%; normal 22%; moderado 10% y bajo 9%. Se complementa con **Ortiz, C. (2021)**, realizó un estudio “Estrés laboral en docentes de una institución especializada en la enseñanza del idioma inglés, en lima metropolitana, durante el aislamiento social”, observó que el 80% de los docentes tuvieron nivel bajo, 10% promedio alto, 7,5% bajo y 2,5% nivel alto. Se

asemeja con **Calderón, C., y Pinedo, J. (2020)**, presentó un estudio “Estrés laboral y variables sociodemográficas en docentes, en el marco de una pandemia Covid 19”, encontró que los docentes presentaron nivel bajo de estrés en 47,5%; promedio 44,3%. Se complementa con **Paredes, K. (2020)**, mostró un estudio “Dimensiones de personalidad y estrés laboral en docentes de una corporación educativa de Lima Sur”, encontró que el estrés laboral de los docentes fue bajo, 18,1% intermedio y con estrés 4,7%. Coincide con **Aliaga, M. (2022)**, presentó un estudio “El estrés en docentes del nivel secundario de una institución educativa pública del distrito de Belén de la ciudad de Iquitos”. Observó que el nivel de estrés fue moderado en 71,8%.

Los resultados de las dimensiones del estrés docente, Institución Óscar R. Benavides. Ansiedad, fue alta 64,7%; moderado 32,8%; bajo 2,5%. Depresión, alta 81,5%; moderado 16,8%; bajo 1,7%. Creencias desadaptativas, moderado 68,1%; alta 26,9%; baja 5%. Presiones, moderado 63%; alta 33,6%; baja 3,4%. Desmotivación, moderada 65,5%; alta 31,1%; bajo 3,4%. Mal afrontamiento, baja 47,9%; moderado 48,7%; alta 3,4%. Colegio Nacional de Iquitos. Ansiedad, alto 57,4%; moderado 39,8%; bajo 2,8%. Depresión, alto 70,4%; moderado 27,8%; bajo 1,9%. Creencias desadaptativas, moderado 60,2%; alto 35,2%; bajo 4,6%. Presiones, moderado 70,4%; alto 28,7%; bajo 0,9%. Desmotivación, moderado 76,9%; alto 23,1%. Mal afrontamiento, bajo 58,3%; moderado 39,8%; alto 1,9%. Se complementa con **Vargas, D. (2021)**, desarrolló una investigación “Estrés según variables demográficas en docentes de instituciones educativas públicas de Pangoa durante la pandemia covid-19”, encontró que los docentes varones tienen mayores creencias desadaptativas que las mujeres, de 25 a 35 años tienen mayor presión, los docentes sin parejas y los contratados tienen mayores creencias

desadaptativas, presiones. Los docentes de 1 a 14 años muestran mayor depresión, y creencias desadaptativas.

Al comparar el estrés docente no se encontró diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente ($t=1,239$; $gl=225$; $p=0,216$). evidencia diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente con el sexo (Mann Whitney= 5605,0; $p=0,049$). No existe diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente con la edad (Mann Whitney= 1791,0; $p=0,809$). No existe diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente con el estado civil (Mann Whitney= 3053,50; $p=0,521$). No existe diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente con la instrucción (Mann Whitney= 4140,0; $p=0,225$). No existe diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente con el turno (Mann Whitney= 5683, 0; $p=0,760$). No existe diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente con el nivel (Mann Whitney= 3646,50; $p=0,583$). No existe diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente con la situación laboral (Mann Whitney= 3802,0; $p=0,180$). No existe diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente con el tiempo en el trabajo (Mann Whitney= 2488,0; $p=0,354$). evidencia diferencias significativas al comparar los niveles del mal afrontamiento ($t= 2,198$; $gl=225$; $p=0,029$). No evidencia diferencias significativas al comparar los niveles de ansiedad ($t= 1,457$; $gl=225$; $p=0,146$). No evidencia diferencias significativas al comparar los niveles de depresión ($t= 1,815$; $gl=225$; $p=0,071$). No evidencia diferencias significativas al comparar los niveles en creencias desadaptativas ($t= -1,761$; $gl=225$; $p=0,080$), No evidencia diferencias significativas al comparar los niveles de presiones ($t= -0,007$; $gl=225$; $p=0,994$). No evidencia diferencias significativas al comparar los niveles de desmotivación ($t= 1,439$; $gl=225$; $p=0,152$).

5.2. Conclusiones

1. El estrés docente tuvo nivel alto y fue mayor en el I.E. Mariscal Oscar R. Benavides en 31.9%, que el Colegio Nacional de Iquitos que alcanzó 24,1%. Asimismo, las mujeres presentaron estrés alto (33,6%), que los varones (21,6%). Los docentes cuyas edades están entre 30 – 42 alcanzaron mayor nivel de estrés. Los convivientes presentaron mayor nivel de estrés en 37,5%. Los docentes con grado de doctor alcanzaron mayor nivel de estrés 40%.
2. El estrés docente se relacionó con la situación laboral ($p=0,02$), y con el tiempo laboral ($p=0,036$). Los factores que no presentaron relación con el estrés docente fueron: sexo ($p=0.134$); edad ($p=0,233$); nivel ($p=0,245$); Turno ($p=0,86$); estado civil ($p=0,792$); instrucción ($p=0,626$).
3. Al comparar los puntajes del estrés docente hubo una diferencia de 5,6 puntos, en la I.E. Mariscal Oscar R. Benavides y el Colegio Nacional de Iquitos. Evidencia que la I.E. MORB hay un mejor puntaje, lo que indica que sus docentes presentan mayor nivel de estrés, sin embargo, estas diferencias no son significativas, por lo tanto, no existe diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente en los educadores en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos ($t=1,239$; $gl=225$; $p=0,216$).
4. Al comparar los puntajes de las dimensiones del estrés docente, evidencia diferencias significativas al comparar los niveles del mal afrontamiento ($t= 2,198$; $gl=225$; $p=0,029$). Sin embargo, no se encontró diferencias significativas al comparar los niveles de ansiedad ($t= 1,457$; $gl=225$; $p=0,146$). al comparar los niveles de depresión ($t= 1,815$; $gl=225$; $p=0,071$). al comparar los niveles

en creencias desadaptativas ($t = -1,761$; $gl = 225$; $p = 0,080$), al comparar los niveles de presiones ($t = -0,007$; $gl = 225$; $p = 0,994$). al comparar los niveles de desmotivación ($t = 1,439$; $gl = 225$; $p = 0,152$).

5. Al comparar los niveles del estrés docente con los factores sociodemográficos, evidencia diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente con el sexo (Mann Whitney= 5605,0; $p = 0,049$). Asimismo, no se encontró diferencias significativas con la edad (Mann Whitney= 1791,0; $p = 0,809$), estado civil (Mann Whitney= 3053,50; $p = 0,521$), instrucción (Mann Whitney= 4140,0; $p = 0,225$), turno (Mann Whitney= 5683, 0; $p = 0,760$), nivel (Mann Whitney= 3646,50; $p = 0,583$), situación laboral (Mann Whitney= 3802,0; $p = 0,180$), tiempo en el trabajo (Mann Whitney= 2488,0; $p = 0,354$).

5.3 Recomendaciones

1. A las instituciones educativas se sugiere que realicen filtros antes de contratar un personal docente, incidiendo en la estabilidad emocional y la extraversión como elementos protectores en el trabajo.
2. A los profesionales de psicología que se laboren en Instituciones Educativas, realizar talleres que proporcionen estrategias (gestionar el tiempo, autocuidado, fomentar apoyo social y equilibrar el trabajo con la vida familiar), que reduzcan el estrés docente, ya que estos profesionales experimentan sobrecargas al realizar sus actividades diarias, que influyen en la depresión y ansiedad principalmente.
3. Se recomienda cuidar la salud mental de los maestros referente al estrés ya que es un factor indispensable para tener el equilibrio del bienestar personal, satisfacción en el trabajo colectiva o individual.
4. A los docentes mantengan actividades dentro de su institución para evitar el mal afrontamiento, y no se estresen al momento de enseñar o estar en otro sitio.

Referencias bibliográficas

- Aliaga, M. (2022). *El estrés en docentes del nivel secundario de una institución educativa pública del distrito de Belén de la ciudad de Iquitos. (tesis de grado)*. Universidad Científica del Perú.
- Alvarado, F. (2013). *Factores sociodemograficos maternos que influyen en la practica de estimulacion temprana y desarrollo psicomotor en niños lactantes centro de salud jose mariategui. (tesis de grado)*. Universidad Ricardo Palma,. https://doi.org/http://cybertesis.urp.edu.pe/bitstream/urp/308/1/Alvarado_fd.pdf
- Arias, F. (2012). *El Proyecto de Investigación: Introducción a la metodología científica* (6ta ed.). Caracas, Venezuela: Episteme.
- Bayl, P., y Griffin, B. (2015). Medición de estilos de trabajo: Hacia una comprensión de los componentes dinámicos de la teoría del ajuste laboral. *Revista del Comportamiento Vocacional*, 90, 132-144.
- Bizneo. (15 de setiembre de 2023). *El control de tiempo en una empresa | ¿Cómo optimizarlo?* <https://www.bizneo.com/blog/control-de-tiempo-empresa/>
- Bliese, P. D., Edwards, J. R., y Sonnentag, S. (2017). Estrés y bienestar en el trabajo: un siglo de tendencias empíricas reflejando influencias teóricas y sociales. *Diario de Psicología Aplicada*, 102(3), 389. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/apl0000109>
- Brief, A., y George, J. (2020). *Estrés psicológico y el lugar de trabajo: un breve comentario sobre la perspectiva de Lázaro*. En R. Crandall & P. Perrewé, *Estrés ocupacional*.
- Calderón, C. y. (2020). *Estrés laboral y variables sociodemográficas en docentes, en el marco de una pandemia Covid 19. (tesis de grado)*. Universidad César Vallejo.
- Clavijo, Y. (2021). *Estrés Laboral en docentes de las Instituciones Educativas de San Jacinto en época de covid-19. (tesis de grado)*. Universidad Nacional de Tumbes.

- Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia Contra las Mujeres. (2016). *¿A qué nos referimos cuando hablamos de “sexo” y “género”?* <https://www.gob.mx/conavim/articulos/a-que-nos-referimos-cuando-hablamos-de-sexo-y-genero>
- Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F., y Schaufeli, W. B. (2001). El modelo de agotamiento laboral demanda-recursos. *Revista de Psicología Aplicada*, 86(3), 499 –512. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0021-9010.86.3.499>
- El Manual MSD. (2024). *Definiciones de terminología sobre sexo y género.* <https://www.msdmanuals.com/es-pe/hogar/multimedia/table/definiciones-de-terminolog%C3%ADa-sobre-sexo-y-g%C3%A9nero>
- El Ministerio de Educación. (6 de noviembre de 2020). *¿A qué se denomina sexo?* <https://sites.minedu.gob.pe/curriculonacional/2020/11/06/a-que-se-denomina-sexo/>
- ENDO. (07-17 de diciembre de 2021). *Encuesta Nacional a Docentes de Instituciones Educativas Públicas de Educación Básica Regular.* <http://www.minedu.gob.pe/politicas/docencia/pdf/endo/2021/endo2021-17-loreto.pdf>
- Escuela de Postgrado de Medicina y Sanidad. (18 de agosto de 2021). *Tipos de estrés, síntomas y factores de riesgo.* <https://postgradomedicina.com/tipos-estres-efectos-riesgos/>
- Euroinnova. (2024). *estres en docentes.* <https://www.euroinnova.edu.es/blog/estres-en-docentes#que-es-el-estres>
- Europa Press. (24 de marzo de 2021). *La mitad de los profesores en la UE sufren estrés en el trabajo.* https://www.elconfidencial.com/mundo/europa/2021-03-24/mitad-profesores-ue-sufren-estres-trabajo_3006331/

- Eustat. (2014). *Nivel de instrucción*.
https://www.eustat.eus/documentos/opt_1/tema_80/elem_2376/definicion.html
- Factorial. (01 de febrero de 2024). *Tipos de contrato de trabajo, características y beneficios* . <https://factorialhr.es/blog/tipos-contrato-trabajo-laboral-pyme/>
- Frías, M. (2022). *¿Qué tipos de contratos laborales existen en el Perú y por qué razones terminan?* . <https://blogs.usil.edu.pe/facultad-ciencias-empresariales/ciencias-empresariales/formas-de-contratacion-de-personal-de-una-empresa>
- Fundación Horreum. (27 de octubre de 2020). *El estrés docente: un tema de actualidad*. <https://www.fundacionhorreum.org/gestion-del-estres-docente-un-tema-de-actualidad/>
- Gamarra, E., y Rodríguez, C. (2013). *Factores demograficos y estilos de vida de los comerciantes del sector el triangulo de ciudad de dios. (Tesis de grado)*.
- Gárate, M., y Uyaguari, P. (2023). *Variables sociodemográficas y Síndrome de Burnout en educadores de niños/niñas con y sin necesidades educativas especiales en instituciones de Cuenca. (tesis de grado)*. Universidad de Cuenca.
- Guerra, R. (2020). *Estudio de las variables sociodemográficas y el Burnout en una muestra de docentes de Galicia. (Tesis de grado)*. Universitat Oberta de Catalunya.
- Gutiérrez, P., Morán, S., y Sanz, I.(2005). Estrés docente: elaboración de la escala ED-6 para su evaluación. *Relieve*, 47 - 61.
- Hobfoll, S. (1989). Conservación de recursos: un nuevo intento en la conceptualización del estrés. *Psicólogo americano*, 44, 513–524.
- Hobfoll, S. (2001). La influencia de la cultura, la comunidad y el yo anidado en el proceso de estrés: Avanzando Teoría de la conservación de los recursos. *Psicología Aplicada: Una revisión internacional*, 50(3), 337–421.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1111/1464-0597.00062>

- Hobfoll, S. (2002). Recursos sociales y psicológicos y adaptación. *Revista General de Psicología*, 6(4), 307– 324.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1037/1089-2680.6.4.307>
- INEI. (2017). estado civil. En P. d. peruano, *ESTADO CIVIL O CONYUGAL DEL JEFE (A) DE HOGAR Y CICLO DE VIDA DEL HOGAR- CAPÍTULO III* (pp. 65-76).
- Instituto Nacional de Estadística. (2017). *Madrid*.
https://doi.org/http://www.ine.es/prodyser/espa_cifras/2017/files/assets/common/downloads/publication.pdf.
- Karasek, R. (1979). Demandas laborales, libertad de decisión laboral. y tensión mental: implicaciones para el rediseño del trabajo. *Ciencia Administrativa Trimestral*, 24(2), 285–308.
- Karasek, R., y Theorell, T. (1990). *Trabajo Saludable: Estrés, Productividad y reconstrucción de la vida laboral*. Libros Básicos.
- Kristof-Brown, A. L. (2005). Consecuencias del encaje de las personas en el trabajo: A metaanálisis de persona-trabajo, persona-organización, Ajuste persona-grupo y persona-supervisor. . *Personal psicología*, 58(2), 281-342.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.2005.00672.x>
- Lazarus, R., y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Martínez Roca.
- León, L. (2015). *Análisis Económico de la Población Demográfica. Ciencias Económicas con mención en Gestión Empresarial*. Universidad Nacional “Pedro Ruiz Gallo”.
<https://doi.org/https://web.ua.es/es/giecryal/documentos/demografia-peru.pdf>.
- Manatal. (2024). *Situación laboral*.
<https://www.manatal.com/es/glossary/employment-status>
- Márquez, E. (15 de agosto de 2021).
<https://www.mitrabajo.news/reclutadores/Que-es-la-situacion-laboral-que-tipos-hay-y-ejemplos-de-ella-20210815-0007.html>

- Martínez, V. (08 de mayo de 2019). *El estrés docente, ¿qué es y cómo afrontarlo?* https://www.appf.edu.es/estres-docente-que-es-como-afrontarlo/#%C2%BFQue_es_exactamente_el_estres_docente
- Merecz, D., y Andysz, A. (2012). Relación entre persona-Ajuste organizacional y salud objetiva y subjetiva.(adaptación y salud persona-organización). *Revista de Internacional de Medicina Ocupacional y Ambiental Salud*, 25(2), 166-177. <https://doi.org/https://doi.org/10.2478/S13382012-0020-z>
- Narvaez, M. (2024). *Gestión del tiempo en el trabajo: Qué es y cómo lograrla.* <https://www.questionpro.com/blog/es/gestion-del-tiempo-en-el-trabajo/>
- OMS. (21 de febrero de 2023). *Estrés.* https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress?gad_source=1&gclid=Cj0KCQjwIN6wBhCcARIsAKZvD5hbe7NAR22wK2PquviqOHWSstup2G48ftlWRMipBzkyKg67SUB-5g4aAr9zEALw_wcB
- ONU. (5 de octubre de 2023). *La docencia no es atractiva: Faltan maestros y sobra estrés.* <https://news.un.org/es/story/2023/10/1524617>
- Ortega, C. (2024). *Datos demográficos: Qué son, cómo obtenerlos y ejemplos.* <https://www.questionpro.com/blog/es/datos-demograficos/>
- Ortíz, C. (2021). *Estrés laboral en docentes de una institución especializada en la enseñanza del idioma inglés, en lima metropolitana, durante el aislamiento social. (tesis de grado).* Universidad Privada del Norte.
- Paredes, K. (2020). *Dimensiones de personalidad y estrés laboral en docentes de una corporación educativa de Lima Sur. (tesis de grado).* Universidad Autónoma del Perú.
- Pérez, A. (5 de febrero de 2024). *¿Qué es el sexo?* <https://www.clinicasabortos.mx/sexo>

- Peter, R., y Siegrist, J. (1999). Estrés psicosocial crónico En el trabajo y las enfermedades cardiovasculares: el papel del esfuerzo, desequilibrio de recompensa. *Revista Internacional de Derecho y Psiquiatría*, 22(5), 441-449.
- Psicólogos en línea. (25 de febrero de 2023). *¿Cuántos tipos de estrés existen? ¡Conoce estos tres y más!*
https://www.terapify.com/blog/conoce-los-3-principales-tipos-de-estres-que-existen/#%C2%BFCuales_son_los_tipos_de_estres
- RAE. (2014). *Sexo*. <https://dle.rae.es/sexo>
- RAE. (2023). *estado civil*. <https://dpej.rae.es/lema/estado-civil>
- Romo, J., y Tarango, J. (2015). Factores sociodemográficos, educativos y tecnológicos en estadios iniciales de cibercultura en comunidades universitarias. *Revista Apertura.*, 7(2).
<https://doi.org/http://www.udgvirtual.udg.mx/apertura/index.php/apertura/article/view/626>
- Samanamud, O. (2016). *Propiedades Psicométricas de la Escala de Estrés Docente (ED-6) en Instituciones Educativas Estatales de Secundaria del Distrito de Trujillo. (Tesis Doctor)*. Universidad César Vallejo.
https://doi.org/https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/21053/Samanamud_ROE.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Sánchez, A. (2023). *¡Docentes al límite! Descubre cómo sobrevivir al Estrés docente antes de que sea demasiado tarde*.
<https://www.educapeques.com/escuela-de-padres/estres-docente.html>
- Sánchez, H. y Reyes, C. (2015). *Metodología y diseño de investigación científica*. Lima, Perú: Bussines Suport.
- Siegrist, J. (2002). Desequilibrio esfuerzo-recompensa en el trabajo y Salud. En P. Perrewe y D. Ganster (Eds.), *Investigación en Estrés y Bienestar Laboral*, 261-291.
- Solano, S. (2022). *Estrés laboral en profesionales del área de Educación del Circuito 01 de la Dirección Regional de Educación de*

- Occidente: Evaluación y Guía Recomendativa (tesis de grado).*
UNiversidad Costa Rica.
- Team System. (2024). *Estado civil*.
<https://www.sdelsol.com/glosario/estado-civil/>
- United Nations Global Compact. (2024). *tiempo de trabajo*. <https://bhr-navigator.unglobalcompact.org/issues/tiempo-de-trabajo/?lang=es>
- Valero, L. (2015). *Fundamentos de demografía. epidemiología general y demografía sanitaria*, <https://doi.org/http://ocw.usal.es/ciencias-biosanitarias/epidemiologia->
- Vargas, D. (2021). *Estrés según variables demográficas en docentes de instituciones educativas públicas de Pangoa durante la pandemia covid-19. (tesis de grado)*. San Ignacio de Loyola.
- Vargas, E. (2017). *Factores Sociodemográficos y nivel de satisfacción en gestantes del CMI Santa Anita. (tesis de maestro)*. Universidad César Vallejo.
- Vásquez, S. (2022). *Estrés laboral y bienestar psicológico en docentes de educación básica regular en contexto de confinamiento de Bambamarca (tesis de pregrado)*. Universidad Autónoma del Perú.
- Velásquez, A. (03 de marzo de 2023). *Salud mental: El 55.8% de docentes padeció problemas de estrés en el segundo año de la pandemia*. <https://pulso.pucp.edu.pe/noticias/salud-mental-el-55-8-de-docentes-padecio-problemas-de-estres-en-el-segundo-ano-de-la-pandemia>
- Vercambre, M. (19 de octubre de 2023). *¿Se sienten igual de satisfechos en su trabajo los docentes de España que los de Francia o Reino Unido?* . <https://theconversation.com/se-sienten-igual-de-satisfechos-en-su-trabajo-los-docentes-de-espana-que-los-de-francia-o-reino-unido-215386>
- Vidal, S. (diciembre de 2016). *Aspectos éticos de la investigación en seres humanos*. http://redceih.bvs.hn/wp-content/uploads/2016/12/Aspectos_eticos_de_la_investigacion_en_serres_humanos.pdf

A N E X O S

Anexo I: Matriz de Consistencia

“Estudio comparativo factores sociodemográficos y el estrés docente en dos instituciones educativas de la ciudad de Iquitos, 2024”

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variable e Indicadores	Metodología	Técnicas e Instrumentos	Fuentes de Información
<u>Problema general</u> ¿Cuál es el nivel del estrés docente de los educadores en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024?	<u>Objetivo general</u> Comparar los niveles del estrés docente en los educadores en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024.	<u>Hipótesis general</u> Existe diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente en los educadores en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024	Factores socio Demográficos (X) Edad Género Estado civil Nivel de instrucción Situación laboral Tiempo en el trabajo Estrés docente (Y) Ansiedad Depresión Creencias desadaptativas Presiones Desmotivación Mal afrontamiento	<u>Tipo</u> Cuantitativo, descriptivo comparativo, observacional, prospectivo y analítico <u>Diseño</u> No experimental transversal <u>Población</u> Población estará conformada por 280 docentes, siendo 150 docentes de la Institución Mariscal Óscar R. Benavides y 130 profesores del Colegio Nacional de Iquitos <u>Muestra</u> La muestra estará compuesta por 162 docentes, siendo 87 de la I.E. Mariscal Oscar R. Benavides y 75 del Colegio Nacional de Iquitos, <u>Criterios de inclusión</u> Nacionalidad peruana Ambos sexos Docentes que enseñen	<u>Técnica</u> Encuesta <u>Instrumentos</u> Cuestionario factores sociodemográficos escala ED-6, del estrés docente	Aliaga, M. (2022). El estrés en docentes del nivel secundario de una institución educativa pública del distrito de Belén de la ciudad de Iquitos. (tesis de grado). Universidad Científica del Perú. Alvarado, F. (2013). Factores sociodemográficos maternos que influyen en la práctica de estimulación temprana y desarrollo psicomotor en niños lactantes centro de salud José Mariátegui. (tesis de grado). Universidad Ricardo Palma. https://doi.org/http://cybertesis.urp.edu.pe/bitstream/urp/308/1/Alvarado_fd.pdf Arias, F. (2012). El Proyecto de Investigación: Introducción a la metodología científica (6ta ed.). Caracas, Venezuela: Episteme. Bayl, P., y Griffin, B. (2015). Medición de estilos de trabajo:
<u>Problemas específicos</u> 1. ¿Cuáles son las características socio demográficas (edad, género, estado civil, nivel de instrucción, situación laboral y tiempo en el trabajo), en los docentes en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024? 2. ¿Cuál es la diferencia del nivel estrés docente según sus características sociodemográficas en los docentes en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024?	<u>Objetivos específicos</u> 1. Identificar las características socio demográficas (edad, género, estado civil, nivel de instrucción, situación laboral y tiempo en el trabajo), en los docentes en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024 2. Comparar los niveles del estrés docente según sus características sociodemográficas en los docentes en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024.	<u>Hipótesis específicas</u> Existe diferencias significativas al comparar los niveles de estrés docente según sus características sociodemográficas en los educadores en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024. Existe diferencias significativas al comparar los niveles de las dimensiones ansiedad, depresión, creencias desadaptativas, presiones, desmotivación, mal afrontamiento del estrés docente de los				

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variable e Indicadores	Metodología	Técnicas e Instrumentos	Fuentes de Información
3. ¿Cuáles es la diferencia de los niveles de las dimensiones ansiedad, depresión, creencias desadaptativas, presiones, desmotivación, mal afrontamiento del estrés docente de los educadores en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024?	3. Comparar los niveles de las dimensiones ansiedad, depresión, creencias desadaptativas, presiones, desmotivación, mal afrontamiento del estrés docente de los educadores en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024.	educadores en I.E. Mariscal Oscar R. Benavides, y el Colegio Nacional de Iquitos 2024.		en la I.E. MORB y CNI, 2024 Edades comprendidas entre 24 a 65 años Docentes que trabajen en los turnos de mañana y tarde. Profesores de nivel primario o secundario Contratados o nombrados Que tengan tiempo de servicio ≥ 1 año Titulados, con grado de maestro o Doctor. Docentes que aceptaron participar en la investigación <u>Criterios de exclusión</u> Docentes que trabajen en otras instituciones educativas Docentes que faltaron a la cita para el llenado del cuestionario No quisieron participar en el estudio.		Hacia una comprensión de los componentes dinámicos de la teoría del ajuste laboral. Revista del Comportamiento Vocacional, 90, 132-144. Bizneo. (15 de setiembre de 2023). El control de tiempo en una empresa ¿Cómo optimizarlo? https://www.bizneo.com/blog/control-de-tiempo-empresa/

Anexo II: Carta de presentación



FACULTAD DE
CIENCIAS DE LA
SALUD

San Juan Bautista, 12 de setiembre de 2024.

OFICIO N° 2110-2024-UCP-FCS

SEÑOR:
LIC. WAGNER ANTONIO GRATELLE SILVA
DIRECTOR DEL COLEGIO NACIONAL DE IQUITOS (CNI)
Presente.-

**ASUNTO: SOLICITO FACILIDADES PARA EL INGRESO A SUS
INSTALACIONES, PARA LA RECOLECCIÓN DE
INFORMACIÓN.**

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted para expresarle un cordial saludo y asimismo solicitarle autorización para ingresar a las instalaciones del Colegio Nacional de Iquitos, la cual se encuentra a su cargo, a la Srta. **LAURA VALERIE BOCANEGRA TORRES**, de la UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL PERÚ, quien se encuentra realizando su anteproyecto de tesis, titulado **ESTUDIO COMPARATIVO FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y EL ESTRÉS DOCENTE EN DOS INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE LA CIUDAD DE IQUITOS, 2024**. Actualmente se encuentra en la etapa de aplicación de los instrumentos de recojo de información para el trabajo de campo, motivo por el cual solicito dicho permiso, con el fin de conseguir los datos requeridos.

Sin otro particular, me suscribo de usted.

Atentamente,


Universidad Científica del Perú
Facultad de Ciencias de la Salud
Mgr. Herminio Sosa De los Rios Sosa
DECANO (c)



FACULTAD DE
CIENCIAS DE LA
SALUD

San Juan Bautista, 12 de setiembre de 2024.

OFICIO N° 2111-2024-UCP-FCS

SEÑOR:
LIC. WAGNER GAVIRIA GARCIA
DIRECTOR DEL COLEGIO MARISCAL OSCAR R. BENAVIDES (MORB)
Presente.-

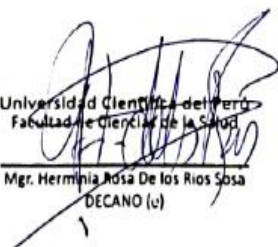
ASUNTO: SOLICITO FACILIDADES PARA EL INGRESO A SUS
INSTALACIONES, PARA LA RECOLECCIÓN DE
INFORMACIÓN.

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted para expresarle un cordial saludo y asimismo solicitarle autorización para ingresar a las instalaciones del Colegio Mariscal Oscar R. Benavides, la cual se encuentra a su cargo, a la Srta. **LAURA VALERIE BOCANEGRA TORRES**, de la UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL PERÚ, quien se encuentra realizando su anteproyecto de tesis, titulado **ESTUDIO COMPARATIVO FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y EL ESTRÉS DOCENTE EN DOS INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE LA CIUDAD DE IQUITOS, 2024**. Actualmente se encuentra en la etapa de aplicación de los instrumentos de recojo de información para el trabajo de campo, motivo por el cual solicito dicho permiso, con el fin de conseguir los datos requeridos.

Sin otro particular, me suscribo de usted.

Atentamente,


Universidad Científica del Perú
Facultad de Ciencias de la Salud
Mgr. Herminia Rosa De los Rios Sosa
DECANO (u)

Anexo III: Carta de autorización



COLEGIO NACIONAL "IQUITOS"

Alma Mater del Oriente Peruano

"AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA, Y
DE LA CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNÍN Y AYACUCHO"

San Juan, setiembre 23 del 2024.

CARTA N° 017 – 2024 – D – "CNI".

Señora:

Mgr. HERMINIA ROSA DE LOS RÍOS SOSA.

Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Científica del Perú.

Ciudad.

Asunto: Comunico aceptación de ingreso a nuestra
Institución Educativa.

Ref.: Oficio N° 2110-2024-UCP-FCS.

Tengo el honor de dirigirme al Despacho de su digno cargo para saludarle muy cordialmente y al mismo tiempo manifestarle que, en relación al documento de la referencia, aceptamos que la Bachiller **LAURA VALERIE BOCANEGRA TORRES** del Programa Académico de Psicología, ingrese a nuestra Institución Educativa y realice la aplicación de los instrumentos de investigación, de su tesis titulada *"Estudio Comparativo de los Factores sociodemográficos y el estrés en docentes de dos instituciones educativas de la ciudad de Iquitos, 2024"*, debiendo realizar las coordinaciones pertinentes con las Subdirecciones de Formación General.

Sin otro particular, me despido de usted con muestras de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente,




WAGNER A. GRATELLO SILVA
Director



C.C.
Archivo.
WAGS/dd.

AV. ABELARDO QUIÑONES KM. 1.5 IQUITOS - PERU



INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA INICIAL, PRIMARIA Y SECUNDARIA
"Mariscal Oscar R. Benavides"
Resolución de Creación R.M. N° 119
Dirección: Av. Mariscal Cáceres N° 1459 Teléfono: 065-231381
Correo Electrónico: semorb.iquitos2023@gmail.com Facebook: IE Morb Iquitos



"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

Iquitos, 24 de setiembre del 2024.

CARTA N° 092-2024-D-IEPIPS "MORB".

Señora:

Mgr. Herminia Rosa De Los Ríos Sosa
Decano (e).

Presente.

Ref. : Exp. N° 3194 del 24/09/2024

De mi mayor consideración.

Me dirijo a usted para saludarle cordialmente y en mérito al expediente de la referencia, manifestarle que aceptamos que la Bachiller del Programa Académico de Psicología **Laura Valerie Bocanegra Torres**, realice la aplicación de los instrumentos de investigación de su Tesis titulado **ESTUDIO COMPARATIVO FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS Y EL ESTRÉS DOCENTE EN DOS INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE LA CIUDAD DE IQUITOS, 2024**, en nuestra Institución Educativa, debiendo realizar las coordinaciones pertinentes con las Sub Direcciones de Formación General y Sub Dirección del Nivel Primaria.

Sin otro particular, me suscribo de usted.

Atentamente,



Lic. Wagner García García Dy.
Director IEE y C "MORB"

C.c.: Archivo.

DIEIPS/WGG
sec./mgat.

Iquitos - Perú

Anexo IV: Consentimiento informado

Iquitos marzo 2024

Consentimiento del padre/madre o tutor para su participación de su hijo(a)

El propósito de esta ficha de consentimiento informado es promover en los participantes en esta investigación con una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participante.

La presente investigación es conducida por el Bachiller en Psicología: LAURA VALERIE BOCANEGRA TORRES, DNI 71128446 de la Universidad Científica Del Perú. El objetivo de esta investigación es comparar los factores sociodemográficos y los niveles de estrés docente en dos instituciones educativas de la ciudad de Iquitos, 2024”

Este documento en el que queda sentado su firma es muestra de aceptación para que su hijo(a) participen voluntariamente en el proyecto de investigación.

Nombre del Padre/Madre/Tutor participante:

Firma: _____

DNI:

Relación con el menor participante:

Nombre completo del menor participante:

Anexo V: Compromiso de Honor

Iquitos marzo 2024.

A través del presente escrito el suscrito Bach. Psic. LAURA VALERIE BOCANEGRA TORRES, DNI 71128446, egresada de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Científica del Perú, me comprometo a cumplir con las siguientes disposiciones académicas, conductuales y administrativas en el Colegio Nacional de Iquitos y I.E. Mariscal Oscar R. Benavides:

- ✓ Me comprometo a no interferir con las labores del personal.
- ✓ Respetar y asistir con puntualidad a las sesiones programadas para realizar las entrevistas a los alumnos.
- ✓ Me comprometo a no cometer ningún tipo de plagio o cualquier otro acto de actitud deshonestas que atente contra el normal desarrollo de la investigación.
- ✓ No involucrarme en actos que, por su trascendencia social, comprometan negativamente al prestigio de la Institución en perjuicio para la imagen y/o fines de esta.
- ✓ No manifestar conductas que constituyan falta de honestidad, o estén reñidas con la moral y las buenas costumbres.

Siempre dirigirme con el respeto y consideración debida, a cualquier personal del Colegio Nacional de Iquitos y I.E. Mariscal Oscar R. Benavides.

Atentamente

Br. Laura Bocanegra Torres

DNI 71128446

Anexo VI: Declaración de autenticidad

Iquitos, de marzo de 2024

Por el presente documento, el bachiller en Psicología, Laura Valerie Bocanegra Torres, DNI 71128446, en calidad de autor de la tesis titulada: “ESTUDIO COMPARATIVO FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y EL ESTRÉS DOCENTE EN DOS INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE LA CIUDAD DE IQUITOS, 2024” para optar el título profesional de Licenciado en Psicología que otorga la Universidad Científica del Perú, DECLARO EN HONOR A LA VERDAD:

1. Que, el presente trabajo de tesis es de nuestra exclusiva autoría y en el mismo no existe plagio de ninguna naturaleza, en especial copia de otro trabajo de tesis o similar presentado por cualquier persona ante otra Universidad.
2. Dejo expresa constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo, por lo que no he asumido como propia las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos o del internet.
3. Asimismo, afirmo que he leído el documento de tesis en su totalidad y soy plenamente consciente de todo su contenido.
4. Asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento y soy consciente que este compromiso de fidelidad de la tesis tiene connotaciones éticas, pero también de carácter legal.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a lo dispuesto en las normas académicas de la Facultad y de la Universidad Científica del Perú, así como las acciones legales correspondientes.

Br. Laura Bocanegra Torres
DNI 71128446

Anexo VII: Instrumentos de recolección de datos

Cuestionario sociodemográfico

Factores sociodemográficos y económicos

I. Aspectos socio demográficos

1.1. Edad: _____ años

1.2. Sexo: Masculino () Femenino ()

1.3. Estado civil

Casado () Soltero () viudo () divorciado () conviviente ()

1.4. Nivel de instrucción

Título () Maestría () Doctorado ()

II. Aspectos económicos

2.1. Situación laboral

Nombrado () Contratado ()

2.2. Tiempo en el trabajo: _____ años

Ficha técnica	
Nombre	Escala de Estrés Docente ED-6
Autor	Gutiérrez, P., Morán, S., y Sanz, I.
Lugar	España
Adaptación	Samanamud, O. (2016) - Perú
Objetivo	Medir los niveles de estrés o malestar docente.
Descripción	El instrumento consta de 77 preguntas, las cuales representan a los factores ansiedad (1 – 19 ítems); Depresión (20 – 29 ítems); Creencias desadaptativas (30 – 41 ítems); Presiones (42 – 51); Desmotivación (52 – 65 ítems); Mal afrontamiento (66 – 77), las cuales tiene cinco tipos de respuestas: 1=totalmente de acuerdo, 2= de acuerdo, 3= indiferente, ni uno ni el otro, 4= en desacuerdo y 5= totalmente en desacuerdo
Duración	15 – 20 minutos
Aplicación	Docentes
Validez	El cuestionario se adaptó con la finalidad de medir el estrés e los docentes del nivel primario y secundario de 03 Instituciones escolares ubicadas en el Distrito de Chulucanas, inicialmente el instrumento tenía 100 preguntas, pero para efectos de la investigación quedo en evaluar 77 ítems. La validación de expertos dio en promedio el 0,88, teniendo una validez buena, Validez de constructo Ítem test corregido con correlaciones muy significativas ($p<.01$) en las respectivas subescalas y con el test global, oscilando los niveles de discriminación entre (.245 y .765). El análisis factorial confirmatorio establece buena coherencia con la estructura de seis factores, presentando bondad de ajuste buena (.840 a .880) en las escalas: ansiedad, depresión y mal afrontamiento y un ajuste no muy bueno en las escalas: creencias desadaptativas y desmotivación, diferencias altamente significativas ($p<.01$) entre los ítems y las respectivas escalas.
Confiabilidad	La consistencia interna es elevada (.937); una confiabilidad elevada (escala total) y entre respetable y elevado en las escalas. La estabilidad de la escala establece alta significancia ($p<.01$) del test total y escalas. Asimismo, se elaboraron los baremos percentiles generales para la subescala mal afrontamiento, y baremos específicos por edad (25 a 40 años y de 41 a 60) para el resto de las subescalas; con niveles y puntos de corte. El análisis descriptivo identifica niveles promedio de estrés en la población

Instrumento: Escala ED-6 Estrés docente

Instrucciones:

A continuación, va a encontrar una serie de afirmaciones acerca de las cuales

usted deberá mostrar su acuerdo en una escala de cinco números, tomando en

cuenta que:

El 1 significa totalmente de acuerdo (TA)

El 2 significa de acuerdo (DA)

El 3 significa indiferente, ni uno ni el otro (IN)

El 4 significa en desacuerdo (ED)

El 5 significa totalmente en desacuerdo (TD)

Recuerde que no existen contestaciones buenas o malas, por lo cual sea sincero.

La contestación es anónima y confidencial.

Muchas gracias por su colaboración.

Nº	Ítems	TA	DA	IN	ED	TD
	Factor: Ansiedad					
1	Me cuesta tranquilizarme tras los contratiempos laborales					
2	Recurso al consumo de sustancias (tila, fármacos, etc.) para aliviar mi malestar					
3	Al pensar en el trabajo me pongo intranquilo.					
4	Me paso el día pensando en cosas del trabajo					
5	Me acelero con cuestiones laborales que realmente no son tan urgentes.					
6	En muchos momentos de la jornada laboral me noto tenso.					
7	La tensión del trabajo está alterando mis hábitos de sueño					
8	Me perturba estar expuesto a cambios en el trabajo sobre los que no tengo ningún					

	control					
9	Me cuesta concentrarme cuando me pongo a trabajar					
10	La tensión laboral hace que visite el baño con más frecuencia de la normal					
11	Creo que los problemas laborales están afectando mi estado de salud físico					
12	Ante los problemas en el trabajo noto que se me altera la respiración.					
13	Hay tareas laborales que afronto con temor					
14	Debería de actuar con más calma en las tareas laborales					
15	En el centro se dan situaciones de tensión que hacen que me entren sudores fríos.					
16	Los problemas laborales me ponen agresivo.					
17	Pierdo fácilmente la paciencia con las cosas del trabajo.					
18	La tensión en el trabajo está alterando mis hábitos alimenticios					
19	En el centro se dan situaciones de tensión que hacen que se me acelere el pulso					
	Factor: Depresión	TA	DA	IN	ED	TD
20	A menudo siento ganas de llorar					
21	Me entristezco demasiado ante los problemas laborales					
22	Tiendo a ser pesimista ante los problemas del trabajo					
23	Me siento triste con más frecuencia de lo que era normal en mí.					
24	Me cuesta trabajo tirar por la vida					
25	Tengo la sensación de estar desmoronándome					
26	Siento que los problemas en el trabajo me debilitan					
27	Me falta energía para afrontar la labor del profesor					
28	A veces veo el futuro sin ilusión alguna					
29	A veces pienso que el mundo es una basura.					
	Factor: Creencias desadaptativas	TA	DA	IN	ED	TD

30	Creo que no hay buenos o malos profesores, sino buenos o malos alumnos					
31	Me pagan por enseñar no por formar personas					
32	Lo mejor de la enseñanza son las vacaciones					
33	El salario del profesor es muy poco motivador					
34	Socialmente se valora muy poco nuestro trabajo					
35	Creo que los problemas de la enseñanza no tienen arreglo					
36	Incluir alumnos con N.E.E. en el aula es un error que perjudica el rendimiento del resto.					
37	Ser profesor tiene más desventajas que ventajas					
38	La política educativa pide mucho a cambio de poco					
39	La mayoría de los padres no asumen su responsabilidad en materia escolar					
40	La evaluación que los alumnos puedan hacer del profesor la considero poco fiable.					
41	La mayoría de los padres exigen al profesor más de lo que éste puede dar.					
	Factor: Presiones	TA	DA	IN	ED	TD
42	Realizar Adaptaciones Curriculares me resulta difícil.					
43	A medida que avanza la jornada laboral siento más necesidad de que ésta acabe.					
44	En mis clases hay buen clima de trabajo.					
45	Los alumnos responden sin ningún problema a mis indicaciones					
46	Hay clases en las que casi empleo más tiempo en reñir que en explicar.					
47	Acabo las jornadas de trabajo extenuado					
48	Se me hace muy duro terminar el curso.					
49	A algunos alumnos lo único que les pido es que no me molesten mientras enseño a los demás.					
50	Me siento desbordado por el trabajo.					
51	A veces trato de eludir responsabilidades.					

	Factor: Desmotivación	TA	DA	IN	DE	TD
52	Creo la mayoría de mis alumnos me consideran un profesor excelente					
53	Me siento quemado por este trabajo					
54	Mi trabajo contribuye a la mejora de la sociedad					
55	Estoy lejos de la autorrealización laboral					
56	He perdido la motivación por la enseñanza.					
57	En igualdad de condiciones económicas cambiaría de trabajo					
58	Conservo en muchos aspectos la ilusión del principiante					
59	Pocas cosas me hacen disfrutar en este trabajo					
60	Ante muchas de mis tareas laborales me inunda la desgana.					
61	Los padres me valoran positivamente como profesor					
62	Estoy bastante distanciado del ideal de profesor con el que comencé a ejercer					
63	El trabajo me resulta monótono					
64	Los malos momentos personales de los alumnos me afectan personalmente					
65	Considero el reciclaje profesional un aspecto imprescindible en este trabajo					
	Factor: Mal afrontamiento					
66	Me animo fácilmente cuando estoy triste					
67	El aula (o las aulas) en la que trabajo me resulta acogedora					
68	Siempre me he adaptado bien a los cambios que me han surgido en el trabajo					
69	Mis relaciones con los “superiores” son difíciles					
70	La organización del centro me parece buena.					
71	Mis compañeros cuentan conmigo para lo que sea.					
72	Resuelvo con facilidad los problemas del trabajo.					
73	Mis relaciones sociales fuera del centro (familia, pareja, amigos, etc.) son muy buenas.					

74	Dispongo de los medios necesarios para ejercer mi labor como yo quisiera					
75	El trabajo afecta negativamente otras facetas de mi vida.					
76	Afronto con eficacia los problemas que a veces surgen con los compañeros					
77	Busco ayuda o apoyo cuando tengo problemas laborales.					