



Estrés laboral y desempeño docente en los institutos de educación superior

Work stress and teaching performance in higher education institutes

Cristian Jara Ruiz¹

c_jara@tecnologicoargos.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-1195-9618>

Cindy Navarrete Angulo²

cnavarrete@tecnologicoargos.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-5966-0500>

Mariet Zapata Jiménez³

mzapata@tecnologicoargos.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-3412-4330>

Recibido: 28/11/2022; Aceptado: 14/3/2023

Resumen

Actualmente es común escuchar a personas de nuestro entorno laboral sobre sus manifestaciones de estrés en sus ocupaciones diarias, debido a la exigencia de actividades, afectando a nivel personal, social y laboral. La presente investigación realiza una exploración de la presencia de estrés y su influencia en el desempeño laboral docente. El estudio considera un enfoque cuantitativo, correlacional de alcance transversal, que analiza la presencia de estrés y su repercusión en el desempeño docente en una Institución de Educación Superior, se empleó una muestra de 35 docentes, se aplicó el cuestionario (MBI) para determinar los niveles de estrés, incluyendo variables sociodemográficas, por su parte el desempeño laboral, se valoró recogiendo los resultados del proceso integral de evaluación docente correspondientes al período académico 2022. Los resultados muestran que no existen indicios de Burnout, sin embargo, el 67% de los docentes se encuentran en riesgo de padecer estrés, en cuanto al desempeño laboral los valores superan el 87%; la relación estadística muestra que el estrés no influye significativamente en el desempeño laboral docente, ni las variables

¹ Master Universitario en Sistemas Integrados de Gestión de la Prevención de Riesgos Laborales, la Calidad, el Medio Ambiente y la Responsabilidad Social Corporativa, Instituto Superior Tecnológico Argos, Ecuador

² Máster en Dirección de Operaciones y Calidad, Instituto Superior Tecnológico Argos, Ecuador

³ Lcda. en Publicidad y Mercadotecnia, Instituto Superior Tecnológico Argos, Ecuador

sociodemográficas. Se concluye que los niveles de estrés presente no repercuten en sus funciones académicas, sin embargo, no es un factor apartado del entorno laboral.

Palabras clave: estrés, desempeño laboral, docente, evaluación integral, educación superior

Abstract

Currently it is common to hear people from our work environment about their manifestations of stress in their daily occupations, due to the demand for activities, progress on a personal, social and work level. This research explores the presence of stress and its influence on teacher work performance. The study considered a quantitative, correlational, cross-sectional approach, which analyzes the presence of stress and its impact on teaching performance in a Higher Education Institution, a sample of 35 teachers was used, the questionnaire (MBI) was applied to determine the Stress levels, including sociodemographic variables, for its part, work performance, was assessed by collecting the results of the comprehensive teacher evaluation process corresponding to the 2022 academic period. The results show that there are no signs of Burnout, however, 67% of the teachers are at risk of suffering stress, in terms of work performance the values exceed 87%; The statistical relationship shows that stress does not significantly influence teacher job performance, nor sociodemographic variables. It is concluded that the stress levels present do not affect their academic functions, however, it is not a factor apart from the work environment.

Keywords: stress, job performance, teacher, comprehensive assessment, higher education

Introducción

En las últimas décadas el crecimiento, avance y progreso de las sociedades en los ejes económico, político, tecnológico, social y cultural han ido acompañados de presiones en los procesos de trabajo, modificando las relaciones, condiciones, e integrando nuevas formas de organización del trabajo (OIT, 2016).

Los trabajadores alrededor del mundo se encuentran sometidos a las demandas de la globalización, tecnología, internet, digitalización imponiendo cambios en los ritmos de trabajo lo que resulta cada vez más compleja la conciliación entre sus labores y la vida personal y familiar (Forastieri, 2016).

Para lo cual es necesario reconocer al estrés, según, Ortega Villalobos (1999), indica que, Hans Selye (1956) definió el estrés ante la Organización Mundial de la Salud como "la respuesta no específica del organismo a cualquier demanda del exterior" y "el estado que se produce por un síndrome específico que consiste en todos los cambios no específicos que se inducen dentro de un sistema fisiológico" (Sánchez, 2010). Por su parte, la Organización Mundial de la Salud define al estrés como el conjunto de "reacciones psicológicas, cognitivas y conductuales que se dan cuando los trabajadores se enfrentan a exigencias ocupacionales que no se corresponden con su nivel de conocimiento, destreza o habilidades" (Aguado, Bátiz, & Quintana, 2013).

El estrés es el primer signo de respuesta a un daño físico y emocional derivado de la presencia de factores de riesgo psicosocial, la OIT 1984 los define como "las interacciones entre el medio ambiente de trabajo, el contenido del trabajo, las condiciones de organización y las capacidades, necesidades, cultura del trabajador y consideraciones personales externas al trabajo que puedan tener influencia en la salud, rendimiento y satisfacción laboral" (OIT, 2016).

Los factores desencadenantes de estrés consideran diversas características organizacionales de los puestos de trabajo y de las interacciones con los deberes y obligaciones de las personas y los roles desempeñados dentro de un sistema laboral (Olmedo, 2010).

Los primeros orígenes de desgaste profesional o síndrome Burnout surgieron con Maslach (1977) ante una convención de la Asociación Americana de Psicólogos, atribuyéndose a diversos sectores de la sociedad y personas que se encuentran en contacto directo, especialmente en el sector sanitario y docente, y aparece como resultado a la presencia de estrés crónico en el entorno laboral (Martínez, 2010). Para Maslach y Pines (1977) el síndrome de Burnout es "un estado de agotamiento físico y emocional que implica una pérdida de interés en el trabajo, actitudes negativas hacia sus compañeros y clientes y baja autoestima" (Rodríguez, Guevara, & Viramontes, 2017). De acuerdo con Freudenberger (1974) una de las fases avanzadas de estrés laboral es el síndrome de Burnout, síndrome del profesional quemado o desgaste profesional (Ayuso, 2006).

Estrés laboral

El estrés laboral siempre ha estado presente en el trabajo, siendo el problema más frecuente que afecta a un colectivo de trabajadores de diferentes esferas sociales y profesionales provocando efectos sobre la salud física y mental y por ende en la realización del trabajo (INSST, 2022).

De acuerdo con Ortega Villalobos (1999) el estrés laboral es el conjunto de fenómenos que tienen lugar en el organismo del trabajador debido a la presencia de agentes estresantes y que está ligado directamente a la actividad laboral (Sánchez, 2010).

Stonner (1994) y Davis & Newstrom (1991) señalan que el estrés laboral es un estado de tensión que presenta el individuo como resultado de una exigencia laboral o situación que supera sus capacidades de respuesta y se muestran síntomas de agotamiento, desmotivación, irritabilidad, absentismo y en el peor de los casos terminan por renunciar (Atalaya, 2001).

Estrés docente

La profesión docente está sujeta ante una serie de cambios en la sociedad, problemas personales, familiares, conflictos y situaciones problemáticas que afectan a la salud y deterioran la calidad de vida (Manzano, 2020). De acuerdo con Gonzales (2018) "el estrés que puede padecer un docente está también relacionado con factores psicosociales, dentro del cual la infraestructura, el equipamiento, los espacios físicos, la tecnología inciden en la afectación de la salud" (Alvites-Huamani, 2019). Pérez (2018) señala que la docencia es una de

las profesiones más exigentes generadoras de estrés debido a que se encuentra frente a una diversidad de personas, culturas, ideologías que requiere de una adaptación constante ante estas situaciones (Alvites-Huamani, 2019).

Desempeño docente

De acuerdo con Chiavenato (2000) define el desempeño laboral como "el comportamiento del trabajador en la búsqueda de los objetivos fijados, y se constituye en la estrategia individual para alcanzarlos" (Boada, 2019). Por su parte Wayne (2010) afirma que el desempeño es una variable que considera diversos factores y acciones que determinan el éxito en un puesto de trabajo y la forma de valoración en las empresas es a través de una evaluación de desempeño por competencias (Boada, 2019).

Por su parte Martínez y Lavín (2017) aseguran que el desempeño docente contempla la ejecución de acciones y prácticas propias de la docencia, entre las que destacan actividades de enseñanza, pedagogía, disciplina del docente y compromiso que aportan al desarrollo educativo y organizacional, imprescindible para generar una educación de calidad (Reyna, Salazar, & Macias, 2022).

Para (Escribano, 2018) el desempeño docente es un componente fundamental en la sociedad para lograr una educación de calidad, por lo que se considera primordial en el accionar profesional con respecto a las necesidades del entorno.

La evaluación de desempeño laboral en las organizaciones actualmente consiste en la aplicación de sistemas de evaluación con el objeto de identificar fallas y limitaciones que impidan el alcance de logros institucionales (Pedraza, Amaya, & Conde, 2010).

De acuerdo con el estudio realizado por Robalino y Korner (2005) Ecuador y Perú con 48 y 37% respectivamente son los países en los que el sector docente tiene mayor incidencia y diagnóstico de estrés sobre Brasil, Chile y Argentina (García, 2020). Por su parte Lazo y Palma (2018) en su estudio realizado en Ecuador muestra la existencia de estrés docente en un 45,6% de los profesores examinados, mientras que el desarrollo de Burnout solamente alcanza un 13% (Aguilar & Mayorga, 2020).

Entre las consecuencias de estrés laboral están las alteraciones que experimenta el individuo y de no controlarse los efectos negativos pueden provocar problemas cardiovasculares, patologías gastrointestinales, crisis nerviosas y su incidencia no solo es reflejado en la persona sino también sobre la organización, pérdidas, ineficiencia y errores (Peiró, 2001).

Según (Gil-Monte, 2010) afirma "el estudio de estrés laboral y sus consecuencias sobre la calidad de vida laboral de los trabajadores y sobre la productividad de las organizaciones es en la actualidad un tema de interés central para las sociedades y para los gobiernos.

De acuerdo con Freire-Garabal (2011) el estrés como un asunto amenazador del mundo laboral con una prevalencia en todas las profesiones y uno de los más

frecuentes con el número de casos en aumento de personas que la padecen (García-Morán & Gil-Lacruz, 2016).

Por consiguiente, el estrés laboral, como uno de los problemas y desafíos de las actuales sociedades, su estudio permitirá reconocer la presencia de agentes o factores estresantes en el entorno laboral con el objeto de abordarlos y precisar acciones encaminadas a preservar y garantizar el bienestar integral del trabajador y de la organización (Aguado, Bátiz, & Quintana, 2013).

Hoy en día es común escuchar a personas de nuestro círculo social y laboral acerca de sus manifestaciones de estrés de acuerdo con sus ocupaciones, debido a la exigencia de sus actividades, afectando principalmente a la calidad de vida, en el ámbito personal, familiar, social y laboral, perjudicando la salud física y mental (Pérez, 2010).

El presente trabajo de investigación trata de realizar una exploración acerca de la presencia e influencia del estrés en el desempeño laboral de los docentes, la relación existente y cómo interviene en el ejercicio personal y profesional en una Institución de Educación Superior.

Metodología

Para el presente trabajo de estudio se considera un enfoque de tipo cuantitativo, correlacional de alcance transversal, con el objeto de determinar la presencia e influencia del estrés laboral en una plantilla de docentes a Tiempo Completo de una Institución de Educación Superior de la ciudad de Guayaquil-Ecuador. La población está constituida por los 35 docentes que conforman la institución. La técnica utilizada para la recolección de datos es la encuesta y el instrumento empleado para la identificación de los niveles de estrés laboral se realiza mediante la aplicación del cuestionario de Maslach Burnout Inventory (MBI) elaborado por Maslach y Jackson (1986) "el cual es el instrumento más utilizado para la evaluación de este síndrome. El MBI es un instrumento que ha demostrado poseer una alta consistencia y fiabilidad" (Zuniga-Jara & Pizarro-Leon, 2018). El mismo que contiene 22 ítems y una escala de 0 a 6 (0=nunca, 1=alguna vez al año o menos, 2=una vez al mes o menos, 3=algunas veces al mes, 4=una vez a la semana, 5=varias veces a la semana y 6=todos los días), el cuestionario analiza 3 dimensiones o subescalas tal como lo establece (Zuniga-Jara & Pizarro-Leon, 2018):

- Agotamiento emocional: valora el estado de estar exhausto emocionalmente debido a las demandas del trabajo
- Despersonalización: valora el grado en el que se reconoce frialdad y distanciamiento
- Realización personal: valora los sentimientos de autoeficiencia y realización personal en el trabajo

De acuerdo con Ortega & López (2004) "el agotamiento emocional es una pérdida de atractivo, tedio y agobio causado por las funciones y el trabajo, disminución de interés y satisfacción laboral" (Jiménez & Jara, 2012). Para Cordes & Dougherty (1993); Ortega & López (2004) la despersonalización asociada al "desarrollo de actitudes negativas y conductas y caracterizadas por falta de interés, pérdida de

empatía e insensibilidad hacia los receptores del servicio y compañeros de trabajo” (Jiménez & Jara, 2012). En cuanto a la realización personal Vinaccia & Alvaran (2004) afirma que, “se refiere a sentimientos de competencia y éxito en el trabajo, que conlleva a una evaluación positiva por parte del sujeto al sentirse contento consigo mismo y satisfecho con sus resultados laborales” (Jiménez & Jara, 2012).

En la Tabla 1 se muestran los rangos de referencia para la valoración de Burnout de acuerdo a cada subescala o dimensión considerada

Tabla 1: Valores de referencia para MBI de acuerdo con cada dimensión

Dimensión	Bajo	Medio	Alto
Agotamiento emocional	0-18	19-26	27-54
Despersonalización	0-5	6-9	10-30
Realización personal	0-7	8-14	15-48

Fuente: (Zuniga-Jara & Pizarro-Leon, 2018)

Los resultados del MBI se obtienen mediante la suma de valores de los 22 ítems, diferenciándose entre los niveles: bajo, medio y alto; además, se incluyó variables sociodemográficas tales como la edad, género y tiempo de servicio en docencia. Por otra parte, el desempeño se valoró recogiendo los resultados del proceso integral de evaluación docente correspondientes al periodo académico 2022 de la Institución de Educación Superior, integrado por la heteroevaluación que es la evaluación que realizan los estudiantes sobre las actividades que desempeñan los docentes, la coevaluación de pares realizada por los pares académicos afines a las áreas, la coevaluación de directivos que realizan los directivos de la Institución y la autoevaluación que realiza el profesor sobre su trabajo y desempeño por cada período académico.

Resultados y discusión

De acuerdo con los resultados obtenidos para las variables sociodemográficas analizadas se destaca que el 72,7% de los docentes son mujeres y el 27,3% son hombres, existiendo una prevalencia del género femenino. En cuanto, a la edad predomina el rango de 40 años en adelante con un 45,5%. Por otro lado, el tiempo de servicio el 81,8% de los docentes tiene alrededor de un año de estar vinculado a la Institución. En cuanto al análisis de estrés laboral en base al cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI) se muestra en la Tabla 2, el cuál determina la presencia o indicios de estrés o Burnout de acuerdo a las 3 dimensiones analizadas, el 46% de la población de estudio se encuentra en el rango bajo para la dimensión agotamiento emocional, mientras que el 23% tiene un nivel alto; respecto a la dimensión despersonalización el 72 % de los encuestados tiene un

nivel bajo de despersonalización, mientras que el 16% tiene un nivel alto y en cuanto a la realización personal el 19% se encuentra en el rango bajo, mientras que el 42 % en un nivel alto.

Tabla 2: Niveles de estrés presente en docentes

	Dimensión	Agotamiento emocional		Despersonalización		Realización personal	
		Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Nivel	Bajo	16,1	46	25,2	72	6,65	19
	Medio	10,85	31	4,2	12	13,65	39
	Alto	8,05	23	5,6	16	14,7	42
	Total	35		35		35	

Fuente: Elaboración propia

Las puntuaciones obtenidas de la aplicación del cuestionario (MBI) se reflejan en la Tabla 3, encontrándose para la dimensión agotamiento emocional un promedio de 12: los docentes tienen baja exhaustividad emocional respecto a las demandas del trabajo, la despersonalización con un promedio de 6: considerado como un nivel medio de despersonalización, es decir de frialdad y distanciamiento; finalmente la realización personal con un promedio de 41: el docente tiene un alta autoeficiencia y realización personal en el trabajo.

Tabla 3: Puntuaciones obtenidas de MBI de acuerdo con cada dimensión

Dimensión	Agotamiento emocional	Despersonalización	Realización personal
Bajo	12	-	-
Medio	-	6	-
Alto	-	-	41

Fuente: Elaboración propia

La Tabla 4 muestra los resultados del proceso de evaluación integral docente correspondiente al período académico 2022, el mismo que comprende 4 componentes: la heteroevaluación realizada por los estudiantes con un 87,39%, coevaluación de pares académicos 91,27%, coevaluación de directivos 89,43% y autoevaluación con 93,19%.

Tabla 4: Resultados del proceso de evaluación integral docente

Componente	Resultado %
Heteroevaluación	87,39
Coevaluación de pares	91,27

Coevaluación de directivos	89,43
Autoevaluación	93,19
Promedio	90,32

Fuente: Elaboración propia

Discusión

En la investigación realizada por (Cabezas & Beltran, 2018) se afirma que, la persona presenta estrés laboral o síndrome Burnout cuando tiene un nivel alto en la dimensión agotamiento emocional o despersonalización o en ambas y/o bajas en realización personal en el trabajo; por lo tanto, en base a los resultados obtenidos de la aplicación del cuestionario MBI se determina que no existe indicios de Burnout presente en los docentes de educación superior, no obstante, el 67% puede presentar algún riesgo de padecer estrés.

En cuanto al desempeño laboral los valores generales obtenidos muestran promedios por encima de 87,39 % para la heteroevaluación, coevaluación de pares 91,27%, coevaluación de directivos 89,43% y autoevaluación 93,19%, obteniendo un promedio general del proceso de evaluación integral docente del período académico 2022 de 90,32% equivalente a un desempeño de muy bueno en las actividades de docencia, investigación, vinculación y gestión académica. Por su parte, en el estudio realizado por (Rodríguez, Méndez, & González, 2014) reconoce que las correlaciones de estrés y burnout de acuerdo con el desempeño docente son débiles, lo que se puede confirmar con los resultados obtenidos para el desempeño docente de la presente investigación.

De acuerdo a Moriana y Herruzo (2004), Fernández (2002) y Barnett (2001) "el género no es un determinante significativo para considerar una propensión al estrés o Burnout en general" (Zavala, 2008). En cuanto a la edad Moriana y Herruzo (2004) afirma que no existen diferencias significativas, por lo tanto, se corrobora los resultados obtenidos en el presente estudio en el cuál las variables sociodemográficas edad y género no tienen una relación significativa en la tendencia a sufrir estrés laboral o Burnout, en cuanto al tiempo de servicio no se encontraron estudios que puedan confirmar una mayor o menor incidencia de estrés en el sector docente.

Conclusiones

El presente estudio permitió la investigación de la presencia de estrés en los profesionales de la docencia de una Institución de Educación Superior a través del cual se concluye que ninguna de las variables sociodemográficas tiene una influencia significativa que pueda predecir la existencia de estrés en los docentes. Dentro de las dimensiones estudiadas, el agotamiento emocional, despersonalización y realización personal no se encontró una alta presencia de Burnout que represente una repercusión para la salud y por ende en el desempeño docente, ya que este se encontró en un rango equivalente a muy bueno.

Además, se determina que los niveles de estrés presente no repercuten en el ejercicio de las funciones académicas de los docentes, sin embargo, existe un porcentaje considerable que en un futuro pueden verse alteradas sus condiciones y es imprescindible la intervención de las Instituciones de Educación Superior en promover el desarrollo de habilidades, competencias y formas de afrontamiento ante las diversas situaciones estresantes que les permitan mejorar los procesos académicos y educativos.

El estrés en los profesionales de la docencia surge como un campo de investigación esencial ya que no es un factor apartado de la realidad y al ser considerado en la actualidad una de las ocupaciones más estresantes que es caracterizado por la presencia de diversos factores y condiciones en el entorno laboral y académico de las Instituciones, es ahí la contribución de la presente investigación para la toma de acciones a corto plazo que puedan prevenir o minimizar el desgaste profesional.

En lo referente al tiempo de servicio en docencia se consideraría tema de abordaje de estudio posteriormente junto a demás variables sociodemográficas tales como el estado civil, número de hijos, sector de residencia, el estado emocional post pandemia Covid19, enfermedades preexistentes, que puedan ayudar a tener una visión más clara de aquellos factores que puedan tener una incidencia en la presencia de estrés laboral en los profesores de Educación Superior.

Referencias bibliográficas

- Aguado, J., Bátiz, A., & Quintana, S. (2013). El estrés en personal sanitario hospitalario; estado actual. 1-4. Obtenido de <https://scielo.isciii.es/pdf/mesetra/v59n231/revision1.pdf>
- Aguilar, A., & Mayorga, M. (2020). Relación entre Estrés Docente y Síndrome de Burnout en docentes de la zona 3 de Ecuador. *Episteme*, 7(2), 265-278. Obtenido de <http://45.238.216.13/ojs/index.php/EPISTEME/article/view/1599/1117>
- Alvites-Huamani, C. (2019). Estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, Norteamérica y Europa. *Propósitos y representaciones*, 7(3), 1-5. Obtenido de <http://www.scielo.org.pe/pdf/pyr/v7n3/a06v7n3.pdf>
- Atalaya, M. (2001). El estrés laboral y su influencia en el trabajo. *Industrial data*, 4(2), 25-36. Obtenido de <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/idata/article/view/6754/5992>
- Ayuso, J. (2006). Profesión docente y estrés laboral: una aproximación a los conceptos de estrés laboral y Burnout. *Revista Iberoamericana de educación*, 39(3). Obtenido de https://www.academia.edu/4267648/Profesion_docente_y_estres_laboral?from=cover_page
- Boada, N. (2019). Satisfacción laboral y su relación con el desempeño laboral en una Pyme de servicios de seguridad en el Perú. *Journal of Economics, Finance and International Business*, 3(1), 75-103. Obtenido de <https://revistas.usil.edu.pe/index.php/jefib/article/view/398/740>
- Cabezas, E., & Beltran, D. (2018). Niveles de Burnout en docentes de educación media y superior en la ciudad de Riobamba-Ecuador. *Sathiri, sembrador*, 13(2), 22-31. Obtenido de <https://revistasdigitales.upec.edu.ec/index.php/sathiri/article/view/752>
- Escribano, E. (2018). El desempeño del docente como factor asociado a la calidad educativa en América Latina. *Revista educación*, 42(2), 1-15. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/440/44055139021/44055139021.pdf>
- Forastieri, V. (2016). *Prevención de riesgos psicosociales y estrés laboral*. Ginebra: Oficina Internacional del Trabajo. Obtenido de

- https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_dialogue/---actrav/documents/publication/wcms_553931.pdf
- García, M. (2020). Estrés laboral en docentes de enseñanza secundaria de una institución pública de la ciudad de Manta. *San gregorio*(43), 140-154. Obtenido de <http://scielo.senescyt.gob.ec/pdf/rsan/n43/2528-7907-rsan-43-00140.pdf>
- García-Morán, M. d., & Gil-Lacruz, M. (2016). El estrés en el ámbito de los profesionales de la salud. *Revista de Psicología*(19), 11-30. Obtenido de <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4131.pdf>
- Gil-Monte, P. (2010). Situación actual y perspectiva de futuro en el estudio del estrés laboral: la Psicología de la Salud Ocupacional. *Información Psicológica*(100), 68-83. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3642757>
- INSST. (2022). *Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo*. (M. d. Social, Productor) Obtenido de <https://www.insst.es/estres-laboral>
- Jiménez, A., & Jara, M. J. (2012). Burnout, apoyo social y satisfacción laboral en docentes. *Psicología escolar e Educativa*, 1(16). Obtenido de <https://www.scielo.br/j/pee/a/5WW9BHj5Zc7RR9c5scP3pWN/abstract/?lang=es>
- Manzano, A. (2020). Síndrome de burnout en docentes de una Unidad Educativa, Ecuador. *Horizontes. Revista de investigación en ciencias de la educación*, 4(16), 499-511. Obtenido de <https://revistahorizontes.org/index.php/revistahorizontes/article/view/132/381>
- Martínez, A. (2010). El síndrome de Burnout. Evolución conceptual y estado actual de la cuestión. *Vivat Academia*(112), 42-80. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/5257/525752962004.pdf>
- OIT. (2016). *Estrés en el trabajo: un reto colectivo*. Ginebra: Organización Internacional del Trabajo. Obtenido de https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/publication/wcms_466549.pdf
- OIT. (2016). *Riesgos psicosociales, estrés y violencia en el mundo del trabajo* (Vol. 8). Ginebra: Oficina Internacional del Trabajo. Recuperado el 12 de 11 de 2022, de https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_dialogue/---actrav/documents/publication/wcms_553931.pdf
- Olmedo, M. (2010). Estrés laboral: breve revisión teórica y algunas pautas de intervención. 30-35. Obtenido de https://www.researchgate.net/profile/Antonio-Tabares/publication/274215325_Imago_mundi_la_contribucion_cultural_de_la_a_medicina_al_estres_urbano/links/5519060c0cf2f7d80a3e3843/Imago-mundi-la-contribucion-cultural-de-la-medicina-al-estres-urbano.pdf#page=30
- Pedraza, E., Amaya, G., & Conde, M. (2010). Desempeño laboral y estabilidad del personal administrativo contratado de la Facultad de Medicina de la Universidad del Zulia. *Revista de ciencias sociales*, 16(3), 1-12. Obtenido de http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1315-95182010000300010
- Peiró, M. J. (2001). El estrés laboral: una perspectiva individual y colectiva. *Investigación administrativa*(88). Obtenido de

- <https://www.ipn.mx/assets/files/investigacion-administrativa/docs/revistas/88/ART3.pdf>
- Pérez, S. (2010). ¿Qué hacer con el estrés? *Crítica*(968), 17-20. Recuperado el 2022, de https://www.researchgate.net/profile/Antonio-Tabares/publication/274215325_Imago_mundi_la_contribucion_cultural_de_la_a_medicina_al_estres_urbano/links/5519060c0cf2f7d80a3e3843/Imago-mundi-la-contribucion-cultural-de-la-medicina-al-estres-urbano.pdf#page=30
- Reyna, V., Salazar, G., & Macias, D. (2022). Impacto del estrés en las actividades laborales del docente universitario: caso IES de Manabí-Ecuador. *Journal Business Science*, 3(1), 42-52. Obtenido de https://revistas.ulead.edu.ec/index.php/business_science/article/view/206/277
- Rodríguez, J., Guevara, A., & Viramontes, E. (2017). Síndrome de Burnout en docentes. *Investigación educativa de la Rediech*, 8(14), 45-67. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/5216/521653267015/html/>
- Rodríguez, M., Méndez, L., & González, M. (2014). Evaluación del desempeño docente, estrés y Burnout en profesores universitarios. *Actualidades investigativas en educación*, 14(1), 1-22. Obtenido de <https://www.scielo.sa.cr/pdf/aie/v14n1/a05v14n1.pdf>
- Sánchez, J. (2010). Estrés laboral. *Hidrogénesis*, 8(2), 1-9. Obtenido de <https://www.binasss.sa.cr/opac-ms/media/digitales/Estr%C3%A9s%20laboral.pdf>
- Zavala, J. (2008). Estrés y burnout docente: conceptos, causas y efectos. *Educación*, 17(32), 67-86. Obtenido de <https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/educacion/article/view/1802/1743>
- Zuniga-Jara, S., & Pizarro-Leon, V. (2018). Mediciones de estrés laboral en docentes de un colegio público regional chileno. *Información tecnológica*, 29(1), 171-180. Obtenido de <https://www.scielo.cl/pdf/infotec/v29n1/0718-0764-infotec-29-01-00171.pdf>