

FACTORES DESENCADENANTES DE TRASTORNOS DE ESTRÉS Y ANSIEDAD EN  
DOCENTES. CALDAS, 2020.

ANA MARÍA PARRA CÁRDENAS  
YENNY ALEJANDRA AYALA FERNÁNDEZ  
BERKY YOLIVER MENDOZA RODRIGUEZ

Proyecto de investigación para optar al título de Especialistas en Gerencia de la seguridad y  
salud en el Trabajo.

UNIVERSIDAD DE MANIZALES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS  
PROGRAMA ESPECIALIZACIÓN GERENCIA DE LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL  
TRABAJO  
AÑO 2020

## **Tabla de Contenido.**

Planteamiento del problema.....	pág. 3
Justificación.....	pág. 6
Objetivos.....	pág. 8
Referente teórico.....	pág. 9
1. Marco de antecedentes.....	pág. 9
2. Marco teórico.....	pág. 13
3. Marco conceptual.....	pág. 18
4. Marco legal.....	pág. 20
Referente metodológico.....	pág. 25
Resultados.....	pág. 28
Discusión.....	pág. 34
Conclusiones.....	pág. 37
Recomendaciones.....	pág. 39
Referencias bibliográficas.....	pág. 41

## **FACTORES DESENCADENANTES DE TRASTORNOS DE ESTRÉS Y ANSIEDAD EN DOCENTES. CALDAS, 2020.**

### **Planteamiento del Problema**

En la actualidad los docentes se encuentran inmersos en diferentes circunstancias, donde se ven obligados a trabajar bajo presión por diversos factores que de una u otra manera afectan su salud física y/o mental, existiendo múltiples componentes que los inquietan, tales como la comunidad educativa, situación contractual, número de estudiantes, falta de presupuesto, entre otros, es así como en la Secretaría de Educación del departamento de Caldas ya se cuenta con estadística de docentes con patología de estrés y ansiedad laboral, por factores que quizá pueden estar asociados a los componentes anteriormente mencionados, esto haciendo referencia de manera respectiva; así las cosas existe un sin número de diversidad en comunidades educativas, iniciando por las comunidades que hacen parte de la zona rural, las cuales tienen costumbres arraigadas y muchas dificultades para tener acceso a una educación de calidad, puesto que se encuentran muchas limitantes como situación económica, distancias muy extensas entre la vivienda del estudiante y la institución educativa, presencia muy marcada de población flotante debido a la inestabilidad laboral que experimentan las familias del campo, por otro lado las comunidades que hacen parte de la zona urbana de alguna manera se encuentran permeadas por las problemáticas sociales actuales, tales como: consumo de sustancias psicoactivas (SPA), alcoholismo, bullying, cutting, entre otros.

Del mismo modo la situación contractual puede llegar a ser un componente generador de estrés y ansiedad laboral, es el caso de los docentes nombrados en temporalidad y provisionalidad ya que su condición contractual es inestable e incierta todo lo contrario a los docentes nombrados en propiedad, seguidamente el número de estudiantes puede ser un componente detonante en el deterioro de la salud mental y /o física de los docentes, en concordancia con el decreto 3020 de 2002 el cual regula la relación técnica alumno – docente, estableciendo 32 alumnos por docente para zona urbana y 22 alumnos por docente para zona rural, observando la realidad se encuentran aulas regulares y multigrados en las que se cuenta con más de cuarenta estudiantes y entre ellos estudiantes con necesidades educativas especiales. (Educación, 2002)

Una de las variables a investigar es el estrés, siendo un factor clínicamente significativo en cuanto a la somatización y forma de respuesta, presentándose desde su parte comportamental episodios de irritabilidad, labilidad emocional, bajo control de impulsos y pérdida de memoria, lo cual implica una afectación en sus relaciones interpersonales, teniendo como foco central la disminución en la calidad de la enseñanza.

En concordancia con lo anterior se encuentran similitudes entre estrés y ansiedad en dichos docentes, evidenciando el estrés como una angustia constante con consecuencias físicas, manifestándose como taquicardia, insomnio, trastornos digestivos o hipertensión, además se evidencia a nivel psicológico como irritabilidad, ansiedad, ira y/o depresión, del mismo modo se manifiestan conductas como aburrimiento, divagación, abuso de tabaco, alcohol o abuso de medicamentos, lo que impide que el docente tenga un desempeño laboral eficiente, además de disminuir la calidad de vida. (Alvites-Huamani, 2019)

Las dos patologías mencionadas anteriormente se encuentran catalogadas como enfermedad laboral de acuerdo con la ley 1562 del año 2012, en la cual se explica que enfermedad laboral es la contraída como resultado de la exposición a factores de riesgo inherentes a la actividad laboral, o del medio en el que el trabajador se ha visto obligado a trabajar. (República de Colombia, 2011)

De ahí que la pretensión inicial de este proyecto investigativo es identificar ¿Cuáles son los factores que desencadenan trastornos de estrés y ansiedad en docentes del departamento de Caldas durante el año 2020? Teniendo en cuenta lo anterior se da inicio con esta propuesta investigativa que tiene como finalidad dar respuesta a la situación negativa inicialmente mencionada.

### **Justificación**

El trabajo se ha convertido en una necesidad básica, puesto que éste es quien proporciona los recursos económicos para la supervivencia humana, además en el entorno laboral se da la facilidad para la socialización e interacción con otros individuos y lograr su autorrealización, aspectos que fortalece el nivel psicosocial; sin embargo, el trabajo no sólo es concebido desde aspectos positivos, sino que también existen factores negativos que incitan a una mayor demanda productiva y que generan decrecimiento físico y psicológico en el trabajador (Victor H. Charria, 2011).

Teniendo en cuenta lo anterior y revisando la influencia negativa sobre el individuo, este proyecto desde la seguridad y salud en el trabajo, centra su atención en la docencia del sector público del departamento de Caldas, en donde a través del análisis de variables sociodemográficas presentes en la ficha de datos generales de la Batería de riesgo psicosocial del Ministerio de protección social, del 2010, se dé respuesta a la identificación y correlación de esos factores desconocidos que pueden generar dentro del ámbito laboral estrés y ansiedad, que son otras de las variable de estudio. Y de esta forma, lograr contribuir con la visualización de este problema, para que sea de gran utilidad y aporte, no solo para la muestra poblacional sino para la Secretaría de Educación de este departamento y demás cuerpo de docentes, que aún no hayan sido diagnosticados con enfermedad laboral relacionada con estrés y la ansiedad.

De igual manera, no se puede desconocer que el mundo vive en constante ritmo acelerado de transformación, en especial en todo lo relacionado a la información y el conocimiento, en donde obligatoriamente la educación se ve en la necesidad de adaptarse con la misma premura y visión de tiempo, encontrándose al docente en ese afán y carrera constante para poder responder a las obligaciones con sus estudiantes, con las Instituciones educativas y entorno social en general (Alvites-Huamani, 2019).

No obstante, existen otros factores desconocidos que han sido investigados con mayor énfasis en la variable de estrés en docentes, que en la variable de ansiedad y, con menos presencia de estudio de ambas variables a nivel de Colombia. Por tal motivo, esta investigación es un reto para identificar lo desconocido en la presencia de las variables estrés y ansiedad, además la correlación existente o no, entre los resultados de los docentes que laboran en el sector público, para que a partir de allí, la Secretaría de Educación del departamento de Caldas amplíe su conocimiento sobre la situación real de sus docentes en cuanto a las variables estudio de este proyecto y se continúe con la atención psicosocial, la actualización y ajuste a la Matriz de riesgos y peligros y a la minimización o atención integral de los factores visibilizados.

De acuerdo a lo antes mencionado, se incita a una puesta en marcha inicial en cuanto a la reducción y/o atención de los índices de morbilidad por estrés y ansiedad laboral, que beneficia no solo a los docentes sino a la Secretaría de Educación de este departamento, ya que desde la seguridad y salud en el trabajo, no solo se aporta resultados específicos sobre la muestra poblacional, sino que se postula como referente o antecedente investigativo, dentro de la identificación y la reducción de riesgos, que puedan desencadenarse en una enfermedad laboral por estrés y ansiedad.

## **Objetivos**

### **Objetivo General**

Determinar los factores que desencadenan trastornos de estrés y ansiedad en docentes del sector oficial en el departamento de Caldas durante el año 2020.

### **Objetivos Específicos**

- Caracterizar la población objeto de estudio de acuerdo a variables individuales y laborales.
- Conocer los antecedentes de estrés y ansiedad en la población de estudio.
- Identificar los niveles de estrés presentes en los docentes del sector oficial del departamento de Caldas.
- Identificar los niveles de ansiedad presentes en los docentes.
- Describir las características que desencadenan en estrés y ansiedad en la población objeto de estudio.

## **Referente Teórico**

### **Marco de Antecedentes.**

Para la elaboración del siguiente proyecto de grado, se consultaron varias investigaciones similares, recientes y con una vigencia no mayor a 5 años dentro de las plataformas: Scientific Electronic Library Online (SCIELO) y Sistema de Información Científica Redalyc, en donde las cinco investigaciones aquí relacionadas se toman de la plataforma SCIELO y un artículo de los artículos de nacionalidad colombiana, fue hallado dentro del sistema científico Redalyc.

Con base a lo anterior y teniendo en cuenta el campo de estudio que se ha desarrollado en estrés y ansiedad a docentes y en aras de ampliar la visión investigativa, este proyecto se sustenta en seis artículos, de los cuales dos son de autores colombianos y cuatro pertenecen a artículos de países como Brasil, Perú y España.

Antes de dar inicio con la descripción de los artículos encontrados, se hace mención que, inicialmente en la búsqueda realizada, la ansiedad en docentes no se visualiza desde la investigación como un tema de mayor atención en Colombia u otros países, ya que este solía ser asociado y vinculado directamente con el estrés. Sin embargo, para el mes de Julio de 2020, aparece un artículo en Brasil que toma tanto a la ansiedad como al estrés en docentes, como dos variables que revisten del mismo valor de estudio y que se relaciona a continuación junto con los demás antecedentes investigativos utilizados para este estudio:

Se inicia con los artículos más recientes en el país de Brasil, donde los autores: Maiko Deffaveri, Cristina Pilla Della Mea y Vinícius Renato Thomé Ferreira, en el año 2020, en su artículo investigativo “Síntomas de ansiedad e estresse em professores de educação básica” realizaron un estudio cuantitativo transversal, con una muestra poblacional de 200 docentes de Rio Grande do Sul en Brasil, realizando un comparativo entre docentes de escuelas públicas, docentes de escuelas privadas y docentes que trabajan tanto en escuelas públicas como privadas. Respecto a los síntomas de estrés, este estudio concluyó que la puntuación alta se presentó en docentes del sector público y que la ansiedad puntuó alto en normal o leve en profesores que trabajan en el sector público y privado. Para el desarrollo de esta investigación, los autores antes citados utilizaron los instrumentos como: el cuestionario sociodemográfico y de salud, LIS-A, LIS-E y DASS-21. También se hace mención que dentro de las variables sociodemográficas predominó: el estado civil en unión libre o matrimonio estable, que es una de las variables que se estudian en este proyecto. (Maiko Deffaveri, 2020)

Así mismo, en este país se encuentra a Louise Tatiana Méndez Rodríguez, Eliana Campelo Largo, Camila Aparecida Pinheiro Landim Almeida, Ivonizete Pires Ribeiro y Gerardo Vasconcelos Mesquita (2020), quienes publicaron el artículo investigativo “Estrés y depresión en docentes de una institución pública de enseñanza”, tomando como relevancia al Estrés, ya que es una de las variables de estudio que presentan correlación. En cuanto a este artículo, se percibe cómo los autores antes mencionados estudiaron y analizaron el estrés en docentes de una institución pública de enseñanza, por medio de un estudio analítico y de un enfoque cuantitativo, en el que se tomó una muestra poblacional de esa institución pública. Como aspecto importante, se encuentra que los autores de este artículo, crearon y aplicaron un instrumento propio de medición denominado variables sociodemográficas, el cual lo coadyuvaron a nivel de estrés con el instrumento de validación: la Escala de estrés percibido (PSS-10), el cual, de acuerdo a los resultados obtenidos, lograron concluir que existen eventos o situaciones internas y externas que desde sus dimensión sociodemográfica y las actividades laborales diarias de complejidad, hacen que los docentes generan la presencia de estrés. Y desde estos resultados ofrecen posibles alternativas de atención, que van desde la prevención hasta la atención terapéutica de los docentes de esta institución educativa. (Mendes Rodrigues, Campelo Largo, Pinheiro Landim Almeida, Pires Ribeiro, & Vasconcelos Mesquita, 2020)

Por otra parte, en el país de Perú, con el Autor: Cleofé Genoveva y Alvites-Huamani (2019), quien publicó el artículo investigativo: “Estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, Norteamérica y Europa”, que es similar al anterior porque busca esa relación entre el estrés y los factores de tipo psicosocial, pero esta vez desde una visión más amplia porque toma como muestra poblacional no sólo a docentes universitarios sino de educación básica de diferentes países. Para esta investigación, los autores desarrollaron un estudio exploratorio y descriptivo, seleccionaron la muestra población conforme a su objeto de investigación y aplicaron un instrumento para evaluar el estrés Docente, el cual lo adaptaron conforme a su muestra y así mismo, evaluaron factores psicosociales en el trabajo académico. Frente a este estudio, los autores lograron concluir, que, sí existe una relación entre el estrés y los factores psicosociales dentro del medio laboral, debido a que se relaciona no sólo las exigencias de la labor del docente, sino que asocia todos esos factores internos y externos que generan el exceso de trabajo, las inadecuadas relaciones interpersonales y la falta de recursos o materiales. De igual manera este estudio muestra que si el estrés no es tratado en su momento se puede convertir en un Burnout que generaría pérdidas valorables para las instituciones educativas. (Alvites-Huamani, 2019)

En el país de España, se ubica a los autores: Ramón Cladellas, Pros Antoni Castelló y Tarrida Eva Parrado-Romero (2018), quienes publicaron el artículo investigativo: “Satisfacción, salud y estrés laboral del profesorado universitario según su situación contractual”, donde se estudia la relación del estrés con la vinculación contractual de los docentes. Para esta investigación desarrollaron un estudio descriptivo, en donde tomaron como muestra poblacional docentes de universidad públicas y les aplicaron instrumentos para medir factores psicosociales, salud y estrés. En este estudio se concluyó que la situación contractual (contratos laborales temporales y estable) del docente, muestra incidencia en la presencia del estrés, debido a que varios de ellos realizan la misma labor y tiene la misma carga laboral pero no los mismos incentivos, lo que genera que los docentes sin contratación fija presenten estrés significativo, que se genera por la demanda laboral excesiva y sumado a ella la inestabilidad en el ejercicio de esa labor, según lo analizado en este artículo. (Cladellas Pros, Castellò Tarrida, & Parrado Romero, 2018)

Como primer antecedente colombiano, encontrado tanto en el Sistema de Información Científica Redalyc como SCIELO, se encuentran los Autores: Mariantonia Lemos, Gabriela Calle, Tatiana Roldán, Melissa Valencia, Johnny Javier Orejuela, Juan Pablo Román-Calderón (2019), quienes publicaron el artículo científico: “Factores psicosociales asociados al estrés en profesores universitarios colombianos”. Este artículo, es un referente y antecedente muy interesante, porque los autores también estudiaron sobre factores desde las dimensiones psicosociales vinculados al estrés y tomaron como muestra poblacional para este caso a docentes universitarios, con quienes desarrollaron un estudio descriptivo orientado a lo transversal, con aplicación de instrumentos como el cuestionario de salud del paciente PHQ-9, Cuestionario de Ansiedad generalizada GAD-7, Escala de estrés percibido PSS-14 y un cuestionario sobre factores psicosociales laborales, que miden la salud, la ansiedad generalizada, el estrés percibido y factores psicosociales. De esta investigación, los autores dan a conocer que los docentes expresaron tener control dentro del ejercicio de su labor pero que frente a los resultados obtenidos por medio de los instrumentos, esto se contradice, ya que el estrés percibido mostró un aumento significativo en todas aquellas actividades de mayor complicación para ellos, más para los que trabajan desde casa, porque la labor del docente se destaca por ser muy activa y compleja; así las cosas, esta investigación encontró niveles de estrés significativos porque existe menor control a lo que los docentes manifestaron, horas extensas de trabajo que comprometen el tiempo de su vida familiar y social, exceso de actividades laborales y falta de claridad de las funciones del mismo. (Lemos, y otros, 2019)

Y como último artículo colombiano, los Autores: Sonia Maritza Matabanchoy, Estefani Nataly Lasso y María Alejandra Pantoja (2017), quienes publicaron el artículo investigativo “Estrés en funcionarios de instituciones educativas públicas”, en donde se toma al estrés como factor presente en los docentes, midiendo su nivel dentro de las instituciones educativas de San Juan de Pasto. Este estudio se caracteriza por ser descriptivo y aplicar instrumentos de medición y evaluación del estrés, incluyendo referentes colombianos en riesgos profesionales. Como conclusión de este estudio, los autores muestran que la dominancia del estrés en docentes se da mayor presencia en mujeres que en hombres y de que esta población docente, requiere que se le apueste en intervención desde el magisterio. (Matabanchoy, Lasso, & Pantoja, 2017)

Estos seis artículos científicos, presentan una postura fundamental desde la evaluación del estrés de docentes asociados con ansiedad, factores psicosociales y contractuales, que amplían el conocimiento e interés investigativo de este proyecto.

## **Marco Teórico.**

La palabra estrés se encuentra por primera vez en escritos del siglo XIV haciendo referencia en aquel tiempo a capacidades como fortaleza, rigidez o enfrentamiento al peligro/calamidad. También el término estrés es utilizado en el área de física a finales del siglo XVIII e inicios del XIX haciendo referencia a la fuerza generada en el interior de un cuerpo, producida por un golpe externo el cual produce un impacto negativo. Transcurren décadas y el término estrés cambia de significado en múltiples ocasiones, llegando a 1932, donde Walter Cannon manifiesta que el estrés maneja ciertos grados y puede ser medible, a pesar de las variaciones por las cuales ésta palabra tuvo impacto en las diferentes áreas, después aparece Hans Selye donde popularizó la palabra como una idea científica biológica, se resalta el trabajo del Hans donde define el estrés como una unión de reacciones fisiológicas, a estímulos que generen amenazas tanto físicas como psicológicas. Selye apoya la definición con una serie de ejemplos especificando las reacciones fisiológicas frente a un impacto a su vida, a este conjunto de reacciones las denomina como “Síndrome General de adaptación”, después de Selye aparece Wolf refiriéndose al estrés como un fenómeno enfocado a reacciones del organismo, pero no logra darle un significado como los autores anteriormente mencionados, aunque tiene aspectos importantes los cuales resalta en cuanto a la respuesta que da el cuerpo hacia el ente estresor externo, es decir, se crea resistencia como respuesta al estresor, es aquí donde se dan las reacciones fisiológicas, además desliga completamente el estrés de la física, explicando la reacción como un fenómeno biológico, también en tercera instancia, manifiesta que el estrés y la relación que maneja con los estados de ánimo están ligados al agotamiento y enfermedad cuando se da un afrontamiento al estresor, llegando a la misma conclusión de que es una reacción biológica a una amenaza externa. (Elena, 2002)

En términos generales, en la actualidad se maneja el significado integrado de estrés que propusieron Pacák y Palkovits después de toda la trayectoria que tuvo la palabra, la integración que hicieron, hace referencia a que es un estado de autorregulación a una amenaza, es decir, el cerebro activa una reacción a un estresor externo, el cual es denominado estrés, para que el cuerpo se adapte progresivamente a una situación vivida, como forma de compensar la autorregulación, además manifiestan que es programada por factores ambientales. Es aquí donde hacen referencia a que el estrés es una reacción a múltiples causas de las cuales el ser humano no logra afrontar de inmediato, por tal motivo surge esta respuesta al ente externo. (Elena, 2002)

En concordancia con lo anterior, se liga a un estrés laboral donde se podría afirmar, (después de una recopilación histórica de estrés), que es producto de la presión ejercida por un requerimiento externo que pone en riesgo, o supera las capacidades que cada ser humano maneja para responder a los estímulos, pero aquí se tienen en cuenta los estímulos laborales (estresores) que afectan directamente dichas capacidades. Al hablar hipotéticamente, hay múltiples factores de los cuales podría desencadenar estrés a un ser humano, teniendo en cuenta qué tipo de capacidades maneje cada individuo, es decir, cada persona reacciona de manera diferente a las exigencias.

Hans Selye, divide el estrés en dos categorías, las cuales son “Distrés y Eustrés”, donde Distrés es el estrés agudo, o de difícil manejo, éste produce una serie de reacciones físicas que sobrepasa la capacidad de autorregulación y control emocional, por otro lado, está el Eustrés que es un estrés sano, el cual ayuda a fortalecer las capacidades de crecimiento personal, autocontrol, manejo emocional y autocríticas positivas, que refuercen una reflexión propia. (Flores, 2013)

El artículo realizado por el médico cirujano Cesar Augusto Salazar (2011), hace referencia que el estrés en el trabajo produce ciertas patologías como consecuencias de exigencias y factores laborales, las cuales pueden ser sobrecarga en cantidad de trabajo, tiempo reducido en comparación con la cantidad del trabajo, trabajo rutinario combinado con sobrecarga laboral, además de trabajos con estresores físicos con alteraciones psicosociales, que producen episodios o estados de ansiedad, depresión, o también involucra la esfera físicas y biológica como urgencias cardiovasculares, hipertensión arterial, enfermedades ácido pépticas severas o colon irritable. (Gomez, 2011)

La enfermedad laboral, anteriormente denominada enfermedad profesional tuvo sus inicios en el año 1950, cuando en dos artículos del código sustantivo del trabajo se establecen 18 patologías por medio de una tabla de enfermedades de origen laboral, posteriormente en el decreto 614 de 1984 se determina que la finalidad de la salud ocupacional es proteger a los trabajadores de riesgos relacionados con agentes químicos, físicos, biológicos, psicosociales, mecánicos, eléctricos, entre otros riesgos afines con la actividad laboral que pueda afectar de manera directa la salud individual o colectiva de la organización. (Gomez, 2011)

De manera posterior se expide el decreto 778 de 1987 el cual modifica la tabla de las enfermedades laborales incluyendo 22 diagnósticos más, dos años después se llevar a cabo programas para la prevención y control de enfermedades generadas por riesgos psicosociales, donde se pronuncia la resolución 2646 de 2008 y el decreto 2566 de 2009 en las que se construye una tabla de enfermedades laborales (donde se encuentra ansiedad), incluyendo las que son provocadas por el estrés. (Gomez, 2011)

En concordancia con lo anterior, se encuentra una última variable denominada ansiedad la cual está ligada al término “neurosis”, en 1892 y 1899 fueron publicados los primeros artículos de Freud donde crea la teoría de la neurosis, hasta la fecha se encuentran vigentes sus estudios y las conceptualizaciones que maneja tanto desde la reacción fisiológica como psicológica. Freud hace referencia a varias neurosis donde enfocan directamente la patología ansiedad con la “neurosis de angustia”, en éste se agrupan todos sus síntomas y finaliza manejando el término de angustia, allí es donde explica cada reacción fisiológica que maneja el cuerpo como lo es el estado de tensión tanto física como emocional y la acumulación de excitación, además hace referencia de una incapacidad que maneja el individuo para resistir a determinadas situaciones. Lo que actualmente se conoce como ataques de pánico (la cual hace parte de las características de trastorno de ansiedad), Freud lo llama en esta época como vértigo, aquí manifiesta otra serie de reacciones fisiológicas que son la taquicardia, sensación de inestabilidad, temblor, imposibilidad para continuar de pie por sentir que se está cayendo, entre otras. (Ojeda, 2003)

También abordan diferentes teóricos después de Freud, los cuales son Pierre Janet en 1909, donde plantea la ansiedad como fobias y las llama, “fobias de acción y fobias de funciones”, donde la primera está enfocada a los síntomas fisiológicos que se presentan en dicha patología, pero manifiesta ciertas particularidades, ya que resalta que el individuo siente que “su espíritu es invadido por diferentes sueños que agitan el cuerpo de manera exagerada” (ataques de pánico o persecución), se produce taquicardia, opresión en el pecho, además de sensaciones desagradables de hormigueo en el cuerpo las cuales no logran tener una explicación clara de lo que se tiene, la segunda se centra en los pensamientos que el individuo empieza a experimentar, después de sentir estos síntomas en su cuerpo, manifiesta que inicia como un sentimiento sencillo, pero empieza a volverse grave progresivamente, como aumentan las sensaciones del cuerpo aumentan los pensamientos, convirtiéndose en miedo y terror. Por consiguiente, se encuentra a Juan José López-Ibor que en 1966, realiza varios libros refiriéndose a la patología que actualmente es ansiedad, sin embargo, el autor en mención continúa con el término neurosis y estos autores se basan de todo los escritos de Freud. Lopez Ibor define la ansiedad como una angustia y enfoca sus estudios a la melancolía, la ansiedad la define desde una angustia vital y la explica refiriendo que, cuando el individuo se defiende a los síntomas de la angustia, termina sintiendo miedo y terror. Por último, en este recorrido de definiciones históricas, se encuentra el DSM-IV donde elimina completamente la histeria (la cual no se mencionó pero fue relacionada en los síntomas de neurosis) y clasifica el trastorno de ansiedad en diferentes episodios los cuales se presentan en el mismo (ansiedad), pero se destaca que en el transcurso de la historia no varían las respuestas, reacciones o signos y síntomas que maneja la patología, el cambio se evidenció en el nombre del trastorno. (Ojeda, 2003)

## **Marco Conceptual.**

Después de haber hecho un abordaje teórico, este proyecto toma como punto de referencia el enfoque cognitivo conductual en cuanto a la ansiedad, el cognitivista para el estrés laboral y en cuanto a la enfermedad laboral, se toma como punto de referencia la legislación colombiana y la organización mundial de la salud.

A continuación, en primera instancia se encuentra la ansiedad tomada desde un enfoque cognitivo-conductual, teniendo como referente teórico a Juan José Miguel Tobal (1990), quien define la ansiedad como respuesta cognitiva, fisiológica y motora, ligada al nivel emocional, Tobal manifiesta que el individuo responde tanto a estímulos internos como externos, dependiendo el nivel de dominio que atribuya el estímulo en el ser humano. Esta respuesta cognitiva hace alusión a un conjunto de ideas y pensamientos donde el individuo toma como punto inicial cuando se presenta el estímulo externo, es donde logra interiorizar y va surgiendo de manera espontánea la respuesta fisiológica, la cual crea un malestar general desde la parte física del individuo, como lo es taquicardia, opresión en el pecho, sudoración, molestias digestivas, entre otros, es aquí donde se abre paso a la respuesta motora, que es la reacción voluntaria/involuntaria que maneja el individuo como solución a su malestar físico. (Sierra, Ortega, & Zubeidat, 2003)

En segunda instancia se encuentra el estrés laboral, que desde un enfoque cognitivista y tomando como referente teórico a Joseph T. McGrath (1970), se hace alusión que esta variable ha tenido infinidad de conceptos y definiciones, todas desde sus propios estudios y en búsqueda de la defensa de sus investigaciones; no obstante, para este proyecto se toma la propuesta de McGrath, en donde asocia el estrés a la inestabilidad entre la carga física o psicológica y la capacidad de respuesta, que en situaciones de incumplimiento o fracaso presenta efectos importantes. Así mismo, se percibe como este autor refleja al estrés como una presencia dominante en la vida del ser humano, que se genera por la presión y la tensión de los tensores sobre él, generando ansiedad, depresión y otros estados de alteración emocional que inciden sobre sí mismo y sobre su entorno. Por consiguiente, desde el enfoque cognitivista al igual que el autor antes mencionado, se toma el estrés desde lo físico y psicológico en el individuo como respuesta a factores internos y externos generados desde él y/o su entorno o medio laboral. Es así, como este autor es referenciado en gran parte de los estudios y trabajos relacionados con el estrés laboral, de ahí la importancia de acogerlo como referente para este proyecto. (Sierra, Ortega, & Zubeidat, 2003)

Por consiguiente, desde el enfoque cognitivista al igual que el autor anteriormente mencionado, se toma al estrés como ese aspecto que implica una valoración continua del significado que el estímulo tiene para la persona, es de esta manera que el individuo responde a dicho estímulo.

Finalizando, se encuentra la tercer variable que se refiere a la enfermedad laboral, donde se toma como referencia el artículo elaborado por el médico Cesar Augusto Salazar Gómez en el año 2011, quien manifiesta que el término 'enfermedad laboral' antes llamada enfermedad profesional tuvo sus inicios en el año 1950 incluyendo su concepto y la tabla de enfermedades laborales para ese entonces, en dos artículos del código sustantivo del trabajo, de acuerdo a lo anterior y haciendo referencia de manera respectiva del primer artículo ya mencionado se toma taxativamente el término el cual aduce que se entiende por enfermedad laboral, antes profesional, todo estado patológico que sobrevenga como consecuencia obligada de la clase de trabajo que desempeña el trabajador o del medio en que se ha visto obligado a trabajar, bien sea determinado por agentes físicos, químicos o biológicos, el segundo artículo se refiere a la tabla de enfermedades la cual inicia tan solo con 18 enfermedades, posteriormente es modificada y se le es sumada 22 patologías más. (Gomez, 2011)

Después se llega al decreto 1477 del año 2014 que, actualmente se encuentra vigente y tiene por objeto no solo la expedición de la tabla de enfermedades laborales, sino el evaluar los posibles riesgos con el fin de prevenir estas mismas, del mismo modo se hace mención a la relación de causalidad la cual hace referencia a los casos en que una enfermedad no figure en la tabla de enfermedades laborales, pero se demuestra la relación de causalidad con los factores de riesgo ocupacional, será reconocida como enfermedad laboral. (Social M. d., 2014)

## Marco Legal

LEY, Decreto, Resolución, Otro	Artículo (Número y contenido)	Motivo por el cual se considera relevante para el desarrollo del proyecto.
LEY 1477 DE 2014	Consideraciones  Agentes Psicosociales, Hoja N° 27 F43  GRUPO IV. Trastornos mentales y del comportamiento	La Ley 1477 de 2014 se encuentra relevante para la presenta investigación ya que presenta la definición de enfermedad laboral, y se encuentra la ansiedad y el estrés presente en la tabla de enfermedades laborales
LEY 1562 DE 2012	Artículo 21 Salud ocupacional del magisterio	El artículo 21 de la Ley 1562 de 2012 es relevante para el desarrollo del proyecto ya que se establece que el Ministerio de Educación instituyó el manual de calificación de invalidez y tabla de enfermedades laborales para los docentes afiliados al fondo nacionales de prestaciones sociales del magisterio, adicional se establecen la implementación de programas de promoción y prevención, salud ocupacional y vigilancia epidemiológica.

<p>DECRETO 1655 20 DE AGOSTO DE 2015</p>	<p><b>Sección 1.</b> Disposiciones generales</p> <p><b>Sección 3.</b> Sistema de gestión de seguridad y salud en el trabajo del magisterio</p> <p><b>Sección 4.</b> Vigilancia epidemiológica</p> <p><b>Sección 5.</b> Comités paritarios de seguridad y salud en el trabajo</p> <p><b>Sección 6.</b> Tabla de enfermedades laborales y manual de pérdida de la capacidad laboral</p> <p><b>Sección 7.</b> Pérdida de la capacidad laboral</p>	<p>Las secciones ya mencionadas del Decreto 1655 de 2015, son relevantes para este proyecto puesto que el ámbito de aplicación es única y exclusivamente para el magisterio, allí se regula la administración, el funcionamiento y la organización de la seguridad y salud en el trabajo de la entidad pública ya mencionada.</p>
<p>LEY 1072 DE 2015</p>	<p>Artículo 2.2.5.1.51 Dictámenes sobre el origen y la pérdida de la capacidad laboral de educadores</p>	<p>El artículo en mención de la Ley 1072 de 2015 es importante para esta investigación puesto que allí se regula el trámite que debe seguirse cuando existe enfermedad laboral y trasciende y desencadena en una pérdida de la capacidad laboral, en personal del magisterio.</p>

<p>Ley 1616 de 2013</p>	<p><b>Artículo 1.</b> Objeto</p> <p><b>Artículo 2.</b> Ámbito de aplicación</p> <p><b>Artículo 3.</b> Salud mental</p> <p><b>Artículo 4.</b> Garantía en salud mental</p> <p><b>Artículo 5.</b> Definiciones</p> <p><b>Título II.</b> Derechos de las personas en el ámbito de la salud mental.</p> <p><b>Título III:</b> Promoción de la salud mental y prevención de la enfermedad mental.</p> <p><b>Título IV.</b> Atención integral e integrada en salud mental Capítulo I.</p> <p><b>Título VI.</b> Participación social</p> <p><b>Título VII.</b> Criterios para una política pública de salud mental.</p> <p><b>Título VIII.</b> Sistema de información en salud mental.</p>	<p>La Ley de salud mental determina la promoción de la salud y la prevención del trastorno mental en la población colombiana, bajo el enfoque de la atención primaria en salud estableciendo criterios para la reformulación, implementación y evaluación de políticas públicas en el Sistema General de Seguridad Social en Salud.</p> <p>Lo anterior, con el fin de garantizar el ejercicio pleno del derecho a la salud mental, que para el presente proyecto resulta relevante dado que este se desarrolla con población trabajadora en temas de riesgos psicosociales que son importantes de atender.</p>
-------------------------	---	--

<p>Resolución 2646 de 2008</p>	<p><b>Capítulo I</b> Objeto, ámbito de aplicación y definiciones</p> <p><b>Capítulo II:</b> Identificación y evaluación de los factores psicosociales en el trabajo y sus efectos</p> <p><b>Capítulo III:</b> Intervención de los factores psicosociales en el trabajo y sus efectos</p>	<p>Establece las disposiciones y define las responsabilidades de los empleadores, trabajadores y Administradoras de Riesgos Laborales en cuanto a la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a los factores de riesgo psicosocial en el trabajo.</p>
--------------------------------	--	---

### **Referente Metodológico.**

#### **Enfoque de Investigación.**

El proyecto de investigación a desarrollar maneja un enfoque cuantitativo, que brinda respuesta estadística, lógica y ordenada a los objetivos inicialmente planteados. En donde se realiza una recolección y análisis de datos enfocados en las diferentes variables tanto dependientes como independientes que hayan sido identificadas para este estudio. Así mismo, es importante resaltar que los métodos cuantitativos son reconocidos por su alta confiabilidad y validez, debido a que toman muestra segura que permite calcular la relevancia de cada variable estudio y de ahí la importancia para este estudio. (Cadena-Iñiguez, Rendón-Medel, Aguilar-Ávila, & Salinas-Cruz, 2017)

#### **Tipo de Investigación.**

En un estudio de investigación correlacional, ya que se busca medir, confirmar o esclarecer la relación de los posibles factores desencadenantes de estrés y ansiedad en docentes que laboran del sector público en el departamento de Caldas.

#### **Población.**

La población estudio que se tomó para el desarrollo de la investigación, está conformada por catorce (14) Docentes del sector público en el departamento de Caldas, en el año 2020.

#### **Muestreo.**

El muestreo fue no probabilístico, ya que se hizo una selección de población basada en un juicio subjetivo por motivos de tiempo y cooperación.

#### **Técnicas e Instrumentos de Recolección,**

**Ficha de datos generales (Información socio-demográfica e información ocupacional del trabajador).**

Es una ficha la cual maneja un alcance de recolección de información sobre características individuales con aspectos o dimensiones que evalúa datos sociodemográficos y ocupacionales. Los tipos de datos son descriptivos manejando unidades de análisis, individual o grupal, es una ficha que es dirigida a todas las personas en condición de trabajadores. (Social M. d., 2010)

### **Cuestionario para la evaluación del estrés, tercera versión de Villalobos.**

Es un instrumento que evalúa síntomas (31 síntomas) relevantes de reacciones de estrés, que se encuentran bajo cuatro categorías (fisiológicos, comportamiento social, psico-emocionales e intelectuales y laborales). (Social M. d., 2010)

### **Inventario de Ansiedad de Beck (BAI).**

Es un instrumento que evalúa el estado de ansiedad, específicamente los que abarcan los trastornos de pánico y ansiedad generalizada, cuenta con 21 ítems. Este inventario es aplicable a población adulta y adolescente (mayores de 13 años). (Psicólogos, 2011).

### **Variables**

- ✓ Estrés
  
- ✓ Ansiedad
  
- ✓ Antecedentes
  
- ✓ Sexo
  
- ✓ Estado civil
  
- ✓ Lugar de residencia

- ✓ Estrato
  
- ✓ Tipo de vivienda
  
- ✓ Personas a cargo
  
- ✓ Tiempo laborado en la Secretaría de Educación
  
- ✓ Tipo de contrato

## Resultados.

**Tabla 1.**

Resumen Estadístico de Variables Sociodemográficas de datos generales (cualitativa) de los 14 docente adscritos a la Secretaría de Educación del departamento de Caldas, 2020.

<b>Variable</b>	<b>Categoría</b>	<b>Frecuencia Absoluta</b>
<b>Sexo</b>	Mujer	9
	Hombre	5
<b>Estado Civil</b>	Casado (a)	5
	Unión Libre	5
	Soltero (a)	4
	Separado (a)	0
	Divorciado (a)	0
	Viudo (a)	0
	Sacerdote / Monja	0
	Manizales	5
	Villamaría	2
<b>Lugar de Residencia</b>	Anserma	2
	Salamina	2
	Marulanda	1
	Neira	1
	Arauca	1
	1	0
	2	4
	3	7
	4	2
<b>Estrato</b>	5	1
	6	0
	Finca	0
	No se	0
	Arriendo	7
	<b>Tipo de Vivienda</b>	Propia
Familiar		3
Indefinido		11
<b>Tipo de Contrato</b>	Fijo	1
	Temporalidad	1
	Provisionalidad	1

**Tabla 2.**

Resumen Estadístico de Variables Sociodemográficas de datos generales (cuantitativo) de los 14 docente adscritos a la Secretaría de Educación del departamento de Caldas, 2020.

<b>Variables</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>	<b>Promedio</b>	<b>Desviación Estándar</b>
<b>Personas a Cargo</b>	1,00	5,00	2	1
<b>Tiempo laborando en la Secretaría de Educación</b>	1,00	15,00	9,5000	5,19985

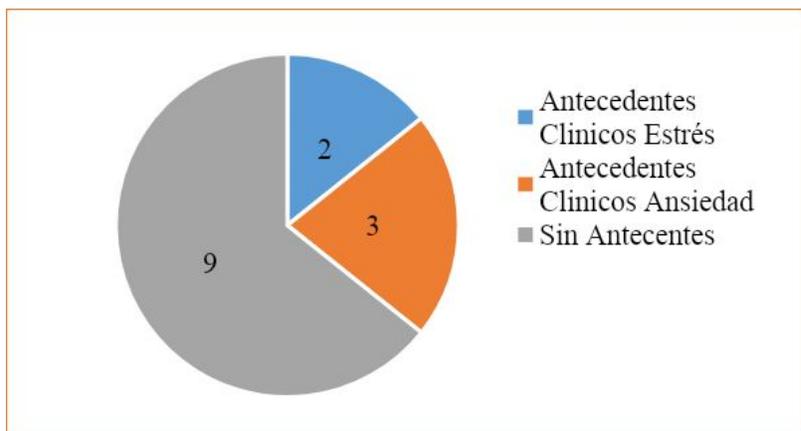
**Tabla 3.**

Resumen estadístico de distribución de Antecedentes clínicos de estrés y ansiedad de los 14 docente adscritos a la Secretaría de Educación del departamento de Caldas, 2020.

<b>Variable</b>	<b>Categoría</b>	<b>Frecuencia Absoluta</b>
<b>Antecedentes clínicos</b>	No	9
	Ansiedad	3
	Estrés	2

### Gráfica 1.

Distribución de Antecedentes clínicos de estrés y ansiedad en los 14 docentes adscritos a la Secretaría de Educación del departamento de Caldas, 2020.



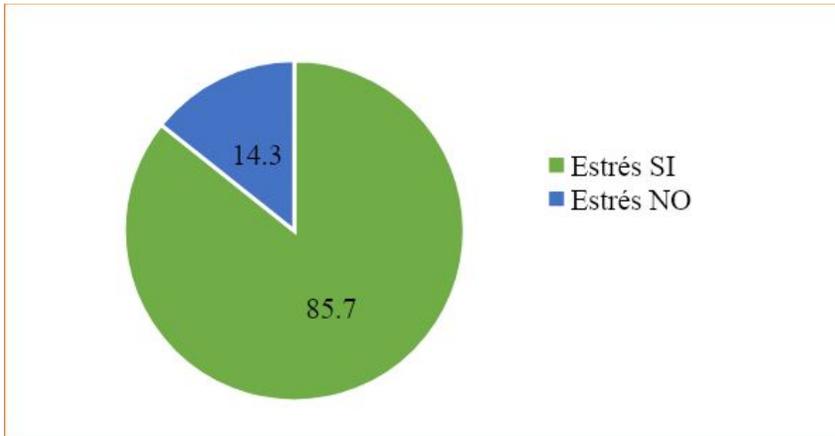
### Tabla 4.

Resumen estadístico de la distribución de Estrés en los 14 docente adscritos a la Secretaría de Educación del departamento de Caldas, 2020.

Variable Estrés	Frecuencia	Porcentaje
No	2	14,3
Si	12	85,7
<b>Total</b>	14	100,0

## Gráfica 2.

Distribución de Estrés en los 14 docentes adscritos a la Secretaría de Educación del departamento de Caldas, 2020.



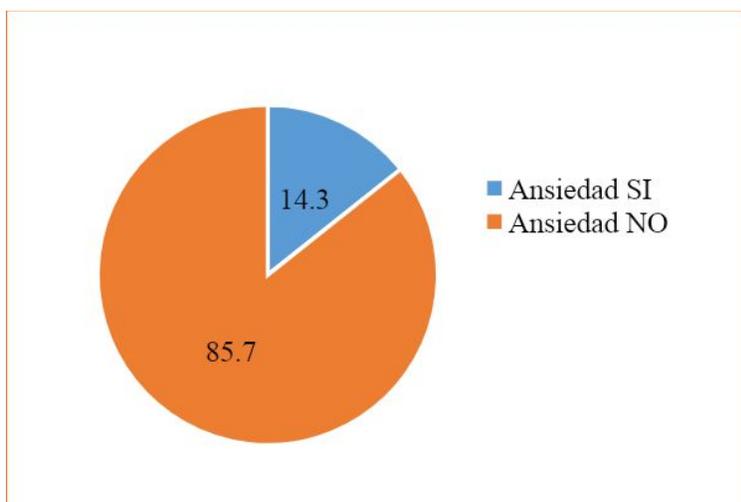
## Tabla 5.

Resumen estadístico de la distribución de Ansiedad en los 14 docente adscritos a la Secretaría de Educación del departamento de Caldas, 2020.

Variable Ansiedad	Frecuencia	Porcentaje
No	12	85,7
Si	2	14,3
Total	14	100,0

### Gráfica 3.

Distribución de Ansiedad en los 14 docentes adscritos a la Secretaría de Educación del departamento de Caldas, 2020.



### Tabla 6.

Resumen Estadístico de distribución de Estrés y Ansiedad y variables Independientes (sociodemográfica) cualitativas y cuantitativas en los 14 docentes adscritos a la Secretaría de Educación del departamento de Caldas, 2020.

Variable Dependiente	Variable Independiente	Prueba Estadística	Valor de p	Relación (Si/No)
Estrés	Sexo	Chi 2	0,649	No
	Estado civil	Chi 2	0,122	No
	Lugar de residencia	Chi 2	0,280	No
	Estrato	Chi 2	0,405	No
	Tipo de vivienda	Chi 2	0,646	No
	Personas a cargo	T de Studen	0,633	No
	Tiempo en secretaría	T de Studen	0,400	No

<b>Ansiedad</b>	Tipo de contrato	Chi 2	0,087	No
	Sexo	Chi 2	0,255	No
	Estado civil	Chi 2	0,054	<b>No</b>
	Lugar de residencia	Chi 2	0,759	No
	Estrato	Chi 2	0,072	<b>No</b>
	Personas a cargo	T de Studen	0,241	No
	Tipo de vivienda	Chi 2	0,311	No
	Tiempo en la Secretaría de Educación	T de Studen	0,677	No
	Tipo de contrato	Chi 2	0,888	No

Como se observa, en la población objeto de investigación no se encontró relación entre las variables independientes y las variables dependientes (estrés y ansiedad), sin embargo, las más cercanas fueron tipo de contrato en estrés, estado civil y estrato socioeconómico en ansiedad.

### **Discusión.**

Los objetivos de la presente investigación son identificar los niveles de estrés y ansiedad, describir las características que los desencadenan y caracterizar una población que abarca catorce (14) docentes de instituciones públicas del departamento de Caldas, aclarando que cinco (5) de ellos presentan antecedentes clínicos de estrés y/o ansiedad.

Se evidencia que el 85,7% de los docentes, presentan niveles de estrés alto y muy alto, que, según la Batería de instrumentos para la evaluación de factores de riesgo psicosocial del Ministerio de Protección Social, publicada en el año 2010, este resultado hace mención a un conjunto de síntomas y a la continuidad con la que éstos se repiten, lo que se interpreta como un estrés nocivo para la salud, donde los síntomas que producen malestar significativo para la persona deben ser intervenidos de manera inmediata. Este estudio, al ser comparado con la investigación realizada con docentes y personal de apoyo de una institución educativa pública de San Juan de Pasto, en la que se hace presente la patología de estrés, con un 62% de la muestra estudiada, se evidencia que la presente investigación se encuentra en un nivel superior en comparación con el estudio en mención. (Matabanchoy, Lasso, & Pantoja, 2017)

En cuanto a los niveles de ansiedad, se evidencia lo contrario, el 14,3% manifestaron tener síntomas de ansiedad, presentando una puntuación de niveles moderados y graves, teniendo en cuenta que tres (3) de las personas de la muestra estudiada presentan de base antecedentes clínicos de esta patología. Demostrando así, que el 85,7% “tiene niveles mínimos y leves, que están asociados a la atención de la vida diaria, la persona se encuentra en situación de alerta y su campo de percepción aumenta, este tipo de ansiedad puede propiciar el aprendizaje y la creatividad”. (Navarra, 2020)

Sin embargo, la investigación Estrés docentes y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, publicado en diciembre del 2019, donde “los resultados aseveran que los estados del ánimo como la depresión y ansiedad están vinculados con el estrés”, no concuerda con el presente proyecto investigativo, en razón a que la ansiedad no maneja incidencia con la presencia del estrés, ya que ésta puntúa de manera mínima mientras que el estrés presenta altos índices de prevalencia. (Alvites-Huamani, 2019)

En lo relacionado a los factores desencadenantes, en el estrés no se evidenció dentro de las variables independientes ninguna incidencia o relación con el origen de esta patología, lo más cercano y relevante fue el tipo de contrato, teniendo en cuenta que el 85,7% de docentes tienen contrato a término indefinido y el 14,3% manejan contrato de provisionalidad o temporalidad, puntuando nivel alto y muy alto en esta patología. Resultado que, en comparación con el estudio de profesores de siete universidades públicas catalanas, en el año 2018, presentan diferencia en los niveles de estrés según su condición contractual; esta investigación no realiza discriminación en tipo de contrato, sin embargo, esta variable presentó mayor aumento en la patología de estrés, así éste no sea un factor desencadenante. (Cladellas Pros, Castellò Tarrida, & Parrado Romero, 2018).

No obstante, en las variables sociodemográficas estudiadas no se encontraron factores desencadenantes en ansiedad. Sin embargo, se evidencia una aproximación en las variables estrato, y estado civil, ya que dentro de la población con más ansiedad se encuentran las personas que corresponden a los estratos del 3 al 5 y los docentes solteros. En comparación con la investigación de Síntomas de ansiedad y estrés en profesores de educación básica, en Brasil en el año 2020, donde sus resultados presentaron niveles de ansiedad entre moderados a severos, presentando una diferencia en relación con el proyecto investigativo, debido a que la patología de ansiedad tuvo una mínima y leve incidencia con respecto al estrato socioeconómico. (Maiko Deffaveri, 2020)

## **Conclusiones.**

Teniendo en cuenta la caracterización de la población, se puede concluir que, en las variables cualitativas, la gran mayoría son mujeres con el 68,8% en comparación con el 31,3% que representan los hombres docentes, en edades comprendidas entre los 22 a 64 años de edad. En cuanto al estado civil, se conoce que el 31,3% representan unión libre, 31,3% docentes casados y el 37,5% los docentes solteros, con niveles de estrato socioeconómico del 50% en estrato tres, 12,5% en estrato cuatro, 25% en estrato dos, 6,3% en estrato cinco y 6,3% estrato uno. Referente al tipo de vivienda, se encuentra que el 43,8% es en arriendo, 31,3% propia y el 25% familiar. En tipo de contrato, el 66,7% a término indefinido, 6,7% contrato a término fijo, 13,3% temporalidad y 13,3% provisionalidad.

Respecto a las variables cuantitativas, se puede concluir, que el número de personas que dependen económicamente del docente es el 50% correspondiente a dos personas a cargo y el otro 50% corresponde a: ninguna, una, tres, cuatro o más personas, lo que representa el 12,5% para cada categoría.

Se evidencia que el tiempo laborado en la Secretaría de Educación del departamento de Caldas, es de 1 a 40 años.

En cuanto a los antecedentes clínicos presentados en los docentes y teniendo como referente la base de datos de la Secretaría de Educación del departamento de Caldas, se conoce que, del total de la muestra poblacional, el 35,7% presenta patología de estrés o ansiedad y el 64,3% no posee ningún diagnóstico clínico.

Posterior a la aplicación de la Ficha de datos generales y al cuestionario para la evaluación del estrés, tercera versión de Villalobos, de la batería de instrumentos para la evaluación de factores de riesgo psicosocial, del Ministerio de Protección Social en el año 2010, en la variable dependiente de estrés, se identificaron los siguientes niveles: muy bajo 7,1%, bajo 7,1%, medio 21,4%, alto 28,6% y muy alto 35,8%, se resalta la prevalencia en los niveles alto y muy alto, lo que se interpreta como un riesgo para la salud mental y lo que requiere intervención en el marco de un sistema de vigilancia epidemiológica.

No obstante, en la interpretación del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI), en la variable dependiente de ansiedad, se identificaron los siguientes niveles: mínimo 57,1%, leve 28,6%, moderado 7,1% y grave 7,1%, donde se conoce que el nivel predominante es mínimo.

Para concluir, se hace mención que dentro de las variables sociodemográficas estudiadas no se presentó ninguna que desencadenara en estrés y ansiedad en la población objeto de estudio,

## **Recomendaciones.**

### **Recomendaciones para la Secretaría de Educación del departamento de Caldas.**

Con base a la caracterización de la población docente objeto estudio, se recomienda fortalecer en las brigadas de salud mental la participación de los docentes en estudios investigativos.

En lo relacionado a antecedentes clínicos en patologías de estrés y ansiedad, se sugiere hacer una revisión de los resultados de este estudio para desarrollar programas de bienestar laboral, con el fin de implementar estrategias de intervención para disminuir niveles de estrés y llevar a cabo planes de prevención y promoción para minimizar el riesgo de ansiedad.

Proponer un Sistema de vigilancia epidemiológico con los docentes que puntuaron alto y muy alto en estrés, con el fin de promover prácticas de trabajo saludable en las instituciones públicas del Departamento de Caldas, previniendo y controlando los efectos perjudiciales causados por los factores psicosociales más destacados de cada institución.

En cuanto a los niveles de estrés y ansiedad identificados, se propone desarrollar programas dentro del plan de acción elaborado desde el sistema de gestión de la seguridad y salud en el trabajo, tendientes a mejorar las condiciones laborales desde el riesgo psicosocial en docentes.

Se le sugiere a la Secretaría de Educación del departamento de Caldas realizar controles estrictos en cada institución para verificar el cumplimiento de las funciones encomendadas al Comité Paritario de Seguridad y Salud en el Trabajo de cada institución.

### **Recomendaciones para el sector académico.**

Se recomienda para futuras investigaciones sobre estrés y ansiedad con población docente, se incluyan otras variables independientes de estudio como el trabajo en casa, diferentes tipos de contrato, carga laboral, dominio o manejo de las TICs y áreas de desempeño laboral (aulas unitarias o aulas convencionales). Se sugiere incluir en la investigación una participación mayor por parte de los docentes.

## Referencias.

- Alvites-Huamani, C. G. (2019). Estrès Docentes y Factores Psicosociales de Latinoamérica, Norteamèrica y Europa. *Propòsitos y Representaciones*, 141-159.
- Cadena-Iñiguez, P., Rendón-Medel, R., Aguilar-Ávila, J., & Salinas-Cruz. (2017). Métodos cuantitativos, métodos cualitativos o su combinación. *Revista Mexicana de Ciencias Agrícolas*, 1603-1617.
- Cladellas Pros, R., Castellò Tarrida, A., & Parrado Romero, E. (2018). Satisfacciòn, salud y estrès laboral del profesorado universitario segùn su situaciòn contractual. *Salud Pública*, 53-59.
- Educaciòn, M. d. (10 de Diciembre de 2002). CAPÍTULO II. Paràmetros. *Decreto 3020 de 2002*. Bogotá, D.C, Colombia: Diario Oficial 45.028.
- Elena, G. A. (2002). Estrès: desarrollo històrico y definiciòn. *Revista Argentina de Anestesiología*, 60(6), 350-353. Obtenido de Estrès: desarrollo històrico y definiciòn: [https://www.anestesia.org.ar/search/articulos\\_completos/1/1/279/c.pdf](https://www.anestesia.org.ar/search/articulos_completos/1/1/279/c.pdf)
- Flores, M. V. (Enero de 2013). *EL ESTRÉS EN EL TRABAJO: UN ENFOQUE SICO-ADMINISTRATIVO*. Obtenido de Univerisas Veracruzana: <https://www.uv.mx/iiesca/files/2013/01/estres1996.pdf>
- Gomez, C. A. (2011). Aspectos Normativos en la Legislaciòn Colombiana para la determinaciòn como enfermedad profesional del estrès laboral. *CES Salud Pública*, 85-90.
- Lemos, M., Calle, G., Roldàn, T., Valencia, M., Orejuela, J. J., & Román Calderon, J. P. (2019). Factores psicosociales asociados al estrès en profesores universitarios colombianos. *Diversitas: Perspectivas en psicología*, 15(1), 61-72.
- Maiko Deffaveri, C. P. (2020). Sintomas de Ansiedade e Estresse em professores de educacao básica. *Cadernos de Pesquisa*, 827.

Matabanchoy, S. M., Lasso, E. N., & Pantoja, M. A. (2017). Estrès en funcionarios de Instituciones Educativas Pùblicas . *Revista Virtual de Ciencias Sociales y Humanas "PSICOESPACIOS"*, 37-60.

Mendes Rodrigues, L. T., Campelo Largo, E., Pinheiro Landim Almeida, C. A., Pires Ribeiro, I., & Vasconcelos Mesquita, G. (2020). Estrès y depresiòn en docentes de una instituciòn pùblica de enseñaanza. *ENFERMERÍA GLOBAL Revista electrònica trimestral de enfermería* , 209-220.

Navarra, G. d. (20 de Septiembre de 2020). *Salud Navarra*. Obtenido de Tipos Trastornos Ansiedad:  
[http://www.navarra.es/home\\_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Mi+enfermedad/Trastornos+de+ansiedad/Introduccion/Tipos+trastornos+ansiedad/](http://www.navarra.es/home_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Mi+enfermedad/Trastornos+de+ansiedad/Introduccion/Tipos+trastornos+ansiedad/)

Ojeda, C. (2003). Historia y redescrpciòn de la angustia clìnica. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 95-102.

psicólogos, C. G. (2011). EVALUACIÓN DEL INVENTARIO (BAI). *Miembro de la Federación Europea de Asociaciones de Psicólogos*, 14 .

Repùblica, C. d. (11 de Julio de 2011). Artículo 4o. *Ley 1562 del 2012*. Colombia: Diario Oficial No. 48.488.

Sierra, J. C., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrès: tres conceptos a diferencias. *Revista Mal-Estar e Subjetividade*, III(1), 10-59.

Social, M. d. (2010). *Batería de instrumentos para la evaluaciòn de Riesgo psicosocial*. Bogotá DC: Pontificia Universidad Javeriana.

Social, M. d. (05 de Agosto de 2014). Por el cual se expide la Tabla de Enfermedades Laborales. *Decreto 1477 de 2014*. Bogotá D.C, Colombia: MINISTERIO DE TRABAJO.

Victor H. Charria, K. V. (2011). Factores de Riesgo Psicosocial Laboral. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 29, 4.