



Estudio comparativo del estrés en los docentes de las facultades de educación y ciencias sociales de la universidad nacional José Faustino Sánchez Carrión

Comparative study of stress in teachers of the education and social sciences faculties of José Faustino Sanchez Carrion national university

Norma Adela Moreno Rivera ¹, Perfecta Zobeida Fernández Guzmán², Maritza Isabel Martínez Loli¹, Julia María Yábar Rayo², Miriam Vidaurre Barzola¹

RESUMEN

Objetivo: Comparar los niveles de estrés de los docentes de las facultades de Educación y Ciencias sociales de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho.

Material y Métodos: Investigación descriptiva comparativa transversal; se recogió información relevante de dos muestras respecto al estrés en docentes universitarios. La población estuvo formada por 150 docentes de la Facultad de Educación (FE) y 65 docentes de la Facultad de Ciencias Sociales (FCS) y la muestra de tipo no probabilística es del 27,33% para la FE y por el 30,76 % para la Facultad de FCS. Para la recolección de datos se empleó el Test de Maslach que evalúa tres dimensiones: Cansancio emocional, despersonalización y realización personal y está constituido por 22 ítems con 6 alternativas de respuesta. La hipótesis planteada fue que existen diferentes niveles de estrés en los docentes de las Facultades de Educación y Ciencias Sociales.

Resultados: En el procesamiento de la información se utilizó las estadísticas básicas para la descripción de los datos obtenidos: la edad promedio es de 56 años en los docentes de FE y de 49, 6 años para los docentes de la FCS; en la docimasia de hipótesis general se aplicó la Prueba de U de Mann Whitney, demostrándose que los docentes de ambas facultades presentan estrés de nivel medio.

Conclusión: No hay diferencias significativas en el nivel de estrés en docentes de ambas facultades.

Palabras clave: Estrés, agotamiento emocional, despersonalización, realización personal, docencia

ABSTRACT

Objective: To compare the stress levels of teachers in the faculties of Education and Social Sciences-José Faustino Sánchez Carrion National University Huacho.

¹ Facultad de Ciencias Sociales.

² Facultad de Educación.



Material and Methods: A descriptive cross-comparative research; two samples relevant information about stress in academics collected. The population consisted of 150 teachers of the Faculty of Education (FE) and 65 teachers of the Faculty of Social Sciences (FCS) and non-probabilistic sample rate is 27.33% for FE and 30.76% for the Faculty of FCS. Emotional exhaustion, depersonalization and personal accomplishment and is composed of 22 items with 6 response alternatives: For data collection the Maslach test that assesses three dimensions was used. We hypothesized that different level of stress in teachers of the Faculty of Education and Social Sciences.

Results: In the information processing basic statistics to describe the data obtained was used: age 'average is 56 teachers in FE and 49, 6 years for teachers of FCS; the general hypothesis docimasia Test U of Mann Whitney was applied, showing that teachers from both schools have mid-level stress.

Conclusion: No significant differences in the level of stress in teachers of both schools.

Keywords: Stress, emotional exhaustion, depersonalization, personal accomplishment, teaching

INTRODUCCIÓN

En la Psicología, Sociología, Pedagogía, etc. se ha desarrollado un gran interés por el estudio del estrés y los factores psicosociales relacionados con el trabajo y la repercusión de éstos sobre la salud de los trabajadores. Lazarus y Folkman (1986) señalan que el estrés es un conjunto de relaciones particulares entre las personas y la situación, siendo está valorada por la persona como algo grave o excede sus propios recursos y que pone en peligro su bienestar personal. Al respecto Padilla, A., Gómez, C. y otros (2009) realizaron un estudio: *Prevalencia y características del síndrome del agotamiento profesional (SAP) en docentes de tres colegios públicos de Bogotá (Colombia)*, cuyo objetivo fue: determinar la prevalencia y las características asociadas al síndrome de agotamiento profesional; trabajaron con 343 docentes que constituyó el 93,67% de la población, utilizaron el Inventario de Maslach para el agotamiento profesional y un cuestionario diseñado para evaluar factores socio demográficos, personales y laborales, llegando a las siguientes conclusiones: el síndrome de agotamiento profesional tuvo una prevalencia de 15,4% para los docentes.

Por otro lado, Salas, J. (2010) realizó un estudio: *Bienestar Psicológico y Síndrome de Burnout en docentes de la UGEL N°7-Lima*, cuyo objetivo fue: Establecer la relación entre el bienestar psicológico y el síndrome de Burnout en Docentes de la UGEL N°7 evaluó a un total de 179 docentes de ambos sexos de los niveles de inicial, primaria y secundaria y llegó a la siguiente conclusión: estadísticamente el síndrome de Burnout se presentó en un nivel alto.

Ponce, C. León, R. y otros (2005), desarrollaron la investigación denominado: *El Síndrome del "Quemado" por Estrés Laboral Asistencial en Grupos de Docentes Universitarios*, tuvo como objetivo: Conocer la posible presencia del síndrome del "quemado" por estrés laboral asistencial en grupos de docentes de una Universidad Nacional, pertenecientes a diversas áreas de especialidad. El diseño fue descriptivo, comparativo y correlacional, de carácter analítico, realizado en profesores universitarios distribuidos en cinco áreas de especialidad en el cual se trató de detectar la presencia e



implicancias del síndrome del "Burnout", trabajaron con una muestra de 274 docentes de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, pertenecientes a cinco áreas de especialidad: Ciencias de la Salud, Ingenierías, Letras: Educación-Derecho y Administración: Economía-Contabilidad; respectivamente y que ha sido seleccionada a través de un muestreo no-probabilístico de tipo intencional. El instrumento utilizado ha sido el MBI-Inventario "Burnout" de Cristina Maslach y Susan Jackson, quienes llegaron a las siguientes conclusiones: Los docentes de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos presentaron evidencias del síndrome del "quemado" por estrés laboral asistencial. El análisis cualitativo permitió apreciar diferencias en la presencia del "Burnout" según áreas de especialidad. No hallaron diferencias en las etapas del "Burnout" en relación a las variables sexo, estado civil y práctica de deporte. Existieron diferencias significativas en las etapas del "Burnout" en relación a las variables problemas de salud y condición docente. A mayor tiempo de servicios y a mayor tiempo en la profesión, se detectó menor cansancio emocional, menor despersonalización y mayor realización personal, y viceversa. Los docentes que tienen problemas de salud infieren mayor cansancio emocional y mayor despersonalización.

Si consideramos que el ser humano permanentemente está en proceso de adaptación a las diferentes situaciones del día a día, desde que nace el organismo tiene que adaptarse a su contexto, sin embargo esta adaptación se da en la interacción del hombre con su medio, es así que según Bensabat (1987) el estrés es la respuesta de la persona a demandas muy dispares llamadas estresores y como respuesta de adaptación se produce un estado de estrés que se manifiesta como un conjunto de modificaciones fisiológicas, psicológicas y de rendimiento provocadas por condiciones biológicas, psicológicas, somáticas, funcionales y orgánicas, evaluables que permiten evidenciar el estado de estrés negativo o distres; en este trabajo nos vamos a referir al estrés, entendiéndose como todo aquello que disgusta, todo cuanto se hace a pesar de nosotros, en contradicción de uno mismo, su medio ambiente y su propia capacidad de adaptación.

Asimismo, Lazarus y Folkman (1986) señala que "el estrés es el resultado de la relación entre el individuo y el entorno. Evaluado por aquel como amenazante, que desborda sus recursos debido a la presencia de demandas de tareas, roles interpersonal y físico y pone en peligro su bienestar (p:54).

Para este trabajo nos hemos planteado la siguiente hipótesis: Existe diferentes niveles de estrés en los docentes de las FE y FCS y tiene como objetivo comparar los niveles de estrés de los docentes de las facultades de Educación y Ciencias sociales de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.

MATERIAL Y MÉTODOS

Este estudio corresponde a una investigación descriptiva, comparativa y transversal; cuyo propósito es recolectar información relevante en varias muestras respecto a un mismo fenómeno y luego caracterizar este fenómeno en base a la comparación de datos recogidos. La población estuvo formada por 150 docentes de la FE y 65 docentes de la FCS y la muestra de tipo no probabilística está formada por el 27,33% de FE y por el 30, 76% para la FCS. Se utilizó el Test de Maslach que comprende tres dimensiones: Agotamiento emocional, despersonalización y realización personal y contiene 22 ítems; cuya calificación y categorización es como sigue:

Tabla 1. Categorización del Test de Maslach



CATEGORÍAS

DIMENSIONES	BAJA	MEDIA	ALTA
Agotamiento emocional	0 a 18	19 a 26	27 a más
Despersonalización	0 a 05	06 a 09	10 a más
Realización personal	0 a 30	31 a 39	40 a más
TOTAL	0 a 33	34 a 66	67 a 99

RESULTADOS

Se encontró que la edad de los docentes de la FE es mayor con respecto a la edad de los docentes de la FCS; la dispersión de edades de los docentes de la FE demuestra que la edad es mas homogénea con respecto a la dispersión de las edades de los docentes de la FCS. En ambos grupos se encontró una asimetría negativa, lo que indica que la mayoría de los docentes son de mayor edad con respecto a la edad promedio obtenido. Tabla 2

Tabla 2: Edades de los docentes

	EDAD DE DOCENTES DE FACULTAD DE EDUCACION	EDAD DE DOCENTES DE FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
N	Válidos 41	20
	Perdidos 0	0
Media	56,00	49,60
Mediana	58,00	50,00
Moda	61	50
Desviación típica	8,576	10,133
Varianza	73,550	102,674
Asimetría	-,266	-,079
Error típico de asimetría	,369	,512
Curtosis	-,677	-,327
Rango	33	39
Mínimo	38	30
Máximo	71	69

Con respecto a la clasificación de los docentes según su categoría, se obtuvo los datos que se indican en la siguiente Tabla 3, donde se observa que en la FE hay mayor porcentaje de docentes de Categoría Principal y en la FCS el porcentaje es mayor en la Categoría Auxiliar.



Tabla 3: Categoría de los docentes

		FACULTAD DE EDUCACION		FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES	
		Frecuencia	%	Frecuencia	%
Válidos	PRINCIPAL	15	36,6	6	30.0
	ASOCIADO	13	31,7	6	30.0
	AUXILIAR	13	31,7	8	40.0
	Total	41	100,0	20	100,0

Se aplicó la Prueba Alfa de Cronbach para conocer la fiabilidad del instrumento de recolección de datos (Test de Maslach), obteniendo para ambas facultades una confiabilidad alta. Tabla 4

Tabla 4: Prueba de alfa de Cronbach

Estadísticos de fiabilidad		
	Alfa de Cronbach	N de elementos
Facultad Educación	0,789	22
Facultad de Ciencias Sociales	0,895	22

Las estadísticas obtenidas de la aplicación del Inventario de Maslach son para: La FCS una Media = 58,5 y para la FE una Media = 53,32 donde se estaría observando que el mayor promedio de estrés estarían presentando los docentes de FCS. Con respecto a la variabilidad de las respuestas obtenidas se encuentran mas dispersas en los docentes de FCS Tabla 5

Tabla 5: Resumen de la aplicación del Inventario de Maslach

	GRUPOS	N	Media	Desviación típica	Error típico de la media
PUNTAJES OBTENDOS	FACULTAD EDUCACION	41	53,32	9,832	1,536
	FACULTAD CIENCIAS SOCIALES	20	58,15	22,866	5,113



En la sub escala de *Agotamiento*, la puntuación máxima es de 54 puntos y cuanto mayor es la puntuación, mayor es el agotamiento o pérdida de recursos emocionales y describen sentimientos de estar saturado y cansado emocionalmente por el trabajo. En la sub escala de *Despersonalización*, valora el grado en que cada uno reconoce actitudes de frialdad, falta de sentimiento e insensibilidad hacia los sujetos y distanciamiento. La puntuación máxima es de 30 puntos y cuanto mayor es la puntuación, mayor es la despersonalización y la sub escala de *Realización Personal*, la puntuación máxima es de 48 puntos y cuanto mayor es la puntuación, mayor es la realización personal. Describen sentimientos de competencia y eficacia en el trabajo.

En la FE, el 90.24% de los docentes presentan un nivel BAJO de agotamiento, el 61% de los docentes tienen un ALTO nivel de despersonalización y el 56.10% de los docentes presentan un nivel ALTO de Realización Personal.

En la FCS, el 80.0% de los docentes presentan un nivel BAJO de agotamiento, el 55% de los docentes tienen un ALTO nivel de despersonalización, el 35 % tienen un nivel MEDIO de despersonalización, el 25% de los docentes presentan un nivel BAJO de Realización Personal, el 35% un nivel MEDIO y el 40% tienen un nivel del ALTO. Tabla 6

Tabla 6: Estrés de los docentes de las Facultades de Educación y de Ciencias Sociales, según Sub escalas, por Niveles

NIVELES	SUBESCALAS											
	AGOTAMIENTO				DESPERSONALIZACION				REALIZACION PERSONAL			
	FAC. EDUC		FAC. C.S		FAC. EDUC		FAC.C.S		FAC. EDUC		FAC. C.S	
BAJO	37	90%	16	80%	25	61%	11	55%	5	12%	5	25%
MEDIO	4	10%	0	0%	12	29%	7	35%	13	32%	7	35%
ALTO	0	0%	4	20%	4	10%	2	10%	23	56%	8	40%
	41		20		41		20		41		20	

Se aplico la Prueba de Normalidad para ver la distribución de los datos obteniendo que los datos no presentan una distribución normal, se aplicó la Prueba no paramétrica U de Mann Whitney para docimar la hipótesis general.

Al contratar la hipótesis general: Existe diferencia significativa en los niveles de estrés de los docentes de las Facultades de Educación y de Ciencias Sociales., se obtuvo un sig. Bilateral de 0,7120, lo cual nos indica que el nivel de estrés de los docentes de ambas facultades es estadísticamente igual a un 95% de confiabilidad

Para la hipótesis específica 1: El nivel de estrés de los docentes de la Facultad de Educación no es Bajo (no están estresados), se obtuvo un Sig =0.000, lo cual nos indica el estrés de los docentes de la FE es de nivel medio a un 95% de confiabilidad.

Para la hipótesis específica 2: El nivel de estrés en los docentes de la FCS no es Bajo, se obtuvo un Sig=0.000, lo cual indica que los docentes de esta facultad presentan estrés de nivel de medio al 95% de confiabilidad

DISCUSIÓN

Se concluyó en que los niveles de estrés entre los docentes de las facultades en mención no tienen diferencias significativas, pues presentan igual nivel de estrés debido a que poseen mayores respuestas del cuerpo a condiciones externas que perturban su equilibrio emocional, al deseo de huir de la situación que lo provoca o confrontarla



violentamente; y que fuera precisado estadísticamente por la prueba t de Student para muestras independientes.

El estudio comparativo también arrojó según las dimensiones estudiados por el MBI de Maslach: que los docentes de ambas facultades presentan menores niveles de agotamiento emocional, menores niveles de despersonalización y un mayor nivel de realización personal. Sin embargo con la aplicación de los estadísticos básicos se infiere que existe mayor promedio de puntajes en las respuestas y por lo tanto una mayor variabilidad en los docentes de la Facultad de Ciencias Sociales.

Los docentes de la FCS y FE presentan edad promedio de 49 y 56 años respectivamente, esto nos indica las diferencias que existen en estos dos grupos; así, según la teoría psicosocial de Erickson concluimos que los docentes de la FCS están en promedio en la etapa de Adulto Medio donde se busca el logro de un equilibrio apropiado entre la productividad y el estancamiento; en cambio, los docentes de la FE se encuentran en Adultez Tardía donde su tarea primordial es lograr una integridad con un mínimo de desesperanza.

Es así que el estudio comparativo demuestra que los docentes de ambas facultades tiene niveles medios de estrés y que este fenómeno si no se da la debida atención en el manejo puede generar consecuencias mayores sobre las personas (estrés, insatisfacción), o sobre la institución (ausentismo, conflictividad, disminución de la calidad del trabajo y la productividad, etc.).

Los resultados nos indican que los docentes de ambas facultades presentan un nivel de ESTRÉS MEDIO equivalente al estrés agudo que nos señala el APA, cuyas características son: enojo o irritabilidad, ansiedad, depresión, problemas musculares, dolores de cabeza, dolor de espalda, dolor en la mandíbula y las tensiones musculares, problemas estomacales e intestinales como acidez, flatulencia, diarrea, estreñimiento y síndrome de intestino irritable y sobreexcitación pasajera que deriva en elevación de la presión sanguínea, ritmo cardíaco acelerado, transpiración de las palmas de las manos, palpitaciones, mareos, migrañas, manos o pies fríos, dificultad para respirar, y dolor en el pecho.

Haciendo comparaciones con las sub dimensiones, tenemos que ambos grupos de docentes, presentan bajos niveles de *agotamiento emocional*, es decir, una mínima sensación de estar exhaustos emocionalmente por las demandas del trabajo académico. Asimismo, en la sub dimensión *despersonalización*, la mayoría de docentes de ambas facultades poseen bajos niveles porque al menos cada uno reconoce actitudes de frialdad, distanciamientos y falta de sentimientos hacia los sujetos objeto de atención. Por último, los docentes de ambas facultades tienen un alto nivel en la sub dimensión *realización personal*, que se caracteriza por una buena percepción en sus capacidades de autoeficacia y auto eficiencia en su labor y fuertes sentimientos de competencia y realización exitosa en el trabajo hacia los demás. Mientras que Ponce, C. & otros (2005) y otros concluyeron en su investigación realizada en docentes de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, quienes presentaron evidencias del síndrome del quemado en la fase avanzada del estrés profesional y se produce cuando se desequilibran las expectativas en el ámbito profesional y la realidad del trabajo diario, produciéndose desmotivación, desinterés, malestar interno e insatisfacción laboral en el sujeto que lo padece, el cual infiere "tensión" al interactuar y al tratar reiteradamente con otras personas a diferencia de los docentes de la Universidad de Huacho que poseen un estrés de nivel medio, probablemente debido a la mínima exposición a estresores externos: transporte inseguridad, tiempo prolongado de los docentes fuera del hogar, etc. que puede ser motivo de otra investigación.

Asimismo, Padilla, A., Gómez, C. y otros (2009) concluyeron que el síndrome de agotamiento profesional en los docentes de tres colegios públicos de Bogotá -Colombia,



tienen una prevalencia de 15,4% y por otro lado; Salas, J. (2010) en su investigación con docentes de la UGEL N° 7- Lima en los niveles de inicial, primaria y secundaria; llegó a la conclusión que el Síndrome de Burnout en dichos docentes se presenta en un nivel alto.

La institución universitaria debe velar por la salud de sus integrantes, como son los docentes en las diferentes categorías: principales, asociados y auxiliares; quienes laboran en condiciones de trabajo y estrés entendido como una reacción física y mental del individuo por adaptarse en cualquier edad fenómeno que se presenta cuando las demandas de la vida se perciben demasiado difíciles y que la edad parece no influir directamente en la adquisición del Burnout , pero hay períodos de vulnerabilidad en el desarrollo personal, tal y como resulta de la obtención de datos recogidos en este estamento universitario.

AGRADECIMIENTO

A todos aquellos docentes de la FE y FCS que apoyaron en la aplicación del test y que permitió arribar a los resultados antes mencionados.

REFERENCIAS

1. American Psychological Association Help center. (2014): *Los Distintos Tipos de Estrés*. Adaptado de The Stress Solution de Lyle H. Miller, PhD, y Alma Dell Smith, PhD.en: <http://www.apa.org/centrodeapoyo/tipos.aspx>.
2. Atalaya, M. (2001). *Estrés Laboral y su Influencia en el Trabajo*. Revista Industrial Data, IV – 2, Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
3. Bensabat, S. (1984): *Stress; España: Mensajero*.
4. Erikson, E. (2000): *El Ciclo Vital Completado; Barcelona: Paidós*.
5. Gonzales, N. (2008): *Prevalencia del Estrés en la Satisfacción Laboral de los Docente Universitarios; Maracaibo: Zulía*.
6. Guerrero, E. (1999): Tesis Doctoral *Estrés y Burnout en el Profesorado Universitario en la Universidad de Extremadura: España*.
7. Guerrero, E. (2002). *Modos de Afrontamiento de Estrés Laboral en una Muestra de Docentes Universitarios*. Revista interuniversitaria de formación del profesorado, ISSN 0213-8646, N° 43, 2002, págs. 93-112.
8. Huben, G. (1980). *Stress y Conflictos: Métodos de Superación; Madrid: Paraninfo*.
9. Herranz, J. (2006). *La Prevalencia del Estrés Laboral Asistencial entre los Profesores Universitarios*. Universidad de Alicante, Vol. 32 N° 146 – España.
10. Lazarus. RS y Folkman, S (1986). *Estrés y Proceso Cognitivo; Barcelona: Martínez Roca*.
11. Orellana, O. (1998). *Desarrollo Cognitivo; Lima: Tarea*.
12. Padilla, A., y otros (2009). *Prevalencia y Características del Síndrome de Agotamiento Profesional (SAP) en Docentes de Tres Colegios Públicos de Bogotá-Colombia* en <http://Scholar.Google.com.pe/scholar?q=tesis+sobre+estrés+laboral+en+profesores+de+colegios+de+chile>.
13. Ponce, C. y otros (2005). *El Síndrome del (Quemado) por Estrés Laboral Asistencial en Grupos de Docentes Universitario; Revista de investigación psicológica, VIII, 2 Facultad de Psicología; Lima: San Marcos. Págs. 87-112*.
14. Salas, J. (2010): *Bienestar Psicológico y Síndrome de Burnout en Docentes de la UGEL N°7-Lima* en [http://www.unmsm.com.pe/index.pdf/RCSP/article/view File/177/9009](http://www.unmsm.com.pe/index.pdf/RCSP/article/view/File/177/9009).
15. Sánchez de Gallardo, M. y Maldonado, L. (2003): *Estrés en Docentes Universitarios; Caso Luz, Urbe y Única*. Revista de Ciencias Sociales 9, 2 Maracaibo. Págs. 323-335