

## Estudio comparativo del nivel de estrés de los docentes de las Facultades de Educación y Ciencias Sociales de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

Comparative study of the stress level of teachers in the Faculties of Education and Social Sciences  
Jose Faustino Sánchez Carrion National University

Norma Adela Moreno Rivera<sup>1</sup>, Perfecta Zobeida Fernández Guzmán<sup>2</sup>, Maritza Isabel Martínez Loli<sup>1</sup>,  
Julia María Yábar Rayo<sup>2</sup>, Miriam Vidaurre Barzola<sup>1</sup>

### 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. **Métodos:** Fue una investigación descriptiva transversal. La población estuvo formada por 150 docentes de la Facultad de Educación y 65 docentes de la Facultad de Ciencias Sociales. La muestra de tipo no probabilística es del 27,33% para la Facultad de Educación y de 30,76% para la Facultad de Ciencias Sociales. Para la recolección de datos se empleó el Test de Maslach que evalúa tres dimensiones: Cansancio emocional, despersonalización y realización personal, y constituido por 22 ítems con 6 alternativas de respuesta. Para el procesamiento de la información se utilizó el programa estadístico SPSS versión 20. **Resultados:** La edad promedio fue de 56 años en los docentes de la Facultad de Educación y de 49,6 años para los docentes de la Facultad de Ciencias Sociales; para la docimasia de la hipótesis general se aplicó la Prueba de U de Mann Whitne, demostrándose que los docentes de ambas facultades presentan estrés de nivel medio. **Conclusión:** No hay diferencias significativas en el nivel de estrés en los 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 Carrión National University Huacho. **Methods:** It was a descriptive investigation. The population consisted of 150 teachers of the Faculty of Education and 65 teachers of the Faculty of Social Sciences. The nonrandom sample rate is 27.33% for the Faculty of Education and 30.76% for the Faculty of Social Sciences. Emotional exhaustion, depersonalization and personal accomplishment, and consists of 22 items with 6 response alternatives: For data collection the Maslach test that assesses three dimensions was used. For information processing SPSS version 20 was used. **Results:** Mean age was 56 years in the teaching of the Faculty of Education and 49.6 years for teachers of the Faculty of Social Sciences; for the general hypothesis docimasia Test Whitne Mann was applied, showing that teachers from both schools have mid-level stress. **Conclusion:** No significant differences in the level of stress in teachers from both schools.

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

<sup>1</sup> Facultad de Ciencias Sociales. Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.

<sup>2</sup> Facultad de Educación. Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.

## INTRODUCCIÓN

En 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 estos 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 esta valorada por la persona como algo grave o que excede sus propios recursos y que pone en peligro su bienestar personal.

Padilla et al. (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 demográfico, personal y laboral. Llegaron a la conclusión de que el síndrome de agotamiento profesional tuvo una prevalencia de 15,4% para los docentes.

Por otro lado, Salas (2010), realizó el 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 conclusión de que estadísticamente el síndrome de Burnout había presentado un nivel alto.

También Ponce, Bulnes, Aliaga, Atalaya, y Huertas (2005), desarrollaron la investigación denominado: *El Síndrome del "Quemado" por estrés laboral asistencial en grupos de docentes universitarios*, con el objetivo de conocer la posible presencia del síndrome del "quemado" por estrés laboral asistencial en grupos de docentes de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. (UNMSM). El diseño fue descriptivo, comparativo y correlacional, de carácter analítico, se trató de detectar la presencia e implicancias del síndrome del "Burnout". Trabajaron con una muestra de 274 docentes de la UNMSM, pertenecientes a cinco

áreas de especialidad: Ciencias de la Salud, Ingenierías, Letras: Educación-Derecho y Administración: Economía-Contabilidad; seleccionada a través de un muestreo no-probabilístico de tipo intencional. El instrumento utilizado fue el MBI-Inventario "Burnout" de Cristina Maslach y Susan Jackson; y llegaron a las siguientes conclusiones: Los docentes de la (UNMSM) 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 presentan 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.

Lazarus, y Folkman (1986), señalan 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 interpersonales y físicos y pone en peligro su bienestar.

La hipótesis planteada Existe diferentes niveles de estrés en los docentes de las Facultades de Educación y Ciencias Sociales. El objetivo, comparar los niveles de estrés de los docentes de las Facultades de Educación y de Ciencias Sociales de la Universidad José Faustino Sánchez Carrión – Huacho.

### MATERIAL Y MÉTODOS

Se realizó una investigación descriptiva, comparativa y transversal; cuyo propósito es recolectar información relevante en varias muestras respecto a un mismo fenómeno y luego caracterizar en base a la comparación de datos recogidos. La población estuvo formada por 150 docentes de la facultad de

educación y 65 docentes de la facultad de ciencias sociales y la muestra de tipo no probabilística formada por el 27,33% de la Facultad de Educación y por el 30,76% para la Facultad de Ciencias Sociales. Se utilizó el Test de Maslach que comprende tres dimensiones: Agotamiento emocional, despersonalización y realización personal y consta de 22 ítems, cuya categorización es como sigue:

Al aplicar la prueba de Kolmogorov-Smirnov se obtuvo valores del sig < 0,05 en la distribución de los datos en ambas facultades, por lo que se aplicó la prueba no paramétrica U de Mann Whitney para docimar la hipótesis planteada (Tabla 2).

**Tabla 1.** Categorización del Test de Maslach.

Dimensiones	Categorías		
	Baja	Media	Alta
Agotamiento emocional	0 a 18	19 a 26	27 a más
Despersonalización	0 a 50	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

Fuente: Buzzetti, M.(2005)

**Tabla 2.** Prueba U de Mann Whitney para dos muestras independientes Estadísticos de contraste

Estadísticos de contraste <sup>a</sup>	
Puntajes obtenidos de todos los Docentes	
U de Mann-Whitney	386,000
W de Wilcoxon	1 247,000
Z	-0,369
Sig. asintót. (bilateral)	0,712

a. Variable de agrupación: grupos de Educación y de Ciencias Sociales

### RESULTADOS

Se encontró que la edad de los docentes de la Facultad de Educación es mayor con respecto a la de los docentes de la Facultad de Ciencias Sociales; la dispersión de edades de los

docentes de la facultad de educación demuestra que es más homogénea. En ambos grupos se demostró una asimetría negativa, lo que indica que la mayoría de los docentes tienen una edad sobre la edad promedio obtenido (Tabla 3).

**Tabla 3.** Edades de los docentes.

		Facultad de Educación	Facultad de Ciencias Sociales
N	Válidos	41	20
	Perdidos	0	0
Media		56,60	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		0,369	0,512
Curtosis		-,677	-,327
Rango		33	39
Mínimo		38	30
Máximo		71	69

En la facultad de educación hay mayor porcentaje (36,6%) de docentes en la categoría principal y en la facultad de ciencias sociales el porcentaje es mayor en la Categoría Auxiliar (40%).

Para conocer la fiabilidad del test de Maslach se aplicó la Prueba Alfa de Cronbach, obteniendo para ambas facultades una confiabilidad alta. Tabla 4

Las estadísticas obtenidas de la aplicación del Inventario de Maslach son para: La Facultad de Ciencias Sociales una Media = 58,15 y para la Facultad de Educación una Media = 53,32 donde se estaría observando que el mayor promedio de estrés estuvo presente en los

**Tabla 4.** Prueba de alfa de Cronbach.

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

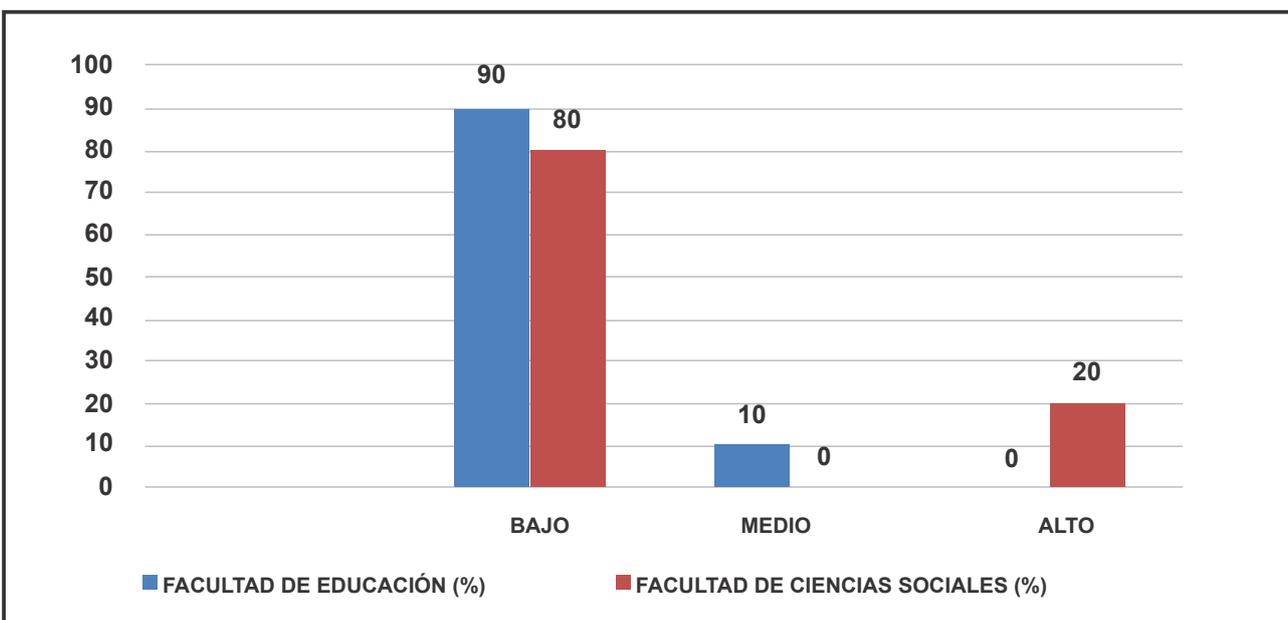
docentes de Facultad de Ciencias Sociales. Con respecto a la variabilidad de las respuestas obtenidas se encuentran más dispersas en los docentes de Facultad de Ciencias Sociales (Tabla 5).

**Tabla 5.** Resumen de la aplicación del Inventario de Maslach.

	Grupos	N	Media	Desviación típica	Error típico de la media
<b>Puntajes obtenidos</b>	Facultad de Educación	41	53,32	9,832	1,536
	Facultad de Ciencias Sociales	20	58,15	22,866	5,113

En la sub escala de Agotamiento, la puntuación máxima es de 54 puntos, que significa que a mayor puntuación mayor es el agotamiento; aquí se precisa que el 90% de los docentes de la Facultad de Educación presentan un nivel bajo de agotamiento al igual que el 80% de

docentes de la Facultad de Ciencias Sociales tienen niveles bajo de agotamiento; resultados que demuestran que ambos grupos tienen mínima situación de pérdida de recursos emocionales, de sentimientos de saturación y de cansancio emocional en el trabajo (Figura 1).



**Figura 1.** Sub escala de agotamiento en docentes de las facultades de Educación y Ciencias Sociales.

Por otro lado, en la sub escala de Despersonalización; la puntuación máxima es de 30 puntos, que significa que a mayor puntuación mayor es la despersonalización que poseen, es así que los datos arrojaron que el 61% de los docentes de la facultad de educación presentan bajos niveles de despersonalización, igual que el 55% de docentes de la facultad de ciencias sociales tienen bajos niveles de despersonalización; sin embargo, hay que considerar un dato en este

misma facultad ya que el 35% de los docentes se encontraron con niveles medios de despersonalización, esto significa que la mayoría de docentes tienen pocas actitudes de frialdad, de sentimiento e insensibilidad hacia los sujetos que atiende (estudiantes) que es bastante positivo para la tarea educativa que deben desarrollar; no obstante se necesita reforzar porque el proceso de formación profesional requiere de la relación permanente entre estudiantes y maestros.

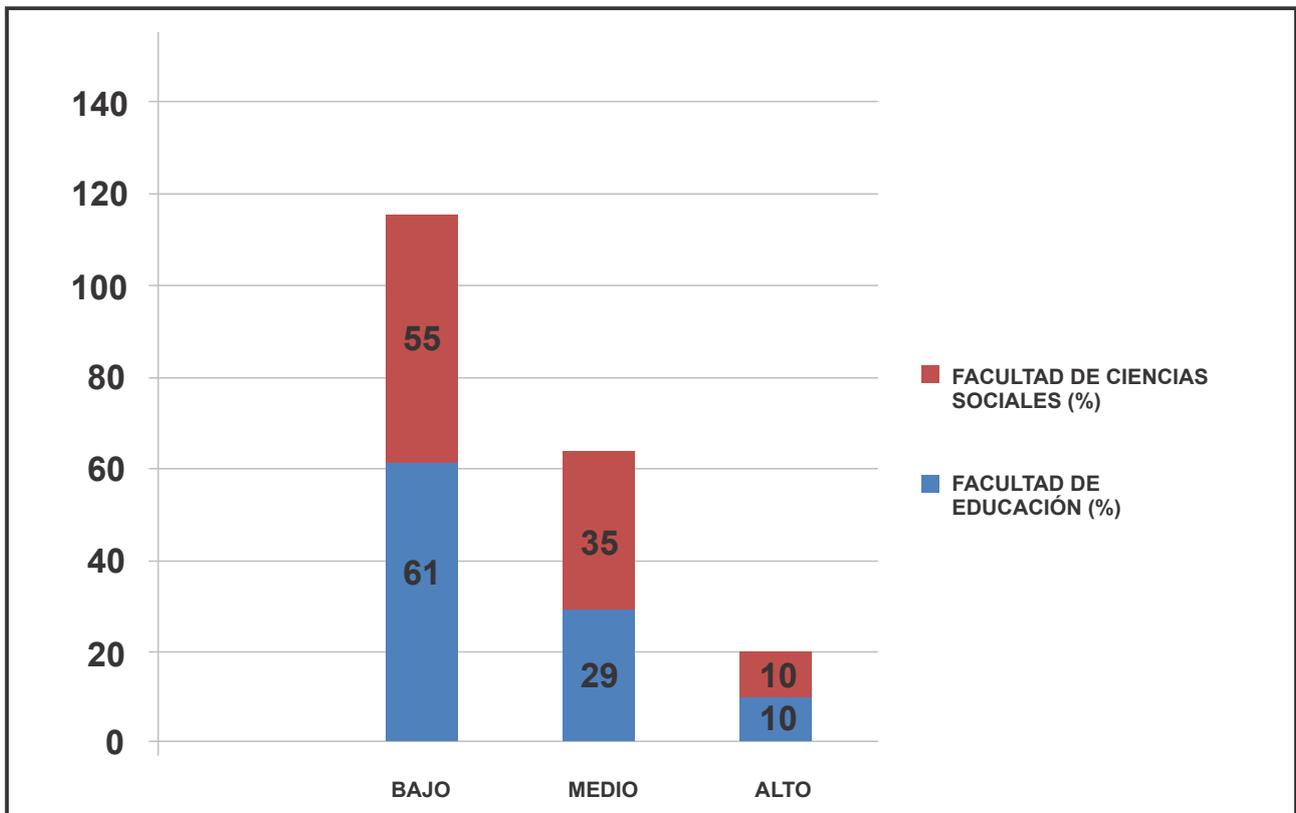


Figura 2. Sub escala de despersonalización en docentes de las Facultades de Educación y Ciencias Sociales.

Por último, en la sub escala de Realización Personal, la puntuación máxima es de 48 puntos y cuanto mayor es la puntuación mayor es la realización personal, entonces se tiene que el 56% de docentes de la Facultad de Educación presentan altos niveles de realización personal y el 40% de docentes de la Facultad de Ciencias Sociales manifiesta altos niveles de esta dimensión y el 60% está entre

los niveles medios y bajos; situación notoria que es importante identificar pues aquí se describen sentimientos de competencia y eficacia en el trabajo y cuyos niveles deben ser altos que permita dar respuesta a los procesos de gestión y acreditación que está asumiendo las carreras profesionales de la universidad.

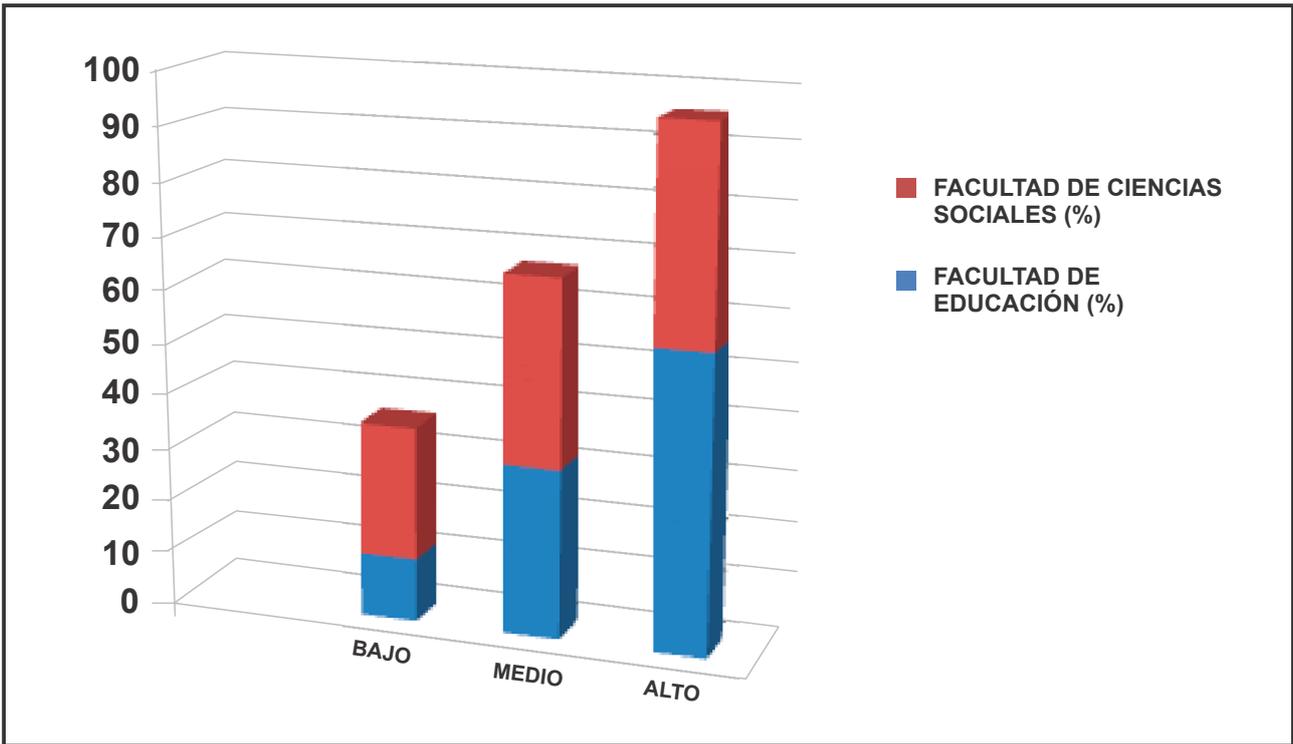


Figura 3. Sub escala de realización personal en docentes de las Facultades de Educación y Ciencias Sociales

**El consolidado de datos de ambas facultades se presenta en la Tabla 6**

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

	Subescalas											
	Agotamiento				Despersonalización				Realización personal			
	Fac. Educ		Fac. CS		Fac. Educ		Fac. CS		Fac. Educ		Fac. CS	
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	49%
	41		20		41		20		41		20	

Al contrastar la hipótesis general se encontró que no existe diferencia significativa en los niveles de estrés en los docentes de las Facultades de Educación y de Ciencias Sociales. Se obtuvo un sig. Bilateral de 0,712; lo cual nos indica que el nivel de estrés de los docentes de ambas facultades es estadísticamente igual a un 95% de confiabilidad.

**DISCUSIÓN**

El estudio comparativo arrojó según las dimensiones estudiadas 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 una mayor variabilidad en los docentes de la Facultad de Ciencias Sociales.

La edad promedio de 49 y 56 años de los docentes de la Facultad de Ciencias Sociales y de facultad de educación, indican las diferencias que existen en estos dos grupos; así, siguiendo a la teoría psicosocial de Erickson (2000), concluimos que los docentes de la Facultad de Ciencias Sociales 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 Facultad de Educación se encuentran en la adultez tardía donde su tarea primordial es lograr una integridad con un mínimo de desesperanza.

El estudio comparativo demuestra que los docentes de ambas facultades tienen 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 American Psychological Association Help Center (2004), 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 la 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 subdimensiones, 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 subdimensión *despersonalización*, la mayoría de docentes de ambas facultades poseen bajos niveles, porque al menos cada uno reconoce actitudes de frialdad, distanciamiento y falta de sentimientos hacia los sujetos. Por último, los docentes de ambas facultades tienen un alto nivel en la sub dimensión de realización personal, que se caracteriza por una buena percepción en sus capacidades de autoeficacia y autoeficiencia en su labor y fuertes sentimientos de competencia y realización exitosa en el trabajo hacia los demás. A diferencia de los resultados de Ponce (2005)

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 que 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 presenta "tensión" al interactuar y al tratar reiteradamente con otras personas a diferencia de los docentes de la Universidad José Faustino Sánchez Carrión de Huacho, quienes 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 et al. (2009), concluyeron que el síndrome de agotamiento profesional en los docentes de tres colegios públicos de Bogotá - Colombia, tienen una prevalencia de 15,4%, por otro lado, Salas (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 a diferentes circunstancias que se presentan cuando las demandas de la vida se perciben demasiado difíciles y que la edad parece no influir directamente en la adquisición del Burnout.

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

## Agradecimiento

A todos aquellos docentes de la Facultad de Educación y Facultad de Ciencias Sociales que nos apoyaron en la aplicación del test y que permitió arribar a los resultados antes mencionados.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

American Psychological Association Help Center. (2004): *Los Distintos Tipos de Estrés*. Adaptado de The Stress Solution de Lyle H. Miller, PhD, y Alma Dell Smith, PhD. New York: Pocket Books. Disponible en: <http://www.apa.org/centrodeapoyo/tipos.aspx>

Bensabat, S. (1984): *Stress*; Bilbao: Mensajero.

Buzzetti, M. (2005). *Validación el Maslach Burnout Inventory (MBI) en dirigentes del Colegio de Profesores A.G. de Chile*. Tesis para optar el título de Psicólogo. Santiago: Universidad de Chile.

Erikson, E. (2000). *El Ciclo Vital Completado*. Barcelona: Paidós.

Lazarus, R & Folkman, S. (1986). *Estrés y Proceso Cognitivo*. Barcelona: Martínez Roca.

Padilla, A., Gómez-Restrepo, C.; Rodríguez, V.; Dávila, M.; Avella-García, Cl.; Caballero, A.; et al. (2009). Prevalencia y características del síndrome de agotamiento profesional (SAP) en docentes de tres colegios públicos de Bogotá (Colombia). *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 38(1), 50-65.

Ponce, C., Bulnes, M., Aliaga, J., Atalaya, M. & Huertas, R. (2005). El Síndrome del (Quemado) por Estrés Laboral Asistencial en Grupos de Docentes Universitarios; *Revista de investigación psicológica*, VIII, (2), 87-112.

Salas, J. (2010): *Bienestar Psicológico y Síndrome de Burnout en Docentes de la UGEL N°7-Lima*. Tesis para optar el grado académico de Magíster en Psicología con Mención en Psicología Clínica y de la Salud. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

**Correo electrónico:** normadelamoreno@hotmail.com

**Revisión de pares:**

**Recibido:** 29-04-2014

**Aceptado:** 15-06-2014