

Correlatos entre el burnout y la salud mental en una muestra de docentes

Correlations between burnout and mental health in a sample of teachers

Marina del Rocío Ramírez Zhindón 
Universidad Técnica Particular de Loja, Ecuador

Para correspondencia:

Marina del Rocío Ramírez Zhindón Correo: mrramirez@utpl.edu.ec

RESUMEN

El burnout es un tema en el campo de salud ocupacional que ha sido trabajado durante las últimas décadas, que es un desgaste crónico, producido por el estrés, se considera importante trabajar en profesionales del ámbito educativo en virtud del tema de pandemia y percepción de algunos docentes ha interpretado esta transmisión como una carga adversa y estresante el tema de teletrabajo. El objetivo de la presente investigación fue identificar la relación existente entre el burnout y la salud mental en una muestra de docentes. Se empleó una metodología transversal con enfoque cuantitativo, con un diseño correlacional, con una muestra no probabilística de 178 profesionales en docencia, se utilizó Inventario MBI de Maslach y Jackson y la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés DASS-21. Los resultados revelan mayoría de los docentes tuvieron un promedio en cansancio emocional 15.69 y despersonalización 3.6, una media de realización personal 39.24. Respecto a salud mental la media más alta fue en estrés con 4.16, seguida por ansiedad 3.05 con una media de y depresión de 2.65. Entre las correlaciones más importante se pudo identificar la relación entre ansiedad, depresión y estrés con cansancio emocional, depresión y despersonalización y realización personal con cada una de las escalas: ansiedad, depresión y estrés. Se considera importante trabajar en la práctica clínica en función de estos resultados para ejecutar líneas de acción para reducir el estrés dentro de las organizaciones educativas.

Palabras claves: agotamiento emocional, despersonalización, realización personal, estrés, ansiedad y estrés.

ABSTRACT

The burnout is a topic in the field of occupational health that has been worked during the last deans, which is a chronic wear, produced by stress, it is considered important to work in professionals of the educational field in virtue of the topic of pandemic and perception of some teachers has interpreted this transmission as an adverse load and stressful the topic of telework. The objective of the present investigation was to identify the existing relation between burnout and mental health in a sample of teachers. A cross-sectional methodology with a quantitative approach was used, with a correlational design, with a non-probabilistic sample of 178 teaching professionals, using Maslach and Jackson's MBI Inventory and the Depression, Anxiety and Stress Scale DASS-21. The results reveal that most of the teachers had an average of emotional exhaustion 15.69 and depersonalization 3.6, a mean of personal accomplishment 39.24. With respect to mental health, the highest mean was stress with 4.16, followed by anxiety 3.05 with a mean of and depression of 2.65. Among the most important correlations, it was possible to identify the relationship between anxiety, depression and stress with emotional fatigue, depression and depersonalization and personal fulfillment with each of the scales: anxiety, depression and stress. It is considered important to work in clinical practice based on these results to implement lines of action to reduce stress within educational organizations.

Keywords: emotional exhaustion, depersonalization, personal fulfillment, stress, anxiety and stress.

INTRODUCCIÓN

El término de burnout fue propuesto por Freudenberger (1974), para referirse al estado físico y mental de los voluntarios que trabajaban en la Free Clinic. Describió cómo estas personas se volvían menos sensibles, poco comprensivas y hasta agresivas con los pacientes, con un trato distanciado y cínico, con tendencia a culpar al paciente de los propios problemas que padecía, lo que redundaba en un deterioro de los cuidados y de la atención profesional a los usuarios de los servicios. Al respecto, se entienden el burnout como un proceso que supone la interacción de variables emocionales (cansancio emocional), cognitivas (falta de realización en el trabajo) y sociales (despersonalización) (Buendía y Ramos, 2001).

El burnout es el agotamiento de los propios recursos emocionales se produce como consecuencia de una exposición prolongada al estrés; la despersonalización como una actitud de ver a los demás con indiferencia, falta

de cercanía y cinismo y, la realización personal reducida representa una falta de un sentido de logro de competencia y eficacia con respecto al flujo de trabajo que se evidencia (Pisanti *et al.*, 2016; Portoghese *et al.*, 2021; Tesi, 2021).

El síndrome de burnout se caracteriza por el agotamiento emocional y disminución de eficacia personal en el trabajo, por lo que brindar apoyo social entre pares surge del reconocimiento de que el bienestar es fundamental para un alto rendimiento; se refiere a la experiencia de ser valorado, nutrido y respetado por quienes existen más cerca de la persona como los colegas de trabajo (Bhuttah y You, 2020; Johnson *et al.*, 2019; Rehman, 2020).

Según refiere, Saldaña (2020) las causas del estrés laboral abarcan una serie de factores como; intrínsecos del trabajo que agrupan las condiciones físicas, ritmo y carga laboral y las tomas de decisiones, los factores procedentes del desempeño de roles que dentro de ellos están los conflictos y ambigüedad de rol, la responsabilidad de tareas y cambios organizacionales, los factores relacionados con el desarrollo de carrera, que son la falta de estabilidad, la incongruencia y crisis de directivos, también están los factores procedentes de la estructura y clima organizacional, que es la falta de participación y nivel de autonomía y finalmente las fuentes de extra organizacionales que son los problemas familiares, crisis personales, problemas económicos, entre otros. Las principales manifestaciones se centran en: fatiga, depresión, irritabilidad, frustración, actitudes frías, alteraciones del sueño, gastrointestinales, desórdenes alimenticios, dolores musculares, obsesión. Esto puede ocasionar todo tipo de enfermedades crónicas no transmisibles, tales como afecciones cardiovasculares, respiratorias. (Rodríguez *et al.*, 2017). Los docentes son profesionales que desempeñan un rol fundamental en el desarrollo de habilidades, valores y competencias en los estudiantes, pero también enfrentan una tarea desafiante y exigente. Por ello, ser docente también implica la probabilidad de sufrir enfermedades ocupacionales asociadas a la salud mental, sobre todo al momento de afrontar situaciones como desmotivación académica, ausencia de recursos, tensión, conflictos por los padres de familia y el poder asumir la responsabilidad de solucionar problemáticas de manera grupal e individual. Eventos que afectan de una u otra forma el desempeño del

docente en la manera de impartir clases, cuestionando su labor y generándoles una sobrecarga emocional relacionada a la ansiedad, estrés y depresión (Tellez, 2022). La salud mental de los docentes se ve perjudicada por aspectos relacionadas con las condiciones de trabajo como: aglomeración de estudiantes en las aulas, iluminación inadecuada, suspensiones de clases, falta de seguridad, pérdida de tiempo en el traslado del hogar al trabajo y viceversa, desacuerdos con las autoridades y compañeros, asimismo, un déficit de inteligencia emocional es un factor negativo relacionado con el agotamiento, la irritabilidad afectando el desempeño laboral y la salud (Zubieta y Rada, 1992).

Los docentes experimentan un aumento en sus niveles de estrés y ansiedad por las tareas que ejecutan y la satisfacción con la vida media este proceso, vinculándose con un contexto que facilita su concentración, espacio suficiente, movilidad dentro del campus donde desarrollan su trabajo, ahorro de tiempo en desplazamientos, clases a primera hora de la mañana y comunicación sin interferencias; sin embargo, algunos estudios sostienen que la ansiedad afecta significativamente a todos los dominios de la calidad de vida y quienes desarrollan su actividad en áreas suburbanas tienen menos probabilidades de tener una buena calidad de vida (Jojoa, *et al.*, 2021; Nazali, *et al.*, 2021).

Un porcentaje de docentes presenta síntomas de estrés, ansiedad, con mayor notoriedad en las mujeres; la ansiedad, depresión y el estrés tienen un impacto en la productividad, la motivación para trabajar, el comportamiento del sueño y el resultado de diferentes enfermedades crónicas (Santamaría *et al.*, 2021; Yeshaw y Mossie, 2017). Por lo tanto, el objetivo general de este capítulo está en función de identificar la relación entre el burnout y la salud mental en una muestra de docentes.

MÉTODO

El diseño de la presente investigación corresponde a un enfoque cuantitativo fue de tipo no experimental transeccional correlacional ya que no existió

manipulación las variables, el método empleado en el presente estudio es de tipo exploratorio, ya que se pretende estudiar un tema importante como es la relación entre burnout y la salud mental en docentes (Hernández *et al.*, 2014).

La muestra para esta investigación fue de docentes de tipo accidental conformado por 181 docentes, el 68.5 % (124) de los participantes fueron sexo femenino y el 30.9 % (56) de sexo masculino, cuya edad promedio fue de 41.2 años, con un promedio de 1.3 hijos, con al menos 8 horas de trabajo diario, con experiencia de una media de 14.1 años, de igual forma 84.4 % (152) de ellos pertenecían a instituciones públicas y el 15.5 % (28) a instituciones privadas, en lo referente al tiempo de dedicación fue 91.7 % (166) fueron tiempo completo, 8.3 % (15) tiempo parcial, en lo referente tipo de contrato por nombramiento permanente el 63 % (114), en nombramiento provisional 16 % (29), con libre remoción 6.6 % (12), con servicios ocasionales 12.2 % (22) y con otros contratos 2.2 % (4).

Los criterios establecidos fueron, tener el título de docente, al menos dos años de experiencia profesional y firmar el consentimiento informado.

Maslach Burnout Inventory [MBI]; Maslach y Jackson, (1986)

El Burnout se evaluó empleando el Inventario de Burnout de Maslach (Maslach Burnout Inventory validación (MBI-ES) Maslach, Jackson, y Leiter, (1986); versión española de Seisdedos, (1997), instrumento autoadministrado constituido por 22 ítems que evalúa el síndrome de Burnout en tres subescalas: a) agotamiento emocional - pérdida de recursos para enfrentarse al trabajo b) despersonalización - insensibilidad y cinismo hacia los receptores del servicio prestado; c) falta de realización personal en el trabajo - como la tendencia a evaluar el propio trabajo de forma negativa, con baja autoestima profesional.

La subescala de cansancio emocional posee 9 ítems, en la subescala de despersonalización conformada por 5 ítems. La subescala de realización

personal con 8 ítems. Su consistencia interna (alfa de Cronbach) del MBI oscila en el rango de .70 a .90 (Maslach, Jackson, y Leiter, 1986), habiéndose obtenido con frecuencia índices más bajos para la escala de despersonalización (Schaufeli y Van Dierendonck, 1995). El cálculo de las puntuaciones obtenidas en cada dimensión se realiza sumando los valores asignados por los encuestados en los ítems que engloba la dimensión en cuestión (Maslach y Jackson, 1986). En cuanto a la validez del instrumento de Maslach Burnout Inventory validación (MBI) se determinó la Validez de Aiken, que presenta un valor aceptable igual a 0.91.

Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS – 21) (Vinet, Rehbein, Saiz, y Román, 2008).

La escala DASS-21 tiene como objetivo medir los estados emocionales negativos: depresión, ansiedad y estrés. La edad de administración es a partir de los 18 años hasta los 80 años. Esta escala está conformada por 3 subescalas compuestas por 7 ítems cada una (Cabezas *et al.*, 2021).

La escala de depresión: Se caracteriza por la pérdida de autoestima y asociado a una desmotivación. Los parámetros que evalúan la depresión son siete (ítems 3, 5, 10, 13, 16, 17 y 21). La escala de ansiedad se centra en los vínculos únicamente entre un estado prolongado de ansiedad cuyos siete parámetros son (ítems 2, 4, 7, 9, 15, 19 y 20).

La escala de estrés se entiende como la respuesta ante una situación de tensión o irritabilidad. Y finalmente comprende de siete parámetros que evalúan (ítems 1, 6, 8, 11, 12, 14 y 18). Las opciones de respuestas se presentan en escala tipo Likert, evaluando la intensidad o frecuencia cuyo número de opciones de respuesta varía entre desde 0 “No me ocurrió”; 1 “Me ocurrió un poco o durante parte del tiempo”; 2 “Me ocurrió bastante o durante una buena parte del tiempo” hasta 3 “Me ocurrió mucho o la mayor parte del tiempo”.

El puntaje total de la escala varía entre 0 y 63 puntos, mientras que el puntaje máximo por subescala es de 21 puntos. Finalmente, el coeficiente de confiabilidad, con una medición del alfa de Cronbach de .80 para los 21 ítems (Colchado *et al.*, 2022).

El estudio se llevó a cabo en conformidad con la última revisión de la Declaración de Helsinki, por tanto, todos los participantes dieron su consentimiento informado y se cuenta con la aprobación del comité académico interno de la UTPL. De igual forma contamos con una base de datos de aproximadamente 181 docentes. La información fue tomada en línea a través de una batería psicológica por el suverymonkey con una duración aproximada de 15 a 20 minutos y los datos fueron recolectados en el año 2022 por el equipo de investigación.

Para el análisis de los datos se utilizará el paquete estadístico SPSS para la elección de las pruebas estadísticas para determinar la significación estadística se tuvo en cuenta: el objetivo del análisis, las características de las variables implicadas, las variables cuantitativas se utilizará las medias y desviaciones típicas y el número y porcentaje de participantes para las variables cualitativas Para el análisis correlacional de Pearson, previo a la evaluación de supuesto de normalidad y homocedasticidad con un nivel de significancia de 0.05.

RESULTADOS

Tabla 1. Cuestionario de Maslach y Jackson (MBI)

	Descriptivos de burnout				
	N	Mín.	Máx.	M	DT
Cansancio emocional	180	0	45	15.69	11.16
Despersonalización	180	0	21	3.61	4.25
Realización personal	180	0	48	39.24	8.27

Con respecto a los resultados de las dimensiones de burnout, encontramos que el cansancio emocional mantiene una $\bar{x}=15.69$; σ de 11.16, mientras que en despersonalización encontramos una $\bar{x}= 3.61$; σ de 4.25 y finalmente para baja realización personal una $\bar{x}= 34.24$; σ de 8.27.

Tabla2. Escala de depresión, ansiedad y estrés (DASS-21)

	Descriptivos de la salud mental				
	N	Mín.	Máx.	M	DT
Ansiedad	178	0	14	3.05	4.04
Depresión	178	0	15	2.65	3.24
Estrés	178	0	18	4.16	4.04

En cuanto a la media de estrés, ansiedad y depresión de los datos obtenidos por los docentes, se observa que la variable de mayor presencia es estrés con una media de 4.16 y una $DT= 4.04$; seguido por la ansiedad promedio de 3.05 y una $DT= 4.04$; y finalmente la depresión con un valor de la media de 2.65 y una $DT= 3.24$.

Tabla 3. Correlación dimensiones de burnout y salud mental

	CANSANCIO EMOCIONAL			DESPERSONALIZACIÓN			REALIZACIÓN PERSONAL		
	R	p	n	r	p	n	r	p	n
ANSIEDAD	.484**	.000	178	.179**	.017	178	-.328**	.000	178
DEPRESIÓN	.535**	.000	178	.202*	.007	178	-.318**	.000	178
ESTRÉS	.587**	.000	178	.092	.220	178	-.309**	.000	178

En lo referente al cansancio emocional y ansiedad se obtuvo como significativa $r(178) = .484$ $p < .0001$, existe una correlación relación despersonalización y ansiedad $r(178) = .179$ $p < .017$ y una correlación negativa entre realización personal y ansiedad $r(178) = -.328$ $p < .0001$. En lo referente a la depresión se correlación significativa entre agotamiento emocional $r(178) = .535$ $p < .0001$, entre despersonalización y depresión existe correlación positiva $r(178) = .202$ $p < .007$, y en lo referente a la realización personal y depresión existe una relación

negativa significativa $r(178) = -.318$ $p < .0001$, en lo que respecta al cansancio emocional y la estrés existe una relación significativa $r(178) = .587$ $p < .0001$, en la despersonalización y estrés no se evidencia una relación significativa $r(178) = .092$ $p > .220$, en lo referente a la realización personal existió una relación significativa negativa $r(178) = -.309$ $p < .0001$.

DISCUSIÓN

En cuanto a las dimensiones de burnout, el cansancio emocional mantiene una media de 15.69 lo que se corrobora con los estudios de Arias y Muñoz (2016); y Riethof *et al.* (2020) que obtuvieron valores con una media superior a los 17 en adelante.

Mientras que en despersonalización encontramos una media de 4.25, lo cual se pudo constatar con las puntuaciones obtenidas en los trabajos de Di Trani *et al.* (2021) y Riethof *et al.* (2020) que identifican niveles similares a nuestro trabajo.

Finalmente, con respecto a la baja realización personal se obtuvo una media de 34.24 destacándose como la puntuación más alta que coinciden con los estudios Di Trani, Mariani, *et al.* (2021) y Riethof *et al.* (2020)

El estrés tuvo un promedio de 4.16 lo que se corrobora con los estudios de Pineda, Dávila, y Alva (2021) que obtuvieron un promedio superior a nuestro trabajo.

La media de ansiedad fue 4.04, lo cual se evidenció con puntuaciones obtenidas en los trabajos de Trujillo y Delgado (2021) y Jurado y Jurado (2023) que identifican niveles similares a nuestro trabajo.

Por último, la media depresión fue 2.65 destacándose como la puntuación más alta que coinciden estudios Organización Mundial de la Salud (OMS) (2023).

Se evidenció una correlación positiva entre el cansancio emocional, ansiedad, depresión y estrés, y de la misma forma con la escala de despersonalización al igual que en el trabajo de Santamaría *et al.* (2021), (Lizhi *et al.*, 2021; Sapién, *et al.*, 2015).

En la realización personal se evidencia una correlación negativa con ansiedad depresión y estrés al respecto podemos indicar que representa una falta de un sentido de logro de competencia y eficacia con respecto al flujo de trabajo que se evidencia (Pisanti *et al.*, 2016; Portoghese *et al.*, 2021). Los hallazgos tienen implicaciones para los docentes para abordar y gestionar el estrés entre los docentes.

Aspectos éticos

El estudio se llevó a cabo en conformidad con la última revisión de la Declaración de Helsinki, por tanto, todos los participantes dieron su consentimiento informado y se cuenta con la aprobación del comité académico interno de la UTPL.

Financiamiento

El financiamiento de estudio se lo realizó a través de la convocatoria de proyectos de la Universidad Técnica Particular de Loja, Ecuador.

Conflictos de interés

El autor declara no tener conflicto de interés.

REFERENCIAS

Arias, W., & Muñoz, A. (2016). Síndrome de burnout en personal de enfermería de Arequipa. *Revista Cubana de Salud Pública*, 42, 559-575. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=68264>

- Buendía, J., & Ramos, F. (2001). Empleo, estrés y salud. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Cabezas, E., Herrera, R., Ricaurte, P., & Novillo, C. (2021). Depresión, ansiedad, estrés en estudiantes y docentes. *Revista Venezolana de Gerencia*, 26(94), 603-622.
- Colchado, C., Chavez, L., Dextre, K., Mallqui, S., & De la Cruz, C. (2022). Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21): evidencias psicométricas en universitarios. *Revista Científica de Psicología Eureka*, 20(1), 26-42.
- Di Trani, M., Mariani, R., Ferri, R., De Berardinis, D., & Frigo, M. (2021). From Resilience to Burnout in Healthcare Workers During the COVID-19 Emergency: The Role of the Ability to Tolerate Uncertainty. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.646435>
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burn out. *Journal of Social Issues*, 30, 159-165.
- Johnson, J., Ford, E., Yu, J., Buckey, C., Fogh, S., & Evans, S. B. (2019). Peer support: A needs assessment for social support from trained peers in response to stress among medical physicists. *Journal of Applied Clinical Medical Physics*, 20(9), 157-162. <https://doi.org/10.1002/acm2.12675>
- Jojoa, M., Lazaro, E., Garcia-Zapirain, B., Gonzalez, M. J., & Urizar, E. (2021). The Impact of COVID 19 on University Staff and Students from Iberoamerica: Online Learning and Teaching Experience. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(11), 1-20. <https://doi.org/10.3390/ijerph18115820>
- Jurado, E., Vargas, K., & Jurado, P. (2023). Ansiedad en docentes en contexto Covid-19 de dos Universidades de la Región de Ica (Perú). *HUMAN REVIEW. International Humanities Review/ Revista Internacional de Humanidades*, 18(1), 2-10. <https://doi.org/10.37467/revhuman.v18.4855>
- Lizhi, X., Peng, C., Wanhong, Z., Shengmei, X., Lingjiang, L., Li, Z., Xiaoping, W., & Weihui, L. (2021). Factors Associated with Preference of Psychological Intervention and Mental Status Among Chinese Teachers During Coronavirus Disease 2019: A Large Cross-Sectional Survey. *Frontiers in psychiatry*, 12, 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.704010>
- Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1986). *Maslach Burnout Inventory Manual* (2^a ed). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Nazali, M., Razali, S., Ariaratnam, S., Ahmad, Y., & Nawawi, H. (2021). The 2019 Universiti Teknologi MARA, Malaysia Staff Survey: Determining the Level and Predictors of Quality of Life. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.705018>
- Organización Mundial de la Salud. (2023). Depresión. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>

- Pineda, W., Dávila, J., & Alva, C. (2021). Estrés laboral del docente de primaria, en el trabajo remoto. *Revista Ciencia y Tecnología*, 17(3), 25-33. Recuperado de: <https://revistas.unitru.edu.pe/index.php/PGM/article/view/3827>
- Pisanti, R., van der Doef, M., Maes, S., Meier, L. L., Lazzari, D., & Violani, C. (2016). How Changes in Psychosocial Job Characteristics Impact Burnout in Nurses: A Longitudinal Analysis. *Frontiers in Psychology*, 7, 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01082>
- Portoghese, I., Galletta, M., Burdorf, A., Cocco, P., D'Aloja, E., & Campagna, M. (2017). Role Stress and Emotional Exhaustion Among Health Care Workers: The Buffering Effect of Supportive Coworker Climate in a Multilevel Perspective. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 59(10), 187-193. <https://doi.org/10.1097/JOM.0000000000001122>
- Rehman, A. U., Bhuttah, T. M., & You, X. (2020). Linking Burnout to Psychological Well-being: The Mediating Role of Social Support and Learning Motivation. *Psychology Research and Behavior Management*, 13, 545-554. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S250961>
- Riethof, N., Bob, P., Laker, M., Zmolikova, J., Jiraskova, T., & Raboch, J. (2020). Alexitimia, síntomas de estrés traumático y agotamiento en mujeres profesionales de la salud. *Revista de Investigación Médica Internacional*, 48 (4), 1-9. <https://doi.org/10.1177/0300060519887633>
- Rodríguez, J., Guevara, A., & Viramontes, E. (2017). Síndrome de burnout en docentes. *IE Revista de Investigación Educativa de la Rediech*, 8(14), 45-67. Recuperado de <https://www.scielo.org.mx/pdf/ierediech/v8n14/2448-8550-ierediech-8-14-45.pdf>
- Saldaña, J. (2020). El estrés laboral causas, procesos y consecuencias. Colegio Oficial de Psicología de Madrid. Recuperado de: https://issuu.com/colegiooficialpsicologosmadrid/docs/guia1el_estre_s_laboral
- Santamaría, M. D., Mondragon, N. I., Santxo, N. B., & Ozamiz-Etxebarria, N. (2021). Teacher stress, anxiety and depression at the beginning of the academic year during the COVID-19 pandemic. *Global mental health (Cambridge, England)*, 8, 1-8. <https://doi.org/10.1017/gmh.2021.14>
- Sapién, A. L., Piñon, L. C., Gutiérrez, M. D. C., & Rubio, H. (2015). Burnout syndrome in teachers of a professional institution in Mexico. *Publicaciones de La Facultad De Educación y Humanidades del Campus de Melilla*, 45, 53-64.
- Schaufeli, W. B., & Van Dierendonck, D. (1995). A cautionary note about the cross-national and clinical validity of cut-off points for the Maslach Burnout Inventory. *Psychological Reports*, 76, 1083-1090.

- Seisdedos, N. (1997). MBI Inventario Burnout de Maslach. Madrid: Ediciones TEA.
- Tellez, C. (2022). Salud Mental en profesores de Educación Superior. *Revista de Investigación e Innovación de Salud*, 6(5), 37-47. <https://doi.org/10.23850/rediis.v6i5.3796>
- Tesi A. (2021). A Dual Path Model of Work-Related Well-Being in Healthcare and Social Work Settings: The Interweaving Between Trait Emotional Intelligence, End-User Job Demands, Coworkers Related Job Resources, Burnout, and Work Engagement. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.660035>
- Trujillo, S., & Delgado, A. (2021). El nivel de ansiedad en docentes de las escuelas normales mexicanas durante el confinamiento por COVID-19. Estudio cuantitativo. *Eduscientia. Divulgación de la ciencia educativa*, 4(7), 51–70. Recuperado de <https://eduscientia.com/index.php/journal/article/view/90>
- Vinet, E., Rehbein, L., Román, F., & Saiz, J. (2008). Escalas abreviadas de depresión, ansiedad y estrés (DASS-21). Universidad de la Frontera, Temuco, Chile.
- Yeshaw, Y., & Mossie, A. (2017). Depression, anxiety, stress, and their associated factors among Jimma University staff, Jimma, Southwest Ethiopia, 2016: a cross-sectional study. *Neuropsychiatric disease and treatment*, 13, 2803–2812. <https://doi.org/10.2147/NDT.S150444>
- Zubieta, J. C., & Rada, T. S. (1992). Las Satisfacciones e Insatisfacciones de los enseñantes. Secretaría General Técnica. Recuperado de <https://acortar.link/c9a53o>

Recibido: 09 de enero de 2024

Aceptado: 01 de marzo de 2024