



UNIVERSIDAD DE MONTERREY

Vicerrectoría

Ciencias de la Salud

Licenciatura en Enfermería

Estrés laboral en docentes de escuela privada de enfermería

Autor

556122 Blas Antonio Reyes Hernández

San Pedro Garza García, N.L., 2019.



UNIVERSIDAD DE MONTERREY

Vicerrectoría

Ciencias de la Salud

Licenciatura en Enfermería

Estrés laboral en docentes de escuela privada de enfermería

Autor

556122 Blas Antonio Reyes Hernández

Asesor

MCE. Mirella Guarneros Alanís

San Pedro Garza García, N.L., 2019.

**ESTRÉS LABORAL EN DOCENTES DE ESCUELA PRIVADA DE
ENFERMERÍA**

Aprobación de tesis;

Lic. Mirella Guarneros Alanís, MCE.

Asesor de Tesis

Lic. Patricia Addarith Magaña Lozano, MCE.

Presidente

Lic. Olga Idalia Garza Zorola, MEd.

Secretaria

Lic. Carolina Solano Vásquez, MCE.

Vocal

Lic. Patricia Addarith Magaña Lozano, MCE.

Director Escuela de Enfermería

Agradecimientos

Quiero agradecer a la MCE. Mirella Guarneros Alanís, y a la Dra. Sandra Paloma Esparza Dávila por haberme facilitado las herramientas necesarias y haberme guiado a través de sus conocimientos y experiencia para llevar a cabo esta investigación, gracias por su paciencia y el tiempo dedicado a mí protocolo, de igual manera a mis sinodales por el apoyo para mejorar este trabajo.

Gracias a la escuela por el apoyo para realizar mi tesis y a todo el personal involucrado en la misma.

A los docentes que me brindaron su tiempo para contestar mi encuesta.

Dedicatoria

Dedico esta tesis primeramente a Dios, a mi esposa Martha, quien me ha dado todo su apoyo incondicional durante la carrera, a mi hijo Diego que aun siendo muy pequeño me ha impulsado en salir adelante, a mi madre gracias por todo el apoyo que me das y a mi padre gracias por guiarme desde el cielo.

RESUMEN

Blas Antonio Reyes Hernández

Escuela de Enfermería UDEM Campus Christus
MUGUERZA Hospital General Conchita

**Fecha de
Graduación:**
22 noviembre
2019

Título del Estudio: ESTRES LABORAL EN
DOCENTES DE ESCUELA PRIVADA DE
ENFERMERIA

Número de Páginas: 62

Candidato para

obtener el grado
de Licenciatura
en Enfermería

Área de Estudio: Comunitario

Propósito y Método de Estudio: se realizó un estudio descriptivo con el objetivo de describir la prevalencia y el nivel de estrés en docentes. El presente estudio se llevó a cabo en 38 docentes de una escuela privada de enfermería, se les entregó a los docentes los documentos de consentimiento informado, cedula de datos sociodemográficos y el instrumento "Test sobre estrés laboral de la OIT-OMS", adaptado para la población mexicana por Medina et al. (2007). Los documentos fueron entregados a los docentes y se contestaron en la escuela. La muestra fue en el total de los docentes teniendo un nivel de confianza de 95% y un margen de error del 5%. Los datos se procesaron en el Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versión 19, utilizando frecuencias y porcentajes.

Contribución y conclusiones: La edad de los docentes encuestados fue en un rango de 30 y 59 años, el sexo femenino fue el que tuvo más representación, así mismo la mayoría fueron casados y tienen dos hijos. Poco más de la mitad de los docentes cuenta con maestría o especialidad, predominó el contrato por tiempo parcial, con un rango de antigüedad laboral entre uno y diez años, el 50% de los docentes tienen un segundo empleo. No se encontró ninguna frecuencia en el nivel alto de estrés, sin embargo, se encontró un 2.6% en un nivel de estrés, y un 23.6 en un nivel intermedio de estrés.

FIRMA DEL DIRECTOR DE TESIS: _____

SUMMARY

Blas Antonio Reyes Hernández

Escuela de Enfermería UDEM Campus Christus
MUGUERZA Hospital General Conchita

**Graduation
date:**

22 november
2019

Study Title: LABOR STRESS IN PRIVATE
SCHOOL TEACHERS

Number of pages: 62

Study area: Community

Candidate to
obtain a Degreee
in Nursing

Purpose and Method of Study: a descriptive study was carried out with the objective of describing the prevalence and level of stress in teachers. The present study was carried out in 38 teachers of a private nursing school, teachers were given informed consent documents, sociodemographic data card and the instrument "ILO-WHO work stress test", adapted to the Mexican population by Medina et al. (2007). The documents were delivered to the teachers and answered at the school. The sample was in the total of teachers having a confidence level of 95% and a margin of error of 5%. Data were processed in the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) version 21, using frequencies and percentages.

Contribution and conclusion: The age of the teachers surveyed was in a range of 30 and 59 years, the female sex was the one that had more representation, likewise most were married and have two children. Just over half of the teachers have a master's degree or specialty, part-time contract predominated, with a range of seniority between one and ten years, 50% of teachers have a second job. No frequency was found at the high level of stress, however, 2.6% was found at a level of stress, and 23.6 at an intermediate level of stress.

SIGNATURE OF THE THESIS DIRECTOR: _____

Tabla de contenido

Contenido	Página
1.Capítulo I. Introducción	1
1.2 Antecedentes	3
1.3 Marco conceptual	7
1.4 Justificación	11
1.5 Planteamiento del problema	13
1.6 Objetivos	15
2. Capítulo II. Material y métodos	16
2.1 Diseño de estudio	16
2.2 Población	16
2.3 Tamaño de la Muestra y Tipo de Muestreo	16
2.4 Criterios de selección	16
2.5 Definición de variables sociodemográficas y unidades de medida	18
2.6 Definición de variables y unidades de medida	19
2.7 Recolección de información	20
2.7.1 Selección de fuentes y métodos	20
2.7.2 Técnicas y procedimientos en la recolección de la información	21
2.7.3 Plan de procesamiento y presentación de la información	21
2.8 Aspectos éticos	23
3. Capítulo III. Resultados	27
3.1 Características sociodemográficas	27
3.2 Estadística descriptiva de las variables de estudio	30

Tabla de contenido

Contenido	Página
3.3 Consistencia interna del test sobre el estrés laboral de la OIT-OMS	31
4. Capítulo IV. Discusión	32
4.1 Limitaciones del estudio	34
4.2 Conclusión	34
4.3 Recomendaciones	35
Referencias	36
Apéndices	
Apéndice A. Aprobación de Comité de Investigación y Comité de Ética en Investigación	42
Apéndice B. Consentimiento informado	43
Apéndice C. Cédulas de datos sociodemográficos	46
Apéndice D. Cuestionario sobre estrés laboral OIT-OMS	48

Lista de Tablas

Tabla	Página
1. Definición de variables sociodemográficas y unidades de medida	17
2. Características sociodemográficas de los docentes	27
3. Nivel de estrés	30

Capítulo I

Introducción

En todas las empresas independiente del área a la que pertenezcan, es importante que sus empleados cuenten con buena salud; entendiéndose ésta, como "un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades" según la Organización Mundial de la Salud (OMS). Una de las áreas de mayor importancia y poco se le da atención es la salud mental, entre las cuales se considera al estrés como una de las enfermedades más populares.

La OMS define al estrés como "reacciones fisiológicas que en su conjunto preparan al organismo para la acción", y el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), define al estrés laboral como "tipo de estrés donde la creciente presión en el entorno laboral puede provocar la saturación física y/o mental del trabajador, generando diversas consecuencias que afectan la salud, generando un desequilibrio entre lo laboral y lo personal". Si este estrés se mantiene por un largo periodo y no se aprende a manejar, se denomina distrés, el cual se define como un estrés prolongado, que causa accidentes, enfermedades crónicas, inicio o aumento en el consumo de alcohol y tabaco, gastritis y ulcera gástrica (Miranda y Batista, 2017).

En los trabajadores, los docentes son profesionistas con mayor susceptibilidad a padecer estrés, ya que, están en constante interacción con personas. Por tal motivo una de las áreas que se debe valorar en los docentes como en el demás personal es el clima organizacional.

La revista Forbes, (2017), determina que México es el país, con más estrés en el mundo, teniendo que el 75% de su población padece Burnout o fatiga por estrés laboral, por encima de países como China (73%) y Estados Unidos (59%). El estrés, depresión y ansiedad que genera el trabajo, junto con los accidentes laborales generan pérdidas anuales de 4% del producto interno bruto (PIB) global, de acuerdo con estimaciones de la Organización Internacional del Trabajo (OIT); en México, la OMS determina pérdidas de entre 5 mil a 40 mil millones de dólares al año.

Con los resultados de la investigación se detectará el nivel de estrés en el personal de la escuela y los factores que influyen en este; al detectar el estrés en personal docente, se brinda un mejor panorama para los profesores al disminuir las afectaciones a su salud y esto mejorará el desempeño del docente en la escuela, apoyando así al proceso enseñanza-aprendizaje, preparando mejores estudiantes, por lo cual se espera que la escuela realice acciones correctivas y/o preventivas para los resultados obtenidos.

1.2 Antecedentes

Cháidez y Barraza (2018) Realizaron un estudio en Durango, México, donde participaron 61 profesores de educación primaria donde se buscó conocer las estrategias de afrontamiento que los docentes tenían para tratar el estrés. Se obtuvo como resultado que la mayoría de los encuestados busca una solución a los problemas que les estresan, y a pensar de manera positiva, mientras que la menor parte lo que menciona es gritar, llorar y acudir con un psicólogo.

Fraile, Trejo y López (2018), realizaron un estudio en la ciudad de Madrid España en profesores de educación física de primaria y secundaria que cuentan con una experiencia profesional de entre 3 y 30 años, con el fin de encontrar desencadenantes del estrés laboral. Los resultados obtenidos muestran que uno de los principales desencadenantes de estrés es el aula con un 40.54%, seguido por el centro de trabajo con 31.89% determinando que los alumnos y el ambiente laboral influyen en el estrés.

Ávila, Llanos, Gómez, Tapias y Castro (2014), realizaron un estudio en Colombia a 156 enfermeros en dos hospitales de la ciudad de Cartagena donde se desea determinar los factores asociados al estrés laboral. El estudio se realizó en personas con un promedio de edad de 33.2 años, donde el 94.2% pertenecen al género femenino. Los resultados arrojaron que el 33.9% de los participantes tienen un nivel de estrés alto con variables como ser menor de 30 años, tener un hijo, el área laboral y contar con un contrato de trabajo a término.

Vázquez & Rubio (2016) Realizaron un estudio en 60 docentes de una escuela IMSS para determinar si el tener pareja era un factor protector para disminuir o evitar el estrés laboral, obteniendo como

resultado que el 84% de los encuestados resultaron sin estrés, mientras que el resto 16% mostró tener estrés.

Kivimäki y Kawachi (2015) en un estudio que realizaron en los Estados Unidos de Norteamérica, se encontró que el estrés laboral aumenta entre 10-40% el riesgo de enfermedades cardiovasculares, diabetes mellitus tipo 2, en comparación con personas no expuestas al estrés.

Johansen y Cadmus (2015) demostraron en su estudio en 60 personas realizado en USA donde querían determinar si un estilo de gestión de conflictos y un entorno de trabajo afectan su experiencia de estrés laboral, encontrando que si al personal se le brinda capacitación para la resolución de conflictos, esto ayuda a reducir el estrés laboral y por ende mejora la atención brindada por el personal de enfermería ya sea el paciente o el alumno.

Loerbroks, et al. (2016) en su estudio realizado en EUA se encontró que el estrés crónico mal manejado o distrés, presenta graves consecuencias, como una asociación positiva entre el estrés laboral y la ideación suicida.

Fanavoll, Holtermann y Jarle (2016) según su estudio realizado en 29 496 hombres y mujeres vocacionalmente activos en el Centro de Estudios Noruego de Salud Nord-Trøndelag con la finalidad de investigar prospectivamente si el riesgo de dolor crónico de cuello/hombro está asociado con el estrés laboral y el trabajo, dando como resultado que estrés laboral es independiente predictor de dolor crónico de cuello/hombro, teniendo su efecto de mayor intensidad en hombres.

Johnston, et al. (2016) realizaron un estudio en Reino Unido en 100 enfermeras durante dos turnos donde se calificó el estrés experimentado, encontrando que las tareas asignadas durante su turno no eran factores para estrés, donde solo un 27% de las enfermeras reportaron niveles elevados de estrés laboral, lo cual concluye que el realizar intervenciones para el manejo de estrés y/o modificaciones, no afecta el trabajo de la unidad laboral.

Campbell y Henderson (2016) demostraron en su estudio realizado en USA que el estrés está relacionado con 7 de las 10 principales causas de muerte en el mundo, dentro de las cuales está la enfermedad cardiovascular, si bien es imposible que no se expongan a factores de estrés, se puede trabajar con el modelo preventivo a que sea un estrés bueno. En este aspecto, la prevención primaria, tiene como objetivo ayudar a las personas a manejar la percepción del estrés, la prevención secundaria se enfoca a manejar el estrés que ya se encuentra presente, para regular los daños ocasionados y la prevención terciaria se basa en tratamiento más establecido para reestablecer la salud y la función.

Fang y Li (2016) en su estudio realizado en China, valoraron las intervenciones que funcionan como herramientas para la mejora del estrés en personal de una escuela, encontrando que la formación de grupos de yoga 90% de personas presentó un factor protector, en comparación a las que no estaban dentro del grupo, quienes presentaron mayor estrés laboral.

American Psychological Association (APA, 2018), en su estudio realizado en 150 docentes obtuvo como resultado que el estrés laboral causa cefalea, dolor de estómago, trastorno del sueño, mal

genio y dificultad para concentrarse, todo esto en el 76% y en los casos más graves representado por el 24% presentaron ansiedad, hipertensión, insomnio y sistema inmune debilitado.

1.3 Marco conceptual

El estrés es una de las palabras más usadas en esta sociedad, pero en muchas ocasiones no se conoce el verdadero significado. El estrés es la reacción del cuerpo a una demanda, pero no siempre es malo, en algunas ocasiones ayuda a evitar el peligro, cuando este se vuelve crónico produce alteraciones físicas y psicológicas, las cuales afectan gravemente la salud, causando complicaciones como diabetes, obesidad, depresión, ansiedad, falta de concentración, cansancio, trastornos del sueño, mala memoria, problemas de la piel, hipertensión, problemas menstruales, diarrea, estreñimiento, dolores y uso de alcohol (National Institute of Mental Health [NIMH], 2018).

Se hace referencia que el estrés se manifiesta por un síndrome general de adaptación Selye (1954), el cual, tiene varias fases; alarma (interrumpe el funcionamiento normal del organismo), adaptación y resistencia (el organismo trata de regresar a la normalidad), y agotamiento cuando el estresor supera la respuesta del cuerpo (Osorio, & Cárdenas, 2017). Cuando es superado, se produce el Síndrome de Burnout o Síndrome por quemarse (Aguirre, & Quijano, 2015).

El estrés no solo afecta el área de la salud física y mental, sino también la social, ya que, puede alterar la dinámica familiar, debido al no control de sus emociones, y si esto se prolonga puede causar depresión e incluso suicidio (Hermoza, 2015). Existen factores que influyen en la respuesta al estrés como el ser mujer, en diversos estudios se encontró que el género femenino es el que padece más estrés (Castillo, Torres & Ahumada 2014).

Una de las áreas que mayormente generan estrés, es el trabajo, definiéndose entonces como estrés laboral, el cual, se considera una respuesta psicobiológica nociva, que se presenta cuando las peticiones de un trabajo sobrepasan las capacidades y/o recursos del trabajador (Navines, Martin, Olive & Valdés, 2016). Para que el estrés laboral se presente, en este influyen factores laborales que lo desencadenan como las jornadas laborales, el clima organizacional, funciones del trabajo, gerencia, carga de trabajo y problemas con otras personas (APA, 2018).

El estrés laboral se ha visto presente mayormente en el personal del área de la salud, principalmente en el personal de enfermería, debido a que, es una de las profesiones que tienen mayor grado de contacto con el paciente, por tal motivo, se han estudiado los factores específicos que generan el estrés entre los que están: el sufrimiento y la muerte de los pacientes, los conflictos con el personal médico, la formación inadecuada, la falta de apoyo social, el conflicto con otras enfermeras, excesiva carga de trabajo y la incertidumbre en cuanto al tratamiento proporcionado (Kotekewis, Ribeiro, Benedita & Martins 2017).

Cada año, se ha ido estudiando más la prevalencia de esta terrible enfermedad, debido a las graves complicaciones que presenta. Cifras de la OIT, cada año 2.34 millones de personas fallecen por alguna enfermedad relacionada al trabajo y 160 millones de personas padecen alguna enfermedad no mortal relacionada al trabajo. Los más susceptibles a problemas laborales es el personal de salud y profesores, quienes tienen contacto con pacientes y alumnos. De acuerdo con la (OMS), el estrés laboral provoca el 25% de los 75

mil infartos al año registrados en México; hasta ahora, 75% de los trabajadores mexicanos padecen este mal, lo que coloca al país en primer lugar a nivel mundial en esta categoría; le sigue China con 73% y Estados Unidos con 59%. En el trabajo también se puede detectar el estrés, cuando el empleado presenta ausentismo, bajo rendimiento laboral, aumento de accidentes y síntomas cardiovasculares (Callejo, 2017).

Es preocupante ver que México se encuentra en el primer lugar de estrés laboral a nivel mundial, encontrando que en el 85% de las empresas de este país, se consideran tóxicas ("México, entre los países con mayor estrés laboral: UNAM", 2018).

Al revisar los factores relacionados con el estrés, nos damos cuenta de la importancia de la adecuada formación de su profesión, debido a que, si no es correcta, genera un factor de riesgo, para el desarrollo de estrés, y por ende imposibilita al docente a brindar una adecuada formación al alumno, generando así problemas para este en su estado de salud, no solo físico, si no, también mental y social.

Para poder crear buenos profesionistas, con un adecuado manejo de estrés, es importante tomar en cuenta que si no se tiene una formación adecuada, como se menciona previamente, puede generar un estresor importante y si el docente, no cuenta con una adecuada salud mental, este contará con factores que dificulten el proceso enseñanza-aprendizaje.

México ha creado y modificado diversos reglamentos y normas para la salud mental, debido al aumento de esta, por ejemplo, en el Reglamento Federal de Seguridad y Salud en el artículo 53 y 55 habla sobre la responsabilidad del empleador de crear acciones para la

prevención de problemas de salud mental (Instituto Mexicano del Seguro Social [IMSS], 2018).

En un estudio realizado (Casado, López y Castellanos 2014), encontraron que el ejercicio físico es un factor protector importante, porque, las personas que lo practican regularmente disminuyen los niveles de estrés. La importancia de este estudio radica en determinar la presencia de estrés laboral y en caso de que esta sea alta se realicen actividades para mejorar y para poder crear un cambio, es importante detectar los factores protectores.

1.4 Justificación

El estrés se puede definir como la reacción del cuerpo a una demanda, cuando esta es del trabajo y sobrepasa las capacidades y/o recursos del trabajador, se denomina estrés laboral. Este proceso puede generar diversas complicaciones en la salud de las personas, tanto físicamente como emocionalmente, provocando ansiedad, depresión, agresividad, desmotivación, ausentismo, aumento de accidentes, síntomas cardiovasculares, problemas sociales, familiares, económicos, siendo así, un factor de riesgo importante.

En los últimos años la OIT, determinó que 2.34 millones de personas fallecen por enfermedades pertenecientes al trabajo, en el mundo, específicamente el estrés laboral, produce el 25% de los 75 mil infartos al año registrados en México, según datos de la OMS, siendo México el primer lugar en estrés laboral a nivel mundial con el 75% de los trabajadores con estrés. Dentro de las personas con mayor estrés se encuentran los docentes, siendo estos un pilar importante en la formación del alumno, ya que, estas participan activamente en la formación de profesionistas capaces de enfrentarse al mundo académica y emocionalmente. Es muy importante la adecuada formación de alumnos del área de la salud, debido a que prestan algún servicio a la población, si ellos cumplen con las capacidades indicadas, pueden brindar atención de calidad y con calidez. Por tal motivo, si se realizaran estrategias para una detección oportuna del problema y se tomarán acciones correctivas, de esta forma se mejoraría mucho la salud del personal sí como el clima organizacional y esto impactaría a todas las personas pertenecientes al área laboral. A los docentes le impacta indirectamente en la

formación del estudiante, al apoyar al docente a brindar una educación con mayor calidad, gracias a que tiene mayor poder de concentración, y respuesta a estímulos negativos (factores estresantes), así también, influye en el desarrollo emocional del alumno, al encontrarse en una institución con buen clima organizacional. Si se emplearan acciones preventivas, se evitarían todas las complicaciones previamente señaladas tanto para el alumno, como para el docente, así como para la institución.

Se espera que al realizar el presente estudio se determine la prevalencia de estrés laboral en el personal docente de una escuela privada de enfermería y al informar de los resultados a la dirección, ésta, puede llevar a cabo acciones para mejorar o conservar el estado de salud mental encontrado en su personal.

1.5 Planteamiento del Problema

En los últimos años, la salud mental ha cobrado importancia, en el mundo debido a las consecuencias que esta genera. Dentro de estos problemas se encuentra el estrés, principalmente el estrés laboral, siendo el área de trabajo, una de las partes en donde se pasa la mayor parte del día, y se tienen muchos estresores e influencia de diversas áreas y responsabilidades. Ha cobrado importancia principalmente en América Latina, ya que, según datos de OIT (2019), México ocupa el primer lugar en estrés laboral. Esto es preocupante ya que el estrés genera muchos problemas de salud, aumenta el riesgo cardiovascular, aumenta el riesgo de enfermedades metabólicas, gastrointestinales, problemas sociales, familiares, y especialmente en el área de trabajo, accidentes, días laborales perdidos, disminución de la productividad, olvidos, etc.

Por tal razón, muchas empresas han creado estrategias para abordar la salud mental, así como, en las universidades donde se forman no solo profesionistas, si no, personas que sean competentes y buenos ciudadanos en la sociedad. Se está iniciando campañas, y estrategias para manejar la salud mental, como el plan de acción sobre salud mental OMS 2013-2020, en donde se prioriza la salud mental, como parte de la definición de salud, indicando la importancia de ésta al apoyar a que las personas superen el estrés y trabajen de forma productiva, en México se creó el plan de acción específico en salud mental 2013-2018, en donde se hace énfasis en el desarrollo de acciones de protección y promoción de la salud mental, así como detección oportuna y prevención de trastornos mentales, los docentes para la formación de profesionales, deben de contar con un buen

estado emocional para poder transmitir sus conocimientos, llevar acabo las planeaciones didácticas y cumplir los objetivos programados.

Si el estrés laboral es diagnosticado a tiempo mediante algunos de los muchos instrumentos de evaluación que existen, la persona puede ser tratada y dependiendo la magnitud del problema se puede tratar de manera individual o colectiva, y así poder eliminar las complicaciones.

Por tal motivo este análisis nos lleva a la siguiente pregunta de investigación

¿Cuál es la prevalencia de estrés laboral en docentes de una escuela privada de enfermería?

1.6 Objetivos

Objetivo general

Determinar la prevalencia y el nivel de estrés laboral en docentes de una escuela privada de enfermería.

Objetivos específicos

1. Conocer las características sociodemográficas de los docentes de una escuela privada de enfermería.
2. Conocer qué edad es más frecuente en el nivel más alto de estrés.
3. Conocer cuántos años de antigüedad laboral son más frecuentes en el nivel más alto de estrés.
4. Conocer qué estado civil es más frecuentes en un nivel más alto de estrés.

Capítulo II

Material y métodos

A continuación se describe el diseño de estudio compuesto por apartados como definición de la población, el tamaño de la muestra y tipo de muestreo; las unidades de observación conformado por los criterios de selección, exclusión y eliminación; otra sección es la definición de variables y unidades de medida, siguiendo con la recolección de información donde se encuentra la sección de fuentes y métodos, técnicas y procedimientos en la recolección de la información y finaliza con el apartado de aspecto éticos.

2.1 Diseño de estudio

Se realizó una investigación cuantitativa con un diseño descriptivo transversal, ya que la medición se realizó en un solo momento.

2.2 Definición de la población de estudio

El universo estuvo conformado por 38 docentes que conforma la plantilla de escuela privada de enfermería.

2.3 Tamaño de muestra y tipo de muestreo

La muestra se compuso por los 42 docentes de la escuela privada de enfermería, teniendo un margen de error del 5% y un nivel de confiabilidad del 95%. Se utilizó un muestreo no probabilístico aleatorio simple.

2.4 Criterios de selección

Inclusión

El total de docentes de la escuela privada de enfermería.

Exclusión

Docentes que no deseen participar y aquellos que tengan un duelo reciente (menos de 6 meses), ya que este se considera una crisis que puede alterar el estado emocional y mental del paciente.

Eliminación

Docentes que hayan omitido respuestas de la cédula de recolección de datos socio demográficos y/o alguno de los reactivos del test sobre estrés laboral.

2.5 Definición de variables sociodemográficas y unidades de medida

Tabla 1
Definición de variables

Tipo de variable	Definición conceptual	Definición operacional	Escala de medición	Fuente de medición
Estrés laboral Dependiente	Es la reacción que puede tener el individuo ante exigencias y presiones laborales que no se ajustan a sus conocimientos y capacidades y que ponen a prueba su capacidad para afrontar la situación (OMS)	Reacción del cuerpo ante demandas grandes del trabajo -Bajo nivel de estrés < 90.2 -Nivel Intermedio de estrés 90.3-117.2 -Estrés 117.3-153.2 -Alto Nivel de estrés > 153.3 Según cuestionario de estrés laboral de la OIT/OMS	Ordinal	Test de estrés laboral (OIT / OMS).
Docente Variable de control	Personas empleadas para orientar y dirigir el itinerario de aprendizaje de los alumnos.	Personal que trabaja en la escuela de enfermería, impartiendo clases	Nominal	Cedula de recolección de datos sociodemográficos

(continúa)

2.6 Definición de variables sociodemográficas y unidades de medida

Tabla 3

Definición de variables

Tipo de variable	Definición conceptual	Definición operacional	Escala de medición	Fuente de medición
Antigüedad laboral Control	Tiempo durante el cual una persona ha estado trabajando de manera ininterrumpida para la misma unidad económica en su trabajo principal, independientemente de los cambios de puesto o funciones que haya tenido dentro de la misma. (STPS 2018)	Años que ha laborado en la institución.	Ordinal 1. < de 1 año 2. 1-10 años 3. 11-20 años 4. 20 años o más	Cedula de recolección de datos sociodemográficos
Escolaridad Control	Numero de grados escolares aprobados por una persona (SEP 2016).		Ordinal Grado máximo de estudio a la fecha. 1. Licenciatura 2. Maestría/Especialidad 3. Doctorado	Cédula de recolección de datos sociodemográficos

2.7 Recolección de información.

2.7.1 Selección de fuentes y métodos

Para recabar los datos sociodemográficos se utilizó una encuesta de recolección de datos donde se preguntó estado civil, número de hijos, edad, sexo, escolaridad, puesto de trabajo, tipo de contrato, antigüedad, desempeño de otro trabajo, duelo reciente y antecedentes médicos (ver apéndice C).

El instrumento que se utilizó fue desarrollado por la OIT/OMS sustentado por Ivancevich & Matteson en 1989, aplicado en el método llamado de Michigan. Este instrumento fue validado para población mexicana por; Samuel Medina Aguilar, María de Lourdes Preciado Serrano, Manuel Pando Moreno del Departamento de Salud Pública, Centro Universitario de Ciencias de la Salud. La confiabilidad del instrumento se obtuvo con el método Alpha de Cronbach y se obtuvo 0.9218, lo cual sugiere una alta adecuación del instrumento para la población en estudio. Dando como resultado un test de 25 ítems, tipo Likert el cual tiene como opciones 1. Nunca, 2. Raras veces, 3. Ocasionalmente, 4. Algunas veces, 5. Frecuentemente., 6. Generalmente, 7. Siempre es fuente de estrés; el cual tiene como objetivo, conocer el grado de estrés que tienen los docentes de la escuela privada de enfermería, y determinar que aspecto se encuentra con más rango de afectación.

El cuestionario pretende medir estresores organizacionales, grupales e individuales. Los estresores los podemos agrupar en: clima organizacional, se encuentra conformado por 4 ítems que son; 1, 10, 11 y 20, estructura organizacional, se encuentra conformado por 4 ítems que son; 2, 12, 16 y 24, territorio organizacional, se encuentra

conformado por 3 preguntas que son; 3, 15 y 22, tecnología, se encuentra conformado por 3 ítems que son; 4, 14 y 25, influencia del líder, se encuentra conformado por 4 ítems que son; 5, 6, 13 y 17, falta de cohesión, se encuentra conformado por 4 ítems que son; 7, 9, 18 y 21, respaldo del grupo se encuentra conformado por 3 ítems que son; 8, 19, 23. Los valores pueden ser valorados por separado o en un resultado global dando como resultado bajo nivel de estrés < 90.2, nivel intermedio 90.3 – 117.2, estrés 117.3 – 153.2, alto nivel de estrés >153.3 (ver apéndice D).

2.7.2 Técnicas y procedimientos en la recolección de la información

Se solicitó autorización de la escuela privada de enfermería para la realización de esta investigación, así como de la aplicación de instrumentos de evaluación al personal docente de dicha institución.

El investigador se presentó ante el personal directivo de la institución, se explicó el procedimiento a llevarse a cabo, así como el tiempo empleado en la ejecución, el cual aproximadamente fue de 10 minutos como máximo por docente y se aclararon dudas que se manifestaron. Posteriormente se acudió con los docentes, se entregó un consentimiento informado, el cual, al ser autorizado, se procedió a entregar los instrumentos auto aplicados, al terminar se le agradeció su participación en la investigación, y se retiró del área.

2.7.3 Plan de procesamiento y presentación de la información

Los datos obtenidos, fueron plasmados en una tabla de Excel, para su posterior análisis por el programa estadístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) IBM- Statistick versión 19, se realizó un análisis descriptivo, con determinación de medidas de

tendencia central (media, mediana, moda, desviación estándar) para las variables no categóricas (cuantitativas; discretas, continuas) y frecuencia, porcentajes, así como análisis por medio de tablas de contingencia, para las variables categóricas (cualitativas; ordinales, nominales, de intervalo). Para dar respuesta al objetivo general y los objetivos específicos determinamos la prevalencia de estrés laboral, en personal docente.

2.8 Aspectos Éticos

Previo a la aplicación de estos instrumentos se utilizó un consentimiento informado el cual se realizó, en base a la normativa de la Norma Oficial Mexicana NOM-012-SSA3-2013, Título 2, capítulo 1, artículo 20, 21 y 22, en el cual se entiende por consentimiento informado el acuerdo por escrito, mediante el cual el sujeto de investigación o, en su caso, su representante legal autoriza su participación en la investigación, con pleno conocimiento de la naturaleza de los procedimientos y riesgos a los que se sometió, con la capacidad de libre elección y sin coacción alguna(ver apéndice B). En lo que respecta a la reglamentación de investigación y los aspectos éticos, la presente investigación se llevó a cabo bajo la normativa y autorización previa del Comité de Investigación en Salud, de acuerdo a la Ley General de Salud.

Se fundamenta en el reglamento de la Ley General de Salud según los aspectos éticos para seres humanos, en la cual dicta:

De acuerdo con el título segundo capítulo I en el artículo Artículo 13 En toda investigación en la que el ser humano sea sujeto de estudio, deberá prevalecer el criterio del respeto a su dignidad y la protección de sus derechos y bienestar. Se respeto en todo momento la dignidad del docente.

Según el artículo 14, la Investigación que se realice en seres humanos deberá desarrollarse conforme a las siguientes bases: I. Se ajustará a los principios científicos y éticos que la justifiquen; se respetó la ética durante el desarrollo del proyecto, III.- Se deberá realizar sólo cuando el conocimiento que se pretenda producir no pueda obtenerse por otro medio idóneo; para poder diagnosticar el

estrés en docentes era necesario implementar instrumentos de evaluación, IV Deberán prevalecer siempre las probabilidades de los beneficiados esperados sobre los riesgos predecibles; los resultados, ayudaran a crear acciones para mejorar los procesos, VI.- Deberá ser realizada por profesionales de la salud a que se refiere el artículo 114 de este Reglamento, con conocimiento y experiencia para cuidar la integridad del ser humano, bajo la responsabilidad de una institución de atención a la salud que actúe bajo la supervisión de las autoridades sanitarias competentes y que cuente con los recursos humanos y materiales necesarios, que garanticen el bienestar del sujeto de investigación. El estudio fue llevado a cabo por personal de salud.

EL artículo 16 considera que en las investigaciones en seres humanos se protegerá la privacidad del individuo sujeto de investigación, identificándolo sólo cuando los resultados lo requieran y éste lo autorice. En el presente estudio los datos recabados fueron anónimos y se brindó un consentimiento informado

Según el artículo 17 fracción 1, para efectos de esta investigación se considera I.- investigación sin riesgos: son estudios que emplean técnicas y métodos de investigación documental retrospectivos y en los que no se desarrolla intervención o modificación de variables fisiológicas, psicológicas y sociales de los individuos participantes en el estudio. El estudio que se desarrolló no presentaba intervenciones.

De acuerdo con el artículo 18 el investigador principal suspenderá la investigación de inmediato, al advertir algún riesgo o daño a la salud del sujeto en quien se realice la investigación.

Asimismo, será suspendida de inmediato cuando el sujeto de investigación así lo manifieste. En caso de que hubiera sido necesario, se suspendería el desarrollo del estudio.

Según el artículo 20 se entiende por consentimiento informado el acuerdo por escrito, mediante el cual el sujeto de investigación o, en su caso, su representante legal autoriza su participación en la investigación, con pleno conocimiento de la naturaleza de los procedimientos y riesgos a los que se someterá, con la capacidad de libre elección y sin coacción alguna. Se entregó un consentimiento informado donde se explicaban los procesos a llevar a cabo

Para que el consentimiento informado en el artículo 21 se considere existente, el sujeto de investigación o, en su caso, su representante legal deberá recibir una explicación clara y completa, de tal forma que pueda comprenderla, así mismo el artículo 22 menciona que el consentimiento informado deberá formularse por escrito.

En el artículo 57 se entiende por grupos subordinados a los siguientes: a los estudiantes, trabajadores de laboratorios y hospitales, empleados, miembros de las fuerzas armadas, internos en reclusorios o centros de readaptación social y otros grupos especiales de la población, en los que el consentimiento informado pueda ser influenciado por alguna autoridad

Esta investigación se sujeta a las normas institucionales en materia de investigación en salud. En virtud de su carácter observacional descriptivo no representa riesgos para sus participantes y se guardará la confidencialidad de los datos. Esta investigación fue realizada, dictaminada y aprobada por el Comité Local de

Investigación y Ética en Salud de la escuela y universidad privada de enfermería.

Capítulo III

Resultados

En el siguiente apartado se narran las características sociodemográficas de los docentes, así como las características descriptivas de las variables de estudio y consistencia interna de los instrumentos aplicados.

3.1 Características sociodemográficas

Para dar respuesta al objetivo específico número uno (Tabla 1) que es conocer las características sociodemográficas de los docentes de una escuela privada de enfermería, se encontró en una población de 38 docentes encuestados que la edad predominante fue entre los 30 y 59 años, se encontró que el sexo de mayor prevalencia fue el femenino con un 68%, el estado civil fue casados con un 68%, tiene hijos el 71% predominando en número de hijos con dos el 39%. El 60% de los encuestados cuenta con maestría o especialidad, 68% cuentan con un contrato de tiempo parcial, la mayoría es estos imparten clase nivel de bachillerato con un 39%, a licenciatura el 36% y 23% imparte a ambos programas. La antigüedad laboral que predominó fue de 1-10 años con el 63% y el 50% tiene otro trabajo.

El 21% de los docentes padece hipertensión arterial y el 10% padece diabetes mellitus, se encontró que el 50% de ellos tiene problemas gastrointestinales y solo el 2% tiene infecciones frecuentes. Asimismo, el 23% manifestó que ingiere bebidas alcohólicas y el 7% consume tabaco, reflejándose que solo el 2% tiene un aumento en el consumo de alcohol.

Tabla 1

Características sociodemográficas de los docentes

Variables	f	%
Edad		
20-29	2	5.26
30-39	11	28.95
40-49	7	18.42
50-59	13	34.21
>60	5	13.16
Sexo		
Masculino	12	31.58
Femenino	26	68.42
Estado Civil		
Soltero	8	21.05
Casado	26	68.42
Divorciado	4	10.53
Unión libre	0	0
Viudo	0	0
Hijos		
Si	27	71.05
No	11	28.95
No de Hijos		
0	8	21.05
1	7	18.42
2	15	39.47
3	6	15.79
4	2	5.26
Escolaridad		
Licenciatura	7	18.42
Maestría/Especialidad	28	76.00
Doctorado/Subespecialidad	3	7.89
Puesto de trabajo		
Directivo	3	7.89
Coordinador	7	18.42
Maestro tiempo completo	2	5.26
Maestro tiempo parcial	26	68.42
Imparte clase a		
Licenciatura	14	36.8
Bachillerato	15	39.5
Ambos	9	23.7
Tipo de contrato		
Completo	9	23.68

(continúa)

Tabla 1

Características sociodemográficas de los docentes (Continuación)

Variables	f	%
Parcial	29	76.32
Antigüedad		
<año	0	0
1-10	24	63.16
11-20	11	28.95
>20	3	7.89
Otro trabajo		
Si	19	50.00
No	19	50.00
Duelo reciente		
Si	5	13.16
No	33	86.84
HTA		
Si	8	21.05
No	30	78.95
DM		
Si	4	10.53
No	34	89.47
Insomnio		
Si	3	7.89
No	35	92.11
Accidente laboral		
Si	0	0
No	38	100
Olvidos		
Si	9	23.68
No	29	76.32
Disminución de actividades		
Si	6	15.79
No	32	84.21
Problemas gastrointestinales		
Si	19	50.00
No	19	50.00
Infecciones frecuentes		
Si	1	2.63
No	37	97.37
Tabaquismo		
Si	3	7.89

(continúa)

Tabla 1

Características sociodemográficas de los docentes (Continuación)

Variables	f	%
No	35	92.11
Aumento del tabaquismo		
Si	0	0
No	3	7.89
Na	35	92.11
Alcoholismo		
Si	9	23.68
No	29	76.32
Aumento del alcoholismo		
Si	1	2.63
No	8	21.05
Na	29	76.32

Nota: n=38.

3.2 Estadística descriptiva de las variables de estudio

Dando respuesta a los objetivos específicos dos, tres y cuatro se encontró solo una frecuencia que se ubicó en el nivel estrés, que obtuvo una media de edad de 3.21 entre 40-49 años y una desviación estándar de 1.16, referente a la antigüedad se obtuvo una media de 2.45 entre 11-20 años y una desviación estándar de .64. De igual manera el estado civil fue casado el encontrado en la frecuencia que presenta el grado de estrés.

Por último, para dar respuesta al objetivo general, determinar la prevalencia y el nivel de estrés laboral en docentes de una escuela privada de enfermería, fue de 2.6%, reflejando que existe un porcentaje bajo de estrés entre los docentes (Tabla 2).

Tabla 2

Nivel de estrés

Nivel de estrés	<i>f</i>	%
Bajo	28	73.68
Intermedio	9	23.68
Estrés	1	2.63
Alto	0	0

Nota: n=38.

3.3 Consistencia interna del instrumento aplicado

La confiabilidad de los datos se determinó por la escala de Alpha de Cronbach en donde la puntuación fue de 0.94 lo que indica que tiene una confiabilidad aceptable (Medina, Preciado, & Pando, 2007).

Capítulo IV

Discusión

El estrés laboral se ha convertido en problema de salud de interés mundial por las diversas afectaciones hacia la salud de las personas y así mismo afecta las organizaciones donde laboran (Osorio et al. 2017). El estrés también puede afectar a la vida social alterando la dinámica familiar provocando un descontrol de sus emociones, pudiendo llegar a estado depresivo he incluso atentar contra su vida (Hermoza, 2015).

Respecto a conocer a qué edad es más frecuente el nivel de mayor de estrés se encontró que se coloca entre los treinta y treinta y nueve años, en el artículo (Fraile et al. 2018) donde la edad promedio es similar a la obtenida en el estudio y en otro donde se difiere. Ávila et al. (2014) menciona que es frecuente a esta edad debido que es cuando se empieza una vida laboral con mayores responsabilidades y se encuentra formando una familia.

En los primeros años laborales se ubicó el nivel más alto de estrés, coincidiendo con los demás estudios realizados por Campbell et al. (2017), Portero & Vaquero (2015) hace referencia a los años laborados ya que el empleado no cuenta con la experiencia y las destrezas suficientes para afrontar la carga laboral, así como las responsabilidades que va adquiriendo. A si mismo Navines et al. (2016) asocia este problema a la cantidad de actividades que tienen las personas fuera de su tiempo laboral a esta edad donde tiene como consecuencia el tener un sueño no reparador por las noches.

Respecto al estado civil y el nivel más alto de estrés encontrado predominó el estado casados, lo cual difiere con los demás estudios. Vásquez & Rubio (2016) encontraron en su estudio que al tener una pareja el nivel de estrés disminuye, manejando como teoría que esto se debe a que las responsabilidades al tener una pareja se dividen y hacen la vida de la persona más tranquila. Navines et al. (2016) hace mención que las actividades que se llevan en una vida de soltería son más desgastantes e intensas lo cual influye en la aparición del estrés.

Se obtuvo como la edad de predominio entre los treinta y treinta y nueve años donde la mayor parte son de sexo femenino y de estado civil casados, la mayoría de los docentes tenía dos hijos en su estudio Quick y Henderson (2016) resaltan que el tener más de un hijo es un factor que puede generar cierto nivel de estrés debido a las responsabilidades que conlleva el cuidado de los hijos. Respecto a la escolaridad la mayoría de los docentes tienen una maestría lo cual difiere con los artículos investigados, así mismo son de un contrato de tiempo parcial, la mitad de estos con un segundo trabajo y de menos de diez años de antigüedad, el artículo de Vásquez y Rubio (2016) hace mención a la jornada de trabajo donde tener más de un empleo es de alto riesgo de estrés considerando también las horas laborales de cada uno. Así mismo, se encontró bajo porcentaje de padecimiento de hipertensión arterial, diabetes mellitus e infecciones frecuentes, la mitad de los encuestados tienen problemas gastrointestinales, el (IMSS) en su artículo es uno de los síntomas primarios de estrés y muy bajo porcentaje consumen tabaco y alcohol.

En cuanto a determinar la prevalencia y el nivel de estrés laboral en docentes, no se presentó un nivel alto de estrés,

encontrando solo una frecuencia en el nivel estrés, cabe mencionar que en el nivel intermedio se encontraron nueve frecuencias representando un 23.6%, lo cual podría ser una alerta ya que pueden pasar a otro nivel de estrés. Los resultados encontrados fueron diferentes a los encontrados en los artículos de Miranda, A., Batista, A. (2017) y Portero, C., & Vaquero, A. (2015), ya que contaban con una población más numerosa.

4.1 Limitaciones del estudio

Para la realización de este estudio las limitantes que se encontraron fue que la población de docentes no se encontraba cautiva, por lo que fue complicado el poder abordarlos ya que cuentan con diferentes horarios, por otra parte, el corto tiempo para contestar la encuesta por parte de algunos docentes debido a diversos compromisos que tienen.

4.2 Conclusiones

La edad de los docentes encuestados fue entre 30 y 59 años, el sexo femenino predominó así mismo la mayoría fueron casados y tienen dos hijos. Poco más de la mitad de los docentes cuenta con maestría o especialidad, fue más frecuente el contrato por tiempo parcial y que dan clases a bachillerato de antigüedad laboral entre uno y diez años y la mitad de los docentes tienen un segundo empleo. Bajos porcentajes de los docentes padecen hipertensión y diabetes mellitus sin embargo la mitad de estos padecen problemas gastrointestinales, a su vez mostraron muy bajo consumo de alcohol y de tabaco.

En los objetivos específicos siguientes, estas variables se cruzaron con el nivel más alto de estrés dando como resultado la edad entre 30 y

39 años, sobre la antigüedad laboral de 1 a 10 años, el estado civil casado y respecto al nivel de estrés se obtuvo la prevalencia de 2.6.

4.3 Recomendaciones

Realizar mayor investigación en una población más amplia, donde se puedan medir el estrés con mayor precisión (Castillo et al. 2014).

Sería importante realizar más estudios sobre el estrés, ya que se ha convertido en un problema de salud mundial que afecta a muchas personas y así poder tomar medidas preventivas (Campbel et al. 2017).

Realizar un estudio donde se compare una escuela privada con una pública para ver las diferencias y similitudes que podrían existir, como el nivel de productividad hacia los alumnos (Barraza et al. 2018).

Referencias

- Aguirre, R., & Quijano, B. (2015). Síndrome por quemarse en el trabajo y variables familiares y laborales de los médicos generales de Bogotá. Una estrategia de calidad laboral. *Revista colombiana de psiquiatría*, 44(4). doi:10.1016/j.rcp.2015.05.01.
- American Psychological Association (APA) (2018). Salud mental/corporal. Estrés en el trabajo. Recuperado de <https://www.apa.org/centrodeapoyo/estres-trabajo>
- Ávila, I. Y., Llanos, N. T., Gómez, A. A., Tapias, K. C., & Castro, S. L. (2014). Estrés laboral en enfermería y factores asociados. Cartagena. *Salud Uninorte*, 30(1), 34-43.
- Callejo, M. A. (2017). Trabajador, empresa y sociedad, el triángulo para frenar el estrés laboral. *Correo farmacéutico*.
- Campbell, Q.J., & Henderson, D. (2017). Mexicanos, los más estresados del mundo por su trabajo. *Occupational Stress: Forbes México*. Recuperado de: <https://www.forbes.com.mx/mexicanos-los-mas-estresados-del-mundo-por-su-trabajo/>
- Casado, A., López, E., & Castellanos, A. (2014). El ejercicio físico disminuye el estrés laboral y oxidativo en profesionales de urgencias. *Revista del laboratorio clínico*. 7(3), 96-103. doi: 10.1016/j.labcli.2014.07.002
- Castillo, A.I., Torres, L.I. N., Ahumada, G. A., Cárdenas, T. k., & Licona, C. S. (2014). Estrés laboral en enfermería y factores asociados, *Salud Uninorte*, 30(1),34-43. Recuperado de <https://www.redalyc.org/html/817/81730850005/>
- Cháidez, J. & Barraza, A. (2018). Afrontamiento al estrés y su relación con el tipo de jornada laboral en docentes de educación

primaria. *Informes Psicológicos*, 18(2), pp.63-75
<http://dx.doi.org/10.18566/nfpsic.v18n2a04>

- Fanavoll, R., Nilsen, T., Holtermann, A3., & Mork, P. (2016). Psychosocial work stress, leisure time physical exercise and the risk of chronic pain in the neck/shoulders: Longitudinal data from the Norwegian hunt study. *International Journal of Occupational Medicine an Environmental Healt*, 29(4). doi: 10.13075/ijomeh.1896.00606.
- Fang, R., Li, X. (2016). A regular yoga intervention for staff nurse sleep quality and work stress: a randomized controlled trial, *Journal of Clinical Nursing*, 24, 23-24. doi: 10.1111/jocn.12983.
- Fraile, J., Trejo, C., López, M. (2018). El estrés laboral del profesorado de educación física: Un estudio cualitativo. *Cultura, Ciencia Y Deporte*, 13(39), 253-266. doi: 10.12800/ccd.v1i1.1147
- Hermoza, D. (2015). El estrés, aliado de la pobreza de Latinoamérica. Banco mundial. Lima, Perú. Recuperado de [http://www. Bancom undial.org/es/news/feature/2015/12/28/el-estres-aliado-de-la-pobreza-de-latinoamerica](http://www.Bancomundial.org/es/news/feature/2015/12/28/el-estres-aliado-de-la-pobreza-de-latinoamerica)
- Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) (2019). *Estrés laboral*. Recuperado de <http://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/estres-laboral>
- Johansen, M.L., Cadmus, E. (2015). *Conflict management style, supportive work environments and the experience of work stress in emergency nurses*, *Journal of nursing management*, 24(2). doi: 10.1111/jonm.12302.

- Johnston, D., Bell, Ch., Jones, M., Farquharson, B., Allan, J., Schofield, P. (2016). Stressors, appraisal of stressors, experienced stress and cardiac response: A real-time, Real-Life investigation of work stress in Nurse, *Annals of Behavioral Medicine*, 50(2), 187-197. doi:10.1007/s12160-015-9746-8.
- Kivimäki, M., Kawachi, I. (2015). *Work Stress as Risk Factor for Cardiovascular Disease*, *Curr Cardiol Rep*, 17(9).doi: 10.1007/s11886-015-0630-8.
- Kotekewis, K., Ribeiro R., Benedita G., Martins J., (2017), *Enfermedades crónicas no transmisibles y el estrés de los trabajadores de enfermería de unidades quirúrgicas*. Revista electrónica trimestral de enfermería. doi.org/10.6018/eglobal.16.2.252581
- Loerbroks, A., Cho, S., Dollard, M., Zou, J., Fischer, J., Jiang, Y., Angerer, P., Herr, R., Li, J.(2016), *Associations between work stress and suicidal ideation: Individual participant data from six cross sectional studies*, *Journal of Psychosomatic Research*, 90, 62-69. doi: 10.1016/j.jpsychores.2016.09.008.
- Medina, A., Preciado, S., Pando, M. (2007). Adaptación para la población mexicana de test sobre estrés laboral de la OIT OMS. Universidad de Guadalajara, Jalisco México.
- Miranda, A., Batista, A. (2017), *Estrés: elemento clave en la formación laboral para la salud ocupacional*, *Maestro y sociedad*, revista electrónica para maestros y profesores. Simposio internacional de ciencias pedagógicas, 67-77. Recuperado de <https://revistas.uo.edu.cu/index.php/MyS/article/view/3389/30>

- Moreno, J. (2018). Marco legal de los factores de riesgo psicosocial, IMSS. Recuperado de <http://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/salud/estreslaboral/1erjornada/02-Marco-Legal.pdf>
- National Institute of Mental Health (NIMH) (2018). 5 Things You Should Know About Stress. Recuperado de <https://www.Nimh.nih.gov/health/publications/stress/index.shtml>
- Navines, R., Martin-Santos, R., Olive, V., & Valdes M., (2016), *Estrés laboral: implicaciones para la salud física y mental health*, Med Clin Barc 146(8) 359-366. doi: 10.1016/j.medcli.2015.11.023
- Organización Internacional del Trabajo (OIT) (2019). Enfermedades relacionadas con el trabajo.
- Organización Mundial de la Salud (OMS) (2019). México es primer lugar en estrés laboral. De <http://prevencionar.com.mx/2016/09/08/oms-méxico-es-primer-lugar-en-estrés-laboral/>
- Organización Mundial de Salud (OMS) (2019). *La organización del trabajo y el estrés*. Recuperado de <https://www.who.int/occupationalhealth/publications/stress/es/>
- Osorio, J., Cárdenas, N. (2017). *Estrés laboral: estudio de revisión*. *Perspectivas en psicología*, 13(1), 81-90. doi: [org/10.15332/s1794-9998.2017.0001.07](https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2017.0001.07),
- Periódico el universal (2018). *México, entre los países con mayor estrés laboral*. Recuperado de <https://www.eluniversal.com.mx/ciencia-y-salud/salud/mexico-entre-los-paises-con-mayor-estres-laboral-unam>.
- Portero, C., & Vaquero, A. (2015). Desgaste profesional, estrés y satisfacción laboral del personal de enfermería en un hospital

universitario. Recuperado de http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-11692015005042586&script=sci_artext&tlng=es doi.org/10.1590/0104-1169.0284.2586

Quick, J., Henderson, D. (2016). Preventing Suffering Enhancing Wellbeing, *Int J. Environ Res. Public Health*, 13(5) 459; doi 10.3390/ijerph13050459.

Vásquez, H., Rubio, N. (2016). Estrés laboral y su relación con el estado civil. *Revista IMSS. Centro Médico de Especialidades Siglo XXI. México.*

Seguridad y Salud en el trabajo en México: Avances, Retos y Desafíos, (2017). Secretaria del trabajo y previsión social.

Apéndices

Apéndice A

Aprobación de Comité de Investigación y Comité de Ética en Investigación



**UNIVERSIDAD DE MONTERREY
VICERRECTORÍA DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMITÉ DE ÉTICA EN INVESTIGACIÓN (CEI)
COMITÉ DE INVESTIGACIÓN (CI)**

San Pedro Garza García, N.L., México 19 de agosto de 2019

MCE. Mirella Guarneros Alanís, Blas Antonio Reyes Hernández
Investigadores Principales de Protocolo de Investigación
Estimados investigadores

Ref.: 19082019-d-ENF4-CEI

A los efectos del cumplimiento de las Buenas Prácticas Clínicas, **el Comité de Investigación y el Comité de Ética en Investigación de la Vicerrectoría de Ciencias de la Salud de la Universidad de Monterrey (CIE), Aprueban** luego de haber examinado el plan, diseño y consideraciones científicas y éticas, el protocolo de investigación intitulado:

“Estrés laboral en docentes de escuela privada de enfermería”

El protocolo fue sometido a evaluación por los **Comités** mencionados con antelación, encontrando que cumple con todos los lineamientos a los que deben sujetarse las investigaciones biomédicas en humanos.

Le requerimos se realicen reportes trimestrales firmados por usted donde se consignen los resultados, incidentes, efectos secundarios y complicaciones que se presenten durante la investigación, y que se reporte en forma inmediata cualquier evento adverso que ponga en riesgo la vida de los participantes en el estudio.

Asimismo, declaramos que todos los datos contenidos en la presente solicitud y la documentación revisada y analizada, corresponden a información verídica, exacta y completa.

Atentamente,


Dr. Pablo Villarreal Guerra
Presidente del Comité de Ética en Investigación


Dr. Gerardo Rivera Silva PhD
Presidente del Comité de Investigación

Av. Morones Prieto 4500 Pte.
San Pedro Garza García, N. L.
México, C. P. 66238

Tel. +52 (81) 8215-1000

01 800 801 UDEM
udem.edu.mx

Apéndice B

Consentimiento informado

Folio:

Fecha:

Título del proyecto: Estrés laboral en docentes de escuela privada de enfermería.

Investigador principal: Blas Antonio Reyes Hernández.

Objetivo: Conocer la prevalencia de estrés laboral en docentes de escuela privada de enfermería

Criterios de selección: He sido seleccionado para participar en esta investigación ya que soy docente de la escuela privada de enfermería.

Procedimiento de la investigación: Previa autorización de la escuela privada de enfermería se procederá a aplicar a los docentes de dicha institución los instrumentos de recolección de datos para su posterior análisis en programas estadísticos.

Confidencialidad: Los datos recolectados serán de manera anónima y confidenciales, siendo utilizados solo para fines académicos y estadísticos, a su vez los resultados obtenidos se mantendrán siempre en anonimato.

Riesgos: Ya que no se realizará ninguna intervención no se cuenten con riesgos.

Beneficios: Los resultados serán expuestos en la presentación de la investigación al finalizarla, y serán entregados al personal directivo de la institución el cual en caso de que lo considere necesario, realizaran acciones para mejorar dicha situación.

Preguntas: Si existe alguna duda o pregunta durante la aplicación del instrumento será aclarada por el investigador principal Blas Antonio Reyes Hernández.

En caso de algún comentario o duda no resuelta podrá comunicarse a la Escuela de Enfermería Christus Muguerza UDEM con la directora MCE. Patricia Addarith Magaña Lozano al teléfono 81228122 ext. 6553 y/o con la Coordinadora de investigación Dra. Sandra Paloma Esparza Dávila al teléfono 81228122 ext. 6390 de igual manera con el investigador Blas Antonio Reyes Hernández al teléfono celular 8111663800.

Renuncia o retiro: La participación será voluntaria, y el participante puede retirarse en cuanto lo desee sin que esto genere alguna represalia.

Conclusión: Al leer este documento me ha quedado claros los beneficios de participar en esta investigación, y que no habrá repercusiones si decido no participar o abandonarla.

Consentimiento: Yo, he leído y decido libremente participar en esta investigación, entendiendo con claridad lo que se me ha explicado por el investigador.

Nombre y firma

Testigo 1

Nombre y firma

Nombre y firma de quien obtiene el consentimiento

Testigo 2

Nombre y firma

Apéndice C

Cédula de recolección de datos sociodemográficos

A continuación, se presenta un cuestionario que contiene preguntas personales que son de importancia para esta investigación.

Instrucciones:

1. Señale con una X la opción que considere más adecuada
2. Si tiene alguna duda pregunte

1. Estado civil: 1. Soltero 2. Casado 3. Divorciado 4. Unión libre
5. Viudo

2. Hijos: 1. Si 2. No ¿Cuántos? _____

3. Edad: 1. 20-29 2. 30-39 3. 40-49 4. 50-59 5. >60

4. Sexo: 1. Masculino 2. Femenino

5. Escolaridad: 1. Licenciatura 2. Maestría/Especialidad 3.
Doctorado/Subespecialidad

6. Puesto de trabajo:

1. Directivo (director, subdirector)
2. Coordinador Académico
3. Maestro de tiempo completo
4. Maestro de tiempo parcial

7. Imparte clase a: 1. Licenciatura 2. Bachillerato 3. Ambos

8. Tipo de contrato: 1. Completo 2. Parcial

9. Antigüedad: 1. Menos del año 2. 1-10 años 3. 11-20 años 4. 20 años o mas

10. Desempeña otro trabajo: 1.SI 2.NO

11. Duelo reciente (Menor de 6 meses) 1. SI 2. NO

12. ¿Cuenta usted con alguno de los siguientes antecedentes Médicos?

Hipertensión arterial	1. SI 2. NO
Diabetes Mellitus	1. SI 2. NO
Insomnio	1. SI 2. NO
13. ¿Considera que a presentado esto en el último semestre?	
Accidentes laborales	1. SI 2. NO
Olvidos	1. SI 2. NO
Disminución de actividades cotidianas	1. SI 2. NO
Problemas gastrointestinales (Gastritis, Colitis, Síndrome de intestino irritable, Dispepsia)	1. SI 2. NO
Infecciones frecuentes	1. SI 2. NO
Consume Tabaco	1. SI 2. NO
14. ¿Ha aumentado el consumo de cigarrillos en el último semestre?	
1. SI 2. NO	
Consume Alcohol	1. SI 2. NO
15. ¿Ha aumentado aumento en el consumo de alcohol en el último semestre?	
1. SI 2. NO	

Apéndice D

Test sobre el estrés laboral de la OIT-OMS

Adaptación para población mexicana

(Medina, A.S., Preciado, S.L., & Pando, M.M. 2007)

A continuación, se presenta un cuestionario para medir el estrés laboral.

Instrucciones:

1. Señale la respuesta que mejor describa la frecuencia de la condición descrita como una fuente actual de estrés.

2. Las opciones de respuesta son las siguientes:

1: Si la condición NUNCA es fuente de estrés.

2: Si la condición RARAS VECES es fuente de estrés.

3: Si la condición OCASIONALMENTE es fuente de estrés.

4: Si la condición ALGUNAS VECES es fuente de estrés.

5: Si la condición FRECUENTEMENTE es fuente de estrés.

6: Si la condición GENERALMENTE es fuente de estrés.

7: Si la condición SIEMPRE es fuente de estrés.

Preguntas	1	2	3	4	5	6	7
1. ¿La gente no comprenda las metas y misión de la empresa me causa estrés?							
2. ¿El rendirle informes a mis superiores y a mis subordinados me estresa?							

(continúa)

2. Las opciones de respuesta son las siguientes:

1: Si la condición *NUNCA* es fuente de estrés.

2: Si la condición *RARAS VECES* es fuente de estrés.

3: Si la condición *OCASIONALMENTE* es fuente de estrés.

4: Si la condición *ALGUNAS VECES* es fuente de estrés.

5: Si la condición *FRECUENTEMENTE* es fuente de estrés

6: Si la condición *GENERALMENTE* es fuente de estrés.

7: Si la condición *SIEMPRE* es fuente de estrés.

Preguntas	1	2	3	4	5	6	7
3. ¿El que no esté en condiciones de controlar las actividades de mi área de trabajo me produce estrés?							
4. ¿El que el equipo disponible para llevar a cabo mi trabajo sea limitado me estresa?							
5. ¿El que mi supervisor no dé la cara por mí ante los jefes me estresa?							
6. ¿El que mi supervisor no me respete me estresa?							
7. ¿El que no sea parte de un equipo de trabajo que colabore estrechamente me estresa?							
8. ¿El que mi equipo de trabajo no me respalde en mis metas me causa estrés?							

(continúa)

2. Las opciones de respuesta son las siguientes:

1: Si la condición *NUNCA* es fuente de estrés.

2: Si la condición *RARAS VECES* es fuente de estrés.

3: Si la condición *OCASIONALMENTE* es fuente de estrés.

4: Si la condición *ALGUNAS VECES* es fuente de estrés.

5: Si la condición *FRECUENTEMENTE* es fuente de estrés

6: Si la condición *GENERALMENTE* es fuente de estrés.

7: Si la condición *SIEMPRE* es fuente de estrés.

Preguntas	1	2	3	4	5	6	7
9. ¿El que mi equipo de trabajo no tenga prestigio ni valor dentro de la empresa me causa estrés?							
10. ¿El que la forma en que trabaja la empresa no sea clara me estresa?							
11. ¿El que las políticas generales de la gerencia impidan mi buen desempeño me estresa?							
12. ¿EL que las personas que están a mi nivel dentro de la empresa tengamos poco control sobre el trabajo me causa estrés?							
13. ¿El que mi supervisor no se preocupe por mi bienestar me estresa?							

(continúa)

2. Las opciones de respuesta son las siguientes:

1: Si la condición *NUNCA* es fuente de estrés.

2: Si la condición *RARAS VECES* es fuente de estrés.

3: Si la condición *OCASIONALMENTE* es fuente de estrés.

4: Si la condición *ALGUNAS VECES* es fuente de estrés.

5: Si la condición *FRECUENTEMENTE* es fuente de estrés

6: Si la condición *GENERALMENTE* es fuente de estrés.

7: Si la condición *SIEMPRE* es fuente de estrés.

Preguntas	1	2	3	4	5	6	7
14. ¿El no tener conocimiento técnico para competir dentro de la empresa me estresa?							
15. ¿El no tener un espacio privado en mi trabajo me estresa?							
16. ¿El que se maneje mucho papeleo dentro de la empresa me causa estrés?							
17. ¿El que mi supervisor no tenga confianza en el desempeño de mi trabajo me causa estrés?							

(continúa)

2. Las opciones de respuesta son las siguientes:

1: Si la condición *NUNCA* es fuente de estrés.

2: Si la condición *RARAS VECES* es fuente de estrés.

3: Si la condición *OCASIONALMENTE* es fuente de estrés.

4: Si la condición *ALGUNAS VECES* es fuente de estrés.

5: Si la condición *FRECUENTEMENTE* es fuente de estrés

6: Si la condición *GENERALMENTE* es fuente de estrés.

7: Si la condición *SIEMPRE* es fuente de estrés.

Preguntas	1	2	3	4	5	6	7
18. ¿El que mi equipo se encuentre desorganizado me estresa?							
19. ¿El que mi equipo no me brinde protección en relación con las injustas demandas de trabajo que me hacen los jefes me causa estrés?							
20. ¿El que la empresa carezca de dirección y objetivos me causa estrés?							
21. ¿El que mi equipo de trabajo me presione demasiado me causa estrés?							
22. ¿El que tenga que trabajar con miembros de otros departamentos me estresa?							

(continúa)

2. Las opciones de respuesta son las siguientes:

1: Si la condición *NUNCA* es fuente de estrés.

2: Si la condición *RARAS VECES* es fuente de estrés.

3: Si la condición *OCASIONALMENTE* es fuente de estrés.

4: Si la condición *ALGUNAS VECES* es fuente de estrés.

5: Si la condición *FRECUENTEMENTE* es fuente de estrés

6: Si la condición *GENERALMENTE* es fuente de estrés.

7: Si la condición *SIEMPRE* es fuente de estrés.

Preguntas	1	2	3	4	5	6	7
23. ¿El que mi equipo de trabajo no me brinde ayuda técnica cuando lo necesito me causa estrés?							
24. ¿El que no respeten a mis superiores, a mí y a los que están debajo de mí, me causa estrés?							
25. ¿El no contar con la tecnología adecuada para hacer un trabajo de calidad me causa estrés?							

Resumen Autobiográfico

Blas Antonio Reyes Hernández

Candidato para obtener el grado de Licenciatura en Enfermería

Tesis: Estrés laboral en docentes de escuela privada de enfermería

Área de estudio: Comunitario

Biografía: Nacido el 10 de marzo de 1986, en Galeana N.L. México. Actualmente, resido en la ciudad de Apodaca N.L. de 21 años hijo del Sr. Blas Reyes Bernal y la Sra. Candelaria Hernández Banda.

Educación: Primaria, Escuela Primaria Nuevo León, en Galeana N.L. Secundaria, Técnica #1 en Galeana N.L.

Preparatoria, Centro de Bachillerato Tecnológico Agropecuario #58 en Galeana N.L. Actualmente estoy por finalizar la licenciatura en enfermería en la Escuela de Enfermería Christus Muguerza UDEM

Experiencia laboral: Sin experiencia laboral

Contacto: blas.reyes@udem.edu