

## **Estrés laboral y preocupaciones del profesorado. Cinco causas fundamentales**

### **Job stress and teacher concerns. Five fundamental causes**

Gissela Toroche Idrovo<sup>1</sup> ([gntorochei@pucesd.edu.ec](mailto:gntorochei@pucesd.edu.ec)) (<https://orcid.org/0009-0004-5325-1978>)

María Posligua Ortega<sup>2</sup> ([mbposliquao@pucesd.edu.ec](mailto:mbposliquao@pucesd.edu.ec)) (<https://orcid.org/0009-0002-9302-8514>)

Roberto Lorenzo Benítez<sup>3</sup> ([rlorenzo@pucesd.edu.ec](mailto:rlorenzo@pucesd.edu.ec)) (<https://orcid.org/0000-0001-5617-3603>)

### **Resumen**

La mejora de la calidad educativa es una tarea de todos los miembros de la sociedad. Sin lugar a dudas, el rol del docente es fundamental en este proceso. Debido a ello, se vio la necesidad de indagar acerca de factores que pueden perjudicar la práctica docente. El estudio analiza las fuentes que provocan estrés laboral en los educadores pertenecientes al área de educación básica. Fueron encuestados 79 docentes de las Unidades Educativas Distrito Metropolitano y Villa Florida de la ciudad de Santo Domingo, Ecuador. La metodología se organiza desde un enfoque cuantitativo con diseño no experimental, transversal y de tipo descriptiva. El cuestionario empleado en este estudio fue la Escala de estrés organizacional propuesta por Silvia Nogareda Cuixart Lda. Finalmente, se utilizó como técnica de análisis de datos la estadística descriptiva. Los resultados revelan que el 55.7% de los docentes se sienten preocupados frente a las fuentes de estrés analizadas, destacándose la supervisión laboral y las carencias de diversos insumos como los principales estresores. Por otra parte, el 29,1% mencionan que les parece bastante estresante convivir en un ambiente que amerita mejoras de todo tipo. Se concluye en que existe una necesidad urgente de abordar estas problemáticas para mejorar el bienestar y rendimiento de los educadores en el entorno laboral.

**Palabras clave:** ambiente de trabajo, condiciones de trabajo, enfermedad.

### **Abstract**

Improving the quality of education is a task for all members of society. Undoubtedly, the role of the teacher is fundamental in this process. Because of this, it was necessary to investigate the factors that can harm the teaching practice. The study analyzes the sources that provoke work stress in educators belonging to the area of basic education. Seventy-nine teachers from the Metropolitan District and Villa Florida Educational Units in the city of Santo Domingo, Ecuador, were surveyed. The methodology is organized

<sup>1</sup> PUCESD. Universidad Católica de Ecuador. Ecuador

<sup>2</sup> PUCESD. Universidad Católica de Ecuador. Ecuador

<sup>3</sup> PUCESD. Universidad Católica de Ecuador. Ecuador

from a quantitative approach with a non-experimental, transversal and descriptive design. The questionnaire used in this study was the Organizational Stress Scale proposed by Silvia Nogareda Cuixart Lda. Finally, descriptive statistics was used as a data analysis technique. The results reveal that 55.7% of the teachers feel concerned about the sources of stress analyzed, with work supervision and the lack of various inputs standing out as the main stressors. On the other hand, 29.1% mentioned that they find it quite stressful to live in an environment that needs improvement of all kinds. The conclusion is that there is an urgent need to address these issues in order to improve the well-being and performance of educators in the work environment.

**Key words:** work environment, working conditions, illness.

## Introducción

### Retos de la práctica docente

Los profesionales de la enseñanza se enfrentan a grandes retos, mismos que al transcurrir las generaciones se vuelven más complejos si no son tratados a tiempo. En muchas situaciones los estudios dirigidos al campo educativo se centran en el alumnado, mas no en el docente. En relación a ello, una de las sintomatologías más cotidianas que amenaza a la salud mental es el Estrés. Por ello que, el presente busca indagar sobre cuáles podrían ser las posibles fuentes que causan estrés en la labor docente y como este estrés afectan al desempeño laboral de los mismos.

Entre los autores que han indagado en relación con esta temática se encuentran: Lazarus & Folkman (1984), Turner & Garvis (2023), Vásquez & González (2020), han profundizado en el bienestar, el estrés y el agotamiento en el área educacional, específicamente del cuerpo de profesores de las unidades educativas. Producto de la reflexión sobre lo anteriormente expuesto, se formuló el siguiente problema de investigación: ¿Cómo se manifiesta el estrés laboral en los docentes? A raíz de las múltiples dudas e inquietudes que surgen al abordar el tema del estrés laboral en el ámbito educativo, surge una importante interrogante: ¿En qué medida se manifiestan las causas de estrés laboral educacional?

Partiendo de lo anteriormente expuesto, se considera necesario que se investigue acerca del estrés laboral, sus causas y las mayores preocupaciones que enfrentan los docentes de Educación General Básica debido a que diversos eventos pueden aumentar el nivel de estrés en el entorno laboral y puede afectar negativamente la calidad del proceso docente - educativo. Por lo tanto, se plantea como objetivo: Analizar las fuentes de estrés laboral que se manifiestan con más frecuencia en los docentes de las unidades educativas Distrito Metropolitano y Villa Florida de Santo Domingo, Ecuador.

## Materiales y métodos

En relación con el objetivo de la investigación y los procesos analíticos que se requirieron se trabajó a partir del enfoque cuantitativo. “El enfoque cuantitativo tiene

mayor preocupación por los procedimientos analíticos, es decir, por la fragmentación y el estudio de las partes que constituyen el todo social” (Sánchez y Murillo, 2021, p. 153). Además, fue considerado el diseño no experimental-transversal, partiendo de que, básicamente, el análisis propuesto puede entenderse como una especie de diagnóstico. Para Álvarez (2020) “La investigación no experimental impide la manipulación de las variables, al ser tipo transversal implica que las variables sean medidas una sola vez” (p. 4). En función de los fines del estudio el tipo es descriptiva ya que, permite realizar categorizaciones. Con respecto a ello Guevara et al. indican que “se pueden establecer relaciones entre los datos obtenidos, con el fin de clasificarlos en categorías (denominadas categorías descriptivas)” (p. 166).

Debido a que participaron todos los docentes de las dos unidades educativas en cuestión, se declara que en el presente estudio se trabajó con el 100% de la población, considerando que “La población es la totalidad de elementos del estudio. La población y el universo tienen las mismas características, además, se conoce la cantidad de sujetos que integran la población” (Arias & Covinos, 2021, p. 113). Es decir que, la población en este caso es finita y su composición en su totalidad responde de manera directa a los intereses y objetivos del estudio en cuestión. La inclusión de la totalidad de los docentes refuerza la validez y la representatividad de los hallazgos, permitiendo generalizaciones más sólidas y confiables a partir de los resultados obtenidos en este análisis.

Para la recolección de datos fue empleada la encuesta debido a que es “una técnica que utiliza un conjunto de procedimientos estandarizados de investigación mediante los cuales se recoge y analiza una serie de datos de una muestra de casos representativa de una población o universo” (García, Ibañez y Alvira, 1986, p. 124). Como instrumento se aplicó el cuestionario “Escala de estrés organizacional”. En el seno de dicho instrumento los ítems “se agruparon en función de los resultados obtenidos del análisis factorial en siete factores que fueron: la supervisión, carencias, cooperación, alumno, adaptación, valoración y mejoras” (Nogareda, 2000, p. 6). En este caso, el estudio se centró en 5 de los estresores analizados, pues son los más relevantes y de mayor interés. Las posibles respuestas se organizan en una escala de Likert que permitió la elección de los encuestados entre cinco posibles respuestas: nada, muy poco, algo, bastante y muy estresante.

Se utilizaron los métodos estadísticos descriptivos para analizar los datos, describir y resumir la información con efectividad. Según Proaño (2020), la estadística descriptiva no es más que un conjunto de métodos para organizar, resumir y presentar los datos de manera informativa. Asimismo, comprende una serie de procesos que se aplican para saber algo acerca de una población determinada.

## Resultados

### *Gestores de estrés. Los asesinos silenciosos de la vocación*

El análisis estadístico llevado a cabo ha brindado una valiosa perspectiva sobre las causas subyacentes del estrés laboral que incide significativamente en los docentes. Dentro de los elementos cruciales identificados, destacan las carencias materiales en el contexto educativo, que no solo afectan el desarrollo de las clases, sino que también generan tensiones adicionales para el personal docente.

Asimismo, se ha evidenciado el peso significativo de la colaboración, la supervisión y la convivencia con el estudiantado en el desencadenamiento del estrés laboral. La interacción constante con los alumnos, aunque fundamental para el proceso educativo, puede llevar consigo demandas emocionales y situaciones que contribuyen al desgaste psicológico de los maestros.

Por otro lado, el análisis también resalta que los cambios continuos a los que se ven expuestos los docentes representan una fuerte considerable de estrés. La naturaleza dinámica del ámbito educativo, caracterizada por innovaciones curriculares, ajustes en las políticas educativas y la rápida evolución de las tecnologías, puede generar inseguridades y desafíos adicionales para el cuerpo docente.

### Tabla 1

#### *Supervisión de los directivos como fuente de estrés*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
POCO ESTRESANTE	21	26,6%	26,6%	26,6%
ALGO ESTRESANTE	34	43,0%	43,0%	69,6%
BASTANTE ESTRESANTE	21	26,6%	26,6%	96,2%
MUY ESTRESANTE	3	3,8%	3,8%	100,0%
Total	79	100,0%	100,0%	

Fuente: Elaboración propia.

La supervisión por parte de los directivos en el entorno laboral reveló que el 26,6% de los encuestados la considera "poco estresante". Esta percepción se fundamenta en dos elementos esenciales que el cuerpo docente valora de manera positiva: la estabilidad laboral y la seguridad en la plaza que ocupan en las unidades educativas fiscales donde se desempeñan profesionalmente. No obstante, el 43,0% de los encuestados califica como "algo estresante" al mismo indicador. Por otro lado, el 26,6% de los participantes,

determinan que el indicador en cuestión genera “bastante estrés”. Se destaca fundamentalmente, que reciben instrucciones incompatibles u opuestas a las actividades laborales recurrentes. La incongruencia en las directrices recibidas podría no solo afectar el desempeño laboral, sino también conllevar riesgos legales que comprometan la integridad contractual de los profesionales de la educación.

**Tabla 2**

*Carencias en el centro educativo*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
NADA ESTRESANTE	1	1,3%	1,3%	1,3%
POCO ESTRESANTE	21	26,6%	26,6%	27,8%
ALGO ESTRESANTE	40	50,6%	50,6%	78,5%
BASTANTE ESTRESANTE	17	21,5%	21,5%	100,0%
Total	79	100,0%	100,0%	

Fuente: Elaboración propia.

Las deficiencias presentes en los centros educativos se traducen en que el 50.6% de los docentes describe su trabajo como "algo estresante". Este dato revela que la mitad de los encuestados experimenta niveles moderados de estrés en el entorno laboral, lo cual podría vincularse directamente con la insuficiencia de recursos o materiales necesarios para llevar a cabo sus responsabilidades profesionales. Otro sector del cuerpo docente, conformado por el 26.6%, informa que es "poco estresante". El 21.5%, un porcentaje considerable de docentes, afirma que la labor es "bastante estresante". Esta percepción parece tener sus raíces en el desconocimiento ante mucha de las exigencias a las que se enfrentan en su quehacer diario.

**Tabla 3**

*Cooperación docente*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
NADA ESTRESANTE	1	1,3%	1,3%	1,3%
POCO ESTRESANTE	16	20,3%	20,3%	21,5%

ALGO ESTRESANTE	40	50,6%	50,6%	72,2%
BASTANTE ESTRESANTE	18	22,8%	22,8%	94,9%
MUY ESTRESANTE	4	5,1%	5,1%	100,0%
Total	79	100,0%	100,0%	

Fuente: Elaboración propia.

Por otro lado, los resultados revelan que la intensidad del estrés experimentado por los docentes está directamente vinculada a la dinámica de cooperación en el grupo a la presencia de tareas excesivamente repetitivas y monótonas. Un significativo 20.3% de los educadores perciben su entorno laboral como "poco estresante", señalando que una cooperación adecuada en el grupo puede actuar como un factor mitigante antes las tensiones laborales. Contrariamente, un 22.8% de los encuestados considera que su trabajo es "bastante estresante", atribuyendo esta percepción a la falta de reconocimiento social hacia la profesión docente. Este dato resalta la influencia significativa que la valoración de la sociedad tiene en el bienestar emocional de los educadores. Un preocupante 5.1% de los docentes informa que su trabajo es "muy estresante". Este porcentaje considerable requiere una atención especial, ya que se vincula directamente con la deficiente comunicación dentro del equipo de enseñanza y el ambiente laboral tenso. Este aspecto destaca la urgencia de implementar estrategias que mejoren la comunicación interna, fomenten un ambiente colaborativo y reduzcan las tensiones en el grupo de profesionales de la educación.

**Tabla 4**

*Control del alumnado*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
POCO ESTRESANTE	18	22,8%	22,8%	22,8%
ALGO ESTRESANTE	44	55,7%	55,7%	78,5%
BASTANTE ESTRESANTE	16	20,3%	20,3%	98,7%
MUY ESTRESANTE	1	1,3%	1,3%	100,0%
Total	79	100,0%	100,0%	

Fuente: Elaboración propia.

Este indicador, es percibido como “algo estresante” por el 55,7% de los encuestados. Alegan que aún no han experimentado situaciones críticas en relación con el enfrentamiento entre alumnos dentro de las horas de clases o en las zonas de guardia. Por otra parte, por el 22,8% el cual no se sienten estresados. El 20,3% de la población encontró este factor bastante estresante, comprendiendo que existen situaciones de enfrentamiento entre los estudiantes en donde se podrían producir agresiones físicas y verbales. Mientras que el 1.3% de los educadores encuestados se manifestaron muy estresados. La mayor parte de la población no desarrolla un índice considerable de estrés en relación al indicador, debido a que los docentes no construyen relaciones estrechas con los alumnos, mantienen la vida privada separada de la vida laboral, muestran y defienden su posición como maestros. Estos aspectos contribuyen a que no se propicien situaciones en donde los alumnos alteren el orden de la comunidad educativa.

### Tabla 5

#### *Adaptación y supervivencia*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
NADA ESTRESANTE	1	1,3%	1,3%	1,3%
POCO ESTRESANTE	20	25,3%	25,3%	26,6%
ALGO ESTRESANTE	29	36,7%	36,7%	63,3%
BASTANTE ESTRESANTE	21	26,6%	26,6%	89,9%
MUY ESTRESANTE	8	10,1%	10,1%	100,0%
Total	79	100,0%	100,0%	

Fuente: Elaboración propia.

El impacto de la adaptación en el sector educativo es considerable, evidenciándose de manera notoria en la respuesta de la población educativa frente a cambios bruscos y poco socializados y el desenvolvimiento interrumpido dentro de las áreas de trabajo y el acreditamiento de asignaturas desconocidas para ellos. Específicamente, el 36.7% de los educadores manifiestan experimentar cierto nivel de estrés, particularmente en relación con la necesidad de cubrir áreas que no se encuentran dentro de su dominio. Por otra parte, el 26.6% de los educadores encuentra bastante estresante el hecho de sustituir a compañeros de trabajo ante cualquier situación, principalmente debido a la sobrecarga de horas y exigencias adicionales que esto conlleva. Por otro lado, el 25.3% identifica a este indicador como poco estresante.

**Tabla 6**

*Valoración del esfuerzo docente*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
POCO ESTRESANTE	12	15,2%	15,2%	15,2%
ALGO ESTRESANTE	41	51,9%	51,9%	67,1%
BASTANTE ESTRESANTE	24	30,4%	30,4%	97,5%
MUY ESTRESANTE	2	2,5%	2,5%	100,0%
Total	79	100,0%	100,0%	

Fuente: Elaboración propia.

En esta dimensión se muestra que, el 51,9% de los docentes consideran algo estresante, cuando se desarrollan evaluación hacia ellos mismos. Seguido del 30,4% que se manifiesta como bastante estresante en cuanto a demandas de padres de familia y representantes se trata. Por otro lado, el 15,2% se identificó con poco estresante, por último, el 2.5% del total de la población se mostró muy estresado. Estos resultados ayudan a visualizar que el juicio de los demás acerca del trabajo del profesorado, pueden llegar a ser algo estresantes dentro del desempeño laboral. Se vincula de manera directa la intervención de los padres cuando muestran desinterés por la vida académica de sus hijos, así como también los reclamos ante las calificaciones de tareas, mismos que suelen estar acompañados de faltas de respeto. Estos aspectos proporcionan un ambiente de inestabilidad, en la que el profesor cuestiona sus habilidades profesionales. Por ende, es más probable generar una actitud de desinterés y desmotivación.

**Tabla 7**

*Mejoras pendientes*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
POCO ESTRESANTE	8	10,1%	10,1%	10,1%
ALGO ESTRESANTE	33	41,8%	41,8%	51,9%
BASTANTE ESTRESANTE	30	38,0%	38,0%	89,9%
MUY ESTRESANTE	8	10,1%	10,1%	100,0%
Total	79	100,0%	100,0%	

Fuente: Elaboración propia.

Finalmente, se destaca que las necesidades de mejora representan un 41,8% catalogando como “algo estresante” en relación a ciertos aspectos que requieren ser



mejorados en la actividad docente. Este porcentaje refleja la existencia de áreas de oportunidades que generan cierto nivel de tensión entre educadores, subrayando la importancia de abordar estas cuestiones para lograr una eficacia laboral. Por otro lado, el 38% de los docentes encuentra “bastante estresante” el hecho de impartir clases a un numeroso grupo de estudiantes, ya que, es menos óptimo el proceso del aprendizaje. En este sentido, el desempeño de la labor docente se ve marcado por situaciones desafiantes, como agresiones verbales de parte de los alumnos, la poca disponibilidad de docentes ante el gran número de alumnos en las unidades educativas, la baja remuneración salarial y la falta de oportunidades para traslados en los puestos de trabajo. Al no ser resueltas estas necesidades generan malestar e inconformidad, directamente en los docentes y afecta al rendimiento profesional.

### **Discusión sobre los datos recaudados**

La supervisión laboral emerge como un factor significativo de estrés para los docentes. Un 26,6% de ellos la percibe como poco estresante, valorando especialmente la estabilidad y seguridad laboral que proporciona. Sin embargo, un 43% de los encuestados asegura que el estrés que puede provocar dicha fuente es preocupante, sobre todo, porque se emiten, por parte de los directivos, instrucciones incompatibles y surgen serios riesgos de ilegalidades como principales causas. “Una supervisión eficiente aporta con estrategias óptimas de enseñanza-aprendizaje y refuerza conocimientos disciplinares lo cual proporciona mejoras significativas en el manejo de grupo” (Andreucci y Morales, 2020, p. 457). “Utilizar este mecanismo genera cambios en dependencia de a los objetivos propuestos en la gestión administrativa, para asegurar el continuo mejoramiento de los serbios prestados” (Peña y Almaguer, 2019, p. 20).

A los docentes les preocupa las carencias que afectan el desarrollo de la educación y entienden que enfrentarlas es estresante. Este hallazgo se respalda en la investigación de Anchatuña (2020), quien señala que la falta de materiales, recursos y equipos suele generar situaciones estresantes, aumentando el riesgo de alteraciones emocionales y cognitivas que afectan negativamente el desempeño. Dentro de las carencias que se sufre en el contexto estudiado, se destaca ambigüedad en responsabilidades asignadas. Eso es delicado y coincide con los resultados Valero, Pari, Mamani y Laurete (2023), quienes resaltan “el impacto negativo del bienestar emocional causado por la sobrecarga de tareas y los extensos horarios, la asociación de estos factores produce estrés y con ello insatisfacción laboral” (p. 212).

Se experimentan niveles de estrés elevados e indican que una cooperación adecuada puede reducir el estrés. Dado que, la colaboración profesional fomenta un ambiente sostenible en el que se genera una mayor cualificación del docente, mediante la práctica de autoformación, investigación, reflexión y convivencia (Palacios et al, 2022). Además, estos autores mencionan que en sectores vulnerables la colaboración docente es relevante para garantizar la atención a las necesidades educativas. Colaborar con eficacia en los espacios donde el docente presta sus servicios profesionales puede

contribuir significativamente a su bienestar. Pero es necesario también que se trabaje en la autopercepción de la satisfacción laboral. Para lograrlo, es importante que en la comunidad educativa madure la cultura inclusiva, las ganas de aprender y de compartir lo que se sabe con los compañeros. Con respecto a esto, Lorenzo, Moreira y Herrera (2022), lanzan una alerta cuando aseguran que “los docentes poseen un bajo nivel de conocimientos como para estimular y desarrollar la tan proclamada educación de calidad” (p. 251).

En la relación docente-alumno, es crucial abordar el comportamiento estudiantil y emplear estrategias efectivas para gestionar conflictos. Comprendiendo que la acción tutorial debe brindar una atención personalizada al estudiante (González y Achiong, 2018). Esto subraya la necesidad apremiante de estrategias eficaces de gestión del comportamiento estudiantil para mejorar el bienestar docente. En relación con ello Sánchez, Clemente, González y Reyes (2023) expone la poca preparación en manejo de grupo por parte de los docentes, por lo consiguiente no se logra efectuar un contacto personal, evitando de esta manera la óptima gestión emocional dentro y fuera de la institución. El estrés proveniente de este indicador se relaciona con la escasa habilidad docente en la gestión del comportamiento y la empleabilidad de estrategias.

Finalmente, los docentes podrían experimentar niveles elevados de estrés a causa de las evaluaciones a las que se ven sometidos, en este contexto, el estrés puede afectar el proceso de aprendizaje desde “dentro”, es decir, desde los mecanismos neuronales que vinculan las respuestas al estrés y el aprendizaje. En consecuencia, tanto los profesores como los estudiantes, evaluadores, diseñadores de planes de estudio, entre otros, se ven afectados, de alguna manera, por los métodos de evaluación y examen (Bueno, 2021). “El proceso evaluativo dirigido a docentes se concreta en dimensiones sociales, pedagógicas, metodológicas y técnicas” (Nuñez, Martínez y García, 2019 p. 24).

## **Conclusiones**

Se concluye en que la realidad de la gran parte de los centros educativos, siendo evidente que existen lagunas en relación al cuidado del ambiente laboral docente. Es necesario percibir al profesor como un ser influyente en la sociedad, por lo cual, éste debe ser tratado con dignidad, sin que se vea vulnerado en torno a las exigencias del desempeño laboral. Ante ello, se identificó la existencia de múltiples factores causantes de estrés durante la práctica docente, siendo el principal la supervisión de los directivos, por consiguiente, se manifiesta la poca práctica del diálogo, usualmente por la presencia de excesiva burocracia, como consecuencia los maestros lo perciben como un acto de crítica al desenvolvimiento laboral, el cual ponen a tela de duda su formación académica y la puesta en práctica de las exigencias que implica el reglamento interno antepuesto por las autoridades.

En este sentido, se determinó que algunos factores como las carencias en relación a la infraestructura, material didáctico y la adaptabilidad ante los nuevos retos, también son generadores de estrés, éstos son propiciados por la poca inversión económica en el

sector educativo o a la mala gestión educativa de parte de las autoridades, por lo que se ve afectado el mantenimiento infraestructural de las instituciones, el implemento de nuevas tecnologías y el pragmatismo escolar. A su vez, la poca adaptabilidad de los docentes demuestra el poco compromiso, por lo que son propensos a mantenerse en la conformidad del cotidianismo, ambos factores generan que la actividad docente carezca de innovación, lo cual repercute que el modelo de enseñanza se vuelva tradicionalista.

### Referencias bibliográficas

- Álvarez Silva, L. A. et al. (2022). Estrés laboral docente, e-learning y tiempos de COVID-19. *Podium*, (41), 105-118. <https://doi.org/10.31095/podium.2022.41.7>
- Anchatuña, P. (2020). *El estrés y su relación en el desempeño docente en la Unidad Educativa Intercultural Bilingüe Tamboloma* [Tesis de Grado. Universidad Técnica de Ambato, Ambato, Ecuador]. <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/37575/1/ffinal%20tesis...signed-signed%20%283%29%20%282%29%20%281%29.pdf>
- Andreucci, P. y Morales, C. (2020). Hacia la construcción de la identidad docente inicial: una aproximación intersubjetiva y dialógica desde la supervisión pedagógica en el prácticum. *Profesorado, Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 24(3), 441–463. <https://doi.org/10.30827/profesorado.v24i3.14089>
- Arias, J. y Covinos, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación*. Arequipa, Perú: ENFOQUES CONSULTING EIRL. [https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias\\_S2.pdf](https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias_S2.pdf)
- Bueno, D. (2021). Los exámenes como fuente de estrés. Cómo las evaluaciones pueden afectar el aprendizaje a través del estrés. *JONED. Journal of Neuroeducation*, 2(1), 72-85. <https://doi.org/10.1344/joned.v2i1.34880>
- García, M., Ibañez J. y Alvira F. (1986). *El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de Investigación*. Alianza Editorial. Universidad Textos. <http://metodo1.sociales.uba.ar/wp-content/uploads/sites/164/2014/10/Garcia-et-al-El-analisis-de-la-realidad-social-metodos-y-tecnicas-de-la-investigacion.pdf>
- González, D. y Achiong, G. (2018). La labor tutorial y su impacto en la formación científico-investigativa inicial del docente. *Educ. Pesqui*, 44. <https://doi.org/10.1590/S1678-4634201844165094>
- Guevara, G., Verdesoto, A. y Castro, N. (2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *Recimundo*, 4(3), 163-173. [https://doi.org/10.26820/recimundo/4.\(3\).julio.2020.163-173](https://doi.org/10.26820/recimundo/4.(3).julio.2020.163-173)

- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company. <https://books.google.es/books?id=i-ySQQuUpr8C&lpg=PR5&ots=DhCRitecSd&dq=Lazarus%2C%20R.%20S.%2C%20Folkman%2C%20S.&pg=PR5&ots=DhCRitecSd&dq=Lazarus%2C%20R.%20S.%2C%20Folkman%2C%20S.>
- Lorenzo, R., Moreira, J. y Herrera, C. (2022). Diagnóstico sobre la inclusión de estudiantes con necesidades educativas especiales: ¿Qué está sucediendo en la Educación General Básica? *Opuntia Brava*, 14(2), 237-254. <https://opuntiabrava.ult.edu.cu/index.php/opuntiabrava/article/view/1580>
- Nogareda, S. (2000). *Estrés en el colectivo docente: metodología para su evaluación*. Ministerio de trabajo y asuntos sociales España. [https://www.insst.es/documents/94886/327064/ntp\\_574.pdf/29683e3e-f38d-4c1f-9132-80aa178f87c](https://www.insst.es/documents/94886/327064/ntp_574.pdf/29683e3e-f38d-4c1f-9132-80aa178f87c)
- Nuñez, A., Martínez, O. y García, M. (2019). Dimensiones para la evaluación de la calidad de la formación laboral. *Opuntia Brava*, 11(4), 14-25. <https://opuntiabrava.ult.edu.cu/index.php/opuntiabrava/article/view/848>
- Palacios, M., Deroncelle, A., Medina, P. & Goñi, F. F. (2022). Aprendizaje Profesional Colaborativo: Hacia la Sostenibilidad de la Formación Continua del Docente para una Educación de Calidad. *EduTec. Revista Electrónica De Tecnología Educativa*, (82), 167-182. <https://doi.org/10.21556/edutec.2022.82.2569>
- Peña, J. y Almaguer, A. (2019). La gestión de los recursos materiales y financieros en la Educación Técnica y Profesional. *Opuntia Brava*, 11(2), 16-26. <https://opuntiabrava.ult.edu.cu/index.php/opuntiabrava/article/view/898>
- Proaño, W. (2020). *Estadística descriptiva e inferencial*. Cuenca, Ecuador. Universidad del Azuay, Casa editora. <https://publicaciones.uazuay.edu.ec/flip/books/uazuay-publicaciones.php?nuver=libro&nart=127>
- Sánchez, A. y Murillo, A. (2021). Enfoques metodológicos en la investigación histórica: cuantitativa, cualitativa y comparativa. *Debates por la Historia*, 9(2), 147-181. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8039697>
- Sánchez, W., Clemente, G., González, B. y Reyes, S. (2023). Aprendizaje y percepción de la convivencia estudiantil en la Universidad Autónoma de Tamaulipas Zona Sur-México. *Revista de Ciencias Sociales*, XXIX(3), 85-97. <https://produccioncientificaluz.org/index.php/rcs/article/view/40699/46467>
- Turner, K. & Garvis, S. (2023). Teacher Educator Wellbeing, Stress and Burnout: A Scoping Review. *Education Sciences*, 13(4), 351. <https://doi.org/10.3390/educsci13040351>

- Valero, V., Pari, M., Mamani, H., y Laurente, V. (2023). Estrés y satisfacción laboral en profesores del altiplano peruano. *Encuentros. Revista de ciencias humanas, teoría social y pensamiento crítico*, 17(Universidad Nacional Experimental Rafael María Baralt), 205-216. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7527638>
- Vásquez, S. y González, Y. (2020). El estrés y el trabajo de enfermería: factores influyentes. *Más Vida*, 2(2), 51-59. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1284113>

Conflicto de intereses: Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

Contribución de los autores: Los autores participaron en la búsqueda y análisis de la información para el artículo, así como en su diseño y redacción.