

# Relación entre el estrés laboral y el área afectiva en los docentes de la Universidad Técnica de Manabí

## Relationship between stress and the affective area in the teachers of the Technical University of Manabí"

Psi. Cl. Karina Molina Sabando Mg<sup>1</sup>

Clara Alexandra García Lucas<sup>2</sup>

### Resumen

El presente trabajo busca establecer la relación entre el estrés laboral y el área afectiva aplicándose el Cuestionario sobre el estrés laboral de la OIT-OMS y el Cuestionario para averiguar el grado de afectividad (adaptación de prueba de woodwort) empleados paralelamente para detectar los niveles de estrés y las dificultades afectivas que este puede traer en los docentes de la Universidad Técnica de Manabí

### Palabras clave

Agotamiento Profesional, afecto, área, ansiedad

### key words

Burnout, Professional, Affect, Field, Anxiety

---

## 1. Introducción

En la última década las exigencias laborales impuestas por los organismos de control de la Educación superior, propician un fuerte nivel de ansiedad en los docentes universitarios los cuales tienen que acoplarse a diferentes roles, que implican mayor participación en procedimientos de gestión y toma de decisiones inherentes al proceso de enseñanza – aprendizaje.

A esto se le adiciona las diversas preocupaciones existentes en la vida personal del docente, que a largo plazo terminan influyendo en el campo profesional, considerando la percepción personal de un conflicto u oportunidad se vuelve importante al observar la manera en la que un determinado estímulo puede perdurar o desvanecerse en la conciencia de la una persona, lo que es significativo en cuanto el nivel de estrés que presentará, resaltando el paralelismo orgánico que posee el estrés con las emociones básicas y la capacidad de evaluación positiva y negativa que generan los afectos frente a estos estímulos, por esto se

---

<sup>1</sup> Karina Molina Sabando. Magister en Investigación en Medicina y Ciencias de la Salud. Docente de la Universidad Técnica de Manabí. klmolina@utm.edu.ec. 0000-0002-3340-9625

<sup>2</sup> Clara Alexandra García Lucas. Egresada de la Escuela de Psicología Clínica. Universidad Técnica de Manabí. alexaglmari@gmail.com . 0000-0003-2305-7462

ha tomado como punto de partida la relación que se puede establecer entre estrés y el área afectiva en docentes de la Universidad Técnica de Manabí.

## **1.1. Estrés y su paralelismo con el área afectiva**

El término “estrés” fue utilizado por primera vez por Hans Selye en 1936 para definir el estrés en términos biológicos como “una respuesta inespecífica del cuerpo a cualquier solicitud de cambio”. Su investigación condujo al estudio del estrés en las funciones cerebrales. Definió asimismo los “factores estresantes” como las circunstancias desencadenantes de una respuesta fisiológica y psicológica del organismo, para distinguir el estímulo de la respuesta.

Otra forma en la que se suele designar al estrés es como todo agente, estímulo y factor que al cual se lo designa estresor, que desencadena una respuesta fisiológica dando paso a una respuesta psicológica (Orlandini, 2012), esta visión del estrés es muy cercana a la visión de psicología del funcionalismo, donde conducta es igual situación por respuesta, esta descripción acertada desde un punto fisiológico, se vuelve muy mecánica, dejando de lado lo fluctuante que es la psicología del individuo, las diversas áreas que la conforman y que corresponden a su estudio.

Actualmente se conoce una gran variedad de datos experimentales y clínicos que nos indica una relación entre la intensidad y duración del agente estresor como factores contribuyentes al estrés junto a las características individuales, produciendo alteraciones considerables a nivel físico y psicológico. Así lo remarca DeVries y Wilkerson:

Las Naciones Unidas, la OMS y el Banco Mundial han calificado la tasa de prevalencia actual de los trastornos neuropsiquiátricos en 1 de cada 4 personas en todo el mundo y en una "crisis de salud pública no anunciada". Las tasas son impulsadas por un inicio temprano, alto deterioro y alta cronicidad de estos trastornos... Los factores contribuyentes son biopsicosociales e incluyen un cambio social rápido, así como la compresión temporal de la vida moderna, lo que resulta en una experiencia de mayor tensión laboral que se asemeja a una intensificación de actividades durante un decenio en el lugar de trabajo. (2003: 44)

Esto posiciona al estrés como una afección que debe de ser tomada en cuenta por aquellas organizaciones que se encargan de promover y mantener la salud, puesto que este fenómeno altera la salud mental de los individuos, los cuales tratan de cumplir los requerimientos laborales, frente a una economía fluctuante, inestables y que cada vez va de baja dejando susceptible al individuo a un descuido deliberado de la salud, reforzando la imperiosa necesidad de toda institución pública y privada de constatar el estilo de vida de sus trabajadores, aunque ignorada en ocasiones la salud mental juega un gran rol en el rendimiento que los trabajadores tienen para ejecutar las labores cotidianas .

Basado en esto Orlandini (2012) describe dos grandes grupos de estresores, los cuales corresponden al momento de vida del sujeto en que se dan y los estresores por duración, de los primeros encontramos a los remotos que se presentan en la infancia y adolescencia y pueden acondicionar futuras respuestas adaptativas o desadaptativas, los recientes

---

corresponden a los dos últimos años mientras los actuales ocurren en tiempo presente y los futuros que hacen referencia a aquellas desventuras o situaciones que el sujeto comienza a formularse como posibles escenarios por venir. En el caso del segundo grupo encontramos aquellos estresores que pueden ser muy breves que no exceden más que unos segundos o minutos, los breves que no duran más allá de horas o días y que al exceder las semanas y meses se conocen como prolongados y si el estresor se presenta por años se les denomina crónicos

Es importante acotar que el estrés al no poseer una causa particular y que el estresor al ser un factor que afecta la homeostasis del organismo estos pueden ir desde un estímulo físico, psicológico, cognitivo o emocional (Chávez, 2016: 77-95). A raíz de dicha concepción se estableció que el estrés se presenta a través de la salud o del comportamiento y del estilo de vida. Si apelamos a un ejemplo de las exigencias laborales en docentes, encontramos que los síntomas psicósomáticos usuales son las alteraciones cardiorrespiratorias, jaquecas, fatiga crónica, trastornos del sueño, úlceras y desórdenes gástricos, tensión muscular, mareos y vértigos.

Otra forma por la que se hace notorio el agotamiento laboral es por el comportamiento con conductas adictivas y evitativas, exceso consumo de café, alcohol, ausentismo laboral, bajo rendimiento personal, distanciamiento afectivo de compañeros y frecuentes conflictos interpersonales en el ámbito de trabajo y de la propia familia, tenemos también los emocionales tal como irritabilidad, incapacidad de concentración, distanciamiento afectivo (Marrau, 2004:53-68). Mientras en el trabajo en un ambiente más específico las conductas que se pueden observar van desde un deterioro del rendimiento, acciones hostiles, conflictos, accidentes, ausentismo, nerviosismo, dificultad para concentrarse, baja tolerancia a la frustración y abandono laboral.

A partir de estos rasgos, nace el interés de la relación entre el estrés y el área afectiva, los afectos forman parte de la vida psíquica, cognitiva y conductual de la persona, delimitándose esta de la siguiente manera:

Cuando nos referimos al área afectiva consideramos la afectividad como la base de nuestra vida psíquica. Es nuestro modo de reaccionar más profundo y biológico a los acontecimientos internos y externos, independientes de la razón. Comprende toda la gama de emociones, sentimientos, pasiones... (Tomatti & Fernández, 2005: 65).

Ahora bien, según esta delimitación el área afectiva juega un rol especial en la psique de una persona, esto se debe a que acompañan a los procesos perceptivos y las representaciones del medio circundantes (Fingermann, 1980: 197-211), así pues, no únicamente se observa que el área afectiva engloba afectos, los cuales pueden modificarse en conformidad de lo conocido y de los estímulos exteriores y las emociones que generan las conductas tanto adaptivas como desadaptativas por la intensidad y el gran arco fisiológico frente a una necesidad desde este punto de vista podemos iniciar una relación con el estrés.

En primer lugar, los afectos tienen como característica principal que generan una evaluación positiva y negativa (Buss, 1987:487- 505), que al dejar una impresión

acumulativa se entienden como estados de ánimo, al ser reacciones evaluativas se desvían de un estado de neutralidad reflejándose en forma de sentimientos, estas evaluaciones se manejan de extremos a extremos tal como lo indicaba la teoría tridimensional de Wundt, donde los afectos tienen tres direcciones con extremos opuestos que van de tensión-alivio, desagrado-agrado, excitación-relajación (Fingermann, 1980: 197-211), donde los puntos intermedios no existen pues solo son determinados por la intensidad y la autopercepción de la persona lo que determinará que exista tensión o relajación.

Cabe destacar también que los afectos tienen característica social por lo que al generar estados de ánimos con evaluaciones facilita una cohesión del grupo y la interacción entre animales individuales, por lo tanto si los afectos son positivos se derivan en un contacto social que los extienda, así mismo al ser negativos parten de separación y rechazo social contribuyendo a un incremento de alejamiento, es así que al ser predominantes las evaluaciones negativas del medio circundante fomentan conductas que contribuyen al estrés o en oposición a esto frente a los estresores los afectos terminan en una evaluación positiva con sentimientos que minimicen el factor estresante.

Con respecto al estrés laboral, hay que explicar que existen afectos que generan conductas desadaptativas, estos afectos superan el umbral de excitación y se convierten en emociones por su gran capacidad excitativa del organismo. Un error común que se comete en la actualidad es que se han sumado la alegría y otros sentimientos de gran impacto a las emociones, sin embargo estos no generan mayor cambio fisiológico a diferencia de las tres emociones esenciales, la ira, la pasión y el miedo, esto se debe a que estas preparan al organismo para una necesidad de supervivencia, un ejemplo claro es la puesta en escena del sistema parasimpático del organismo frente al miedo para permitir la huida inmediata aumentando la capacidad pulmonar y los músculos ante la ira las conductas agresivas son mejoradas para poder enfrentar algún peligro como un aumento en el campo de visión así como la contracción de los músculos para minimizar impactos, mientras en la pasión los órganos sensitivos se ven amplificadas para una mayor apertura de la fase de excitación y deseo sexual. (Buss, 1987:487- 505)

Sin embargo lo que sucede cuando estas fases orgánicas-psicológicas se prolongan sin una descarga inmediata es que se generan acciones cotidianas de estrés, cuando las emociones se vuelven desadaptativas las respuestas de defensa son innecesarias en estas situaciones diarias, en el caso de un docente temeroso de perder su empleo no se encuentra en la posición de huir frente a estas circunstancias, es aquí donde la respuesta rápida y explosiva de la emoción adaptativa interfiere en la conducta constituyéndose en un disturbio que fomenta las conductas erráticas y los síntomas psicossomáticos ya antes mencionados.

A partir de este punto podemos derivar una explicación al hecho de que un mismo estresor no genere una respuesta y tiempo de reacción similar en todos los individuos lo que hace que algunas personas posean mayor tolerancia hacia las situaciones más adversas, mientras otros se quebrantan fácilmente cuando la presión laboral se hace más evidente y es que aquellos que no presentan estrés solo han apreciado la situación entre lo negativo y positivo por lo tanto solo hay un estado de ánimo y por el contrario aquellos que se

---

encuentran estresados han experimentado una emoción que no han tenido su debida descarga.

Profundizando en la ejemplificación anterior, podemos distinguir que el estrés laboral se establece como un fenómeno o reacción que puede tener la persona ante las exigencias y presiones que se encuentra en el área laboral que no se ajustan a sus conocimientos y capacidades, instituyéndose como retos a sus aptitudes; sin embargo cuando estas superan todo pronóstico generan agravios en un trabajador, generando un estado de insatisfacción frente a las condiciones actuales de su trabajo, ya sean esta al no recibir suficiente apoyo de sus supervisores y colegas o la escasez de recursos que le permitan cumplir con las expectativas planteadas.

Así el aumento de exigencias laborales en las últimas décadas impuestas por los organismos de control de Educación superior, los cuales han forzado al docente universitario a acoplarse a diferentes roles que implican mayor participación en procedimientos de gestión y toma de decisiones inherentes al proceso de enseñanza – aprendizaje, sumando así los ya existentes en su vida personal. Esto lo destacan Vilaret & Ortiz (2013: 36-47) señalando que en la vigente LOES, los docentes a tiempo completo tienen como obligación laborar cuarenta horas semanales solo contempladas en lo referente a horas clases, añadiéndosele el incremento de trabajos administrativos que no se encuentran contempladas dentro de estas horas y adicionándose el desgaste mental.

Esto permite observar, en docentes con altas cargas laborales un desempeño rutinario y monótono con falta de iniciativa e interés para innovar su trabajo, tal como lo indica Antor (1999):

Los docentes están sometidos a fuertes presiones y demandas laborales debido a su rol, en consecuencia, sufren altos niveles de estrés ocupacional, afectando negativamente el nivel de satisfacción, desempeño, productividad y salud, lo cual conlleva a síntomas psicossomáticos, padecimiento de serias enfermedades; donde se pueden desarrollar y acumular gradualmente, provocando el agotamiento o síndrome de Burnout.

Podemos incluir las diversas preocupaciones que pueden existir en la vida personal del docente y que repercuten en el campo profesional, así mismo, la percepción y concepto de un conflicto u oportunidad influye en el nivel de estrés que puede indicar una relación entre el área afectiva lo que termina por reflejarse en el comportamiento.

Por consiguiente, la vida docente deja de proporcionar gratificación y da paso a un sin número de estresores, debido a las constantes demandas que deben de cumplir tanto dentro como fuera de la institución siendo que van desde ser un concejero o el subordinado de otra persona, responsabilidades que no solo se limitan al educar a futuros profesionales sino de igual forma las responsabilidades que se presentan a diario en su ámbito familiar y personal. Todas estas presiones solo conllevan a un deterioro progresivo en la toma de decisiones que debido a las diversas preocupaciones se les dificultan afectivamente el afrontamiento de las diferentes adversidades que se derivan de su trabajo.

El docente universitario como ya se ha dicho no solo forma parte de una comunidad educativa, también se desarrolla en un entorno político social tal como presentaron Sánchez y Maldonado (2003: 323-335), donde la incertidumbre política y la economía fluctuante de un país, así como el incumplimiento en las actividades laborales son los factores que más alto se puntúan entre las causas de estrés por docentes universitarios.

Por lo tanto una política inestable en nuestro país y la seguridad laboral se vuelve un estresor futuro que fomenta ansiedad en el docente universitario que trata de mantener el nivel que exigen dentro de la institución laboral, pues es consciente de que al no encontrarse los dos primeros factores en estabilidad pueden ser parte de un futuro recorte que dependerá del cumplimiento laboral y desempeño frente a su superior dentro de la Universidad. Claro está que la forma de manejar esta presión es determinada por el tiempo que tarde en procesar la interiorización personal y de la priorización de necesidades.

En Ecuador se ha estudiado el estrés laboral y su relación con el área afectiva presente en profesores universitarios, donde Ilaja y Reyes (2014: 107) describen que:

El 26.7% de la muestra, percibe agotamiento emocional y un 27.1% despersonalización, dos de las dimensiones del síndrome de BO. Ello está indicando que hay una parte de profesores que laboran en PUCESA que están presentando niveles crónicos de estrés laboral y experimentan signos de malestar emocional que está afectando su bienestar y posiblemente su desempeño docente.

El estrés laboral genera fuertes impresiones emocionales que debido a las normas de comportamiento social el docente universitario evita expresar abiertamente y es de dicha acumulación que el organismo resulta agotado y con sensaciones de enajenación, el medio circundante no está proporcionando gratificaciones, sino que más bien deja fuertes incomodidades. Las acciones que antes eran más fáciles de realizar se dificultan aun cuando su solución puede ser simple.

Para finalizar se debe recalcar que no necesariamente debe de existir estrés con una alteración afectiva aun cuando la definiciones planteadas de estrés y emociones generan una fuerte relación entre ambos y es que tal como se ha explicado tanto el estrés como las emociones son simplemente reacciones adaptativas, por lo tanto no siempre perjudican o interfieren con las actividades diarias.

---

## 2. Metodología

Se llevó a cabo un trabajo comparativo, cuantitativo, descriptivo, para establecer la relación entre el estrés laboral y el área afectiva el estudio fue realizado a 32 docentes del Departamento de Ciencias Sociales y del Comportamiento de la Facultad de Ciencias Humanísticas y Sociales de la Universidad Técnica de Manabí, seleccionados a través de la base de datos de la institución tomando en consideración que sean docentes de tiempo

completo, a los cuales se les empleó dos cuestionarios, el Cuestionario sobre el estrés laboral de la OIT-OMS y el Cuestionario para averiguar el grado de afectividad (adaptación de prueba de woodwort). El Cuestionario sobre el estrés laboral de la OIT-OMS, fue seleccionado por tener la aprobación de la OMS y que facilita la identificación de la variable independiente que es el estrés laboral a esto se le debe resaltar que este cuestionario toma en consideración los estresores ambientales, mientras el Cuestionario para averiguar el grado de afectividad (adaptación de prueba de woodwort) se encarga de establecer las dificultades en el área afectiva, la cual es evaluada por preguntas referida a los signos y síntomas físicos y psicológicos que representan al área afectiva, divididos en dos grupos de preguntas representadas con las claves A y B, donde las A deben de ser respondidas afirmativamente para puntuar y las B como no para representar un puntaje. El programa empleado para el desarrollo y presentación de los resultado es el SPSS versión 23.0.

El valor obtenido por Chi cuadrado ( $p > 0,5$ ) significa que la relación de estas dos variables es significativa.

### 3. Resultados

#### RELACIÓN ENTRE EL ESTRÉS LABORAL Y EL AREA AFECTIVA EN LOS DOCENTES DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MANABÍ

De los 32 docentes del Departamento de Ciencias Sociales y del Comportamiento de la Facultad de Ciencias Humanísticas y Sociales de la Universidad Técnica de Manabí, 31 docentes muestran bajo niveles de estrés y 1 docente presenta nivel de estrés intermedio mientras que en el caso de dificultades afectivas 31 docentes muestran una afectividad sin problemas y 1 docente presenta una afectividad con problemas moderados.

**TABLA 1. RESULTADO DE LAS VARIABLES ESTUDIADA.**

		Frecuencia	Porcentaje válido
<b>NIVEL DE ESTRÉS LABORAL</b>	Bajo nivel de estrés	31	96,9%
	Nivel intermedio	1	3,1%
<b>DIFICULTAD AFECTIVA</b>	Afectividad sin problema	31	96,9%
	Afectividad con problemas moderado	1	3,1%

TABLA 2.- COMPARACION DE RESULTADOS DE NIVEL DE ESTRÉS Y DE AFECTIVIDAD

**COMPARACIÓN DEL RESULTADO DE NIVEL DE ESTRÉS Y DE AFECTIVIDAD**

		Resultado de Afectividad		Total
		Afectividad sin problemas	afectividad con problemas moderados	
<b>Resultado de Estrés</b>	bajos niveles de estrés	30	1	31
	nivel intermedio	1	0	1
<b>Total</b>		31	1	32

En la tabla 2 los 32 docentes del Departamento de Ciencias Sociales y del Comportamiento de la Facultad de Ciencias Humanísticas y Sociales de la Universidad Técnica de Manabí, revela 30 docentes con afectividad sin problemas y con bajos niveles de estrés, así mismo se puede observar que solamente un docente presenta afectividad con problemas moderados presentando un nivel intermedio de estrés, por lo tanto podemos observar que es proporcional los niveles de estrés en relación a la afectividad, así mismo estos resultado revelan que dentro de la Universidad Técnica de Manabí los docentes del departamento de Ciencias Humanísticas y Sociales poseen una buena Salud mental.

#### 4. Conclusión

Los resultados obtenidos en esta investigación muestran que existen una relación entre las dos variables, el estrés laboral y el área afectiva en los docentes del Departamento de Ciencias Sociales y del Comportamiento de la Facultad de Ciencias Humanísticas y Sociales de la Universidad Técnica de Manabí, por lo tanto en cuanto a menores son los niveles de estrés menor es la dificultad afectiva comprobando así que la hipótesis planteada referente a establecer una la relación del estrés laboral y el área afectiva son evidentes, como se pudo observar en el análisis de datos el 96,9 % los docentes reflejan un Bajo nivel de estrés y solo el 3,1 muestran un nivel intermedio de estrés, reflejando que los niveles de estrés corresponden a rangos moderados y casi controlados por parte de los docente. Por otro lado en el caso del Cuestionario para averiguar el grado de afectividad (adaptación de la prueba woodwort) se observa un resultado similar al anterior, donde solo el 3,1% presente afectividad con problemas moderados.



---

## Referencias bibliográficas

- Antor, M. (1999). Estrés, autoeficiencia y afrontamiento en docentes de preescolar. [Tesis inédita de Maestría]. Caracas, Venezuela: Universidad Simón Bolívar. Viso
- Buss, A. (1987). Psicología General. Vol. 2. 487- 505. Argentina, Buenos Aires: Ciencia y Técnica.
- Chávez, C. A. (2016). Síndrome de burnout en docentes universitarios. Vol. 1 Núm. 9 (2016) 77–95. . INNOVA Research Journal,
- DeVries, M. W. & B. Wilkerson. (2003). Stress, work and mental health: a global perspective. *Acta Neuropsychiatrica*. 1/junio. (2003) 44-53. Cambridge. doi:10.1034/j.1601-5215.2003.00017.x
- Fingermann, G. (1980). *Psicología*. n 33. 197-211. Buenos Aires, Argentina: El Ateneo.
- Ilaja, V. B. & Reyes, V. C. (2014). LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EL ESTRÉS LABORAL EN LOS PROFESORES DE LA PUCE SEDE AMBATO. Ambato, Ecuador. Departamento de Investigación y Posgrados. Recuperado de: <http://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/995/1/85151.pdf>
- Marrau, C. (2004). El síndrome de Burnout y sus posibles consecuencias en el trabajador docente. *Fundamentos En Humanidades*, II(10), 53–68. <https://doi.org/1515-4467>
- Orlandini, A. (2012). El Estres: Que Es Y Como Evitarlo. Fondo de cultura económica. 20-34. Retrieved from [https://books.google.com.ec/books?id=d8-KuiJAOXIC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.ec/books?id=d8-KuiJAOXIC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)
- Sánchez de Gallardo, M. y Maldonado O. L. (2003). Estrés en docentes universitarios en LUZ, URBE y UNICA. *Revista de Ciencias Sociales (RCS)*, IX(2), 323–335. <https://doi.org/ISSN 1315-9518>
- Tomatti, G.Z. & Fernández, R. A. (2005). *Grafología a la Conducta por la Letra y el Dibujo*. Bonum. 3° Edición. p. 65. ISBN: 950-507-591-X
- Vilaret S.A. & Ortiz, I. A. (2013). Carga mental y síndrome de burnout en docentes a tiempo completo de una universidad de Quito. Quito, Ecuador: *Revista EIDOS*. 20, 12, 2013