



Ciencia Latina
Internacional

Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), noviembre-diciembre 2024,
Volumen 8, Número 6.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i6

**DIAGNÓSTICO DEL ESTRÉS LABORAL EN
DOCENTES EN UN INSTITUTO DE EDUCACIÓN
SUPERIOR EN LAGO AGRIO, MEDIANTE
CUESTIONARIO DE ISTAS 21 PARA LA
PLANIFICACIÓN DE MEDIDAS PREVENTIVAS Y
MEJORAR LAS CONDICIONES LABORALES**

**DIAGNOSIS OF WORK STRESS IN TEACHERS AT A HIGHER
EDUCATION INSTITUTE IN LAGO AGRIO, USING AN ISTAS
21 QUESTIONNAIRE FOR PLANNING PREVENTIVE
MEASURES AND IMPROVING WORKING CONDITIONS**

Liliana Carlota Soria Noroña

Instituto Superior Tecnológico Martha Bucaram de Roldós

Norma Yolanda Vásquez Venegas

Instituto Superior Tecnológico Martha Bucaram de Roldós

Cristina Alexandra Ulloa Moreno

Instituto Superior Tecnológico Martha Bucaram de Roldós

Ana Lucia Chacha Coles

Instituto Superior Tecnológico Martha Bucaram de Roldós

Diagnóstico del estrés laboral en docentes en un instituto de educación superior en Lago Agrio, mediante cuestionario de ISTAS 21 para la planificación de medidas preventivas y mejorar las condiciones laborales

Liliana Carlota Soria Noroña

liliana_soria_1994@hotmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-0761-4876>

Instituto Superior Tecnológico Martha Bucaram
de Roldós
Ecuador

Norma Yolanda Vásquez Venegas

norma10vasquez@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0001-4508-0054>

Instituto Superior Tecnológico Martha Bucaram
de Roldós
Ecuador

Cristina Alexandra Ulloa Moreno

ucristinaalexandra@yahoo.com

<https://orcid.org/0000-0003-0934-956X>

Instituto Superior Tecnológico Martha Bucaram
de Roldós
Ecuador

Ana Lucia Chacha Coles

luciachacha602@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0005-2350-3879>

Instituto Superior Tecnológico Martha Bucaram
de Roldós
Ecuador

RESUMEN

El proyecto de investigación aborda el diagnóstico del estrés laboral en docentes de un instituto superior en Lago Agrio, utilizando el cuestionario ISTAS 21. Este instrumento evalúa riesgos psicosociales relacionados con la carga laboral, el apoyo social y las condiciones de trabajo, entre otros. El objetivo principal es identificar los factores de estrés para planificar medidas preventivas que mejoren las condiciones laborales. El estudio destaca la relación entre el estrés y las enfermedades físicas y mentales, como depresión y ansiedad, que afectan la productividad y el bienestar. Los resultados preliminares muestran riesgos elevados en dimensiones como apoyo social (52%) y doble presencia (48%). Estas cifras evidencian la necesidad de estrategias para reducir el estrés y fomentar un entorno laboral saludable. La metodología incluye la aplicación del cuestionario en formato físico y electrónico, seguido de análisis confidencial de los datos. Entre las medidas propuestas destacan la promoción de la conciencia sobre riesgos psicosociales, la gestión adecuada de la carga laboral, y la implementación de programas de bienestar, como talleres de manejo del estrés. Este estudio subraya la importancia de integrar políticas de prevención en los reglamentos institucionales, mejorando la calidad de vida y productividad docente.

Palabras clave: estrés laboral, istas 21, riesgos psicosociales, bienestar docente, medidas preventivas

Diagnosis of work stress in teachers at a higher education institute in Lago Agrio, using an ISTAS 21 questionnaire for planning preventive measures and improving working conditions

ABSTRACT

The research project addresses the diagnosis of work stress in teachers of a higher institute in Lago Agrio, using the ISTAS 21 questionnaire. This instrument evaluates psychosocial risks related to workload, social support and working conditions, among others. The main objective is to identify stress factors to plan preventive measures that improve working conditions. The study highlights the relationship between stress and physical and mental illnesses, such as depression and anxiety, which affect productivity and well-being. Preliminary results show high risks in dimensions such as social support (52%) and double presence (48%). These figures show the need for strategies to reduce stress and promote a healthy work environment. The methodology includes the application of the questionnaire in physical and electronic format, followed by confidential analysis of the data. Among the proposed measures, the promotion of awareness about psychosocial risks, adequate management of workload, and the implementation of wellness programs, such as stress management workshops, stand out. This study highlights the importance of integrating prevention policies into institutional regulations, improving the quality of life and teaching productivity.

Keywords: work stress, istas 21, psychosocial risks, teacher well-being, preventive measures

Artículo recibido 10 diciembre 2024

Aceptado para publicación: 30 diciembre 2024



INTRODUCCIÓN

Diagnóstico del estrés laboral en docentes en un instituto de educación superior en Lago Agrio, mediante cuestionario de ISTAS 21 para la planificación de medidas preventivas y mejorar las condiciones laborales. El estrés laboral es una problemática creciente que afecta la calidad de vida y el desempeño de los trabajadores, especialmente en el ámbito educativo, donde los docentes enfrentan desafíos complejos derivados de altas demandas psicológicas, responsabilidades administrativas y la conciliación entre vida personal y profesional. En el Instituto Superior Tecnológico Martha Bucaram de Roldós, se ha identificado que factores como el insuficiente apoyo social, la falta de compensaciones adecuadas y la carga de trabajo excesiva contribuyen al incremento del estrés laboral entre los docentes. Estas condiciones no solo impactan la salud física y mental de los profesores, sino que también repercuten en la calidad de la enseñanza y en el ambiente educativo en general.

En el ámbito laboral, el estrés se ha convertido en un problema creciente que afecta tanto a la salud física y mental de los trabajadores como a su rendimiento y productividad. En el caso del Instituto Superior Tecnológico Martha Bucaram de Roldós, los docentes enfrentan diversas exigencias que incluyen altas demandas psicológicas, condiciones de doble presencia y falta de apoyo social, lo que incrementa los niveles de estrés laboral. Esta situación repercute negativamente en la calidad educativa y en el bienestar integral de los docentes. Además, la ausencia de políticas integrales y medidas preventivas adecuadas limita la capacidad institucional para abordar de manera efectiva este problema, afectando el desempeño laboral y la satisfacción de los trabajadores.

La relevancia de este estudio radica en la necesidad de identificar y mitigar los factores de riesgo psicosocial que generan estrés laboral en los docentes del instituto. Mediante la aplicación del cuestionario ISTAS 21, se busca obtener un diagnóstico preciso que permita planificar e implementar medidas preventivas orientadas a mejorar las condiciones laborales, fortalecer el apoyo institucional y fomentar un ambiente laboral saludable.

Este enfoque es esencial no solo para reducir los efectos negativos del estrés en los docentes, sino también para optimizar la calidad del entorno educativo y promover el bienestar de la comunidad académica. Asimismo, este trabajo contribuye al cumplimiento de normativas internacionales, como las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud y la Organización Internacional del Trabajo, que



destacan la importancia de invertir en la salud mental y ocupacional de los trabajadores como una estrategia para aumentar la productividad y la sostenibilidad de las organizaciones.

Los estudios realizados por Salvador et al. (2008), Mendoza y Moyano (2019) y Arredondo y Oramas destacan la importancia del uso del cuestionario ISTAS 21 para evaluar riesgos psicosociales laborales.

Salvador et al. analizaron los riesgos psicosociales en España entre 2004 y 2005, obteniendo una tasa de respuesta del 60%. Identificaron que la dimensión de Previsibilidad presentó las mayores diferencias entre niveles bajos y altos de riesgo. Dimensiones como Claridad de rol y Sentimiento de grupo registraron puntuaciones altas en una parte significativa de los trabajadores, mientras que Doble presencia y Esconder emociones afectaron al 34,02% y 27,74% respectivamente, evidenciando aspectos críticos a considerar.

Mendoza y Moyano evaluaron en Chile la versión breve del cuestionario SUSESO-ISTAS 21 junto con el instrumento DASS21, aplicado a 341 trabajadores hospitalarios. Aunque la confiabilidad fue adecuada, cuatro de las cinco dimensiones de la versión breve no alcanzaron la validez esperada, mostrando limitaciones en la estructura teorizada del instrumento. Sin embargo, se obtuvo validez convergente con DASS21, consolidando su utilidad psicométrica.

Finalmente, Arredondo y Oramas utilizaron el ISTAS 21 en un centro cubano de telecomunicaciones, evidenciando riesgos relacionados con la doble presencia y condiciones de desarrollo laboral. Propusieron estrategias metodológicas para mejorar la satisfacción laboral mediante la reorganización del trabajo.

METODOLOGÍA

El presente estudio emplea un enfoque mixto, combinando métodos cuantitativos y cualitativos para proporcionar un diagnóstico integral del estrés laboral en los docentes del Instituto Superior Tecnológico Martha Bucaram de Roldós.

El tipo de investigación es descriptivo, ya que busca caracterizar las dimensiones del estrés laboral y los factores psicosociales asociados a través de un análisis detallado de las condiciones laborales. Asimismo, el diseño es observacional y transversal, dado que los datos se recolectaron en un único momento temporal para evaluar el estado actual del fenómeno.

La población objetivo estuvo conformada por los docentes del instituto. La muestra, seleccionada mediante un muestreo intencional, incluyó a 35 docentes que participaron de manera voluntaria, respetando los criterios de inclusión: ser docente en activo durante el periodo de estudio. Los criterios de exclusión

consideraron la falta de disponibilidad para completar el cuestionario o no cumplir con las condiciones establecidas.

La técnica de recolección de datos fue la encuesta estructurada, utilizando como instrumento el cuestionario estandarizado ISTAS 21 en su versión larga, diseñado para evaluar riesgos psicosociales en el trabajo. Este instrumento permite medir dimensiones clave como exigencias psicológicas, apoyo social, compensaciones y doble presencia.

Se garantizaron las consideraciones éticas, respetando la confidencialidad y anonimato de los participantes, quienes fueron informados previamente sobre los objetivos del estudio y participaron de manera voluntaria. Las respuestas se registraron y tabularon utilizando software estadístico para un análisis objetivo.

Entre las limitaciones del estudio se encuentra el uso de una muestra reducida, lo que podría limitar la generalización de los resultados a otras instituciones. Sin embargo, los hallazgos proporcionan una base sólida para futuras investigaciones y acciones preventivas dentro del instituto.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

El análisis del estrés laboral en los docentes del Instituto Superior Tecnológico Martha Bucaram de Roldós (IST MBR), basado en el cuestionario ISTAS 21, evidencia la prevalencia de riesgos psicosociales asociados a las condiciones de trabajo. En la dimensión de exigencias psicológicas, se observó que un 36% de los docentes se encuentra en un nivel de riesgo alto, lo que refleja una carga significativa en términos de ritmo y cantidad de trabajo. Este hallazgo es congruente con estudios internacionales, como el de Salvador et al. (2008), que también identificaron esta dimensión como crítica en ambientes laborales exigentes.

Gráfico 1

Porcentajes de Riesgos sobre Exigencias Psicológicas, en los Docentes del IST MBR.



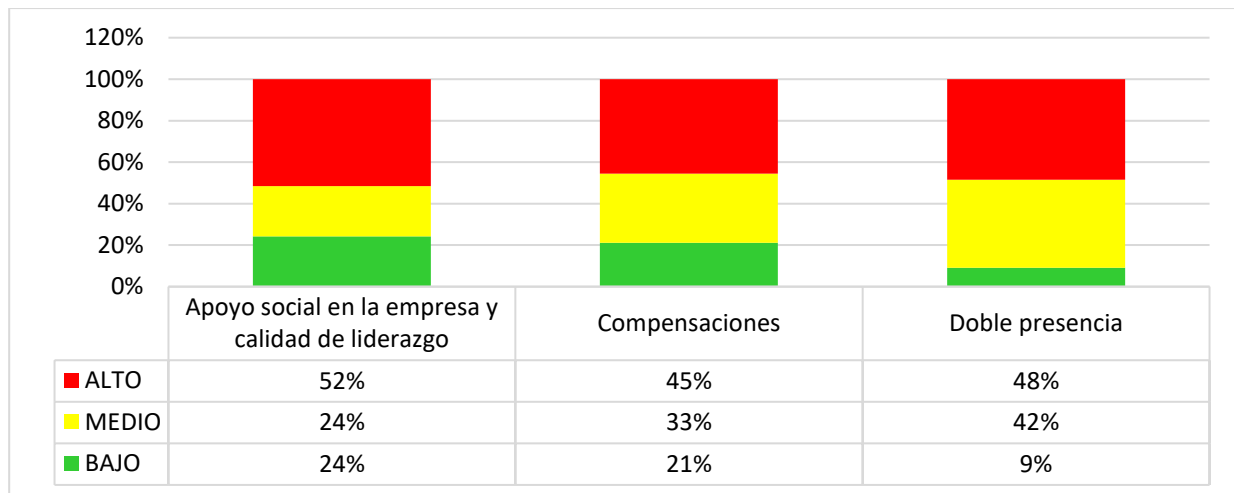
Nota. El gráfico muestra los porcentajes de riesgo (alto, medio y bajo) que enfrentan los docentes del IST MBR en relación con las exigencias psicológicas en el trabajo.

Fuente: Vásquez, N; Soria, L; Chacha, A (2024).

En cuanto al apoyo social en la empresa y calidad de liderazgo, el 52% de los participantes mostró riesgo alto, lo que sugiere insuficiente respaldo por parte de colegas y líderes inmediatos. Esta falta de apoyo puede exacerbar el impacto de otras dimensiones, como la doble presencia, en la que el 48% de los docentes enfrenta dificultades para equilibrar las demandas del trabajo y las responsabilidades familiares. Adicionalmente, un 45% de los participantes experimenta altos niveles de insatisfacción en la dimensión de compensaciones, lo que incluye percepciones de desigualdad en la estabilidad laboral, salarios y reconocimiento.

Gráfico 2

Porcentajes de Riesgos sobre Apoyo Social en la Empresa y Calidad de Liderazgo, Compensaciones y Doble Presencia, en los Docentes del IST MBR.



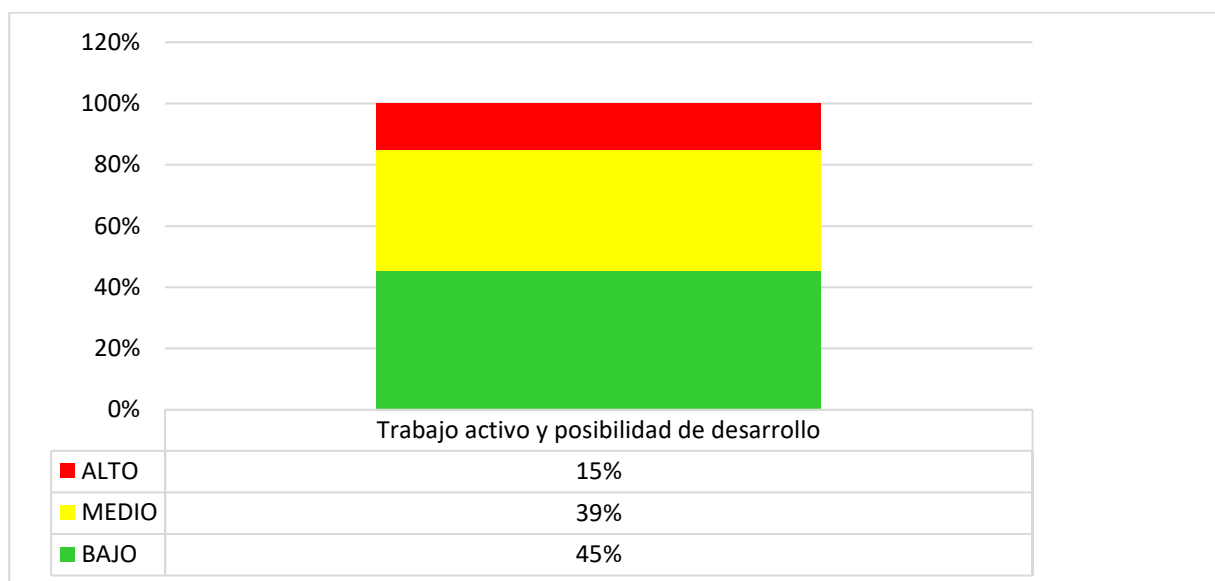
Nota. El gráfico muestra los porcentajes de riesgo (alto, medio y bajo) que enfrentan los docentes del IST MBR en relación con el Apoyo social en la empresa y calidad de liderazgo; Compensaciones; y doble presencia.

Fuente: Vásquez, N; Soria, L; Chacha, A (2024).

Por otro lado, la dimensión de trabajo activo y posibilidad de desarrollo presentó un 45% de los docentes en un nivel de riesgo bajo, lo cual se considera un factor protector. Esta dimensión está relacionada con la autonomía y las oportunidades de mejora profesional, lo que refuerza la importancia de fomentar políticas que promuevan el desarrollo de habilidades y la capacidad de decisión en el trabajo.

Gráfico 3

Porcentajes de Riesgos sobre el Trabajo Activo y Posibilidad de Desarrollo, en los Docentes del IST MBR.



Nota. El gráfico muestra los porcentajes de riesgo (alto, medio y bajo) que enfrentan los docentes del IST MBR en relación con el trabajo activo y la posibilidad de desarrollo.

Fuente: Vásquez, N; Soria, L; Chacha, A (2024).

Estos resultados confirman la necesidad de implementar medidas preventivas integrales. Entre las más urgentes se encuentran estrategias para reducir las exigencias psicológicas, fortalecer el liderazgo mediante formación en gestión emocional, y promover la conciliación laboral y familiar. A largo plazo, se recomienda desarrollar un programa institucional para abordar estos riesgos, alineado con estándares internacionales, como los planteados por la OMS y la OIT, sobre salud y bienestar en el trabajo.

En comparación con estudios previos, este trabajo aporta un análisis específico del sector educativo en un contexto regional, destacando la importancia de abordar el estrés laboral en docentes para garantizar su bienestar y mejorar el entorno académico. Las perspectivas futuras incluyen realizar estudios longitudinales que midan el impacto de las intervenciones propuestas, así como expandir el análisis a otras instituciones educativas para validar los resultados.

Este estudio no solo destaca los riesgos presentes, sino que ofrece un marco para el diseño de políticas de mejora, estableciendo un punto de partida para avanzar hacia un entorno laboral más inclusivo, saludable y productivo.

CONCLUSIONES

- Los resultados de este estudio revelan que los docentes del Instituto se encuentran en un nivel de riesgo alto, categorizado como nivel 3. Esto se debe a que cuatro de las cinco dimensiones evaluadas muestran porcentajes significativos en el indicador de riesgo alto.
- La dimensión de “Apoyo social en la empresa y calidad de liderazgo” con un 52%, indica el porcentaje más alto de las 5 dimensiones evaluadas, lo que indica que los docentes sienten que trabajan en forma aislada, sin apoyo de sus superiores o compañeros o con tareas mal definidas y con falta de información.
- Una dimensión adicional con un porcentaje notable es la "Doble presencia", registrando un 48%. Este hallazgo sugiere que los docentes enfrentan un conflicto entre sus responsabilidades laborales y sus deberes domésticos. Es más frecuente en mujeres que hombres.
- En relación a la dimensión de "Compensaciones", con un porcentaje del 45%, los docentes expresan en la encuesta que perciben una falta de respaldo por parte de sus superiores o colegas, así como inseguridad en cuanto a su contrato laboral y a la variabilidad de las tareas asignadas.
- En cuanto a la dimensión de "Exigencias psicológicas", con un porcentaje del 36%, se revela que los docentes enfrentan un volumen de trabajo desafiante en relación con el tiempo disponible. Esto se traduce en un ritmo laboral rápido y constante, lo que puede generar tensiones adicionales debido a la escasez de tiempo para completar las tareas asignadas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arredondo R, Viña B y Oramas V. (2019). Experiencia cubana con el Ista 21 en la evaluación de los factores de riesgo psicosociales laborales en un centro de telecomunicaciones. Revista Cubana de Salud y Trabajo. 2019;20(1):58-64. Recuperado de:
<https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=87659>
- Carranco, S. Pando, M. y Aranda, C. (2020). Riesgos psicosociales en docentes universitarios. Guayaquil – Ecuador. Recuperado de:
[https://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/811/1322#:~:text=b\)%20Los%20riesgos%20psicosociales%20a,estos%20en%20un%20primer%20lugar.](https://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/811/1322#:~:text=b)%20Los%20riesgos%20psicosociales%20a,estos%20en%20un%20primer%20lugar.)
- Dirección de Recursos Humanos Universidad de Chile. (2016). ¿Qué es el protocolo de riesgos



- psicosociales? Recuperado de: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/<https://uchile.cl/dam/jcr:034dd925-0ff5-4f29-bf14-2c6a78cdf363/difusion-documento-pinche-aqui.pdf>
- Mendoza, R. y Moyano E. (2019). Hacia la validación del SUSESO ISTAS 21 versión breve en trabajadores de hospitales públicos
https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-48082019000100015&script=sci_arttext
 - Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales de España. 2000. NTP 703: El método COPSOQ (ISTAS21, PSQCAT21) de evaluación de riesgos psicosociales.
 - OIT. 2013. La prevención del estrés en el trabajo: Lista de puntos de comprobación. Ginebra – Suiza.
 - OIT, (2016). Boletín Internacional de Investigación Sindical. Recuperado de: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/
https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/ed_dialogue/actrav/documents/publication/wcms_553931.pdf
 - OIT. 28 de septiembre del 2022. La OMS y la OIT piden nuevas medidas para abordar los problemas de salud mental en el trabajo. Ginebra – Suiza.
 - Roa, F. y González F. (2022). Revisión de investigaciones sobre riesgo psicosocial en docentes universitarios. Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/journal/4136/413674340009/html/#:~:text=El%20riesgo%20psicosocial%20que%20afecta,la%20conformaci%C3%B3n%20de%20equipos%20de>
 - Salvador, L. et al Navarro, A. (2008). Exposición A Riesgos Psicosociales Entre La Población Asalariada En España (2004-05): Valores De Referencia De Las 21 Dimensiones Del Cuestionario Copsoq Istas21. Barcelona – España. Recuperado de:
https://www.scielosp.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/resp/v82n6/original3.pdf
 - Superintendencia de Seguridad Social – Chile. (2020). Manual del método del cuestionario SUSESO/ISTAS 21, versión completa y breve. Recuperado de: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/
https://istas.suseso.cl/Manual_del_metodo_del_cuestionario_SUSESOISTAS21.pdf

