



## FACTORES QUE INTERVIENEN EN LA SALUD MENTAL DE LOS DOCENTES INVESTIGADORES DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ZACATECAS

Zulema Ortega Hernández  
Unidad Académica de Ciencias Químicas  
Universidad Autónoma de Zacatecas  
Rosalinda Gutiérrez Hernández  
Claudia Araceli Reyes Estrada  
Doctorado en Ciencias en la Especialidad  
de Farmacología Médica y Molecular  
Universidad Autónoma de Zacatecas  
Correo-E: zuorh@hotmail.com

### RESUMEN

*Objetivo.* Identificar qué factores intervienen en la salud mental en docentes investigadores de la Universidad Autónoma de Zacatecas. *Materiales y métodos.* Se realizó un estudio observacional, analítico y transversal en 98 integrantes del Sistema Nacional de Investigadores. La evaluación del estrés se realizó a través de un cuestionario de la Pontificia Universidad de Javeriana, el cual identificó síntomas fisiológicos de comportamientos sociales, intelectuales, laborales y psicoemocionales. El análisis estadístico que se aplicó fue la Correlación de Pearson, asociación de Ji cuadrada y Prueba de Levene, con un valor significativo de  $p \leq 0.05$ . *Resultados.* Los participantes manifestaron diferentes niveles de estrés, los niveles más críticos se reflejaron en síntomas fisiológicos altos (47 por ciento). En promedio los síntomas de estrés fisiológico se incrementaron en edades entre los veinte y 40 años, así como en aquellos que tuvieron una antigüedad laboral menor a cinco años. *Conclusiones.* La principal afectación en la salud mental se expresó en síntomas psicósomáticos de tipo musculoesquelético, gastrointestinal y trastornos del sueño, debido a la gran cantidad de tiempo que se utiliza para realizar tareas aún en días de descanso, con graves consecuencias en la salud física y mental.

*Palabras clave:* salud mental, estrés, docentes

### ABSTRACT

*Objective.* To identify which kind of factors are involved in mental health in teaching researchers at the Universidad Autónoma de Zacatecas. *Material and Methods.* An observational, analytical and transversal study was carried out on 98 belonging to the National System of Researchers. The stress evaluation was carried out through a questionnaire from the Pontificia University of Javeriana, which identified physiological



symptoms of social, intellectual, occupational and psycho-emotional behaviors. The statistical analysis applied was Pearson correlation, chi square association and Levene's test with a significant value with  $p \leq 0.05$ . *Results.* Participants reported different levels of stress, the most critical levels were reflected in high physiological symptoms (47 percent). On average the symptoms of physiological stress increased in ages between 20 and 40 years, as well as those that are less than five years of occupational old. *Conclusions.* The main affectation in mental health it was expressed in psychosomatic symptoms of musculoskeletal, gastrointestinal and sleep disorders due to the great amount of time that is used to perform tasks even on rest days, with serious consequences on physical and mental health.

*Key words:* mental health, stress, teachers

## INTRODUCCIÓN

La salud mental de los docentes es uno de los problemas que actualmente cobra gran importancia; desde el siglo XX la Organización Internacional del Trabajo (OIT) consideró al estrés como una de las principales causas de abandono de esta profesión y desde 1983 se han mostrado informes sobre las bajas laborales por causa psíquica o psicósomática, con un importante aumento en el colectivo docente.<sup>1</sup> Al respecto, la Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoce el incremento de las enfermedades mentales en población trabajadora, siendo los trastornos depresivos, la demencia y drogadicción las principales causas de discapacidad laboral.<sup>2</sup>

Es un hecho que el aumento de la globalización y presencia de factores macroestructurales con nuevas disposiciones contractuales, incrementan la inestabilidad laboral e intensifican el trabajo, afectando de manera importante la salud mental de los trabajadores.<sup>3</sup> Por otro lado la Unión Europea (UE) reportó que las enfermedades causadas por estrés, depresión, ansiedad o violencia en el trabajo, son las causantes del 18 por ciento de los problemas de salud asociados con el trabajo, resultados que aparecen dos veces más en personal docente, de servicios, así como trabajadores de la salud.<sup>4</sup>

Está claro que la labor del docente representa un mayor estrés, ya que sus ocupaciones no se limitan a las realizadas solamente dentro del aula, sino que “obligan a la realización de varias tareas a la vez que van desde las actividades cotidianas del día a día en la escuela, así como la organización de planes y programas, planeación de actividades docentes, elaboración de materiales didácticos, realización de estadísticas escolares, entre otras tal como lo señala Aldrete.<sup>5</sup>



Ante los desafíos que exigen los nuevos modelos educativos los docentes deben desarrollar capacidades y competencias que les permitan enfrentar las profundas transformaciones científicas, tecnológicas, económicas y sociales. Según Gómez y Bondjale,<sup>6</sup> «nunca como hasta ahora el docente había estado sometido a tan diversas demandas, muchas de ellas complejas, intensas, y algunas hasta contradictorias». En la actualidad, las políticas en educación se centran en varios aspectos: eficientar los escasos recursos destinados a la educación, transformar prácticas académicas, reorganizar el trabajo docente y modificar pautas de formación.

De ahí que una de las nuevas tareas sea el integrar la investigación a partir de líneas de generación y aplicación del conocimiento con pertinencia y que den solución a problemas del entorno con la formación; así mismo los docentes tienen que incrementar el perfil académico con publicaciones de calidad que les permitan el ingreso al perfil deseable y mejor aún el obtener el reconocimiento del Sistema Nacional de Investigadores. Una actividad más corresponde a la participación en el programa de tutorías, el cual debe contribuir a un mejor seguimiento de la trayectoria académica. Con todo lo anterior, se multiplican las labores e imponen difíciles retos que sobrepasan los meramente didácticos y pedagógicos, con un mayor desgaste físico y mental y una profunda precariedad laboral.<sup>7</sup>

En lo que respecta a las universidades públicas, éstas tienen que redoblar sus esfuerzos para demostrar su productividad científico-académica, así como eficiencia, efectividad y calidad, a través de evaluaciones internas y externas. Actualmente las instituciones de educación superior en México, requieren cumplir con una serie de indicadores que demuestren la calidad de los programas educativos, tales como Profesores de Tiempo Completo (PTC); profesores con Perfil Deseable (PRODEP); profesores investigadores con reconocimiento en el Sistema Nacional de Investigadores (SNI); profesores con posgrado de maestría y doctorado; número de maestrías y doctorados en el Programa Nacional de Posgrados de Calidad (PNPC); Cuerpos Académicos consolidados y reconocidos por PRODEP.

En los docentes se establecen estímulos asociados a diferentes evaluaciones y se promueve la competencia entre universidades para obtener financiamientos, lo que se corresponde exactamente al modelo neoliberal. De ahí que los trastornos de tipo psicosocial son las principales causas de pérdida de salud de los docentes, favoreciendo la presencia de un estrés crónico, el cual aumenta el riesgo para la aparición de alteraciones emocionales y cognitivas, así como trastornos de carácter psicosomático, dependiendo de la vulnerabilidad específica de cada trabajador.<sup>8</sup>

En este sentido se desarrolla un proceso de deterioro de la salud física y mental que repercute en el compromiso y la satisfacción laboral,<sup>9</sup> que va conformando una realidad cada vez más compleja, la cual



produce pobres expectativas de éxito, con una sensación de impotencia o frustración que afecta en el bienestar psicológico del docente, apareciendo el estrés laboral como respuesta a una tensión prolongada, que ocurre en aquellas personas que no lograron adaptarse en una forma afectiva ni cognitivamente a tal situación estresante.<sup>10</sup> En México, el estudio realizado en un centro universitario de la ciudad de Guadalajara por Aldrete<sup>11</sup> hizo evidente la importancia de evaluar el estrés o desgaste laboral, ya que sus resultados mostraron que ocho de cada diez docentes presentaban afectación en una o más de las dimensiones estudiadas, donde el agotamiento emocional, traducido como estar cansado, exhausto emocional y físicamente, sin poder dar más de sí, fue la dimensión del síndrome de Burnout que presentó mayor incidencia.

Todo lo anterior motiva a la realización de más investigaciones, con datos válidos y confiables que constituyan la evidencia sobre este tipo de enfermedades de trabajo, para apoyar nuevas propuestas de ley y políticas públicas en salud laboral, tendientes a mejorar y garantizar la salud de los académicos, ya que se estima que una tercera parte de las bajas laborales entre profesionales de la salud y docentes, se deben a un significativo deterioro psicológico.<sup>12</sup>

Por lo tanto, es indispensable disponer de suficientes recursos que sirvan como facilitadores del trabajo, que aumenten la capacidad de competencia con un amplio conocimiento y desarrollo en inteligencia emocional, entendida como el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de manera apropiada los fenómenos emocionales como un factor clave al momento de prevenir el estrés.<sup>13</sup> Para el presente estudio se estableció como objetivo el identificar qué factores intervienen en la salud mental en docentes investigadores de la Universidad Autónoma de Zacatecas (UAZ), con la intención de elaborar propuestas de mejora e intervención a través de la Coordinación del Área de Ciencias de la Salud.

## MATERIALES Y MÉTODOS

Se realizó un estudio descriptivo, analítico, transversal. La población de estudio se conformó por 123 investigadores pertenecientes al SNI, de los cuales 98 (79.6 por ciento) contestaron el cuestionario, debido a que el resto se encontraban en congresos, estancias académicas, con incapacidad médica o no se localizaron en diversas visitas realizadas. Se estableció el criterio de inclusión de pertenecer al SNI, que está auspiciado por el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT) para promover el desarrollo científico, y además que fueran docentes de tiempo completo, con relación laboral de tipo exclusivo en la UAZ.

La evaluación del estrés se realizó a través de un cuestionario, en su tercera versión, validado y adaptado por la Pontificia Universidad de Javeriana a través del Sub-centro de Seguridad Social en el 2010. Es un instrumento diseñado para la evaluación de síntomas reveladores de la presencia de reacciones al estrés los cuales se distribuyen en cuatro categorías: fisiológicos de comportamientos sociales, intelectuales, laborales y psicoemocionales. Las respuestas se evaluaron a través de una escala de frecuencia de cuatro grados de tipo Likert (nunca, casi nunca, algunas veces, casi siempre) en la que el trabajador selecciona aquella que mejor refleja la ocurrencia de ciertos síntomas en los últimos tres meses.

El análisis estadístico que se aplicó fue de correlación de Pearson, asociación de ji cuadrada y Prueba de Levene con un valor significativo de  $p \leq 0.05$ . El presente estudio se apejó a lo dispuesto en la Declaración de Helsinki, el Código de Núremberg y la Ley General de Salud. En base a lo anterior, se solicitó la autorización de los pacientes para la participación en este estudio, a través de un consentimiento informado. Se aseguró la confidencialidad de los datos con el anonimato y la confidencialidad de los mismos.

## RESULTADOS

Este apartado se centró en la evaluación del estrés en base a diferentes malestares que se hubieran presentado en los entrevistados en los últimos dos meses. Se obtuvieron las proporciones de acuerdo a cuatro dimensiones presentes en el instrumento de medición: los síntomas fisiológicos, síntomas de comportamientos sociales, síntomas intelectuales y laborales, además de los síntomas psicoemocionales. Los investigadores estudiados manifestaron niveles de estrés más críticos en la medición de síntomas fisiológicos con niveles altos (47 por ciento), y comportamientos sociales en nivel medio (42 por ciento). También revelaron frecuencias bajas (97 y 100 por ciento, respectivamente) en los parámetros intelectuales-laborales y psicoemocionales (Tabla 1).

TABLA 1. PORCENTAJE DEL NIVEL DE ESTRÉS

SÍNTOMAS	BAJO	MEDIO	ALTO
Fisiológicos	33%	20%	47%
Comportamientos sociales	35%	42%	23%
Intelectuales y laborales	97%	3%	0%
Psicoemocionales	100%	0%	0%

Fuente: instrumentos aplicados

El sexo no influyó significativamente ( $p > 0.05$ ) en los síntomas por estrés fisiológico o por comportamientos sociales; es decir, la percepción del estrés respecto a las dos dimensiones con mayor puntaje no demostraron diferencias significativas en hombres y mujeres (Tabla 2). Sin embargo en los hombres se encontró una mayor presencia de síntomas fisiológicos, lo que demuestra menor resiliencia ante cualquier síntoma psicossomático. Así mismo en el sexo masculino se encontró una mayor percepción de síntomas de comportamientos sociales, relacionados principalmente a las dificultades que se presentan a nivel familiar, con los compañeros de trabajo y amigos, ocasionando un mayor aislamiento y desinterés por la convivencia.

TABLA 2. SÍNTOMAS DE ESTRÉS EN BASE AL SEXO DEL ENCUESTAD

SÍNTOMAS	SEXO	N	MEDIA	PRUEBA T
Fisiológicos	Femenino	26	16.07	0.679
	Masculino	72	16.83	
Comportamientos sociales	Femenino	26	12.79	0.385
	Masculino	72	14.18	

Fuente: instrumentos aplicados

Entre los síntomas fisiológicos y de comportamientos sociales, relacionados con la edad clasificada por grupo etario, no se encontró ninguna asociación significativa; no obstante, hubo una tendencia, en promedio, a incrementar los síntomas de estrés fisiológico en el grupo de edades entre los veinte y 44 años (Tabla 3). Es en estos adultos jóvenes donde se realiza un mayor número de tareas con la intención de lograr un mejor nivel en los estímulos, así como asegurar su permanencia en el SNI.

TABLA 3. SÍNTOMAS DE ESTRÉS DE ACUERDO A LA EDAD

SÍNTOMAS	GRUPO DE EDAD (AÑOS)	N	MEDIA	F	P
Fisiológicos	Adulto joven (20 - 44)	46	17.423	0.667	0.516
	Adulto maduro (45 - 64)	40	15.473		
	Vejez (65 - 80)	10	17.088		
Comportamientos sociales	Adulto joven (20 - 44)	46	14.481	0.613	0.544
	Adulto maduro (45 - 64)	40	12.902		
	Vejez (65 - 80)	10	14.422		

Fuente: instrumentos aplicados

En cuanto a la disposición o no de una relación de pareja, en promedio, tampoco se vio afectada por los síntomas fisiológicos y de comportamientos sociales. Lo que demuestra en este estudio que la condición conyugal no influyó en los síntomas de estrés evaluados en los investigadores (Tabla 4).

TABLA 4. SÍNTOMAS DE ESTRÉS EN BASE A LA RELACIÓN DE PAREJA

SÍNTOMAS	EN RELACIÓN DE PAREJA	N	MEDIA	PRUEBA T
Fisiológicos	Sí	76	16.72	0.699
	No	20	15.942	
Comportamientos sociales	Sí	76	13.709	0.634
	No	20	14.569	

Fuente: instrumentos aplicados

Respecto al análisis por áreas del conocimiento, tampoco se encontraron resultados significativos relacionados con los niveles y dimensiones del estrés referentes a los síntomas fisiológicos o de comportamiento social (Tabla 5). Sin embargo, los investigadores del área de ciencias básicas refirieron que para las publicaciones en esta disciplina son más rigurosas las reglas de arbitraje, razón por la cual se dedica un mayor tiempo en la preparación de documentos científicos.

TABLA 5. SÍNTOMAS DEL ESTRÉS EN BASE AL ÁREA DEL CONOCIMIENTO

SÍNTOMAS DE ESTRÉS	ÁREA UNIVERSITARIA	N	MEDIA	F	P
Fisiológicos	Ciencias agropecuarias	7	18.686	1.329	0.259
	Ciencias básicas	26	18.876		
	Ciencias de la salud	8	12.469		
	Ciencias sociales y administrativas	15	14.663		
	Humanidades y educación	24	17.237		
	Ingenierías y tecnologías	17	15.004		
Comportamientos sociales	Ciencias agropecuarias	7	17.237	0.922	0.471
	Ciencias básicas	26	14.830		
	Ciencias de la salud	8	11.038		
	Ciencias sociales y administrativas	15	13.146		
	Humanidades y educación	24	14.103		
	Ingenierías y tecnologías	17	12.292		

Fuente: instrumentos aplicados

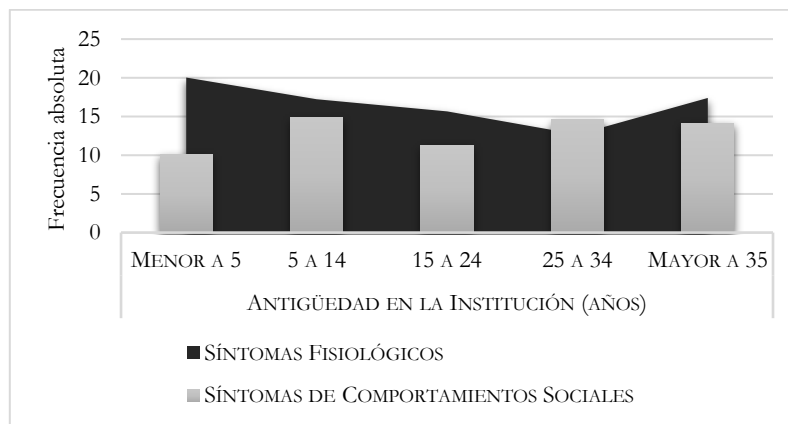
De acuerdo a los efectos observados, los síntomas de estrés fisiológico y de comportamientos sociales no fueron afectados ( $p>0.05$ ) por la antigüedad de los investigadores dentro de la institución (Tabla 6). Sin embargo, dentro de los años al servicio de la institución, sí mostraron síntomas fisiológicos con mayor afectación los que contaban con una antigüedad menor a cinco años (Figura 1).

TABLA 6. SÍNTOMAS DE ESTRÉS CONFORME A LA ANTIGÜEDAD EN LA INSTITUCIÓN

Síntomas de estrés	Antigüedad	N	F	P
Fisiológicos	Menor a 5	6	1.063	0.38
	5 a 14	47		
	15 a 24	18		
	25 a 34	10		
	Mayor a 35	14		
Comportamientos Sociales	Menor a 5	6	1.396	0.242
	5 a 14	47		
	15 a 24	18		
	25 a 34	10		
	Mayor a 35	14		

Fuente: instrumentos aplicados

FIGURA 1. SÍNTOMAS DEL ESTRÉS EN BASE EN LA ANTIGÜEDAD



Fuente: instrumentos aplicados

El nivel del SNI, donde se encuentran ubicados los investigadores tendió a influir en la salud mental de los investigadores ( $p>0.05$ ). Así, se observó una mayor presencia de síntomas fisiológicos en los investigadores



Candidatos y Nivel III; mientras que los de Nivel III tendieron mayormente hacia síntomas de comportamientos sociales.

## DISCUSIÓN

Los logros de la educación se miden en base a parámetros de eficiencia, eficacia y calidad; una de las formas de evaluar la productividad de los investigadores es mediante el rendimiento institucional. Las altas demandas laborales generalmente se asocian a problemas de comportamiento social, además de determinados efectos físicos, debido a una importante exposición a factores psicosociales intralaborales, como lo demostró el presente estudio.

Se observó un predominio del sexo masculino en los investigadores participantes, al igual que en el estudio realizado por Martínez,<sup>14</sup> donde se reportó el 79 por ciento de investigadores hombres, además de la edad promedio de 50 años. La retención de los investigadores fue en su mayoría favorable para los jóvenes, vía Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología o por el Programa para el Desarrollo Profesional Docente. Se encontró una antigüedad en la institución del 75 por ciento menor a 25 años, similar a lo observado por Saura en Estados Unidos, donde la edad promedio fue de veinticuatro años.<sup>15</sup>

Como lo indican Garrido y colaboradores, el capitalismo conformó la imposición del trabajo individualizado y sectorizado, lo que dio origen a una mayor especialización, así como un aumento del ritmo de trabajo; el beneficio obtenido fue la percepción de una mayor satisfacción laboral, además de una mejoría en las relaciones con los compañeros; sin embargo, han sido más los factores estresantes y de desgaste que los satisfactores laborales.<sup>16</sup>

Menchaca, en 2014, encontró que los docentes que laboraban en teoría o práctica se encontraban con una salud más desfavorable y con alteraciones de conducta, físicas y emocionales; se realizaron entrevistas respecto a la percepción de estrés en los investigadores de alto rendimiento que laboraban en diversas áreas como ingeniería y ciencias biológicas; los resultados mostraron un nivel de desgaste físico y emocional elevado, resultados concordantes con el presente estudio.<sup>17</sup>

Los síntomas fisiológicos (problemas musculoesqueléticos, gastrointestinales, cefaleas, trastornos del sueño), intelectuales (dificultades en la concentración, olvidos frecuentes, desgano, disminución del rendimiento) y psicoemocionales (sentimientos de soledad, irritabilidad, preocupación o tristeza), se mantuvieron dentro de un nivel de riesgo bajo, a diferencia de los valores encontrados en investigadores de



una universidad pública del Estado de México donde se percibieron con un nivel de riesgo alto en las tres dimensiones.<sup>18</sup>

En este estudio se percibieron valores más altos para los síntomas fisiológicos y de comportamientos sociales como dificultades con las relaciones familiares, o con otras personas, así como sensaciones de mayor aislamiento y desinterés. Las varianzas no mostraron variaciones, en relación al sexo, edad, antigüedad, área de adscripción o nivel en el SIN respecto a los síntomas del estrés en sus diferentes dimensiones (fisiológica, comportamiento social, intelectual y psicoemocional).

Respecto a los síntomas psicoemocionales, el 100 por ciento de los investigadores presentaron un nivel de riesgo bajo, a diferencia de lo observado por Shen Xue y colaboradores en el 2014, donde los docentes universitarios entre 31 y 40 años en China presentaban una asociación positiva con síntomas depresivos (en más altos niveles que en otros grupos de edad) y lo relacionaron medianamente (22.3 por ciento) con el estrés ocupacional.<sup>19</sup>

Es de mencionarse que se encontró una diferencia significativa con relación al sexo de los investigadores, donde las mujeres generalmente prefieren roles familiares, como es la maternidad, en lugar de la formación académica universitaria o algunas otras metas profesionales. Por otro lado, se dedica mucho del tiempo libre al trabajo doméstico, lo que acentúa la carga al trabajo académico, aunque también es importante resaltar que los investigadores de sexo masculino compartían las labores del hogar y en sus tiempos libres realizaban actividades deportivas, lo que puede influir a mejorar su estado de salud físico y mental.

## CONCLUSIONES

Dentro de los factores que se deben tomar en cuenta para una mayor calidad en la educación, no sólo están los aspectos académicos, se requiere además generar las condiciones necesarias para que el docente viva dentro y fuera de su trabajo, en ambientes que favorezcan su salud física y mental. En vista de que las nuevas formas para obtener financiamiento son a través de una amplia productividad de los docentes, resulta cada vez más pertinente contar con trabajadores saludables. El estudio demostró que ellos destinaban una gran cantidad de tiempo para realizar sus tareas aún en horas de descanso, afectando sus horarios para llevar una alimentación saludable, o realizar de alguna actividad física. La ausencia en el disfrute del tiempo libre, es favorecedora del sedentarismo y limitante de las medidas preventivas que se pudieran realizar para evitar la presencia de enfermedades crónicas.

El ser joven y encontrarse en una relación de pareja tuvieron un efecto protector, debido a que la familia es un elemento de apoyo que además coadyuva a sobrellevar las exigencias laborales; ya que éstas resultaron ser un factor de riesgo alto, además de propiciar trastornos músculo-esqueléticos, problemas visuales y alteraciones cognitivas. Los bonos de productividad más que ser un sobresueldo son apreciados como parte del salario, debido a lo anterior no se visualizan como parte de un crecimiento económico. La inclusión a los programas de estímulos se relacionó con la antigüedad institucional; los que tenían menor tiempo laborando fueron los que participaban principalmente en estos programas.

Dentro de las limitaciones del estudio está la falta de comparabilidad con docentes que no pertenecen al Sistema Nacional de Investigadores y que tampoco participan en otro tipo de programa de estímulos económicos, lo cual pudo ofrecer una mayor información. Por lo tanto pueden sugerirse mayores estudios donde se pueda profundizar más en aspectos relacionados con la salud, como la relación que guardan las condiciones de trabajo y factores de riesgo cardiovascular; así como identificar los principales factores protectores de la salud mental. Se recomienda incluir una muestra mayor, y proponer estudios regionales multicéntricos que ayuden a ampliar la mirada respecto al género, superando la visión biologicista, y más bien centrarse en aspectos de roles familiares, roles en el trabajo y uso del tiempo libre en el hogar.

## BIBLIOGRAFÍA

- [1] ORGANIZACIÓN INTERNACIONAL DEL TRABAJO/ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD, «Factores psicosociales en el trabajo: naturaleza, incidencia y prevención», Informe del Comité Mixto OIT/OMS sobre medicina del trabajo, Ginebra, Suiza, 1984, p. 122. Disponible en [http://staging.ilo.org/public/libdoc/ilo/1986/86B09\\_301\\_span.pdf](http://staging.ilo.org/public/libdoc/ilo/1986/86B09_301_span.pdf) Consultado el 16 de agosto 2017.
- [2] DEVIRES Marten W, Wilkerson Bill, «Stress, work and mental health: A global perspective», *Acta Neuropsychiatrica*, Volume 15, Number 1, Febrero, 2003, pp. 44–53.
- [3] SIEGLIN Veronika, Ramos María E., «Estrés laboral y depresión entre maestros del área metropolitana de Monterrey», *Revista mexicana de sociología*, Volumen 69, Número 3, México, 2007, pp. 517–551.
- [4] VELAZQUEZ Manuel, «Los riesgos psicosociales en el trabajo», México, 2009, Disponible en <http://www.areas.com/salud%20laboral/psicosociales2.htm> Consultado el 16 de agosto 2017.
- [5] ARANDA Carolina, Pando Manuel, Pérez María B., «Apoyo social y síndrome de quemarse en el trabajo o burnout: una revisión», *Revista Psicología y salud*, Volumen 14, Número 01, México, 2004, pp. 79–87.
- [6] GÓMEZ Marcos, Bondjale Teodoro, «Síndrome de burnout o quemamiento de los profesionales. Prevención y tratamiento. La gestión del estrés», México, 2000, Disponible en <http://usuarios.tripod.es/prisión/articulos/quemamiento.htm> Consultado el 16 de diciembre 2009.
- [7] PORK Cynthia, Lorenzetti Andrea, «El abordaje conceptual-metodológico de la informalidad», *Revista laboratorio*, Número 20, Argentina, 2007, pp. 5–15.
- [8] FERNÁNDEZ-PUIG Victoria, Longás Jordi, Chamarro Andrés, Virgili Carles, «Evaluando la salud de los docentes de centros concentrados: el cuestionario de salud docente», *Journal of work and organizational psychology*, Volume 31, Number 3, España, 2015, pp. 175–185.

- 
- [9] SANDOVAL Andrés, *La equidad en la distribución de oportunidades de acceso a la educación superior en México. Un estudio con base en los datos del EXANI-I*, Tesis de maestría, Universidad Iberoamericana, México, 2005.
- [10] ALDRETE María G., González Jaqueline, Preciado María de L., «Factores psicosociales laborales y el síndrome de burnout en docentes de enseñanza media básica de la zona metropolitana de Guadalajara», *Revista chilena de salud pública*, Volumen 12, Número 1, México, 2008, pp. 18–25.
- [11] ALDRETE María G., Pando Manuel, Aranda Carolina, *et. al.*, «Género, trabajo y salud en personal académico de un centro universitario», *Revista de Salud Pública y Nutrición*, Volumen 10, Número 2, México, 2009, Disponible en <http://www.medigraphic.com/pdfs/revsalpubnut/spn-2009/spn092c.pdf> Consultado el 16 de agosto 2017.
- [12] ARANDA Carolina, Pando Manuel, Pérez María B., «Apoyo social y síndrome de quemarse por el trabajo o burnout: una revisión», *Psicología y Salud*, Volumen 14, Número 01, México, 2004, pp. 79–87.
- [13] BISQUEIRA Rafael, «La educación emocional en la formación del profesorado», *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, Volumen 19, Número 3, España, 2005, pp. 95–114.
- [14] MARTÍNEZ Susana, «Sobre el concepto “Factores Psicosociales”», en: Juárez García Arturo, Camacho Ávila Anabel, *Reflexiones teórico–conceptuales de lo psicosocial en el trabajo*, Número 1, Primera edición, México, 2011, pp. 125–126.
- [15] SAURA María José, Simo Pep, Enache Michaela, Fernández Vicenc, «Estudio Exploratorio de los determinantes de la salud y el estrés laboral del personal docente e investigador universitario laboral en España», *Archivos analíticos de políticas educativas*, Volumen 19, Número 4, Estados Unidos de América, 2011, pp. 1–25.
- [16] GARRIDO Johanna, Blanch Joseph, Flórez Johana, Pedroza Magda, «El capitalismo organizacional como factor de riesgo psicosocial: Efectos psicológicos colaterales de las nuevas condiciones de trabajo en hospitales y universidades de naturaleza pública. Resultados Santander, Colombia», *Psicología desde el Caribe*, Número 28, Colombia, 2011, pp. 166–196.
- [17] MENCHACA Myriam, Espinosa Elsa, «Condiciones de salud-trabajo de docentes profesionales de enfermería vinculados a programas de formación para auxiliares de enfermería. Tunja», *Revista electrónica Trimestral de Enfermería*, Volumen 13, Número 3, Colombia, 2014, pp. 148–159.
- [18] MARTÍNEZ Carlos R., Martínez Susana, Méndez Ignacio, «Estímulos económicos, exigencias de trabajo y salud en académicos universitarios mexicanos», *Salud de los trabajadores*, Volumen 23, Número 1, Venezuela, 2015, pp. 5–18.
- [19] SHEN Xue, Yang Yi-Long, Wang Yang, *et al.*, «The association between occupational stress and depressive symptoms and the mediating role of psychological capital among Chinese university teachers: a cross-sectional study», *Biomedicina Central*, Volume 14, Number 329, China, 2014, pp. 5–8.