

Factores psicosociales y estrategias de afrontamiento asociadas al estrés en profesores universitarios

Rodríguez Vega, M^a del Carmen⁽¹⁾; OrozcoValerio, María de Jesús⁽¹⁾; Aguilar Aldrete, María Elena⁽¹⁾; Baez Baez, M^a Guadalupe Laura⁽¹⁾; Herrera Godina, Melva Guadalupe⁽²⁾; Méndez Magaña, Ana Cecilia^(1,3)

¹Departamento de Salud Pública, Centro Universitario de Ciencias de la Salud, Universidad de Guadalajara. Jalisco, Mexico

²Departamento de Psicología Aplicada, Centro Universitario de Ciencias de la Salud, Universidad de Guadalajara. Jalisco Mexico

³Unidad de Medicina Familiar N^o. 53, Delegación Jalisco, Instituto Mexicano del Seguro Social. Jalisco Mexico

Correspondencia:

Ana Cecilia Méndez Magaña

Sierra Mojada N^o. 950, puerta 1, Edificio N, planta alta.

Col. Independencia. Guadalajara, Jalisco, México.

Correo electrónico: dracmm@yahoo.com.mx

La cita de este artículo es: M C Rodríguez et al. Factores psicosociales y estrategias de afrontamiento asociadas al estrés en profesores universitarios. Rev Asoc Esp Espec Med Trab 2018; 27: 197-203

RESUMEN.

Introducción. Los factores psicosociales son condiciones que afectan el bienestar y la salud de los trabajadores. Así mismo, las estrategias que éstos utilizan para sobrellevar estas condiciones y cumplir con su trabajo pudieran afectar o reducir el estrés. **Objetivo.** Estimar la asociación entre los factores psicosociales del trabajo académico y las estrategias de afrontamiento con el estrés percibido de profesores universitarios. **Material y Métodos.** Es un estudio transversal analítico realizado a 109 profesores, a los cuales se les recabó datos sociodemográficos y laborales, y se les aplicó dos instrumentos. **Resultados.** La reestructuración cognitiva es un factor de riesgo para el estrés (OR 10.72, IC95% 1.34-85.88), afectado por la evitación de

PSYCHOSOCIAL FACTORS AND COPING STRATEGIES ASSOCIATED TO STRESS IN UNIVERSITY PROFESSORS

ABSTRACT

Background. Psychosocial Factors are elements that affect wellbeing and employee's health. The employees apply strategies to cope with these conditions and to fulfill their work, nevertheless these strategies could increase or reduce the employees's stress. **Objective.** To analyze the association between the coping strategies and academic work's psychosocial factors and perceived stress by the university professors. **Subjects and Methods.** An Analytic Cross Sectional Study was made with 109 professors. Two data collection instruments were applied and occupational and sociodemographic information was collected.

problemas. Un factor que reduce el estrés es la resolución de problemas (OR 0.086, IC95% 0.02-0.51). **Discusión.** Los factores psicosociales del trabajo académico no están asociados al estrés y las estrategias de afrontamiento no aseguran la disminución de esta situación.

Palabras clave: trabajo, Factores Psicosociales, Estrategias de Afrontamiento, Estrés, Profesor Universitario.

Fecha de recepción: 22 de junio de 2018

Fecha de aceptación: 9 de enero 2019

Results. The cognitive restructuring is a risk factor for the stress (OR 10.72, IC 95% 1.34-85.88), this factor is affected by avoidance strategies. Problem solving is a stress reducing factor (OR 0.0086, IC95% 0.02-0.51). **Discussion.** Academic work psychosocial factors are not associated with perceived stress and coping strategies do not ensure the decrease of this situation.

Key words: work Psychosocial Factors, Coping Strategies, Stress, University Professor

Introducción

Los factores psicosociales son condiciones de riesgo que afectan el bienestar y la salud de los trabajadores de cada organización, ya que son cambiantes y complejos⁽¹⁾. Por lo que, la identificación y manejo de estos elementos en una organización es importante para evitar ausentismo, insatisfacción laboral, problemas de relación entre pares o desmotivación laboral.

Aunado a lo anterior, el estrés es un problema de salud al que se encuentra sometido el trabajador cuando se excede su capacidad, particularmente el profesor universitario se enfrenta de manera cotidiana a períodos de transición ante las condiciones por demandas del alumnado, acumulación de tareas con presión y en plazos de tiempo cortos y expeditos, ambiente físico inadecuado, saturación de horas frente a grupo, entre otros. Así mismo, resulta de interés la identificación de los mecanismos que el sujeto emprende para disminuir lo negativo que ocurre en su ambiente laboral y poder lograr los objetivos o sobrellevar la carga de trabajo.

Previamente se han realizado estudios sobre estrés crónico en población académica como en docentes de nivel bachillerato, secundaria y primaria^(2,3); de nivel licenciatura, particularmente, de las carreras de Psicología y Calidad de Vida⁽⁴⁾. Sin embargo, en profesores universitarios de Ciencias de la Salud existe poco análisis desde el enfoque de salud laboral. Por lo tanto, el presente estudio pretende estimar la asociación

entre los factores psicosociales del trabajo académico y las estrategias de afrontamiento con el estrés percibido por los profesores universitarios del área de la Salud.

Material y Métodos

Se realizó un estudio transversal analítico en profesores de tiempo completo (carga horaria laboral de 40 horas), de las categorías de Profesor Docente y Profesor Investigador, de las diferentes subcategorías (Titular, Asociado y Asistente) y niveles (A, B y C), que laboran en el Centro Universitario de Ciencias de la Salud (CUCS) en la Universidad de Guadalajara (U. de G.). Se realizó un cálculo de tamaño de muestra basándose en la prevalencia de estrés obtenida en Japón en académicos del área de la economía, la cual fue de 20%⁽⁵⁾. Además tomando como referencia el universo de la población de profesores de tiempo completo de 475, un nivel de confianza de 95% y un error estándar de 5% dio como resultado una muestra mínima de 109, esto mediante el programa Epi Info para Windows (versión 3.5.4). Posteriormente, se procedió a acudir a los diferentes Departamentos, Laboratorios, Institutos y Coordinaciones al interior del CUCS para realizar la invitación a participar en el proyecto ofreciéndoles el anonimato y la confidencialidad de su información. Las variables en estudio fueron las siguientes: sociodemográficas y laborales (edad, sexo, estado civil,

escolaridad, nombramiento, categoría, nivel, antigüedad, actividad laboral, carga horaria semanal por actividad en el CUCS, turno laboral, actividad privada u otra institución y carga horaria privada), estrés (Escala de Estrés Percibido “PSS-14”, versión de Cohen, Kamarak y Mermelstein⁽⁶⁾, una de las más usadas para evaluar el estrés y diseñada para medir el grado en que las situaciones de la vida son percibidas como estresantes; culturalmente adaptada en México⁽⁷⁾ en su versión al español con una consistencia interna de 0.83), factores psicosociales en el trabajo académico (Se tomó del instrumento de Factores Psicosociales validado por Silva Gutiérrez^(1,8), previamente validado con una consistencia interna de 0.91, el cual se compone de 4 dimensiones: Interacción y aspectos organizacionales, Características del trabajo, Condiciones del lugar de trabajo y Contenido del Trabajo); y finalmente, para las estrategias de afrontamiento se utilizó el Inventario de Estrategias de Afrontamiento compuesto de 8 dimensiones: resolución de problemas, autocrítica, expresión emocional, pensamiento desiderativo, apoyo social, reestructuración cognitiva, evitación del problema y retirada social. Este instrumento la consistencia interna de las primeras seis dimensiones fue calculada con alfa de Cronbach superior al 0.78 y las dos últimas de 0.65 o menor^(9,10,11), por lo que se considera que de manera general el instrumento cumple.

El análisis de la información se realizó mediante la recategorización de las escalas a partir de la media, en las categorías “con estrés (<25 puntos)” y “sin estrés (>26 puntos)”, los Factores Psicosociales en el Trabajo Académico se categorizaron de acuerdo a la dimensión: las condiciones del lugar del trabajo (“con riesgo” un puntaje igual o mayor de 11 puntos), carga de trabajo (“con riesgo” un puntaje igual o mayor de 30 puntos), contenido y características de la tarea (“con riesgo” un puntaje igual o mayor de 17 puntos) e interacción social y aspectos organizacionales (“con riesgo” un puntaje igual o mayor de 8 puntos). Finalmente, para la evaluación del Inventario de Estrategias de Afrontamiento se evaluó de acuerdo a los 8 factores primarios: resolución de problemas, autocrítica, expresión emocional, pensamiento desiderativo, apoyo social, reestructuración cognitiva, evitación

de problemas y retirada social. Cada una de estas dimensiones se compone de 5 reactivos, el puntaje total fue de 20 puntos en cada dimensión, tomándose un puntaje de 11 puntos o más como una estrategia de afrontamiento poco efectiva.

Posteriormente se realizó un análisis bivariado donde se calculó Odds Ratio y los intervalos de confianza de 95% de las variables independientes versus estrés, además se calcularon valores de p considerando como estadísticamente significativas, $p < 0.05$. Para evaluar en su conjunto los Factores Psicosociales en el Trabajo Académico y las Estrategias de Afrontamiento con respecto a la presencia de Estrés se evaluaron estos elementos mediante un modelo de Regresión Logística y se tomó la Prueba de Hosmer-Lemeshow para evaluar la estabilidad del modelo y la predicción, tomando una $p > 0.05$ como lo adecuado para esta prueba. Esto fue trabajado mediante el paquete estadístico IBM SPSS versión 22.0.0.0

Resultados

Los profesores universitarios que participaron en este estudio fueron en su mayoría (66.1%) residentes del municipio de Guadalajara, mayores de 45 años de edad (78.0%), de estado civil casado(a) (67.9%) y grado mínimo de Doctorado (56.9%). La distribución por sexo fue de 1.02:1 (Tabla 1).

Con respecto a las características laborales en la Universidad, la distribución de profesores según nombramiento fue de 1.1:1, ligeramente más Docentes que Investigadores. La mayoría de categoría “Titular” (73.4%), con una antigüedad mayor de 20 años (56.0%), en los cuales su principal actividad (98.2%) y a la cual se le dedica mayor tiempo (97.0%) al interior de la Institución fue la Docencia, laboran principalmente en el turno matutino (65.1%) y 36.7% de los profesores tiene otra actividad laboral, además de su trabajo como profesor universitario (Tabla 2).

La prevalencia de estrés en profesores universitarios fue de 82.6% (Media = 31.29, DE = 7.09). La presencia de factores psicosociales en el Trabajo Académico que influyeron en esta población fueron: la Carga de Trabajo (87.2%), la Interacción Social y los Aspectos

TABLA 1. DATOS DEMOGRÁFICOS DE LOS PROFESORES UNIVERSITARIOS

Variable	Descripción	No.	%
Localidad	Guadalajara	73	67.0
	Zapopan	32	29.3
	Tlajomulco	3	2.8
	Tonalá	1	0.9
Edad	25-34	3	2.8
	35-44	21	22
	45-54	53	48.6
	55-64	28	25.7
	65+	4	3.7
Sexo	Masculino	55	50.5
	Femenino	54	49.5
Estado Civil	Casado	74	67.9
	Soltero	17	15.6
	Viudo	1	0.9
	Divorciado	14	12.8
	Separado	1	0.9
	Unión Libre	2	1.8
Escolaridad	Especialidad	5	4.6
	Maestría	42	38.5
	Doctorado	57	52.3
	Posdoctorado	5	4.6
Total		109	100.0

Organizacionales (84.4%), y las Condiciones del Lugar de Trabajo (68.8%). Las estrategias de afrontamiento que utilizan los profesores y no les resultan efectivas para reducir el estrés fueron: Retirada Social (80.7%), Autocrítica (79.8%), Evitación de Problemas (56.0%), Pensamiento Desiderativo (50.5%), Expresión Emocional (43.1%), Apoyo Social (24.8%), Reestructuración Cognitiva (24.8%) y Resolución de Problemas (16.5%). El análisis de factores psicosociales en el Trabajo Académico y las Estrategias de Afrontamiento frente a la presencia de estrés en los profesores universitarios no tuvo ninguna asociación estadística (Tabla 3).

En el análisis ajustado se encontró que los factores psicosociales en el trabajo académico no tuvieron asociación con el estrés de los profesores universitarios. Las estrategias de afrontamiento que resultaron asociadas al estrés fueron la Reestructuración Cognitiva, en la cual la Evitación de Problemas confunde su efecto, por lo cual permaneció en el modelo. En cambio, la

TABLA 2. CARACTERÍSTICAS LABORALES DE LOS PROFESORES UNIVERSITARIOS

Variable	Descripción	No.	%
Nombramiento	Docente	57	52.3
	Investigador	52	47.7
Categoría	Asistente	4	3.7
	Asociado	25	22.9
	Titular	80	73.4
Nivel	A	22	20.2
	B	36	33
	C	51	46.8
Antigüedad	5-10	7	6.4
	11-15	11	10.1
	16-20	9	8.3
	21-25	23	21.1
	26-30	25	22.9
	31-35	9	8.3
Actividad laboral*	36-40	4	3.7
	Docencia	107	98.2
	Investigación	89	81.7
	Administración	51	46.8
	Técnica	24	22
Tiempo laboral*	Docencia	106	97
	Investigación	87	79.9
	Administración	96	88.1
	Técnica	28	25.7
Turno	Matutino	71	65.1
	Vespertino	9	8.3
	Mixto	29	26.6
Actividad laboral privada	Si tiene	40	36.7
	No tiene	69	63.3

*Las variables no suman 109 en su conjunto debido a que se podía responder más de una opción.

Resolución de Problemas mostró disminuir el estrés en los profesores universitarios (Tabla 4).

Discusión

Los factores psicosociales en el trabajo académico y las estrategias de afrontamiento analizados con el estrés de los profesores universitarios mostró una no asociación de factores psicosociales en el trabajo académico en profesores universitarios, no así con

TABLA 3. FACTORES PSICOSOCIALES EN EL TRABAJO ACADÉMICO Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO ASOCIADOS AL ESTRÉS EN PROFESORES UNIVERSITARIOS

Factores psicosociales en el Trabajo Académico		Estrés		OR (IC 95%)	p
		Si	No		
Condiciones del lugar de trabajo	Riesgo	59	16	0.36 (0.08-1.25)	0.09*
	Sin riesgo	31	3		
Carga de trabajo	Riesgo	78	17	0.77 (0.11-3.41)	0.54*
	Sin riesgo	12	2		
Contenido y características del Trabajo	Riesgo	0	0	1.0 (0.39-2.58)	>0.99
	Sin riesgo	90	19		
Interacción social y aspectos organizacionales	Riesgo	77	15	1.57 (0.39-5.38)	0.34*
	Sin riesgo	13	4		
Estrategias de Afrontamiento					
Resolución de problemas	No efectiva	12	6	0.34 (0.11-1.13)	0.052
	Efectiva	78	13		
Autocrítica	No efectiva	74	13	2.12 (0.65-6.42)	0.17
	Efectiva	16	6		
Expresión emocional	No efectiva	38	9	0.81 (0.30-2.26)	0.68
	Efectiva	52	10		
Pensamiento desiderativo	No efectiva	48	7	1.95 (0.70-5.71)	0.19
	Efectiva	42	12		
Apoyo social	No efectiva	23	4	1.29 (0.40-4.91)	0.47*
	Efectiva	67	15		
Reestructuración cognitiva	No efectiva	24	3	1.93 (0.55-8.94)	0.25*
	Efectiva	66	16		
Evitación de problemas	No efectiva	50	11	0.91 (0.32-2.50)	0.85
	Efectiva	40	8		
Retirada Social	No efectiva	73	15	1.14 (0.29-3.78)	0.83*
	Efectiva	17	4		
Me consideré capaz de afrontar la situación	Capaz	79	16	1.34 (0.27-5.16)	0.46*
	No capaz	11	3		

*Se aplicó Prueba Exacta de Fisher.

TABLA 4. ANÁLISIS AJUSTADO* DE FACTORES PSICOSOCIALES EN EL TRABAJO ACADÉMICO Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO ASOCIADOS AL ESTRÉS

	ORa (IC 95%)	p
Reestructuración cognitiva	10.72 (1.34-85.88)	0.03
Resolución de Problemas	0.086 (0.02-0.51)	0.007
Evitación de problemas	0.60 (0.19-1.89)	0.39

*Prueba de Hosmer-Lemeshow ($p=0.89$)

respecto a las estrategias de afrontamiento, de las cuales la reestructuración cognitiva (ORa 10.72, IC 95% 1.34-85.88) resultó ser un factor de riesgo para estrés en el trabajo académico, el cual es confundido el efecto por otra estrategia de afrontamiento, la evitación de problemas. Esto podría explicarse debido a que el profesor universitario de manera cotidiana se enfrenta a una constante exposición a actividades académicas, técnicas didácticas, conocimientos, tecnologías y convivencia con personas nuevas, lo cual lo enfrenta a una reestructuración cognitiva que lo confronta reiteradamente. Por lo cual, la evitación de problemas condiciona a la reestructuración cognitiva del profesor para el incremento del estrés. Así mismo, una estrategia de afrontamiento que le reduce el estrés al profesor universitario es la resolución de los problemas (ORa 0.086, IC95% 0.02-0.51), la cual le ha resultado efectiva, ya que le reduce el estrés en 92%.

Con respecto a la frecuencia de factores psicosociales en el trabajo académico reportados en otras universidades^(12,13,14), se encontró que la Carga de Trabajo, la Interacción Social y los Aspectos Organizacionales, y las Condiciones del Lugar de Trabajo tuvieron un resultado inferior a lo reportado en el presente estudio. No así con respecto al Contenido y Características de la Tarea, en el cual el resultado fue superior al reportado. El estrés de los profesores universitarios reportado en el presente estudio fue de 82.6% (Media = 31.29, DE =7.09), superior al promedio reportado (15.7 puntos) por profesores de la Universidad Autónoma de Nuevo León (UANL)⁽¹⁵⁾.

Este estudio tiene la fortaleza de tomar la información proporcionada por profesores universitarios del área de la salud, en la cual se comparan los factores psicosociales del trabajo académico y las estrategias de afrontamiento que éstos utilizan en relación al estrés, lo que refleja una situación laboral que no siempre es visible y la cual en el mediano o largo plazo afecta el estado de salud de esta población. Un aspecto que llama la atención es que los factores psicosociales del trabajo académico no resultaron asociados al estrés, esto podría ser explicado por las actividades rutinarias y la tendencia del profesor a adecuarse al contexto y a las condiciones de su ambiente universitario. La debilidad de este trabajo recae con respecto a la

proporción de profesores incluidos en el estudio por área, es decir, muestras proporcionales de profesores de cada una de las carreras que se ofertan en el Centro Universitario.

Finalmente, concluimos que las circunstancias y el sistema laboral condicionan al profesor universitario a emplear estrategias, conductas y la experiencia que le permita resolver problemas y con ello, reducir los niveles de estrés de su vida académica.

Bibliografía

1. Silva BN. Factores psicosociales y desgaste profesional en académicos. Centro Universitario de Ciencias Biológicas y Agropecuarias (CUCBA-UDEG), 2004. Tesis Doctoral en Ciencias de la Salud en el Trabajo. Universidad de Guadalajara. Guadalajara, Jalisco, México.
2. Aldrete MG, González J, Preciado ML, Pando M. Variables socio demográficas y el Síndrome de Burnout o de quemarse en profesores de Enseñanza Media Básica (secundaria) de la Zona Metropolitana de Guadalajara. *Revista de Educación y Desarrollo* 2009; 10: 33-40.
3. Aldrete MG, Pando M, Aranda C, Balcázar N. Síndrome de Burnout en maestros de educación básica, nivel primaria de Guadalajara. *Investigación en Salud* 2003; V(1):1-9.
4. Verdugo JC, Guzmán J, Moy NA, Meda RM, González OP. Factores que Influyen en la Calidad de Vida de Profesores Universitarios. *Psicología y Salud* 2008; 18(1): 27-36.
5. Takahashi AM, Takahashi S. Determinants of Job-Related Stress of Academic Economists in Japan. *Japanese Economy* 2010; 37(2): 120-127.
6. Cohen S, Kamarck T, Mermelstein R. A Global Measure of Perceived Stress. *JHealth Soc Behav* 1983; 24(4): 385-396.
7. González MT, Landero R. Factor structure of the Perceived Stress Scale (PSS) in a sample from Mexico. *Span J Psychol.* 2007; 10(1):199-206.
8. Silva-Gutiérrez BN, Vicente R. Académicos universitarios y salud ocupacional. Importancia de los factores psicosociales y variables sociodemográficas,

el caso de un Centro Universitario Regional de la Universidad de Guadalajara, México. *Población y Desarrollo -Argonautas y Caminantes* 2014; 10: 33-43.

9. Cano-García FJ, Rodríguez-Franco L, García J. Adaptación Española del Inventario de Estrategias de Afrontamiento. *Actas Esp Psiquiatr* 2007; 35 (1): 29-39.

10. Remor E. Psychometric Properties of a European Spanish Version of the Perceived Stress Scale. *Span J Psychol* 2006; 9(1): 86-93.

11. Nava C, Ollua P, Vega CZ, Soria R. Inventario de Estrategias de Afrontamiento: una replicación. *Psicología y salud* 2010; 20 (2): 213-220.

12. Pando-Moreno M, Castañeda-Torres J, Gregoris-Gómez M, Aguila-Marín A, Ocampo-de-Águila L, Navarrete RM. Factores psicosociales y síndrome de Burnout en docentes de la Universidad del Valle de

Atemajac, Guadalajara, México. *Salud Tabasco* 2006; 12 (3): 523-529.

13. Vélez-Laguado P, Mayorga-Ayala LD. Relación de los factores de riesgo psicosociales y el síndrome de Burnout en docentes de planta de la Universidad Francisco de Paula Santander en el período del 2011-2012. *Ciencia y cuidado* 2013; 10(2): 85-95.

14. Acosta-Fernández M, Parra-Osorio L, Restrepo-García JI, Pozos-Radillo BE, Aguilera-Velasco MA, Torres-López TM. Condiciones psicosociales, violencia y salud mental en docentes de medicina y enfermería. *Salud Uninorte. Barranquilla (Col.)* 2017; 33(3): 344-354.

15. Cárdenas M, Méndez LM, González MT. Evaluación del desempeño docente, estrés y burnout en profesores universitarios. *Revista Actualidades Investigativas en Educación* 2014; 14 (1): 1-22.