

# ESTRÉS LABORAL DEL PROFESORADO DE 1º Y 2º CICLOS DE LA EDUCACIÓN ESCOLAR BÁSICA EN PARAGUAY



## WORK STRESS OF TEACHERS OF 1º AND 2º CYCLES OF BASIC SCHOOL EDUCATION IN PARAGUAY

## ESTRESSE NO TRABALHO DE PROFESSORES DE 1º E 2º CICLOS DA EDUCAÇÃO BÁSICA NO PARAGUAI

Lourdes Irma Ortiz-Ayala<sup>1\*</sup>; José María Castillo Vega<sup>2</sup>; Rosana Daniela Ferreira-Delgado<sup>3</sup>; Sara Magdalena Villalba Benitez<sup>3</sup>

lyao\_32@mec.edu.py; josemaria.castillo@estudiante.uam.es; rosanadaniela.ferreira@autonoma.cat; saramagdalena.villalba@autonoma.cat

<sup>1</sup>Centro Regional de Educación de Encarnación, Encarnación, Paraguay

<sup>2</sup>Universidad Autónoma de Madrid, Madrid, España

<sup>3</sup>Universitat Autònoma de Barcelona, Barcelona, España

\*Correspondencia: Ortiz Ayala Lourdes Irma. **Tel:** +595 972 772 898 **Email:** lyao\_32@mec.edu.py

**Recibido:** 08.04.23 | **Aprobado:** 26.06.23 | **Publicado:** 06.07.23

### RESUMEN

La investigación tiene como objetivo, analizar el estrés laboral de los docentes de 1º y 2º ciclos de la Educación Escolar Básica (EEB) en Paraguay. La metodología utilizada fue descriptiva, cuantitativa de corte transversal, aplicando un cuestionario a 75 docentes de instituciones educativas oficiales de la ciudad de Encarnación. Los resultados muestran que los docentes presentan un nivel medio de estrés laboral, teniendo en cuenta las dimensiones se presenta el nivel medio en el agotamiento emocional y la realización personal para docentes de ambos sexos, no así en la despersonalización. La presencia del estrés laboral se presenta en diferentes niveles en cuanto a las variables demográficas como edad, años de experiencia en la docencia, turno en el que enseña y la ubicación de la institución sea zona urbana o rural, donde enseña. Se concluye el estudio destacando la necesidad de contar con programas integrales, que brinden acompañamiento permanente al profesorado y generen alternativas de control sobre su trabajo y las demandas laborales; a fin de prevenir efectos adversos en la salud del profesional.

**Palabras clave:** educación básica, estrés laboral, Paraguay, profesorado.

### ABSTRACT

The objective of the research is to analyze the work stress of teachers of the 1st and 2nd cycles of Basic School Education (EEB) in Paraguay. The methodology used was descriptive, quantitative, cross-sectional, applying a questionnaire to 75 teachers from official educational institutions in the city of Encarnación. The results show that teachers present an average level of work stress, taking into account the dimensions, the average level is presented in emotional exhaustion and personal fulfillment for teachers of both sexes, but not in depersonalization. The presence of work stress occurs at different levels in relation to demographic variables such as age, years of experience in teaching, shift in which he teaches, and the location of the institution, be it urban or rural, where he teaches. The study is concluded by highlighting the need to have comprehensive programs that provide permanent support to teachers and generate control alternatives over their work and labor demands; in order to prevent adverse effects on the health of the professional.

**Keywords:** basic education, job stress, Paraguay, teachers.

### RESUMO

O objetivo desta pesquisa é analisar o estresse relacionado ao trabalho dos professores do 1º e 2º ciclos do Ensino Básico (EEB) no Paraguai. A metodologia utilizada foi descritiva, quantitativa e transversal, com a aplicação de um questionário a 75 professores de instituições educacionais oficiais da cidade de Encarnación. Os resultados mostram que os professores têm um nível médio de estresse relacionado ao trabalho, levando em conta as dimensões de exaustão emocional e realização pessoal para professores de ambos os sexos, mas não para despersonalização. A presença de estresse relacionado ao trabalho apresenta-se em níveis diferentes de acordo com variáveis demográficas, como idade, anos de experiência docente, turno de ensino e localização da instituição, urbana ou rural, onde o professor leciona. O estudo conclui destacando a necessidade de programas abrangentes que ofereçam apoio contínuo aos professores e gerem alternativas para o controle do trabalho e das demandas de trabalho, a fim de evitar efeitos adversos na saúde do profissional.

**Palavras chaves:** educação básica, estresse no trabalho, Paraguai, professores.

## INTRODUCCIÓN

El estrés laboral se entiende como el condicionamiento que existe en el sujeto causado por la propia organización del trabajo, sus patrones de actividad y las relaciones entre colaboradores; esto ocurre cuando las exigencias laborales superan las capacidades del sujeto (OIT, 2016). Uno de los colectivos que genera estrés laboral es el docente (Narváez, 2019); puesto que, su labor trasciende la función instructiva (Zorrilla, 2017) al tener que afrontar múltiples realidades complejas (Castillo & Manso, 2020) que presentan el desarrollo profesional, desencadenando en experiencias negativas, que propician el desarrollo del síndrome de Burnout (SB) (Zorrilla, 2017), definida como una patología psiquiátrica que experimentan profesionales con trabajo en alguna institución, cuyo objeto laboral son las personas (Martínez, 2010).

Este síndrome está integrado por un conjunto de síntomas, fases y la cronicidad o la intensidad de los mismos en sus fases más avanzadas. En su fase inicial el trabajador muestra no estar satisfecho en su trabajo, sentirse agobiado, estar harto (Pérez, 2015). Entre sus principales dimensiones encontramos: a) el agotamiento emocional, donde el trabajador siente que sus recursos afectivos han sido superados por el estrés producido por el contacto diario con las personas que reciben directamente su servicio; b) la despersonalización, en la cual se desarrolla sentimientos negativos hacia las personas con quienes trabaja, que se traducen en comportamientos y actitudes acordes a esos sentimientos, y c) la baja realización personal, donde él mismo evalúa de forma negativa su labor, lo cual afecta su auto-concepto, su auto-estima y las relaciones con los demás (Maslach & Jackson, 1981; Eugenio, 2019; Blázquez, León, Patino, & Feu, 2021).

Cabe señalar que, desde 1950, esta cuestión ha sido objeto de análisis y estudio por parte de diversos autores e investigadores que han desarrollado una gran riqueza de planteamientos teóricos y epistemológicos (Álvarez, Herrera, Lániz, & González, 2022; Ayala, 2019; Carranco & Pando, 2019). A su vez han aumentado los estudios que reportan las dificultades ocasionadas por situaciones laborales con presencia del SB (Cabrera & Colina, 2022; Granados et al., 2019; Vega, García, Ochoa, & Erazo, 2020), las cuales generan un fuerte impacto en la vida de los docentes, afectando el estado natural de su salud tanto mental como física. En el contexto paraguayo son escasos los estudios realizados sobre esta problemática, sin embargo, investigaciones llevadas a cabo por (Ayala, 2011, 2015, 2019) indican que las relaciones entre las escalas de SB de los docentes según el sexo, años de servicio; muestran una situación compleja que debería ser estudiada en profundidad. Así también señala que, la despersonalización y el agotamiento emocional de los mismos pudieran estar ligados fuertemente a la desvalorización del trabajo en la docencia.

Ante lo manifestado consideramos de gran interés realizar la investigación que pretende aportar una base científica que contribuya a la reflexión para una futura toma de decisiones. Para ello, se plantea como objetivo general, analizar el estrés laboral de los docentes de 1º y 2º ciclos de la EEB en Paraguay; y de forma específica: conocer el nivel de estrés laboral de los docentes, analizar el agotamiento emocional, la despersonalización y la realización de los docentes y, por último, describir el nivel de estrés laboral del docente según las características que influyen en el desempeño profesional.

## MATERIALES Y MÉTODOS

El estudio se realizó a través de una metodología de tipo no experimental, cuantitativa, descriptiva, con un diseño transversal (Hernández, Fernández & Batista, 2014), en el que se analizó el estrés laboral de los docentes de 1º y 2º ciclos de la EEB de Encarnación- Paraguay. La población estuvo constituida por 150 docentes activos del 1º y 2º ciclo de la EEB de la ciudad de Encarnación, de los cuales 75 maestros de 15 escuelas, han conformado la muestra, seleccionados mediante el muestreo no probabilístico intencional (Bisquerra, 2019) cumpliendo los siguientes criterios establecidos previamente, entre los que se encuentran: ser docente de cualquier edad, ejercer la docencia en una institución oficial en el nivel señalado y que esta se encuentre en la ciudad de Encarnación. En el estudio predominaron mujeres con un 81 % sobre el 19 % de varones. La edad de los participantes está comprendida entre los 20 y 64 años. Para la recolección de datos se utilizó un cuestionario sobre el estrés laboral adaptado

de Maslach Burnout Inventory (Maslach & Jackson, 1986). Esta adaptación se realizó conforme al lenguaje, sin variación en la consistencia interna del mismo. Fue aplicado en el mes de marzo del 2019. La realización de la investigación fue posible mediante la colaboración de los distintos directivos de las instituciones educativas involucradas, quienes otorgaron permiso correspondiente para aplicar los cuestionarios; además, mantuvieron conocimiento sobre los objetivos del estudio y del consentimiento informado. En lo que respecta al análisis de los datos se utilizó el programa *Microsoft Excel 2016* para los estudios descriptivos y la elaboración de las figuras. La participación fue voluntaria y en todo momento se garantizó la confidencialidad de los colaboradores, sin mencionar nombres y apellidos de los mismos. Las informaciones recogidas fueron utilizadas con fines estrictamente científicos.

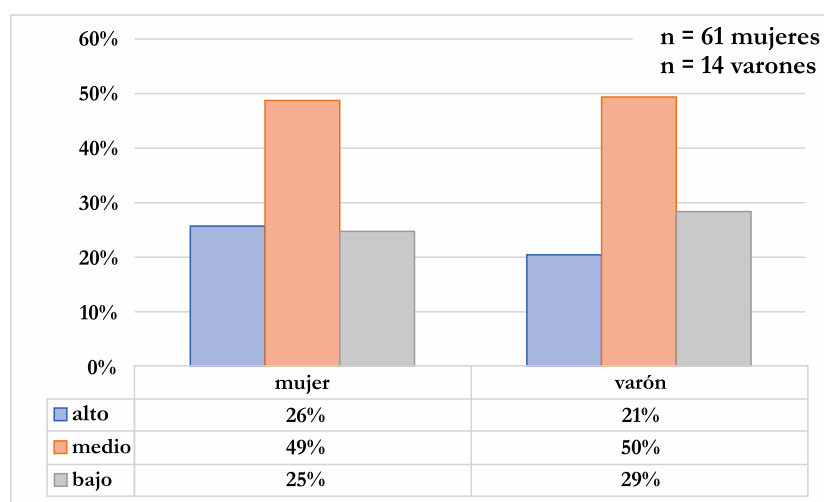
## RESULTADOS

### Nivel de estrés laboral de los docentes

Los resultados evidencian un nivel de estrés laboral medio del profesorado del 1º y 2º ciclo de la Educación Escolar Básica. En la figura 1, se observa que para ambos sexos el nivel de estrés general ronda por el 50 % en el nivel medio. En cuanto al nivel alto, los varones en un 21 % y las mujeres en un 26 %. Por último, en el nivel bajo, las mujeres llegan a un 25 % y los varones en un 29 %.

**Figura 1**

*Nivel de estrés general en docentes del 1º y 2º ciclo de la Educación Escolar Básica*



*Nota.* La figura muestra los porcentajes de estrés general según sexo del docente en Encarnación-Paraguay, en el año 2019.

### Nivel de estrés laboral conforme al agotamiento emocional, la despersonalización y la realización de los docentes

En este marco, se ha encontrado una tendencia similar en las tres dimensiones analizadas: realización personal, despersonalización y agotamiento emocional (Tabla 1).

**Tabla 1**

*Niveles de estrés laboral en docentes del 1º y 2º ciclo de la Educación Escolar Básica*

| Nivel | Agotamiento emocional |       | Despersonalización |       | Realización personal |       |
|-------|-----------------------|-------|--------------------|-------|----------------------|-------|
|       | Mujer                 | varón | Mujer              | varón | mujer                | Varón |
| Alto  | 30 %                  | 7 %   | 20 %               | 36 %  | 23 %                 | 36 %  |
| Medio | 45 %                  | 50 %  | 54 %               | 28 %  | 49 %                 | 50%   |
| Bajo  | 25 %                  | 43 %  | 26 %               | 36 %  | 28 %                 | 14 %  |

*Nota.* La tabla resume los porcentajes de estrés laboral según sexo del docente en Encarnación-Paraguay, en el año 2019.

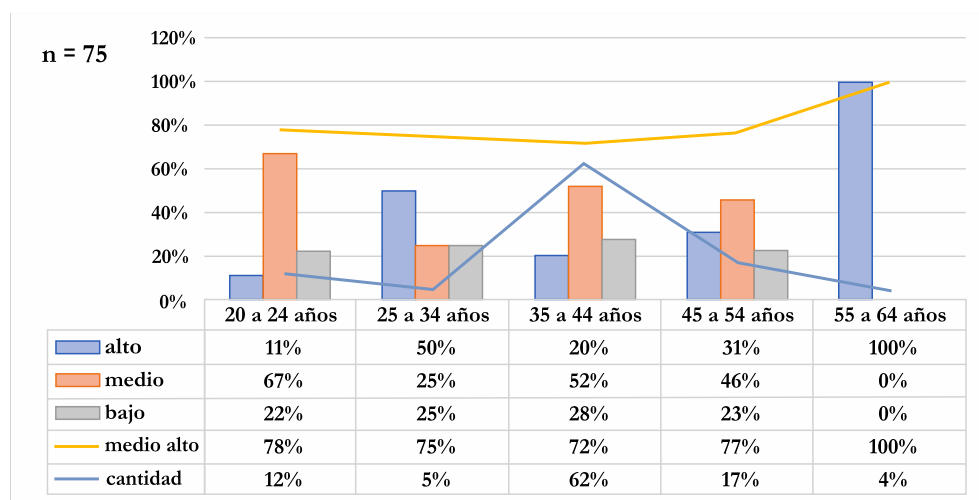
Respecto al nivel de agotamiento emocional, el nivel medio es el más elevado tanto en mujeres (45 %) como en varones (50 %); las diferencias entre ambos sexos difieren en cuanto al nivel alto, donde para las mujeres se observa un 30 % mientras que, en los varones, solo el 7 %. Por último, en el nivel bajo, las mujeres registran un 25 % y los varones, 43 %. En cuanto al nivel de despersonalización general, en las mujeres vemos un nivel alto del 20 %, un nivel bajo del 26 % y el nivel medio es mucho mayor con un 54 %; sin embargo, como se puede observar, no hay mucha diferencia entre los porcentajes de los tres niveles para los varones, quienes llegan al 28 % en el nivel medio y un 36 % para el nivel alto y bajo de despersonalización. Por último, se observa que para ambos sexos el nivel de realización personal ronda en un 50 % en el nivel medio, con diferencias más significativas según el sexo, en cuanto al nivel alto, con un 14 % en varones y 28 % en mujeres; mientras que el nivel bajo fue de 23 % en mujeres y 36 % en varones.

### Nivel de estrés laboral del docente según las características del desempeño profesional.

Teniendo en cuenta otras variables, podemos observar que, si consideramos la edad de los docentes, en el *nivel medio* el de mayor porcentaje se encuentra en grupos de 18 a 24 años con un 67 % y el de menor porcentaje, los de 25 a 34 años con el 25 %. Respecto al *nivel bajo* de estrés se observa a los docentes con 18 a 24 años con el 22 %, los de 45 a 54 años con el 23 %, y los de 35 a 44 años con el 28 %. En cuanto al *nivel alto*, observamos que los que tienen entre 55 y 64 años llegan al 100 %, seguidos de los que tienen entre 25 y 34 años con el 50 %, los de 45 a 54 años con el 31 % y en menor porcentaje los de 18 a 24 años. En síntesis, es importante considerar que para el nivel medio alto se tiene un porcentaje que ronda el 70 %, para los de 35 a 44 años, el 72 %, los de 25 a 34 años, el 75 %, los de 45 a 54 años el 77 % y los de 20 a 24 años, el 78 %. Con el 100 % están los de 55 a 64 años; sin embargo, un punto importante a considerar es que en la muestra está mayoritariamente representada por docente de entre 35 a 44 años.

**Figura 2.**

*Nivel de estrés general según la edad de los docentes*

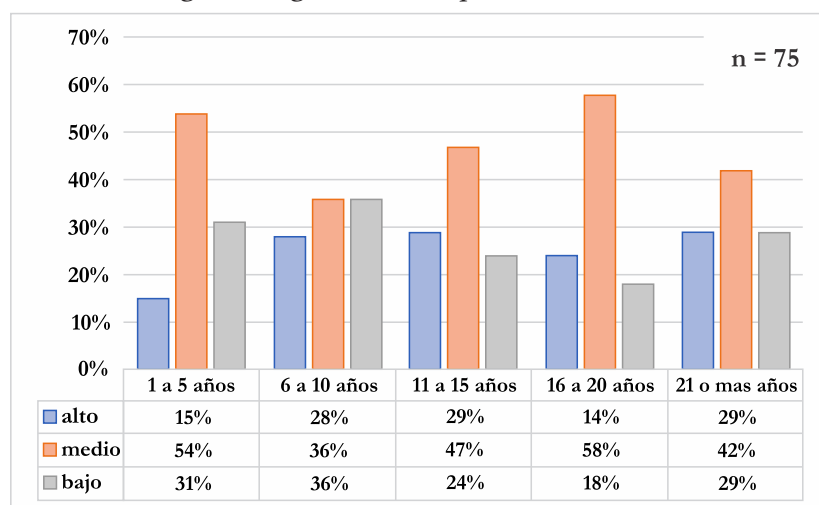


*Nota.* La figura muestra los porcentajes de nivel de estrés general según la edad agrupados en cinco bloques, en docentes de Encarnación-Paraguay.

En lo que respecta a los años de experiencia en la docencia, si bien se destaca pequeñas variaciones, observamos que en todos los grupos el nivel medio es el más elevado entre el 42 % y el 58 %, a excepción del bloque de 6 a 10 años que es igual al nivel bajo con un 36 %, el nivel alto con mayor porcentaje se observa en los grupos de 11 a 15 años y en el de 21 años o más con un 29 %. Sin embargo, si consideramos tanto el nivel medio como el alto, como se observa en la figura 3, el mayor porcentaje de estrés se encuentra entre los que tienen 16 a 20 años de experiencia, totalizando un nivel de estrés medio y alto de 82 %.

**Figura 3**

*Nivel de estrés general según años de experiencia de los docentes*

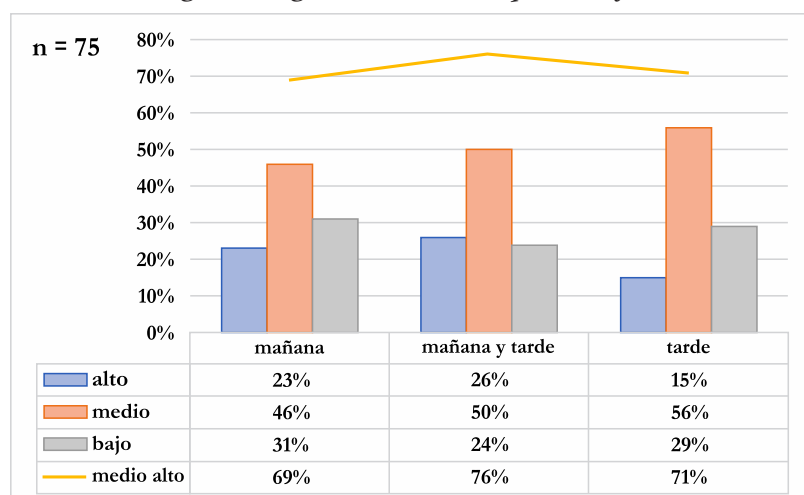


*Nota.* La figura muestra los porcentajes de nivel de estrés general según años de experiencia agrupados en cinco bloques, en docentes de Encarnación-Paraguay.

En cuanto al turno en el que ejerce la profesión, en la figura 4, se observa que aquellos quienes desempeñan en el turno tarde, son los que tienen el mayor porcentaje en cuanto al *nivel medio* de estrés, con un 56 %; mientras que, los del turno mañana un 46 %. Por su parte, los docentes que enseñan en ambos turnos llegan a un 50 %. Respecto al *nivel alto*, se destacan los que enseñan en el turno mañana y tarde con un 26 %, seguido por los que enseñan en el turno mañana con un 23 % y el turno tarde con un 15 %. Por último, conforme al *nivel bajo*, los docentes que trabajan en el turno mañana y tarde presentan el 24 %, los del turno tarde 29 % y los del turno mañana 31 %. Considerando la sumatoria de los *niveles medio y alto*, podemos observar que quienes enseñan en ambos turnos llegan al 76 %, siendo el porcentaje más alto, seguido por quienes enseñan en el turno tarde con un 71 % y con la menor sumatoria quienes enseñan en el turno mañana con un 69 %.

**Figura 4**

*Nivel de estrés general según el turno en el que trabajan los docentes*



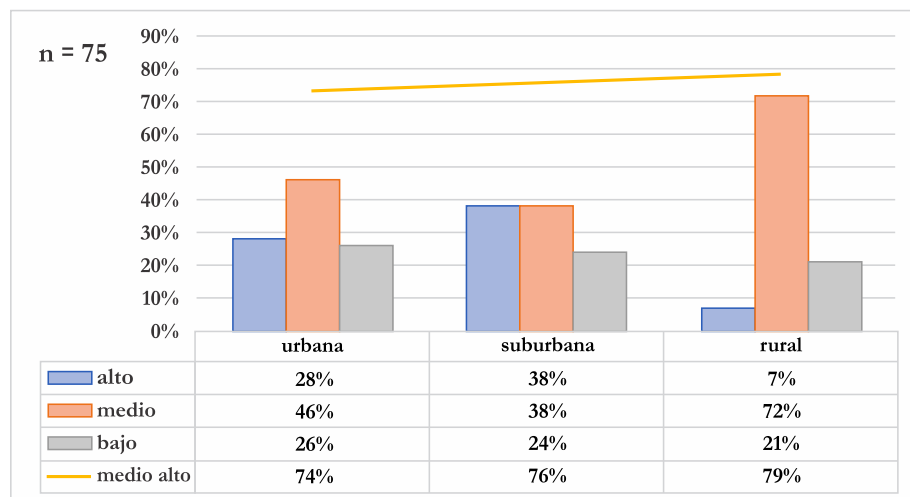
*Nota.* La figura muestra los porcentajes de nivel de estrés general según el turno en docentes de Encarnación-Paraguay.

En lo que respecta a la zona donde trabajan, se destaca el *nivel medio* de estrés tanto para la zona urbana con un 46 % en la zona suburbana con un 38 % y en la zona rural con un 72 %. En cuanto al *nivel bajo*, 26 % pertenece a la zona urbana, 24 % a la zona suburbana y 21 % para la zona rural.

Finalmente, para el *nivel alto* de estrés se observa que el 7 % se encuentra en la zona rural, el 28 % en la zona urbana y el 38 % en la zona suburbana. Si consideramos el nivel medio alto para el estrés general el mayor porcentaje de estrés se observa en docentes de zonas rurales con un 79 %.

**Figura 5**

*Nivel de estrés general según ubicación de la institución*



*Nota.* La figura muestra los porcentajes de nivel de estrés general según la ubicación geográfica de la institución en la que se desempeñan los docentes de Encarnación-Paraguay.

## DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Al llegar a esta sección de la investigación y después de realizar la revisión de la literatura propia del estrés laboral en el profesorado, recolectar datos en el trabajo de campo, es posible concluir cuanto sigue:

El estrés laboral de los docentes participantes en general se encuentra en el nivel medio; esta situación coincide con otras investigaciones realizadas anteriormente (Maslach & Jackson, 1981; Mérida, Sánchez, & Extremera, 2020; Palacios & Rivera, 2020; Salanova, Schaufeli, Llorens, Peiro, & Grau, 2020), que dan cuenta que los trabajadores de la educación manifiestan situaciones estresantes tras su desempeño profesional. El ejercicio de la función docente en ciertas condiciones va creando un desgaste personal que puede conducir al estrés crónico, al cansancio emocional y, finalmente, el estado definido como agotado, o SB (Zorrilla, 2017); en este sentido es importante resaltar que, además, los resultados obtenidos demuestran que uno de cada cuatro docentes presenta un nivel de estrés alto. Se considera, por tanto, el estrés laboral como un fenómeno completo, dinámico y multidimensional, respuesta a las demandas situacionales y/o ambientales. De acuerdo a Zorrilla (2017) el trabajador, la situación y la conducta parecen formar parte de un sistema tridimensional. Siendo esto una característica inherente al trabajo docente, pues durante su labor se genera una fuerte interacción con el personal administrativo y escolar, estudiantes y familiares (Fernández, Calderón, Merino, & Juárez, 2020).

Dando mención a resultados recurrentes de trabajos de investigación respecto a la presencia del SB en docentes de escuelas públicas de la ciudad de Encarnación, es preciso dar difusión acerca de cuáles son los recursos de afrontamiento con que cuenta la población educadora; la función principal es amortiguar o moderar el estrés en un orden personal. Considerando que los esfuerzos cognoscitivos y conductuales que los sujetos experimentan ante lo que perciben como estrés o estresores; pueden ser mitigados con apoyo social, que se refiere a la disponibilidad de ayuda real o imaginaria con la que cuentan los educadores en momentos de necesidad (Velázquez, 2019). Con relación a las dimensiones del SB analizadas en la investigación, los resultados demuestran que el nivel es medio tanto para el agotamiento emocional y la realización personal para docentes de ambos sexos, no así en la despersonalización.

Con respecto al agotamiento o cansancio emocional, los docentes manifiestan síntomas y signos de ausencia de energía, entusiasmo entre otros. Esta situación puede llevar a la depresión (Hernández & Quintero, 2022; Lagos, Soto, Torres, & Luengo, 2019; Martínez, 2010; Meza, 2019; Tabares, Martínez, & Matabanchoy, 2020), que se encuentra ligada a sentimientos de culpa, cólera y rabia. Teniendo en cuenta la baja realización personal, los docentes del estudio tienden a evaluarse de medio a alto, datos similares a investigaciones realizadas por (Malandar, 2019; Vega et al., 2020). Finalmente, haciendo mención a la despersonalización que manifiestan los educadores del sexo masculino observamos que se aglutinan en los extremos bajo y alto en igual proporción; mientras que en las mujeres la mayoría presenta un nivel medio. Por lo general, esta situación se manifiesta con el desarrollo de pensamientos y sentimientos generalizados de descalificación, y afecta al relacionamiento con los demás, incluso provoca una relación distante e indiferente (Cabrera & Colina, 2022). Las variables como ansiedad, estrés y depresión, predicen considerablemente altos niveles de despersonalización (Granados et al., 2019), desembocando en la pérdida de estabilidad emocional de los educadores, lo que produce el desgaste de los rasgos característicos de su personalidad positiva (Torres, 2020).

Por último, respecto a la presencia del estrés conforme a las características que influyen en el desempeño profesional como la edad, años de servicio, turno que enseña y ubicación de la institución; es posible indicar que: los docentes que presentan mayor estrés son aquellos que se encuentran entre los 55 a 64 años de edad; el mayor porcentaje de estrés se encuentra entre los que tienen 16 a 20 años de experiencia. A pesar de no observarse diferencias significativas respecto al turno; destaca que, los docentes que trabajan mañana y tarde tienen mayor estrés, como a su vez aquellos que trabajan en zonas rurales. Estos datos muestran la urgente necesidad de contar con programas integrales, que brinden acompañamiento permanente al profesorado y generen alternativas de control sobre su trabajo y las demandas laborales; a fin de prevenir efectos adversos en la salud del profesional. Por tanto, la intervención de las autoridades educativas es clave para la prevención como para el control de diferentes factores de riesgo psicosocial. Para ello, se recomienda llevar adelante un trabajo de intervención que busque colaborar con la gestión del estrés provocado con el trabajo docente, en conjunto con aquellos gestores educativos interesados en mejorar la calidad educativa poniendo la mirada no sólo en la dimensión académica curricular, sino en el docente con el cuidado de su salud mental. Enfocar la mirada en la promoción y el desarrollo de programas que favorezcan el incentivo docente como desarrollo personal; así también, un plan de asistencia e higiene mental dirigida a los docentes de escuelas públicas que conjugue el trabajo coordinado entre Ministerio de Educación y Ciencias y el Ministerio de Salud Pública del país.

En cuanto a las principales limitaciones experimentadas durante la investigación, se pueden señalar la necesidad de combinar los resultados con otros instrumentos de recolección de datos como la observación, el análisis de documentos y entrevistas, ya que podría enriquecer el estudio, brindando informaciones relevantes. Por tanto, se considera oportuno y pertinente ampliar el abordaje del trabajo desde un enfoque cualitativo.

#### ORCID

-  **Lourdes Irma Ortiz-Ayala:** Centro Regional de Educación de Encarnación, Encarnación, Paraguay.
-  **José María Castillo-Vega:** Universidad Autónoma de Madrid, Madrid, España.
-  **Rosana Daniela Ferreira-Delgado:** Universitat Autònoma de Barcelona, Barcelona, España.
-  **Sara Magdalena Villalba-Benitez:** Universitat Autònoma de Barcelona, Barcelona, España.

#### CONTRIBUCIÓN DE LOS AUTORES

**Ortiz Ayala Lourdes-Irma:** conceptualización, metodología, investigación, administración de proyectos, supervisión, validación, redacción: borrador original, redacción: revisión y edición.

**José María Castillo-Vega:** investigación, recursos, validación, redacción: revisión y edición.

**Rosana Daniela Ferreira-Delgado:** curación de datos, análisis formal, investigación, software, validación, redacción: borrador original

**Sara Magdalena Villalba-Benitez:** metodología, investigación, validación, visualización.

#### FUENTE DE FINANCIAMIENTO

Esta investigación fue autofinanciada.

#### CONFLICTOS DE INTERÉS

Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.

#### AGRADECIMIENTOS

No aplica.

#### PROCESO DE REVISIÓN

Este estudio ha sido revisado por pares externos en modalidad de doble ciego.

Revisor A: **Leopoldo Tillería-Aqueveque**, leopoldo.tilleria@inacapmail.cl

Revisor B: **Carlos Omar Sosa-Del Ángel**, csosa@uat.edu.mx

#### EDITOR RESPONSABLE

 **Jesús Wiliam Huanca Arohuanca**, jhuancaar@unsa.edu.pe

#### DECLARACIÓN DE DISPONIBILIDAD DE DATOS

No aplica.

## REFERENCIAS

- Álvarez, L., Herrera, P., Lániz, C., & González, J. (2022). Estrés laboral docente, e-learning y tiempos de COVID-19. *PODIUM*, 41, 105–118. <https://doi.org/10.31095/podium.2022.41.7>
- Ayala, L. (2011). *Condiciones laborales del trabajo docente: Escuelas Públicas de la ciudad de Encarnación*. <https://bit.ly/45EnFfh>
- Ayala, L. (2015). *Motivación para el trabajo, satisfacción-insatisfacción laboral y autopercepción del desempeño laboral con el síndrome de burnout en docentes de escuelas básicas públicas de Encarnación*. <https://bit.ly/3MHjQgW>
- Ayala, L. (2019). La Salud Mental de los Educadores: Respuesta al Estrés Laboral en las Escuelas Públicas de Encarnación-Paraguay. *Revista Científica Qualitas*, 1–15.
- Bisquerra, R. (2019). *Metodología de la Investigación Educativa* (La Muralla S.A., Ed.; 6°).
- Blázquez, A., León, A., Patino, M., & Feu, S. (2021). Síndrome de «burnout» y apoyo social en maestros de Educación Primaria. *Estudios Sobre Educación*. <https://doi.org/10.15581/004.42.004>
- Cabrera, H., & Colina, A. (2022). *Introducción Planteamiento del Problema La despersonalización. Dimensión que alerta sobre el síndrome de burnout en los docentes universitarios*.
- Carranco, S. del P., & Pando, M. (2019). Metaanálisis de los artículos sobre estrés laboral docente en el período 2013 – 2017. *RECIMUNDO*, 3(1), 522–544. [https://doi.org/10.26820/recimundo/3.\(1\).enero.2019.522-544](https://doi.org/10.26820/recimundo/3.(1).enero.2019.522-544)
- Castillo, J., & Manso, J. (2020). Aproximación a los principales desafíos de la Formación Docente Inicial en Paraguay. *Revista Paraguaya de Educación*, 9(1), 83–100.
- Eugenio, E. (2019). *Agotamiento emocional, despersonalización, realización personal y clima organizacional de los trabajadores de la Oficina de Recursos Humanos*.

- Fernández, M., Calderón, G. A., Merino, C., & Juárez, A. (2020). Efectos sociodemográficos multivariados sobre la experiencia del burnout en docentes de colegios peruanos. *Revista Argentina de Ciencias Del Comportamiento*, 12, 40–49.
- Granados, L., Aparisi, D., Inglés, C., Aparicio, M., Fernández, A., & García, J. (2019). ¿Predicen los factores de depresión, ansiedad y estrés la dimensión de la despersonalización y la baja realización personal en el profesorado? *European Journal of Child Development, Education and Psychopathology*, 7(1), 83. <https://doi.org/10.30552/ejpad.v7i1.91>
- Hernández, J., & Quintero, S. (2022). Síntomas de depresión asociados al síndrome de burnout y a condiciones socio laborales de docentes de colegios públicos de Envigado (Colombia). *Psicología Desde El Caribe*, 38(01), 133–147. <https://doi.org/10.14482/psdc.38.1.158.724>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación* (Mc Graw Hill, Ed.; 6a ed.).
- Lagos, A., Soto, M., Torres, M., & Luengo, C. (2019). *Condiciones de trabajo y estrés laboral en madres académicas universitarias*.
- Malander, N. (2019). Prevalencia-burnout-docentes Prevalencia de Burnout en docentes de nivel secundario. *Revista de Psicología*, 15, 84–99.
- Martínez, A. (2010). El síndrome de Burnout. Evolución conceptual y estado actual de la cuestión. *Vivat Academia*, 0(112), 42. <https://doi.org/10.15178/va.2010.112.42-80>
- Maslach, C., & Jackson, S. (1986). *Maslach Burnout Inventory* (P. A. Consulting Psychologists Press, Ed.; 2da ed., Vol. 2).
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior*, 2(2), 99–113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Mérida, S., Sánchez, M., & Extremera, N. (2020). Leaving the Teaching Profession: Examining the Role of Social Support, Engagement and Emotional Intelligence in Teachers' Intentions to Quit. *Psychosocial Intervention*, 29(3), 141–151. <https://doi.org/10.5093/PI2020A10>
- Meza, S. (2019). *Síndrome de burnout y depresión en docentes de secundaria de la Ugel Yauli –2017*.
- Narváez, O. (2019). Revisión teórica documental sobre el estrés laboral y el impacto de las estrategias de afrontamiento para la prevención y manejo del estrés. *Boletín Informático CEI*, 6(3), 15–24. <https://bit.ly/3H0zbWZ>
- OIT. (2016). *Estrés en el trabajo: un reto colectivo*. OIT.
- Palacios, A., & Rivera, J. (2020). Estrés Laboral en Docentes de Lima Metropolitana y su Relación con Factores Personales, Profesionales y de Infraestructura y Recursos Educativos. *Revista de Investigación Científica Ágora*, 3–5. <https://doi.org/10.21679/arc>
- Pérez, M., León, J., & Cantero, F. (2015). *Efectividad de las intervenciones preventivas sobre la exposición a factores de riesgo psicosocial y la incidencia de problemas de salud*.
- Salanova, M., Schaufeli, W., Llorens, S., Peiro, J., & Grau, R. (2020). Desde el “burnout” al “engagement”: ¿una nueva perspectiva? *Revista de Psicología Del Trabajo y de Las Organizaciones*, 16(2), 117–134.
- Tabares, Y., Martínez, V., & Matabanchoy, S. (2020). Síndrome de Burnout en docentes de Latinoamérica: Una revisión sistemática. *Universidad y Salud*, 22(3), 265–279. <https://doi.org/10.22267/rus.202203.199>

- Torres, C. (2020). *Síndrome Burnout y Docentes Universitarios (Caso: Docentes Universitarios Bolivianos de la Universidad Autónoma Gabriel René Moreno)*. 1–12. <https://orcid.org/0000-0001-6520-5662>
- Vega, P., Garcia, D., Ochoa, S., & Erazo, J. (2020). Síndrome de Burnout: Un estudio con docentes de Educación Básica. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 5(1), 246. <https://doi.org/10.35381/r.k.v5i1.782>
- Velázquez, J. (2019). Work stress from a relational perspective. An interpretive model. *Revista Colombiana de Antropología*, 55(2), 117–147. <https://doi.org/10.22380/2539472X.802>
- Zorrilla, A. (2017). *Estrés en la profesión docente: Estudio de su relación con posibles variables laborales y de contexto*. <https://idus.us.es/handle/11441/65269>

**CITAR COMO:**

Ayala-Ortiz, L. I., Castillo-Vega, J. M., Ferreira-Delgado, R. D., & Villalba-Benítez, S. M. (2023). Estrés laboral del profesorado de 1º y 2º ciclos de la Educación Escolar Básica en Paraguay. *Puriq*, 5, e505. <https://doi.org/10.37073/puriq.5.505>