



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Calidad de vida y estrés laboral en los educadores de la Institución
Educativa 2069 Santa Rosa, Puente Piedra, 2023

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciada en Enfermería

AUTORAS:

Gonzales Zanelli, Ximena Alexandra (orcid.org/0009-0004-2439-8604)

Inoñan Rosas, Sofia Elena (orcid.org/0000-0002-1902-9116)

ASESORA:

Mgr. Ruiz Ruiz, Maria Teresa (orcid.org/0000-0003-1085-2779)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Salud Mental

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

LIMA - PERÚ

2023

DEDICATORIA

Este trabajo está dedicado, ante todo a Dios para que nos conceda salud y prosperidad a cada una de nuestras familias. Dedicamos este trabajo a nuestras familias por apoyarnos y guiarnos durante nuestra carrera profesional.

AGRADECIMIENTO

Damos gracias a Dios por brindarnos salud, en especial a nuestras familias, a cada uno de nuestros maestros, que durante estos años con su gran dedicación nos enriquecieron de sus conocimientos.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

Carátula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de Contenido	iv
Índice de Tablas	v
Resumen	vi
Abstract	vii
I.INTRODUCCIÓN	1
II.MARCO TEÓRICO	5
III.METODOLOGÍA	12
3.1 Tipo y diseño de investigación	12
3.2 Variables y operacionalización	12
3.3 Población, muestra y muestreo	12
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	13
3.5 Procedimientos	13
3.6 Método de análisis de datos	14
3.7 Aspectos éticos	14
IV.RESULTADOS	15
V.DISCUSIÓN	26
VI.CONCLUSIONES	26
VII.RECOMENDACIONES	32
REFERENCIAS	33
ANEXOS	42

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Shapiro-wilk prueba de normalidad	15
Tabla 2: Variables calidad de vida y estrés laboral	16
Tabla 3: Resultado de la hipótesis general	17
Tabla 4: Bivariado de la dimensión salud física y estrés laboral	18
Tabla 5: Resultado de la hipótesis específica 1	19
Tabla 6: Bivariado de salud psicológica y estrés laboral	20
Tabla 7: Resultado de la hipótesis específica 2	21
Tabla 8: Bivariado entre relaciones sociales y estrés laboral	22
Tabla 9: Resultado de la hipótesis específica 3	23
Tabla 10: Bivariado entre ambiente y estrés laboral	24
Tabla 11: Resultado de la prueba estadística de la hipótesis específica 4	25

RESUMEN

El objetivo de estudio fue determinar la relación entre la calidad de vida y el estrés laboral en los educadores de la Institución Educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023. Se desarrolló una investigación de tipo básica, de diseño no experimental - corte trasversal con enfoque cuantitativo, descriptivo. En los resultados obtenidos se demostró que si hay correlación entre las variables propuestas con un $Rho= 0,847$ y un $p< 0,01$, así mismo existe una correlación entre la dimensión salud física y estrés laboral teniendo un $Rho=0,748$ y una significancia de $0,01$, por otra parte, también se evidencio una correlación entre la dimensión salud psicológica y estrés laboral obteniendo un $Rho= 0,877$ y un $p< 0,01$, de igual importancia existe una correlación entre la dimensión relaciones sociales con un $p<0,01$, por último, existe relación entre la dimensión ambiente y estrés laboral teniendo un $p<0,01$. Para concluir se demostró que un $29,55\%$ de educadores tienen un alto nivel de estrés laboral a pesar de tener una buena calidad de vida con un $4,55\%$, es por ello que existe la correlación entre variables.

Palabras clave: Calidad de vida, estrés laboral, dimensión, educadores.

ABSTRACT

The objective of the study will be to determine the relationship between quality of life and work stress in educators of the Educational Institution 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023. A basic type of research was developed, with a non-experimental design - transversal cut with a quantitative approach at a descriptive level. The results obtained showed that there is a correlation between the proposed variables with an $Rho= 0.847$ and a $p< 0.01$, likewise there is a correlation between the physical health dimension and work stress with an $Rho=0.748$ and a significance of 0.01. On the other hand, there is also a correlation between the physical health dimension and work stress with an $Rho=0.748$ and a significance of 0.01, on the other hand, there was also a correlation between the psychological health dimension and work stress obtaining an $Rho= 0.877$ and a $p<0.01$, of equal importance there is a correlation between the social relations dimension with a $p<0.01$, finally, there is a relationship between the environment dimension and work stress having a $p<0.01$. To conclude, it was demonstrated that 29.55% of educators have a high level of work stress in spite of having a good quality of life with 4.55%, that is why there is a correlation between variables.

Keywords: quality of life, work stress, dimension, educators.

I. INTRODUCCIÓN

Un factor prioritario en el ser humano es una buena calidad de vida para que el hombre pueda progresar en la sociedad, a pesar de la contribución a las condiciones sociales, es común que personas de diferentes edades desarrollen diferentes problemas que afectan su bienestar, su entorno familiar al igual que en el ámbito laboral, que impide un adecuado mecanismo de regulación.

Según la Organización Mundial de la salud (OMS) en el 2022 alude que la salud mental es una condición de bienestar en las personas que son conscientes de sus capacidades, por lo tanto, los diversos eventos adversos que provocan malestar, deterioro de la salud mental y física pueden afectar las relaciones laborales y familiares.¹

Estudios internacionales realizados en el mundo, de acuerdo con Canales M., Valenzuela S. y Luengo L., en Chile en el año 2019, indican que los maestros están expuestos a condiciones laborales desfavorables caracterizadas por cargas de trabajo, demasiados alumnos por curso, largas jornadas laborales que muchas veces no son reconocidas o remuneradas, bajos salarios, carencia social y poco o ningún reconocimiento. A su vez en las instituciones educativas faltan la mayoría de los recursos infraestructurales, humanos, didácticos y económicos insustituibles para impulsar el proceso educativo, lo que indica que existen brechas importantes que afectan directa o indirectamente.²

Por otro lado, Ramírez D. indicó que la transformación, la globalización afecta la calidad de vida, ya que se flexibilizan las políticas laborales en el contexto neoliberal, que abarca toda la economía, incluso afecta a la sociedad y por supuesto que es característica de la economía capitalista.³

Se dice que el estrés es una de las incertidumbres más banales que se relacionan con el trabajo hoy en día, a esto se le denomina estrés laboral. La consecuencia más directa del estrés relacionado con el trabajo es el aumento del número de errores en el desempeño de las tareas. La falta de enfoque significa un rendimiento más bajo y niveles más bajos de motivación.

Patlán J. mencionó que el estrés laboral se conceptualiza a manera de las respuestas físicas y dañinas que acontecen cuando las demandas laborales que se produce apenas las necesidades del trabajo no coincidan con las habilidades del

empleado. El estrés ocupacional se asocia con una mayor probabilidad de trastornos músculo esqueléticos, depresión y agotamiento, esto puede contribuir a una variedad de condiciones extenuantes, desde enfermedades cardiovasculares hasta cáncer.⁴

Por otro lado, Lanús en el año 2019 proporcionó información de su estudio en correlación con 61 maestros, descubrió que el 3% de los maestros experimentaron niveles determinantes de estrés, pudo ver también la agitación y sentimientos emocionales elevados entre y la parentela, síntomas significativos. En su modelo final demostró la necesidad de trabajar y la interferencia pre existente con la familia y el trabajo, estos explican el 45.6% de las diferencias en el estrés laboral de los educadores.⁵

Respecto a lo anterior Rojas, et.al mencionó que el estrés es un tema que impacta en la salud y el ambiente laboral de las personas, por lo que se debe considerar una posición que altera gravemente la calidad de vida y las características personales.⁶

Un informe a escala nacional presentado por Avites indicó que el estrés es un trastorno psicológico causado por demandas físicas y emocionales como resultado de la comunicación con los estudiantes, aunado con el tema de los factores psicosociales que afectan el trabajo en aula. El ambiente laboral y físico genera estrés en los docentes, lo que puede derivar en un estrés severo.⁷

Según Bada, et.al en el año 2020 mencionó que las experiencias estresantes son provocadas por diversas situaciones ambientales o personales, entre ellos se destacan eventos que ocurren todos los días durante la jornada laboral, que pueden ocasionar procesos patológicos que impactan en la la salud mental y la calidad de vida del docente.⁸

A nivel local los educadores de la Institución Educativa 2069 Santa Rosa refieren: “tenemos demasiados alumnos por aula”, “no se cuenta con personal administrativo fijo, los alumnos muestran comportamientos no adecuado hacia nosotros”, “debido a todos estos inconvenientes nos sentimos más fatigados, agotados de lo normal”, “estamos haciendo un sobreesfuerzo para poder manejar el estrés ante los factores externos de la institución educativa”

Por lo anteriormente mencionado se formula este problema ¿Cuál es la relación entre calidad de vida y estrés laboral en los educadores de la I.E. 2069 Santa Rosa 2023?

Esta investigación nos proporcionó información acerca de las variables estudiadas. Siendo el estrés una de las causas que influyen y afectan en la calidad de vida del individuo.

El siguiente estudio tiene una justificación teórica, puesto que proporcionó una variedad de información asociada con la calidad de vida y el estrés, toca mencionar también que se realizó para generar y contribuir al conocimiento sobre mejorar la calidad de vida y el autocuidado de la salud mental en este contexto, además tuvo como marco fenomenológico conceptual a las teóricas Dorothea Orem, quien habla sobre el autocuidado y Callista Roy quien se enfoca en la adaptabilidad de las personas.^{9, 10}

A nivel práctico la indagación de las evidencias contribuyó al trabajo de enfermería promoviendo y previniendo la salud mental, conociendo la realidad, brindando talleres virtuales y presenciales relacionadas al estrés laboral para mejorar la calidad de vida, porque el buen manejo de la salud mental en los docentes conduce a la mejora de los lazos interpersonales, los intereses del trabajo y la familia.

Así pues el objetivo general es determinar la relación entre la calidad de vida y el estrés laboral de los educadores de la Institución Educativa 2069 Santa Rosa 2023 y como objetivos específicos tenemos: identificar la relación entre la dimensión salud física y estrés laboral de los educadores, identificar la relación entre la dimensión salud psicológica y estrés laboral, identificar la relación entre la dimensión relaciones sociales y estrés laboral e identificar la relación entre la dimensión ambiente y estrés laboral.

Hipótesis

Hipótesis general:

H0: No existe relación significativa entre calidad de vida y estrés laboral en los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023

H1: Hay relación significativa entre calidad de vida y estrés laboral en los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023

Hipótesis específicas

H0: No hay relación significativa entre salud física y estrés laboral en los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023

H1: Hay relación significativa para la dimensión salud física y estrés laboral en los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023

H0: No existe relación significativa entre salud psicológica y estrés laboral en los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023.

H1: Existe relación significativa entre salud psicológica y estrés laboral en los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023

H0: No existe relación entre relaciones sociales y estrés laboral de los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023.

H1: Existe relación significativa entre relaciones sociales y estrés laboral en los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023

H0: No existe correlación significativa entre ambiente y estrés laboral en los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023.

H1: Existe relación significativa de ambiente y estrés laboral en los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023

II. MARCO TEÓRICO

Seguidamente, se presentan datos nacionales e internacionales del estudio ejecutado.

Entre los estudios realizados a nivel nacional citamos a Sucapuca L. et.al quienes concluyeron que la carga de trabajo y el estrés están moderadamente relacionados; es decir, las altas cargas de trabajo generan estrés laboral, lo cual es consistente con investigaciones previas. La principal fuente de estrés es la carga de trabajo, que a su vez perjudica la calidad de vida del educador.¹¹

Por otro lado, Reyes P, indicó que la calidad de vida en los profesores es evaluada de manera constante ya que va a permitir un buen bienestar cognitivo y complacencia con la vida, la calidad de vida es observada como un conocimiento multifacético, definida por el confort individual que resulta de la satisfacción de las diversas áreas de la vida misma, que son importantes para el individuo, siendo subjetivo, de esta forma surgen las relaciones con su familia y su entorno social, dejando satisfechas las necesidades importantes en los docentes y su confort psicológico.¹²

En Perú Venegas CE. Y en España Leyva AC., mencionaron que el estrés interviene en la calidad de vida ya que puede estar asociado con la fatiga, también debe ser considerado como un riesgo psicosocial la cual puede estar mediada por factores como la carga de trabajo mental, hasta niveles extremadamente peligrosos, desencadenando también la aparición del insomnio en la sociedad trabajadora, así como la ansiedad, cansancio, estilos de vida no saludables, hábitos tóxicos y accidentes.^{13, 14}

Diferentes autores indicaron que el factor psicológico, tiene repercusión en la calidad de vida, ya que la alteración de ésta, puede conllevar al estrés, también se debe recalcar que en etapas tempranas de la pandemia se experimentó el estrés y las mujeres se vieron más afectadas. Asimismo, las personas que oscilan entre los 18 y 30 años, mayores de 60 años tienen estrés mental.^{15, 16}

Asimismo, Sciotto G. y Pace F. refuerzan la idea central del estrés y la influencia con la calidad de vida, ya que destacan la consideración de pensar en el estrés emocional y la expresión emocional en todos los lugares de trabajo. La atención se

centra tanto en las relaciones externas e internas, donde el control emocional y la gramática de las relaciones son mucho más sustanciales en la calidad de vida.¹⁷

Por otra parte, Costa G., Trentin F. y Vilacha C. difieren totalmente con lo mencionado anteriormente, ya que ellos mencionaron que un cambio de paradigma en cuanto al desarrollo sostenible, calidad de vida y bienestar es de suma importancia porque involucra los valores morales de la sociedad, que abraza y los revisa en constante diálogo.¹⁸

Según Perren J., Lamfre L. y Pérez G., ellos tienen la perspectiva diferente sobre la calidad de vida ya que, para ellos contiene un abordaje sanitario, educativo, habitacional y ambiental, viéndolo como una potencial información.¹⁹

Mientras que Freitas C. et.al indicaron que el indicador que afecta la calidad de vida en los educadores es el psicológico, dentro del contexto del trabajo ya que hay una respuesta emocional y conductas positivas o negativas.²⁰

Asimismo Guay S., Lemyre A. y Geoffrion S. mencionaron que el factor que afecta de manera principal en la calidad de vida es el factor psicológico y este va de la mano con el estrés y la salud mental, ya que los docentes están expuestos a situaciones que generan un impacto desfavorable en su salud psicológica por ende afectan su salud laboral generando en ellos síntomas depresivos, ansiosos, productividad laboral desfavorable y una calidad de vida profesional poco meritoria, mediante un estudio que realizaron, descubrieron que si se aborda la seguridad en el trabajo generando confianza habrá mejores resultados.²¹

Desde un enfoque más completo Gaviola S., et.al, indica que los factores psicosociales del trabajo se describen en diferentes dimensiones. Si bien existen diferencias en la forma en que se agrupan por cada perspectiva teórica, el contenido en consideración es similar. La clasificación escogida en esta ocasión destaca cuestiones relacionadas con la tarea a realizar, su organización temporal y espacial; y las relaciones interpersonales en el lugar de trabajo. Estos incluyen el contenido del trabajo, la carga de trabajo, el tiempo de trabajo, la autonomía, las relaciones humanas.²²

Por otro lado, Salas M., et.al alegan que mejorar la calidad del desarrollo de aprendizaje y enseñanza, a partir de conocer sus fortalezas y debilidades de los

docentes evaluados y desarrollar mejores planes educativos y que sumen de manera positiva con su profesión, fortaleciendo sus procesos pedagógicos, sin influir negativamente en su estado de ánimo ni generando malestar laboral en su desempeño, mejorará su calidad de vida y reducirá el estrés.²³

Mientras que García B y Sánchez M. indican que la calidad de vida se puede usar como indicadores macro para proporcionar una visión general más eficaz, se puede usar para encontrar fortalezas y debilidades, por lo tanto, puede ser una útil herramienta para tomar decisiones, fundamentándose en los indicadores que han estudiado en los distintos ámbitos de su vida.²⁴

Así mismo Makowiec T., et.al, lo mencionaron como un factor psicosocial, también a la fatiga debido a la influencia que genera en la carga de trabajo, el desprestigio de la profesión, falta de tiempo, incidencias familiares, determinando de esta forma también que es importante enfocarnos en la salud mental de los educadores para evitar generar angustia.²⁵

Según Galarza A., Beltrán L. y Ordoñez C. muestran que la calidad de vida laboral hace referencia a la salud de los individuos, esta afecta la productividad, la satisfacción laboral y la igualdad entre las diligencias de la vida diaria y los diferentes roles que asumen las personas, también se define como un concepto integral multifacético cuando los empleados consisten de empleo y autoconcepto, cuando los centros de trabajo participantes ven la necesidad de un apoyo institucional, de seguridad, de integración y satisfacción en el trabajo.²⁶

Abouzeid G, López M y Martínez Laura, recalcaron que las consecuencias sobre los factores psicosociales, se ve afectado por las variables laborales y sociodemográficas, afectando estos a la calidad de vida de las personas, en función de varios factores como un clima laboral organizado, beneficios obtenidos, satisfacción laboral, todos ellos relacionados de forma directa con la percepción que se tiene sobre lo que los condiciona, conllevando a consecuencias negativas que afectan su salud a consecuencia del trabajo, llegando a la conclusión que mientras más apoyo y reconocimiento se le brinde a un trabajador, se verán reflejados los cambios en el ambiente laboral y la mayor predisposición para brindar apoyo y cumplir las demandas de su servicio.²⁷

Por otro lado, Segura A. menciona que el factor psicosocial conjuntamente con la calidad de vida del empleado, se considera importante para el funcionamiento de cualquier centro laboral cuidar por la salud y seguridad de cada empleado. Se considera el trabajo tal como una práctica que se desarrolla a lo largo del tiempo, ha traído consigo cambios importantes debido a la globalización, de la cual gracias a sus diversos estudios y análisis ha resultado la desregulación de la economía y la vida laboral.²⁸

Desde un enfoque psicosocial se puede decir que se conecta al individuo con la sociedad. La mala dirección del cambio organizativo, precariedad laboral, la comunicación vana, la falta de soporte de la dirección o de los compañeros puede desencadenar el estrés.

Mientras que Logan H. y Cumming T. indicó que el estrés laboral como factor psicológico tiene reacciones ante estímulos físicos que van más allá del desequilibrio que puedan generar en el individuo, formando parte de un proceso entre los seres humanos y su entorno laboral.²⁹

Según Patlán J. El estrés laboral lo definen como un estado psicológico que es parte y reflejo del desarrollo de interacción entre un individuo y su ambiente de trabajo, así como un conjunto de emociones, percepciones psicofisiológica y comportamiento asociado con algún aspecto adverso o dañino del contenido, la organización o el entorno laboral que involucra altos niveles de excitación, influye en la calidad de vida cuando el trabajador se enfrente a diversos tipos de presión laboral que no corresponden a sus habilidades y conocimientos, que colocan a prueba su resistencia, siendo limitado por su trabajo o la forma en que se enfrenta a las diversas exigencias.⁴

Diversas situaciones estresantes pueden afectar el desarrollo psicológico de los educadores y experimentar estados de incertidumbre, tristeza, desánimo e irritabilidad. Causando malestar mental y general al cuerpo.

Según Monroy A. y Juárez A., mencionan que uno de los primordiales factores de riesgo es el psicosocial, puesto que este contribuye al desarrollo de alteraciones en la calidad de vida dependiendo de los siguientes criterios: la interacción con un

medio ambiente laboral, las enfermedades heredofamiliares, edad, estilo de vida y sexo.³⁰

Por otro lado Morilla A. et al, refieren que los factores psicosociales se presentan relacionados de forma directa en una situación laboral que afecta a su salud y bienestar, interfiriendo tanto en su labor como en su desempeño, apareciendo conductas y actitudes negativas que no son beneficiosas para su correcto ámbito laboral y social, así como también demuestran que los riesgos psicosociales son potencialmente peligrosos, cuando daño a la salud física, psicológica o social de los individuos y quienes los rodean, provocando que estén expuestos a situaciones desfavorables como lo son las diversas enfermedades que expresará su cuerpo al verse sometido a un entorno negativo. Siendo el principal propósito de su trabajo demostrar que los factores psicosociales positivos influyen directamente sobre el servicio que brindan y como determinantes de la calidad de vida.³¹

Según Vicente J. y Guillén A., indican que los factores psicosociales son las circunstancias personales, el entorno laboral que influyen en la motivación y actitud del paciente como determinantes de la enfermedad y la salud.³²

Becerra L. et.al, mencionan que en todas las entidades se debe incluir el factor de riesgo psicosocial como un predisponente principal, ya que muchos trabajadores presentan afectaciones que influyen en el rendimiento y satisfacción laboral, tanto como en la salud, refieren que el riesgo psicosocial está relacionado fundamentalmente por el estrés laboral, siendo predominante en la vida adulta y puntualmente en el género femenino, considerándolo un problema de salud pública que debe ser incluido en las políticas de las diversas entidades, conllevando a realizar un plan de trabajo para el manejo de factores de riesgo psicosocial, tratando las consecuencias que este presenta, llevando una documentación que permita seguir investigando y generando una mejora continua para futuros estudios.³³

A continuación, se exponen las teorías que amparan las variables de estudio:

Dorothea Orem en su teoría el individuo es tratado de manera holística, de modo que la atención básica se coloca en el centro para apoyar a las personas a vivir con dicha por más tiempo, es decir mejorando su calidad de vida. De igual forma, conceptualiza el cuidado como el arte de actuar por la persona, brindarle apoyo

para que aprenda a actuar de manera independiente, con el objetivo de ayudar a la persona a mantener y realizar actividades de autocuidado, a fin de propiciar la vida y la salud, afrontar las consecuencias y/o recuperarse de una enfermedad, incluida la capacidad interpersonal de actuar.⁹

Por tanto, la Teoría de Orem concluye que la calidad de vida del individuo en esta investigación, en los docentes, será enmarcada en el autocuidado por parte de ellos, permitiendo satisfacer sus necesidades.

La teórica Callista Roy en su modelo de procesos de afrontamiento y adaptación nos explica las estrategias mediante las cuales los humanos responden a las influencias y cambios ambientales para crear una integración entre las mismas, es su teoría nos menciona que los humanos son capaces de adaptarse e influir en los cambios de su entorno y que sus respuestas están definidas por los estímulos que llegan y el grado de aptitud de la persona, los procesos y los resultados experimentados por los humanos.³⁴ Así también la variable estrés es sustentada por la Teoría de Roy porque aplica intervenciones que responden a las necesidades descritas por los maestros.

Según Martin la calidad de vida comprende diversos niveles que pueden enfocarse biológicamente, económicamente, socialmente y psicológicamente en forma individual hasta el nivel comunitario, cabe mencionar que se relaciona con aspectos de bienestar social.³⁵

Por otro lado, la OMS nos dice que el estrés se reconoce por ser un conglomerado de reacciones cognitivas, psicológicas, conductuales y emocionales ante imposiciones que exceden la capacidad del docente para desempeñarse de forma adecuada en su centro de trabajo.³⁶

Una introducción al enfoque conceptual del marco de investigación fue presentada, por las dimensiones de calidad de vida.

Respecto a la calidad de vida Armenta L., et.al aludieron que es la comodidad que perciben las personas realizando actividades satisfactoriamente por y para su entorno.³⁷

Acerca de la salud física Perea A.L, et.al mencionaron que es mantenernos en constante contacto con las actividades deportivas que permiten mantener en equilibrio nuestra integridad física.³⁸

Con referencia a la salud psicológica Rodríguez R dio a entender que ésta implica mantener un balance entre nuestros pensamientos y lo que debemos hacer.³⁹

En relación con las relaciones sociales Navarro A. et.al. destaco que el ser humano necesita relaciones sociales para poder interactuar entre dos o más personas, captando información del resto.⁴⁰

Con respecto a el ambiente Lagos AVR. et.al. hizo referencia a las inmediaciones que nos rodean, actividades que permiten un mejor desarrollo en la calidad de vida.⁴¹

Referente a estrés laboral Tomasina F y Pisani nos dicen que es el sentir de bienestar o malestar de cualquier persona donde percibe su sueldo.⁴²

A continuación, se presenta la conceptualización de las dimensiones de estrés laboral.

Otro punto importante que mencionó López Figueroa J.C fue el territorio organizacional, dijo que es el espacio donde la persona puede desarrollar sus sentimientos propios con su labor.⁴³

En cuanto a la tecnología Ruiz VE, Ríos M, Sánchez MD señaló que es la aplicación de conocimientos para transformar la vida.⁴⁴

Por otra parte, Navarro A. et.al. señaló que la Influencia de líder es una persona que influye en la gente para lograr sus metas establecidas.⁴⁰

Sobre falta de cohesión Lagos AVR. et.al. señalaron que es la falta de unión en el ámbito laboral, como la persona se relaciona con los demás integrantes de labores.⁴¹

En cuanto a Respaldo de grupo Ocampo WL, Huilcapi NH y Cifuentes AF. expusieron que entre ellos mismos no se cubren en sus distintas actividades o desempeño de roles. Además, refirió que la estructura organizacional es cómo se divide el trabajo de manera igualitaria.⁴⁵

III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño de investigación

3.1.1 Tipo de investigación:

Utilizo un enfoque cuantitativo de tipo básico porque partió del marco teórico para incrementar el conocimiento sobre la calidad de vida y el estrés laboral de los educadores.

3.1.2 Diseño de investigación:

Asimismo, fue de diseño no experimental, transversal, correlacional porque se hizo sin cambiar la variable calidad de vida y estrés laboral, pues se trata principalmente de observar las causas del estrés para llegar a una conclusión.

3.2 Variables y operacionalización

Variable: Calidad de vida en los educadores, variable independiente. (Ver anexo 1)

Variable: Estrés laboral en los educadores, variable dependiente. (Ver anexo 1)

3.3 Población, muestra y muestreo

3.3.1 Población

Según Hernández Sampieri es un grupo de todos los casos que encajan con determinadas especificaciones.⁴⁷ Para la ejecución de la investigación propuesta se trabajó con la población total de educadores que son un total de 44.

Criterio de inclusión: Educadores de 23 años a más, educadores que laboraban en el lugar de estudio, educadores de ambos sexos, educadores que contaron con consentimiento informado

Criterios de exclusión: Educadores que no desearon colaborar en la investigación, educadores que no estuvieron los días que se aplicaron los instrumentos, educadores que se encontraban con licencia por enfermedad.

3.3.2 Muestra

Según Hernández Sampieri es un subconjunto de la población, un subgrupo de los componentes que se encuentran en el conjunto definido por sus características y

que se denomina población. En este estudio no se realizó el cálculo muestral debido a que se consideró a los 44 educadores.⁴⁷

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica que se empleó es la encuesta para la respectiva extrapolación de datos y el instrumento que se usó es el cuestionario. Para recolectar información, se emplearon las encuestas, las cuales son:

Para la variable calidad de vida se utilizó el cuestionario, WHOQOL-BREF este cuestionario fue validado y desarrollado por la OMS en el año 2000, ha sido traducido a más de 20 idiomas y puede ser utilizado tanto por personas sanas como enfermas.

Se corroboró la confiabilidad del instrumento por intermedio de la prueba piloto, a través de la aplicación del instrumento en 7 educadores de la I.E. María de los Ángeles donde se consiguió un Alfa de Cronbach de 0.85 el que denotó un coeficiente de confiabilidad alta (ver anexo 6).

Para la variable estrés laboral, se manejó el cuestionario de estrés laboral OIT-OMS este instrumento fue elaborado, validado y diseñado por la OIT conjuntamente con la OMS, puede ser usado para hallar el estrés laboral y la facultad de presagiar las fuentes de riesgos psicosociales, Este instrumento tiene una confiabilidad de 0,966 según el alfa de Cronbach. También se realizó la aplicación del instrumento en 7 educadores del colegio María de los Ángeles donde se tuvo un Alfa de Cronbach de 0.94 el cual denota una confiabilidad alta. (ver anexo 7).

3.5 Procedimientos

Para la aplicación del cuestionario sobre calidad de vida y estrés laboral en los educadores de la Institución Educativa 2069 Santa Rosa, en primera instancia se realizó las coordinaciones respectivas con el director a cargo Milla Robert, detallando sobre el proyecto de investigación que se empleó en el lugar ya mencionado, en un segundo momento se le solicitó un número de contacto para las coordinaciones posteriores, en un tercer momento se nos informó sobre el cambio de director a lo cual se generó nuevamente los pasos anteriores pero dirigiéndonos hacia la nueva directora la Lic. Sánchez Chávez Mariela quien gentilmente nos dio la factibilidad, en un cuarto momento se realizó una visita al colegio 2069 Santa

Rosa previa coordinación con la directora actual para la firma de la carta de aceptación la cual se ejecutó eficazmente, en un quinto momento se convocó a los docentes en hora de recreo de los alumnos donde se les explicó el propósito, objetivos y finalidad del estudio. En un sexto momento se les brindó el consentimiento informado presencialmente para la aceptación o negación de su participación. En un séptimo momento se realizó la entrega de los cuestionarios el cual fue completado por cada educador.

3.6 Método de análisis de datos

Se usó Microsoft Excel 2016 y el programa SPSS 26, para analizar los datos recopilados de la muestra, se preparó tablas apropiadas, se ingresó los ítems de la encuesta, luego se procesaron los datos para cada instrumento y finalmente se mostraron los resultados en tablas. Por otro lado, se ejecutó la prueba de Shapiro-Wilk.

3.7 Aspectos éticos

Autonomía: Cada participante tuvo conocimiento del estudio y decidió libremente en participar o no de la investigación, se respetó sus decisiones para que los participantes no se vean obligados a participar.

Beneficencia: Se beneficiaron todos los educadores ya que, se dio a conocer qué dimensiones están alteradas con el fin de sugerir opciones que mejoran su calidad de vida

No maleficencia: Los educadores que participaron no fueron sometidos a ningún riesgo.

Confidencialidad: Los datos recopilados fueron reservados y usados exclusivamente para la investigación.

Autonomía: Cada participante eligió y decidió participar o no en la investigación, sin ningún tipo de presión, firmando el consentimiento informado (ver anexo 2).

Justicia: La participación de los educadores se realizó respetuosamente, honestamente, con un trato digno, justo e igualitario sin ningún tipo de discriminación. También se tuvo en cuenta el consentimiento informado, éste es un documento informativo a disposición de los educadores, quienes aprobaron su colaboración en la investigación.

IV. RESULTADOS

Tabla 1: Shapiro-Wilk prueba de normalidad

	Estadístico	gl	Sig.
Calidad de vida	0.599	44	0.000
Estrés laboral	0.587	44	0.000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Se obtuvo la prueba de Shapiro-Wilk para estudiar las variables, considerando que la población es menor a 50. Al establecer una significancia menor a 0.05, se niega la hipótesis nula, y se admite la hipótesis alterna, lo cual implica que la información de las variables sigue una ordenación normal, en consecuencia, se deberá de aplicar las pruebas no paramétricas como es el Rho Spearman.

Tabla 2: Variables Calidad de vida y Estrés laboral

		Estrés laboral		Total
		Medio	Alto	
Calidad de vida	Regular	28 63,6%	1 2,3%	29 65,9%
	Bueno	2 4,5%	13 29,5%	15 34,1%
Total		30 68,2%	14 31,8%	44 100,0%

Interpretación:

De acuerdo con la segunda tabla del total de educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa, el 63,6% concluye un nivel regular sobre la calidad de vida a su vez un medio nivel respecto al estrés laboral, y para finalizar el 29,5% concluye como un nivel bueno y un alto nivel.

Tabla 3: Resultado de la hipótesis general

H0: No existe relación significativa entre calidad de vida y estrés laboral en los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023

H1: Hay relación significativa entre calidad de vida y estrés laboral en los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023

		Calidad de vida	Estrés laboral	
Rho de Spearman	Calidad de vida	Coefficiente de correlación	1,000	
		Sig. (bilateral)	0,847	
	Estrés laboral	N	.	0,000
		Coefficiente de correlación	44	44
		Sig. (bilateral)	0,847	1,000
		N	,000	.
		44	44	

** La correlación es elocuente en el nivel 0,01 (bilateral).

Deducción: La tercera demostró que la variable calidad de vida está altamente vinculada con la variable estrés laboral, según la correlación $Rho = 0,847$, lo que indicó un vínculo directo positivo. A su vez existió una importancia bilateral directa de 0,000 siendo verdadero que existió una conexión directa para calidad de vida y estrés laboral en los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023. Por consiguiente, se aceptó la hipótesis alterna.

Tabla 4: Bivariado de la dimensión Salud física y Estrés laboral

		Estrés laboral		Total
		Medio	Alto	
Salud física	Regular	24 54,5%	0 0,0%	24 54,5%
	Bueno	6 13,6%	14 31,8%	20 45,5%
Total		30 68,2%	14 31,8%	44 100,0%

Interpretación:

De acuerdo con la cuarta tabla del total de educadores de la I.E. 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023, el 54,5% concluye un nivel regular sobre la salud física a su vez un nivel medio respecto al estrés laboral, y por último el 31,8% tiene un nivel bueno y alto.

Tabla 5: Resultado de la hipótesis específica 1

H0: No hay relación significativa entre salud física y estrés laboral en los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023

H1: Existe relación significativa para la dimensión salud física y estrés laboral en los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023

		Salud física	Estrés laboral
Rho de Spearman	Salud física	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,000
	Estrés laboral	N	44
		Coefficiente de correlación	0,748
		Sig. (bilateral)	,000
		N	44

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Interpretación:

La quinta tabla demostró que la salud física está altamente relacionada con la variable estrés laboral, según la correlación 0,748= Rho, lo que señaló una relación positiva alta. También existió una significancia de 0,000 directa ($p < 0.05$) siendo verdadero que existió una relación directa entre salud física y estrés laboral en los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023. Por tanto, se aceptó la hipótesis alterna.

Tabla 6: Bivariado de Salud psicológica y Estrés laboral

		Estrés laboral		Total
		Medio	Alto	
Salud psicológica	Malo	1	0	1
		2,3%	0,0%	2,3%
	Regular	28	1	29
		63,6%	2,3%	65,9%
	Bueno	1	13	14
		2,3%	29,5%	31,8%
Total		30	14	44
		68,2%	31,8%	100,0%

Interpretación:

Acorde con la sexta tabla del total de educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023, el 63,6% concluye un nivel regular sobre la salud psicológica a su vez un nivel medio respecto al estrés laboral, el 29,5% concluye como un nivel bueno y un alto nivel, así pues, el 2,3% tiene un nivel malo y medio.

Tabla 7: Resultado de la hipótesis específica 2

H0: No existe relación significativa entre salud psicológica y estrés laboral en los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023.

H1: Existe relación significativa entre salud psicológica y estrés laboral en los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023

		Salud psicológica	Estrés laboral
Rho de Spearman	Salud psicológica	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,877
	Estrés laboral	Coefficiente de correlación	.
		Sig. (bilateral)	,000
	N		44
	N		44
	N		44
	N		44
N		44	

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Interpretación:

La séptima tabla demostró que la salud psicológica está altamente relacionada con la variable estrés laboral, según la correlación $Rho = 0,877$, lo que indicó una correlación directa positiva. A su vez existió una significancia directa de 0,000 ($p < 0.05$) siendo verídico que existió una relación entre salud psicológica y estrés laboral en los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023. Por lo tanto, se aceptó la hipótesis alterna.

Tabla 8: Bivariado entre Relaciones sociales y Estrés laboral

		Estrés laboral		Total
		Medio	Alto	
Relaciones sociales	Malo	2	0	2
		4,5%	0,0%	4,5%
	Regular	17	2	19
		38,6%	4,5%	43,2%
	Bueno	11	12	23
		25,0%	27,3%	52,3%
Total		30	14	44
		68,2%	31,8%	100,0%

Interpretación:

De acuerdo con la octava tabla del total de educadores en institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023, el 38,6% concluye un nivel regular sobre las relaciones sociales a su vez un nivel medio respecto al estrés laboral, el 27,3% concluye como un nivel bueno y un nivel alto, en suma, el 4,5% tiene un nivel malo y medio.

Tabla 9: Resultado de la hipótesis específica 3

H0: No hay relación entre relaciones sociales y estrés laboral de los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023.

H1: Existe relación significativa entre relaciones sociales y estrés laboral en los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023

			Relaciones sociales	Estrés laboral
Rho de Spearman	Relaciones sociales	Coefficiente de correlación	1,000	,458
		Sig. (bilateral)	.	0,000
	Estrés laboral	N	44	44
		Coefficiente de correlación	0,458	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	44	44

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Interpretación:

La novena tabla demostró que la dimensión relaciones sociales está altamente relacionada con la variable estrés laboral, según la correlación 0,458 de Rho, lo que mostró una relación positiva moderada. Mientras que existió una significancia de 0,000 ($p < 0.05$) siendo cierto que existió una relación directa entre relaciones sociales y estrés laboral en los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023. Por lo tanto, se aceptó la hipótesis alterna.

Tabla 10: Bivariado entre Ambiente y Estrés laboral

		Estrés laboral		Total
		Medio	Alto	
<i>Ambiente</i>	Malo	1 2,3%	0 0,0%	1 2,3%
	Regular	26 59,1%	1 2,3%	27 61,4%
	Bueno	3 6,8%	13 29,5%	16 36,4%
Total		30 68,2%	14 31,8%	44 100,0%

Explicación:

En la anterior tabla se evidenció, del total de educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023, el 59,1% concluye un nivel regular sobre el ambiente a su vez un nivel medio respecto al estrés laboral, el 29,5% concluye como un nivel bueno y un nivel alto, y por último el 2,3% tiene un malo y medio nivel.

Tabla 11: Resultado de la prueba estadística de la hipótesis específica 4

H0: No existe correlación significativa entre ambiente y estrés laboral en los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023.

H1: Existe relación significativa de ambiente y estrés laboral en los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023

		Ambiente	Estrés laboral
Rho de Spearman	Ambiente	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,000
	Estrés laboral	N	44
		Coefficiente de correlación	,790
		Sig. (bilateral)	0,000
		N	44

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Interpretación:

La onceava tabla demostró que el ambiente está altamente relacionado con el estrés laboral, según la correlación Rho= 0,790, lo que denotó una relación positiva alta. A su vez existió una significancia directa de 0,000 ($p < 0.05$) siendo afirmativo que existió una relación entre ambiente y estrés laboral directa en los educadores de la institución educativa 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023. De modo que, se aceptó la hipótesis alterna.

V. DISCUSIÓN

La calidad de vida es primordial para asegurar el progreso de la persona, es una circunstancia de comodidad holística, que permite desarrollarse satisfactoriamente en el campo que se desempeña y el estrés laboral es una fase que se da en el entorno con el que convivimos día a día, con las diversas situaciones y compromisos que asumimos en un cargo. Al estar la calidad de vida alterada debido al estrés laboral, ocasiona que el desempeño dentro del área de trabajo de los educadores se vea afectado, puesto que no brindan las asesorías correctas, no se presta la adecuada atención a los estudiantes, tampoco a su vida familiar, siendo esta una responsabilidad que muchas veces puede influir en sus vidas interviniendo en la capacidad para ser autónomos. Es por ello su importancia para alcanzar la satisfacción y desarrollo pleno.

El estudio tuvo como **primer objetivo**, determinar la relación entre la calidad de vida y el estrés laboral de los educadores de la Institución Educativa 2069 Santa Rosa 2023, el cual se corroboró usando Spearman, lográndose un valor de $Rho=0,847$ lo que demostró la relación directa positiva, en otras palabras, cuando disminuye la calidad de vida se eleva el estrés laboral, se halló una significancia bilateral directa de $0,000$ ($p<0.05$), se admitió la hipótesis alterna. Mediante los resultados que se obtuvieron, se evidenció que el 4.5% mostró un nivel bueno sobre la calidad de vida, mientras que un 29.55% un alto nivel de estrés laboral.

Dichos resultados, tienen coherencia con los alcanzados por Canales, Valenzuela y Luengo, quienes obtuvieron que la calidad de vida está altamente asociada con el estrés laboral, puesto que cuando uno disminuye el otro aumenta. También se encontró una asociación al realizar un cruce similar de variables de $Rho=0.509$, lo que señala una correlación estadísticamente significativa con un $p<.01$.² Así mismo, Becerra T. en el 2018 en su título estrés laboral y calidad de vida en docentes de una institución educativa nacional de Chiclayo luego de ejecutar su estudio halló como resultados una correlación negativa moderada $Rho= -.215$, conduciéndolo a concluir que los educadores que tienen estrés laboral suelen tener menor calidad de vida.⁴⁸

De igual forma Villanueva en el año 2022 tuvo como resultado una relación negativa moderada de ambas variables, puesto que demostró un $Rho= -0.136$ con un valor

de significancia de $p=0.018$, donde señaló que al incrementar una la segunda variable reduce. En este sentido, en los casos anteriores y al analizar los resultados de estos diferentes autores, se puede mencionar que las variables estudiadas muestran una relación inversa reveladora, lo que connota que si el estrés laboral en los educadores es alto esto afecta en su calidad de vida y a su vez puede generar problemas a la hora de ejecutar sus labores o incluso dificultades cognitivas, físicas y de conducta.⁴⁹ Lo cual tendría relación con lo que menciona Patlan quien determinó que el estrés laboral involucra altos niveles de excitación en el entorno laboral del maestro por ende influye en su calidad de vida.⁴

Referente a lo mencionado por la teórica Dorothea Orem indicó que la atención básica se debe colocar primero para apoyar a los educadores a vivir de una forma digna por más tiempo por ello es importante mejorar su calidad de vida para que sean más felices y Calixta Roy nos dice que los educadores tienen la capacidad de poder adaptarse a cada situación de la vida para hacerle frente y así tengan una calidad de vida satisfactoria.^{9, 34}

Seguidamente se buscó identificar la relación entre la **dimensión salud física y el estrés laboral** en los educadores de la I.E. 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023. El que se corroboró con la prueba de Spearman, consiguiéndose un $Rho= 0,748$ por lo que representa una correlación alta positiva, ya que, al disminuir la calidad de vida en su dimensión salud física en los educadores incrementa el estrés laboral, igualmente se obtuvo un nivel de significancia de 0.001, por ende, se aceptó la hipótesis alterna. De los resultados se obtuvieron que un 13.64% tiene buena de calidad de vida y 31.82% de educadores tienen estrés laboral alto, a lo referente a la primera dimensión.

Estos datos son semejantes con lo presentado por varios autores puesto que ellos mencionaron que el estrés laboral influye en la calidad de vida de los educadores, puesto que hay un cansancio físico, fatiga y factores externos que no les permite la realización de deportes para mejorar su salud, estilos de vida que no son saludables, incluso accidentes.^{13, 14}

Así mismo estos resultados están respaldados por la OMS quienes dicen que el deterioro de la salud física y mental afectan las relaciones laborales y de familias por consiguiente la calidad de vida de los educadores.¹

Otro objetivo a identificar fue la relación entre la dimensión **salud psicológica y estrés laboral** en los educadores de la I.E. 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023. El cual fue comprobado con un $Rho= 0.877$, el cual demostró una relación directa positiva pues al disminuir la calidad de vida, el estrés laboral incrementa. Se demuestra que de los educadores encuestados el 2.27% tiene una buena calidad de vida, pero, a su vez un 29.55% cuentan con un estrés laboral alto, con lo que respecta a la segunda dimensión.

El presente resultado se encuentra vinculado con el estudio de Freitas C. et.al los cuales relacionan las variables alcanzando un $Rho= -,708$ y una significancia de $p<0.001$, entonces hay una correlación negativa. Siendo la afectación psicológica uno de los principales factores que intervienen alterando el desarrollo cotidiano de la calidad de vida de los profesores, puesto que interfiere en las respuestas conductuales.²⁰

Reforzando lo anteriormente mencionado uno de los componentes que impacta en la calidad de vida es el psicológico, debido a que la postura en la que se encuentra el educador genera síntomas de riesgo para su salud mental, interfiriendo en su actividad laboral, comportamiento y desempeño, a su vez hallaron que, al abordar la seguridad en el trabajo para generar confianza, habría resultados óptimos.²¹

Diversos autores han argumentado que la calidad de vida esta abordada por el factor psicológico, pues los cambios pueden causar estrés laboral. También se enfatiza que en la fase inicial del COVID-19 las personas del sexo femenino resultaron perjudicadas.^{15,16}

El tercer objetivo era identificar la relación entre **la dimensión relaciones sociales y estrés laboral** en los educadores de la I.E 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023. El cual se demostró por el $Rho= 0,458$, el cual evidenció una correlación positiva moderada, habiendo concordancia que cuando reduce la calidad de vida el estrés laboral es alto. A su vez se halló una significancia $p<0.05$, de manera que se aceptó la hipótesis alterna. Los resultados mostraron, de los profesores que

respondieron las encuestas un 25% tienen una buena calidad de vida mientras que un 27.27% tienen un alto estrés laboral, con relación a la tercera dimensión.

Por lo consecuente Sciotto G. y Pace F. resaltan que el entorno laboral, las conexiones internas como externas, generan estrés ya que, la gestión emocional y el lenguaje utilizado en las interacciones son insustituibles para mejorar la calidad de vida.¹⁷ Mientras que Abouzeid G., López M y Martínez L subrayaron que los resultados en términos de factores sociales están influenciados por la vida laboral y sociodemográfica, lo cual trasciende en la calidad de vida de los educadores. Esto depende de diversos aspectos, como la organización del ambiente laboral, los incentivos recibidos y el nivel de satisfacción laboral, todos están directamente relacionados con la percepción del individuo y pueden generar respuestas negativas que aquejan su salud.²⁷

De igual importancia es el aporte de Segura A. porque indico que el aspecto social vinculado al bienestar del trabajador es fundamental para garantizar el adecuado desenvolvimiento de cualquier organización laboral y una buena calidad de vida, es por ello que se debe vigilar por la salud y seguridad de cada educador. El trabajo es entendido como una actividad que se extiende en el tiempo el cual ha tenido cambios significativos.²⁸

El cuarto objetivo quiso identificar la relación entre la **dimensión ambiente y estrés laboral** en los educadores de la I.E. 2069 Santa Rosa. Puente Piedra, 2023. El cual se evidencio un 0,790 por el Rho, lo que indicó una relación positiva alta, es decir, tan pronto una variable disminuye la otra aumenta. Igualmente se tuvo 0.001 de significancia, es por ese resultado que se aceptó la hipótesis alterna. Los resultados identificaron que un 6.82% de los educadores que tienen buena calidad de vida el 29.55% tienen estrés laboral alto, en la dimensión descrita.

El trabajo de Vidotti V. et.al reflejan un $Rho = -0,224$ con un nivel de significancia de $<0,001$, por tanto, una correlación negativa, es por ello que mencionan como alternativa un ambiente de trabajo que favorezca la satisfacción tales como: el estado anímico de la persona, tiempo libre, relaciones respetuosas y desempeño eficaz.⁵⁰

Por otro Perren J., Lamfre L. y Pérez G., poseen una visión distinta acerca de la calidad de vida, ya que la conciben desde una perspectiva que abarca aspectos de salud, formativos, ambientales y habitacionales, considerándola como una valiosa fuente de información.¹⁹

VI. CONCLUSIONES

1. De la hipótesis general, se halló correlación entre las variables de estudio por tal motivo se admite la hipótesis alterna. De manera que el aumento o disminución de una variable da respuesta sobre el comportamiento de la otra variable.
2. Se evidenció correlación entre la dimensión salud física y el estrés laboral positiva de asociación considerable. Aquellos educadores que contaron con nivel regular de salud física a su vez tuvieron un nivel medio de estrés laboral.
3. Del total de educadores se demostró que hubo una correlación entre variable salud psicológica y estrés laboral, también que el menor porcentaje tuvo un nivel bueno de la salud psicológica y un mayor porcentaje en el nivel medio de estrés laboral.
4. En referencia a la dimensión relaciones sociales de los educadores se encontró un nivel malo y la variable estrés laboral con un nivel medio a su vez se encontró una correlación de asociación media.
5. Para finalizar, se obtuvo que los educadores percibieron un nivel regular sobre la dimensión ambiente, al mismo tiempo un nivel medio respecto a estrés laboral, aceptando la relación significativa directa entre las variables.

VII. RECOMENDACIONES

1. A la directora del centro educativo, que genere estrategias de gestión para la atención preventiva oportuna para la salud mental en los profesores de la institución.
2. A los docentes motivar a que hagan evaluaciones de su salud mental ante cualquier sospecha de afectación a su calidad de vida y a su vez informar a su centro de labores el diagnóstico obtenido, para que así se tomen las medidas necesarias y priorizar la salud mental de todos los educadores.
3. A los profesionales de enfermería de la jurisdicción de salud, reconocer que existen docentes formadores de personas, que no tienen una salud mental óptima, llevando a cabo estrategias de mejora e intervenciones coordinadas, permitiendo así que mejore el estado de salud mental, por tanto, la calidad de vida de los educadores.
4. A los profesionales de enfermería en general motivar a que hagan más investigaciones sobre la calidad de vida y el estrés laboral para saber si la realidad es consecuente con otros espacios educativos.

REFERENCIAS

1. OMS. Salud mental. [Publicación periódica en línea]. 2022 septiembre (p1) [citado 2022 septiembre 05]. Disponible en: <https://www.dge.gob.pe/portalnuevo/vigilancia-epidemiologica/salud-mental/#:~:text=Seg%C3%BAn%20la%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de,una%20contribuci%C3%B3n%20a%20su%20comunidad>
2. Canales Vergara MA., Valenzuela Suazo SV. y Luengo Machuca LH. Calidad de vida en el trabajo en profesores de colegios públicos de Concepción, Chile [Internet]. 2018 agosto [citado 2022 octubre 17]. Disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v15n4/2395-8421-eu-15-04-370.pdf>
3. Ramírez González DA. Calidad de vida laboral en docentes de una institución educativa en la ciudad de Medellín en el año 2018 [Internet]. 2019 junio [citado 2022 octubre 17]; 7(1): 52-68. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7083543.pdf>
4. Patlán Pérez J. ¿Qué es el estrés laboral y cómo medirlo? [Internet]. 2019 [citado 2022 octubre 02]; 35(1). Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/sun/v35n1/2011-7531-sun-35-01-156.pdf>
5. Lanús. Factores psicosociales y afrontamiento del estrés laboral en docentes universitarios: Una revisión sistemática [Internet]. 2021 [citado 2022 septiembre 10]. Disponible en: <http://revistas.unla.edu.ar/epistemologia/article/view/3432>
6. Rojas Solís JL., Flores Meza G. y Cuaya Itzcoatl IG. Principales aspectos metodológicos en el estudio del estrés laboral en personal universitario: Una revisión sistemática. Docencia Univ. [Internet]. 2020 noviembre 14 [citado 2022 septiembre 09]; 15(1); e1248. Disponible en: <https://revistas.upc.edu.pe/index.php/docencia/article/view/1248>
7. Alvites C. Estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, Norteamérica y Europa [Internet]. 2019 octubre 02 [citado 2022 septiembre 10]; 7(3): 141-178. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-79992019000300006
8. Bada Quispe OF., Salas Sánchez RM., Castillo Saavedra EF., Arroyo Rosales EM. y Carbonell García CE. Estrés laboral y clima organizacional

- en los docentes peruanos. Medisur [Internet]. 2020 diciembre [citado 2022 septiembre 05]; 18(6): 1138-1144. Disponible en: [1727-897X-ms-18-06-1138.pdf \(sld.cu\)](#)
9. Mejía Zambrano H y Ramos Calsín L. Prevalencia de los principales trastornos mentales durante la pandemia por COVID-19. Rev. Neuropsiquiatría [Internet]. 2022 marzo [citado 2022 octubre 12]; 85(1): 72-82. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/rnp/v85n1/0034-8597-rnp-85-01-72.pdf>
 10. FALTA PONER LA REFERENCIA CALLISTA ROY https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=UzKUEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA80&dq=teoria+de+la+adaptabilidad+callista+roy&ots=sklBdhvvhf&sig=JdouwqDWhK_qtc4vyJIQZL4wNXE#v=onepage&q&f=false
 11. Sucapuca Quispe EJ., Yapu Jallo L., Mamani Benito OJ. y Turpo Chaparro JE. Efecto de la carga de trabajo y estrés sobre la percepción del teletrabajo en docentes peruanos: rol mediador de la satisfacción laboral [Internet]. 2022 marzo [citado 2022 septiembre 28]; 31(1): 70-78. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1132-62552022000100008
 12. Reyes Robles P. Satisfacción con la calidad de vida laboral en docentes de instituciones educativas estatales de Lima Metropolitana [Internet]. 2017 agosto [citado 08 de octubre 2022]. Disponible: <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/13527/12186>
 13. Venegas Tresierra CE. y Leyva Pozo AC. Fatiga y carga de trabajo mental entre los trabajadores: sobre el distanciamiento social [Internet]. 2020 octubre [citado 2022 octubre 16]; 94. Disponible en: <https://www.scopus.com/record/display.uri?eid=2-s2.0-85092684949&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&st1=estr%c3%a9s+laboral+en+la+calidad+de+vida&nlo=&nlr=&nls=&sid=9771e8500f22ea64e2c3a891b72b1be6&sot=b&sdt=b&sl=51&s=TIT LE-ABS->

KEY%28estr%c3%a9s+laboral+en+la+calidad+de+vida%29&relpos=0&cite
Cnt=9&searchTerm=

14. Vega Escaño J., Porcel Gálvez AM., Barrientos Trigo S., Romero Sánchez JM. y Diego Cordero R. La turnicidad como factor determinante en la ocurrencia de insomnio en la población trabajadora: Una revisión sistemática [Internet]. 2020 julio [citado 2022 octubre 16]; 94. Disponible en: <https://www.scopus.com/record/display.uri?eid=2-s2.0-85088024174&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&st1=estr%c3%a9s+laboral+en+la+calidad+de+vida&nlo=&nlr=&nls=&sid=9771e8500f22ea64e2c3a891b72b1be6&sot=b&sdt=b&sl=51&s=TITLE-ABS-KEY%28estr%c3%a9s+laboral+en+la+calidad+de+vida%29&relpos=1&citeCnt=4&searchTerm=>
15. Prieto Diez F. y colaboradores. Work Engagement: Organizational Attribute or Personality Trait [Internet]. 2022 agosto [citado 2022 octubre 08]. Disponible en: <https://www.proquest.com/docview/2700299223/fulltextPDF/8A92353399604762PQ/6?accountid=37408>
16. Jeff Huarcaya V. Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19 [Internet]. 2020 abril [citado 2022 octubre 08]; 37(2): 327-34. Disponible en: <https://www.scielo.org/pdf/rpmesp/2020.v37n2/327-334/es>
17. Sciotto G. y Pace F. The role of Surface Acting in the Relationship between Job Stressors, General Health and Need for Recovery Based on the Frequency Of Interactions at Work [Internet]. 2022 abril [citado 2022 septiembre 28]; 19(8). Disponible en: <https://www.proquest.com/docview/2652979879/fulltextPDF/3CC276C6AC7F43C2PQ/4?accountid=37408>
18. Costa Guerra RJ., Trentin F. y Vilacha C. Concepciones sobre calidad de vida laboral en las organizaciones. New sustainable practices in health and wellness tourism destinations focused on the quality of and wellbeing [Internet]. 2022 [citado 2022 octubre 08]; 871-883. Disponible en:

<https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=hjh&AN=158587777&lang=es&site=ehost-live>

19. Perren J., Lamfre L. y Pérez G. Desigualdad y calidad de vida en la Patagonia. Una mirada a la conurbación de Neuquén. Bitácora Urbano/Territorial [Internet]. 2022 junio [citado 2022 septiembre 19]; 32(1): 2019-32. Disponible en: <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=fua&AN=155595459&lang=es&site=ehost-live>
20. Freitas Filho RA., Melo CF., Vasconcelos Filho JE., Cavalcante AKS. y Silva MM. Assessment and associations Between quality of the life and risk of suicide. Psico - USF [Internet]. 2022 marzo [citado 2022 octubre 08]; 27(1): 61-72. Disponible en: <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=a9h&AN=157807680&lang=es&site=ehost-live>
21. Guay S., Lemyre A. y Geoffrion S. Work-related predictors of mental health, presenteeism, and professional quality of life following exposure to a potentially traumatic event in child protection workers. Eur J PsychoTraumatol [Internet]. 2022 [citado 2022 octubre 08]; 13(1): 2037904. Disponible en: <https://web.p.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=2&sid=671a3d29-1014-46c6-88ad-07c716c1df8e%40redis>
22. Gaviola S., Sapoznik MM., Contreras A., Perez SJ. y Gadea N. Factores y riesgos psicosociales del trabajo [Internet]. 2022 [citado 2022 octubre 16]. Disponible en: https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/guia_factores_y_riesgos_psicosociales_2.pdf
23. Salas Ibarra M., Basante Pantoja Y., Zambrano Guerrero C., Matabanchoy Tulcan S. y Narváez Chaves A. Concepciones sobre la calidad de vida laboral en las organizaciones [Internet] 2021 [citado 2022 octubre 08]. Disponible en: <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=a9h&AN=151890199&lang=es&site=ehost-live>

24. García Carro B. y Sánchez Sello M. Evolución de la calidad de vida subjetiva en la unión europea, comparación de diferentes metodologías para la construcción de indicadores sintéticos [Internet]. 2021 diciembre [citado 2022 octubre 08]; 21-38. Disponible en: <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=fua&AN=157538647&lang=es&site=ehost-live>
25. Makowiec Dabriwska T. y colaboradores. Aggravating factors in teachers Work and fatigue [Internet]. 2021 junio [citado 08 de octubre 2022]; 72(3): 283-303. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34169931/>
26. Galarza Iglesias A., Beltrán Narváez LH. y Ordóñez Hernández CA. Calidad de vida en el trabajo y calidad de vida relacionada con la salud en trabajadoras del sector informal de la comuna 9 en Cali, Colombia. Revista de la Facultad de Medicina [Internet]. 2020 junio [citado 2022 septiembre 28]; 70(4). Disponible en: <https://www.proquest.com/docview/2615625648/8AFF96152E2248F0PQ/2>
27. Abouzeid Abouzeid GK., López Montesinos MJ. y Martínez Alarcón L. Consecuencias de los factores psicosociales en la calidad de vida laboral [Internet]. 2020 [citado 2022 octubre 16]; 19: 24-39. Disponible en: <https://doi.org/10.14198/recien.2020.19.03>
28. Segura Delgado AL. Factores de riesgo psicosocial asociados a la calidad de vida de los trabajadores [Internet]. 2020 [citado 2022 octubre 16]. Disponible en: http://74.208.53.179/bitstream/20.500.12494/20162/1/2020_factores_calidad_trabajadores.pdf
29. Logan H. y Cumming T. Sosteniendo el bienestar relacionado con el trabajo de los educadores de la primera infancia: perspectivas de las partes interesadas clave en las organizaciones de la primera infancia [Internet]. 2020 abril [citados 2022 octubre 15]; 95-113. Disponible en: <https://www.webofscience.com/wos/woscc/full-record/WOS:000539398200006>

30. Monroy Castillo A. y Juárez García A. Factores de riesgo psicosocial laboral en académicos de instituciones de educación superior en Latinoamérica: Una revisión sistemática [Internet]. 2019 diciembre [citado 2022 octubre 18]; 248-272 Disponible en: <https://www.proquest.com/docview/2331802566/fulltextPDF/796B491C013542CDPQ/1?accountid=37408>
31. Morilla Luchena A., Borrego Alés Y., Orgambidez Ramos A. y Vázquez Aguado O. Aspectos psicosociales y calidad de vida laboral en los/as profesionales de la intervención social [Internet]. 2019 [citado 2022 octubre 16]; 131-158. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7016663>
32. Vicente Pardo JM. y Guillén García. Los factores psicosociales como predictores pronósticos de difícil retorno laboral tras incapacidad [Internet]. 2018 marzo [citado 2022 octubre 16]; 64(250): 50-74. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0465-546X2018000100050
33. Becerrea Ostos LF., Quintanilla D., Vásquez XM. y Restrepo Guerrero HF. Psychosocial determinants associated to work stress pathologies in administrative staff an EPS of Bogotá [Internet]. 2018 julio [citado 2022 octubre 16]; 20(5): 574-578. Disponible en: <https://www.scielo.org/pdf/rsap/2018.v20n5/574-578/es>
34. García G. Evelyn X, Cusme T. Nadihezka, View of Aplicación del modelo de callista roy como herramienta de adaptación al estrés [Internet]. Com.br. [citado 2023 junio 08]. Disponible en: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/56678/41578>
35. Martin H. Salud y enfermedad [Internet]. 2022 [citado 2022 octubre 16]. Disponible en: <https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/prepa2/n2/m2.html>
36. OMS. Los riesgos del estrés laboral para la salud [Internet] 2022 [citado 28 de septiembre 2022]; 9(3). Disponible en: <https://www.insp.mx/avisos/3835-riesgos-estres-laboral-salud.html>

37. Armenta Zazueta L., et.al. Gobernanza y calidad de vida para fortalecer las condiciones laborales del docente [Internet]. 2021 noviembre [citado 2022 octubre 08]; 46(11): 431-438. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/339/33969826005/html/>
38. Perea A.L, et.al. Importancia de la actividad física [Internet]. 2019 mayo [citado 2022 octubre 08]. <https://www.medigraphic.com/pdfs/saljalisco/sj-2019/sj192h.pdf>
39. Rodríguez R. Importancia de la psicología de la salud en la atención primaria, promoción y prevención de la salud [Internet]. 2021 [citado 2022 octubre 08]; 49-53. Disponible en: <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ICSA/article/view/7669/8405>
40. Navarro A, et.al. Relación entre exposición a riesgos psicosociales y salud: un estudio de cohorte mediante el COPSOQ-Istas21. Gac Sanit [Internet]. 2022;36(4):376–9. [citado el 8 de julio de 2023] Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.11.004>
41. Lagos AVR, Retamal MS, Jaque MT, Luengo-Martínez C. Condiciones de trabajo y estrés laboral en madres académicas universitarias. Revista Cubana de Salud y Trabajo [Internet]. 2019 [citado el 8 de julio de 2023];20(3):26–34. Disponible en: <https://revsaludtrabajo.sld.cu/index.php/revsytr/article/view/101/172>
42. Tomasina F, Pisani A. Pros y contras del teletrabajo en la salud física y mental de la población trabajadora general: una revisión narrativa exploratoria. Arco Prev Riesgos Laborales [Internet]. 2022 [citado el 8 de julio de 2023];25(2):147–61. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1578-25492022000200007&script=sci_arttext&lng=en
43. López Figueroa J.C. Pensar el territorio desde los estudios organizacionales: conversaciones para el análisis organizacional en la dimensión espacial [Internet]. 2020 octubre [citado el 8 de julio de 2023]; 31 (79): 89- 101. Disponible: <https://www.redalyc.org/journal/818/81868159007/html/>

44. Ruiz VE, Ríos M, Sánchez MD. Los Tecno Recurso Laborales y su impacto en el Tecnoestrés. Un Caso empírico. Int J Innov [Internet]. 2019 [citado el 8 de julio de 2023];7(2):299–311. Disponible en: <https://periodicos.uninove.br/innovation/article/view/16494>
45. Ocampo WL, Huilcapi NH, Cifuentes AF. La estructura organizacional en función del comportamiento del capital humano en las organizaciones [Internet]. 2019 [citado el 8 de julio de 2023];3(4):114–37. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7402133>
46. Cortez Silva DM., Campana Mendoza N., Huayama Tocto N y Aranda Turpo J. Satisfacción laboral y síndrome de burnout en docentes durante el confinamiento por la pandemia COVID- 19. [Internet] 2021 diciembre [citado 28 de septiembre 2022]; 9(3). Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2307-79992021000300001&script=sci_arttext
47. Hernández-Sampieri R. Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta [Internet]. Gob.mx. Ed. Mc Graw Hill education, 2018, ISBN: 978-1-4562-6096-5 [citado el 7 de noviembre de 2022]. Disponible en: http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf
48. Becerra Hernández T. Estrés laboral y calidad de vida en tiempos de pandemia en docentes de escuelas con quintil 1 – Cajamarca [Internet]. Perú, Cajamarca 2020 [citado 2023 junio 18]. Disponible en: <http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/1388/Becerra%2C%20T.%20Y.%20%282020%29.%20Estres%20laboral%20y%20calidad%20de%20vida%20en%20tiempos%20de%20pandemia%20en%20docentes%20de.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
49. Barrios B, Irma, Tesis estrés laboral y calidad de vida en docentes de una institución educativa nacional de Chiclayo, 2018 [Internet]. edu.pe. [citado 2023 junio 18]. Disponible en:

<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/8605/Barrios%20Reyes%20Irma.pdf?sequence=1>

50. Vidotti V. et.al. Burnout síndrome, occupational stress and quality of life among nursing workers [Internet]. Julio 2019 [citado 2023 junio 18]. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412019000300011

ANEXOS

Anexo1: Tabla de operacionalización de variables

VARIABLES DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Calidad de vida en los educadores	Según Galarza A., Beltrán L. y Ordoñez C menciona que la calidad de vida se refiere a la salud de las personas, el equilibrio entre las actividades de la vida diaria y los diferentes roles que desempeñan los educadores. ²⁶	La calidad de vida es la percepción que presentan los educadores de la I.E 2069 Santa Rosa de acuerdo a sus necesidades, satisfacciones, felicidad y bienestar. Será medido a través del instrumento	Salud física	Actividades de la vida diaria (Nº 17) Dependencia de sustancias medicinales y ayudas médicas (Nº 4) Energía y fatiga (Nº 10) Movilidad (Nº 15) Dolor y malestar (Nº 3)	

		<p>WHOQOL-BREF cuyo valor final será</p> <ul style="list-style-type: none"> • Calidad de vida baja (menor de 69 puntos) • Calidad de vida media (70 a 99 puntos) • Calidad de vida alta (100 a 130 puntos) 		<p>Duerme y descansa (Nº16)</p> <p>Capacidad de trabajo (Nº18)</p>	<p>Se utilizó la escala ordinal.</p>
			<p>Salud psicológica</p>	<p>Imagen corporal y apariencia (Nº 11)</p> <p>Sentimientos negativos (Nº 26)</p> <p>Sentimientos positivos (Nº 5)</p> <p>Autoestima (Nº 19)</p> <p>Espiritualidad/ religión/ creencias personales (Nº 6)</p>	

				Pensamiento, aprendizaje, memoria y concentración (Nº 7)	
			Relaciones sociales	Relaciones personales (Nº 20) Apoyo social (Nº 22) Actividad sexual (Nº 21)	
			Ambiente	Recursos financieros (Nº 12) Libertad, seguridad física y seguridad (Nº 8)	

				<p>Salud y asistencia social: accesibilidad y calidad (N° 24)</p> <p>Ambiente en el hogar (N° 23)</p> <p>Oportunidades para adquirir nueva información y habilidades (N°13)</p> <p>Participación y oportunidades para actividades recreativas / de ocio (N° 14)</p> <p>Entorno físico (N° 9)</p> <p>Transporte (N° 25)</p>	
--	--	--	--	--	--

Estrés laboral en los educadores	Cortez D. et.al mencionan que sobrecargar a los educadores crea una situación peligrosa porque puede generar una situación de estrés a largo plazo que puede afectar su fatiga y satisfacción laboral. Creen que el estrés laboral es una de las cosas que más les afecta porque tiene consecuencias negativas para el ambiente laboral. ⁴⁶	<p>El estrés son las reacciones que experimentan los educadores de la Institución Educativa 2069 Santa Rosa, ante las exigencias y presiones laborales en el ambiente de trabajo.</p> <p>Será medido a través del instrumento OIT-OMS cuyo valor final será</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alto nivel de estrés (>154) • Estrés (118-153) 	Territorio organizacional	Espacio privado de trabajo (Nº 3, 15, 22)	Se utilizó la escala ordinal.
			Tecnología	Uso adecuado de tecnología (Nº 4, 14, 25)	
			Influencia del líder	Intervención y efectividad (Nº 5, 6, 13, 17)	
			Falta de cohesión	Notoriedad dentro del grupo de trabajo (Nº 7, 9, 18, 21)	
			Respaldo del grupo	Respaldo de metas (Nº 8, 19, 23)	
			Estructura organizacional	Intervención y efectividad	

		<ul style="list-style-type: none"> • Nivel intermedio (91-117) • Bajo nivel de estrés (<90). 		(N° 2, 12, 16, 24)	
			Clima organizacional	Estrategia organizativa (N° 1, 10, 11, 20)	

Anexo 2: Instrumento de recolección de datos

Buenas tardes somos estudiantes del ciclo X de la Universidad Cesar Vallejo, Escuela profesional de Enfermería estamos realizando una investigación cuyo objetivo es Determinar la relación entre el estrés laboral y la calidad de vida, solicito su participación para responder las siguientes preguntas del cuestionario. Antes de empezar nos gustaría que contestara unas preguntas generales sobre usted: haga un círculo en la respuesta correcta

1. Sexo:	Masculino	Femenino
----------	-----------	----------

2. ¿Qué edad tiene?	21 a 35	36 a 45	46 a 55	56 a 65	65 a más
---------------------	---------	---------	---------	---------	----------

Cuestionario WHOQOL-BREF

Instrucciones:

En este cuestionario sirve para conocer su opinión acerca de su calidad de vida, su salud y otras áreas de su vida. Por favor conteste todas las preguntas. Si no está seguro/a de que respuesta dar a una pregunta, escoja la que le parezca más apropiada. A veces, esta puede ser la primera respuesta que le viene a la cabeza. Tenga presente su modo de vivir, expectativas, placeres y preocupaciones. Le pedimos que piense en su vida durante las dos últimas semanas. Por ejemplo, pensando en las dos últimas semanas, se puede preguntar:

	Nada	Un poco	Moderado	Bastante	Totalmente
¿Obtiene de otras personas el apoyo que necesita?	1	2	3	4	5

Rodee con un círculo el número que mejor defina cuánto apoyo obtuvo de otras personas en las dos últimas semanas. Si piensa que obtuvo bastante apoyo de otras personas, usted debería señalar con un círculo el número 4, quedando la respuesta de la siguiente forma:

	Nada	Un poco	Moderado	Bastante	Totalmente
--	------	---------	----------	----------	------------

	¿Obtiene de otras personas el apoyo que necesita?	1	2	3	4	5
--	---	---	---	---	---	---

Recuerde que cualquier número es válido, lo importante es que represente su opinión

Por favor, lea la pregunta, valore sus sentimientos y haga un círculo en el número de la escala que represente mejor su opción de respuesta.

		Muy mala	Regular	Normal	Bastante buena	Muy buena
1	¿Cómo calificaría su calidad de vida?	1	2	3	4	5

		Muy insatisfecho/a	Un poco insatisfecho/a	Lo normal	Bastante satisfecho/a	Muy satisfecho/a
2	¿Cómo de satisfecho/a está con su salud?	1	2	3	4	5

Las siguientes preguntas hacen referencia al grado en que ha experimentado ciertos hechos en las dos últimas semanas.

		Nada	Un poco	Lo normal	Bastante	Extremadamente
3	¿Hasta qué punto piensa que el dolor (físico) le impide hacer lo que necesita?	1	2	3	4	5
4	¿En qué grado necesita de un tratamiento médico para funcionar en su vida diaria?	1	2	3	4	5
5	¿Cuánto disfruta de la vida?	1	2	3	4	5
6	¿Hasta qué punto siente que su vida tiene sentido?	1	2	3	4	5

7	¿Cuál es su capacidad de concentración?	1	2	3	4	5
8	¿Cuánta seguridad siente en su vida diaria?	1	2	3	4	5
9	¿Cómo de saludable es el ambiente físico a su alrededor?	1	2	3	4	5

Las siguientes preguntas hacen referencia a si usted experimenta o fue capaz de hacer ciertas cosas en las dos últimas semanas, y en qué medida.

		Nada	Un poco	Lo normal	Bastante	Totalmente
10	¿Tiene energía suficiente para la vida diaria?	1	2	3	4	5
11	¿Es capaz de aceptar su apariencia física?	1	2	3	4	5
12	¿Tiene suficiente dinero para cubrir sus necesidades?	1	2	3	4	5
13	¿Dispone de la información que necesita para su vida diaria?	1	2	3	4	5
14	¿Hasta qué punto tiene oportunidad de realizar actividades de ocio?	1	2	3	4	5
15	¿Es capaz de desplazarse de un lugar a otro?	1	2	3	4	5

Las siguientes preguntas hacen referencia a si en las dos últimas semanas ha sentido satisfecho/a y cuánto, en varios aspectos de su vida

		Muy insatisfecho/a	Poco	Lo normal	Bastante satisfecho/a	Muy satisfecho/a
16	¿Cómo de satisfecho/a está con su sueño?	1	2	3	4	5

17	¿Cómo de satisfecho/a está con su habilidad para realizar sus actividades de la vida diaria?	1	2	3	4	5
18	¿Cómo de satisfecho/a está con su capacidad de trabajo?	1	2	3	4	5
19	¿Cómo de satisfecho/a está de sí mismo?	1	2	3	4	5
20	¿Cómo de satisfecho/a está con sus relaciones personales?	1	2	3	4	5
21	¿Cómo de satisfecho/a está con su vida sexual?	1	2	3	4	5
22	¿Cómo de satisfecho/a está con el apoyo que obtiene de sus amigos/as?	1	2	3	4	5
23	¿Cómo de satisfecho/a está de las condiciones del lugar donde vive?	1	2	3	4	5
24	¿Cómo de satisfecho/a está con el acceso que tiene a los servicios sanitarios?	1	2	3	4	5
25	¿Cómo de satisfecho/a está con los servicios de transporte de su zona?	1	2	3	4	5

La siguiente pregunta hace referencia a la frecuencia con que usted ha sentido o experimentado ciertos sentimientos en las dos últimas semanas.

		Nunca	Raramente	Moderadamente	Frecuentemente	Siempre
26	¿Con qué frecuencia tiene sentimientos negativos, tales como tristeza, desesperanza,	1	2	3	4	5

ansiedad, o depresión?						
---------------------------	--	--	--	--	--	--

Anexo 3: Instrumento de recolección de datos

Cuestionario de estrés laboral OIT – OMS

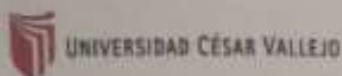
CUESTIONARIO DE ESTRÉS LABORAL								
INFORMACIÓN PERSONAL								
Cargo:				Sucursal:				
INSTRUCCIONES								
<p>El presente cuestionario sirve para medir el nivel de ESTRÉS LABORAL. Consta de veinticinco ítems relacionados con los estresores laborales. Para cada pregunta, Marque con una ``X`` para indicar con qué frecuencia la condición descrita es una fuente actual de estrés.</p>								
Nº	Preguntas	Frecuencia						
		Nunca	Raras veces	Ocasionalmente	Algunas veces	Frecuentemente	Generalmente	Siempre
		1	2	3	4	5	6	7
1	La gente no comprende la misión y metas de la organización.							
2	La forma de rendir informes entre superior y subordinado me hace sentir presionado.							
3	No estoy en condiciones de controlar las actividades de mi área de trabajo.							
4	El equipo disponible para llevar a cabo el trabajo a tiempo es limitado.							

5	Mi supervisor no da la cara por mí ante los jefes.							
6	Mi supervisor no me respeta.							
7	No soy parte de un grupo de trabajo de colaboración estrecha.							
8	Mi equipo no respalda mis metas profesionales.							
9	Mi equipo no disfruta de estatus o prestigio dentro de la organización.							
10	La estrategia de la organización no es bien comprendida.							
11	Las políticas generales iniciadas por la gerencia impiden el buen desempeño.							
12	Una persona a mi nivel tiene poco control sobre el trabajo.							
13	Mi supervisor no se preocupa de mi bienestar personal.							
14	No se dispone de conocimiento técnico para seguir siendo competitivo.							
15	No se tiene derecho a un espacio privado de trabajo.							
16	La estructura formal tiene demasiado papeleo.							
17	Mi supervisor no tiene confianza en el desempeño de mi trabajo.							
18	Mi equipo se encuentra desorganizado.							

19	Mi equipo no me brinda protección en relación con injustas demandas de trabajo que me hacen los jefes.							
20	La organización carece de dirección y objetivo.							
21	Mi equipo me presiona demasiado.							
22	Me siento incómodo al trabajar con miembros de otras unidades de trabajo.							
23	Mi equipo no me brinda ayuda técnica cuando es necesario.							
24	La cadena de mando no se respeta.							
25	No se cuenta con la tecnología para hacer un trabajo de importancia.							

Gracias por su ayuda.

Anexo 4: Consentimiento informado



Los Olivos, 19 abril de 2023

CARTA N° 013-2023-EP/ ENF.UCV-LIMA

Lic. Sánchez Chávez, Mariela
Directora Institución Educativa 2069 Santa Rosa

Presente. -

**Asunto: Solicito autorizar la ejecución del
Proyecto de Investigación de Enfermería**

De mi mayor consideración:

Es muy grato dirigirme a usted para saludarlo muy cordialmente en nombre de la Universidad Cesar Vallejo y en el mío propio desearle la continuidad y éxitos en la gestión que viene desempeñando.

A su vez la presente tiene como objetivo solicitar su autorización a fin de que las estudiantes **Gonzales Zanelli, Ximena, Inoñan Rosas, Sofia Elena**, del X ciclo de estudios de la Escuela Académica Profesional de Enfermería, quienes tienen aprobación del Comité de ética Institucional y aprobación por un jurado evaluador puedan ejecutar su investigación titulada: **"Calidad de vida y estrés laboral en los educadores de la Institución Educativa 2069 Santa Rosa, Puente Piedra, 2023"**, institución que pertenece a su digna gestión; por lo que solicito su autorización a fin de que se le brinden las facilidades correspondientes.

Sin otro particular me despido de Usted no sin antes expresar los sentimientos de mi especial consideración personal.

Atentamente,



Mariela Sánchez Chávez
MARIELA SANCHEZ CHAVEZ
DIRECTORA

*Autorizo a los autores
a realizar la investigación*



Lucy Tani Becerra Medina

Mgtr. Lucy Tani Becerra Medina
Coordinadora del Área de Investigación
Escuela Profesional de Enfermería
Universidad César Vallejo – Filial Lima

Anexo 6: Alfa de Cronbach de calidad de vida

ENCUESTADO	ITEMS																										SUMA
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	
E1	2	2	2	2	3	2	4	2	2	2	2	2	3	2	4	3	2	2	3	3	3	3	4	2	3	2	66
E2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	4	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	65
E3	3	3	4	2	3	3	2	4	1	3	1	2	2	1	3	2	2	3	3	2	2	2	4	3	2	3	65
E4	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	4	3	2	4	2	2	4	67
E5	3	1	4	4	2	2	3	3	2	1	1	3	2	1	3	1	2	3	2	2	1	1	2	3	2	4	58
E6	1	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	3	1	2	3	1	3	1	3	2	3	2	2	1	3	53
E7	2	3	3	3	3	3	5	3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	5	5	3	4	4	4	4	4	1	87
VARIANZA	0.408	0.694	0.694	0.694	0.245	0.245	0.980	0.531	0.122	0.694	0.571	0.245	0.245	0.694	0.694	0.531	0.776	0.980	1.388	0.408	0.816	0.816	0.857	0.694	0.816	0.980	
SUMATORIA DE VARIANZAS	16.016																										
VARIANZA DE LA SUMA DE LOS	96.694																										

c: Coeficiente de confiabilidad del cuestionario: 0.8591004
 k: Número de ítems del instrumento: 26
 E: Sumatoria de las variables de los ítems: 16.016
 S: Varianza total del instrumento: 96.694

RANGO	CONFIABILIDAD
0.53 a menos	Confiabilidad nula
0.54 a 0.59	Confiabilidad baja
0.60 a 0.65	Confiable
0.66 a 0.71	Muy confiable
0.72 a 0.99	Excelente Confiabilidad
1	Confiabilidad perfecta

Anexo 7: Alfa de Cronbach de estrés laboral

ENCUESTADOS	ITEMS																									SUMA													
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25														
E1	5	6	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	82													
E2	3	3	3	3	3	2	2	2	1	1	2	1	3	1	2	2	3	1	2	2	1	1	2	1	2	49													
E3	3	3	3	2	4	4	4	3	3	4	4	3	5	3	4	4	3	5	5	4	4	4	4	5	2	84													
E4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	5	3	4	3	4	4	4	2	3	4	88													
E5	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	2	4	3	3	4	2	4	3	3	3	3	3	4	2	82													
E6	5	3	4	3	4	3	2	3	3	4	3	4	4	3	2	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	85													
E7	3	3	4	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	74													
VARIANZA	0.816	1.108	0.704	0.690	0.245	0.694	1.061	0.986	1.061	0.694	0.986	0.468	1.847	0.172	0.776	0.408	1.347	1.102	0.657	1.265	1.205	0.490	0.818	1.102	0.104														
SUMATORIA DE VARIANZAS	20.327																																						
VARIANZA DE LA SUMA DE LOS ITEMS	216.204																																						
a: Coeficiente de confiabilidad del cuestionario: 0.94373381 k: Número de ítems del instrumento: 25 E: Sumatoria de las variables de los ítems: 20.327 S: Varianza total del instrumento: 216.204																																							
<table border="1"> <thead> <tr> <th>RANGO</th> <th>CONFIABILIDAD</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>0.53 o menos</td> <td>Confiabilidad baja</td> </tr> <tr> <td>0.54 a 0.69</td> <td>Confiabilidad baja</td> </tr> <tr> <td>0.70 a 0.89</td> <td>Confiable</td> </tr> <tr> <td>0.90 a 0.97</td> <td>Muy confiable</td> </tr> <tr> <td>0.72 a 0.99</td> <td>Excelente Confiabilidad</td> </tr> <tr> <td>1</td> <td>Confiabilidad perfecta</td> </tr> </tbody> </table>																										RANGO	CONFIABILIDAD	0.53 o menos	Confiabilidad baja	0.54 a 0.69	Confiabilidad baja	0.70 a 0.89	Confiable	0.90 a 0.97	Muy confiable	0.72 a 0.99	Excelente Confiabilidad	1	Confiabilidad perfecta
RANGO	CONFIABILIDAD																																						
0.53 o menos	Confiabilidad baja																																						
0.54 a 0.69	Confiabilidad baja																																						
0.70 a 0.89	Confiable																																						
0.90 a 0.97	Muy confiable																																						
0.72 a 0.99	Excelente Confiabilidad																																						
1	Confiabilidad perfecta																																						



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, RUIZ RUIZ MARIA TERESA, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "Calidad de vida y estrés laboral en los educadores de la Institución Educativa 2069 Santa Rosa, Puente Piedra, 2023", cuyos autores son INOÑAN ROSAS SOFIA ELENA, GONZALES ZANELLI XIMENA ALEXANDRA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 16.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 08 de Julio del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
RUIZ RUIZ MARIA TERESA DNI: 07254515 ORCID: 0000-0003-1085-2779	Firmado electrónicamente por: MTRUIZR el 19-07- 2023 14:25:01

Código documento Trilce: TRI - 0579559