

CALIDAD DE VIDA, ESTRÉS Y ANSIEDAD EN DOCENTES DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA VENEZOLANA.

QUALITY OF LIFE, STRESS AND ANXIETY IN PROFESSOR AT A VENEZUELAN PUBLIC UNIVERSITY.

Mariana López Bordonés¹, Luis Aparicio Bordonés¹.

ABSTRACT

University professors in Venezuela are experiencing the worst socioeconomic crisis of all time, affecting their quality of life. A non-experimental, correlational, cross-sectional field study was conducted to determine the relationship between quality of life, stress, and anxiety among professors at a School of Health at a Venezuelan public university. A non-probabilistic, purposive sample of 62 professors was selected. Following informed consent, the following instruments were administered: the Quality of Life Scale (WHOQOL-BREF); the Perceived Scale and the Anxiety Disorder Inventory. The results showed that most professors were between normal to fairly satisfied with their quality of life in a frequency of 37% for each line, with a mean score of $63,11 \pm 15,89$ points. However, 42% of these professors presented high levels of stress and in terms of anxiety, professors showed normal levels, with an inverse correlation between Quality of Life, stress and anxiety (- 0.82 and -0.79 respectively), while stress and anxiety were positively correlated (0.74). It is concluded that most teachers are normal to fairly satisfied with their quality of life, 42% present high levels of stress with a predominance of sleep and cognitive symptoms, although more than 80% showed normal to low levels of anxiety.

KEYWORDS: stress, anxiety, quality of life, university professors.

RESUMEN

Los profesores universitarios en Venezuela atraviesan la peor crisis socioeconómica de todos los tiempos, afectando su calidad de vida; con el objetivo de relacionar los niveles de calidad de vida, estrés y ansiedad en los docentes de una Escuela de Salud de una Universidad pública venezolana, se realizó una investigación de tipo no experimental, correlacional y de corte transversal, con un diseño de campo. Fue seleccionada una muestra no probabilística e intencional de 62 docentes a quienes, previo consentimiento informado, se le aplicó los siguientes instrumentos: la Escala de Calidad de Vida (WHOQOL-BREF); la Escala de Estrés Percibido y el Inventario de Trastorno de Ansiedad. Los resultados reportaron que la mayoría de los docentes se encuentran entre normal a bastante satisfechos con su calidad de vida en un 37% de frecuencia para cada renglón, con valor promedio de puntuación de $63,11 \pm 15,89$ puntos; no obstante, 42% de estos docentes presentaron niveles de estrés elevado y en cuanto a la ansiedad, los docentes mostraron niveles normales con una correlación inversa entre la Calidad de Vida, el estrés y la ansiedad (- 0,82 y -0,79 respectivamente), mientras que el estrés y la ansiedad se correlacionaron positivamente (0,74). Se concluye que la mayoría de los docentes se encuentran de normal a bastante satisfechos con su calidad de vida, 42% presenta niveles de estrés elevados con predominio de síntomas del sueño y cognitivos, a pesar de que más de 80% mostró niveles de ansiedad normal a bajo.

PALABRAS CLAVE: estrés, ansiedad, calidad de vida, docentes universitarios.

Recibido: 25 de febrero de 2025

Aceptado: 25 de marzo de 2025

¹Departamento de Salud Mental, Escuela de Salud Pública y Desarrollo Social. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad de Carabobo. Valencia, Venezuela.

Mariana López B. ORCID: 0009-0009-8691-6784
Luis Aparicio B. ORCID: 0009-0006-7333-7829

INTRODUCCIÓN

El estudio sobre la Calidad de vida, estrés y ansiedad, lleva inevitablemente a plantearnos la interrogante: ¿cual de estos tres elementos es el desencadenante? La respuesta podría variar según la perspectiva del investigador y la interpretación de la interacción de las variables mencionadas. Desde el punto de vista conceptual resulta complicado ubicar una u otra en el primer lugar; sin embargo, es de suponer que ocurre una cadena de sucesos que las posicionan.

La calidad de vida (CV) es un constructo social que surge como respuesta a los criterios economicistas y cuantitativistas del estado de bienestar, por ello la Organización Mundial de la Salud (OMS)¹, en el año 1995, la definió: es la forma como un individuo percibe el lugar que ocupa en el entorno cultural y en el sistema de valores en que vive, así como en relación con sus objetivos, expectativas, criterios y preocupaciones. Fernández *et al.*² la definen como aquellas condiciones que contribuyen a hacer valiosa y agradable la vida o al grado de felicidad y satisfacción disfrutado por un individuo, principalmente en lo relacionado con la salud y sus dominios.

Bajo esta conceptualización, la CV estará afectada por diversos factores propios del individuo y su entorno, como: la situación económica y política del país, su trabajo, desempeño profesional, núcleo familiar, entre otros; los cuales la afectaran de forma positiva o negativa. De allí que, si las condiciones que rodean el entorno del individuo no son del todo favorables, se transforman en estresores.

La OMS³ ha clasificado el estrés como la epidemia del siglo XXI. En condiciones normales (Eustrés o positivo/bueno), es la reacción fisiológica adecuada del organismo; es una respuesta natural y necesaria de supervivencia adaptativa, para el desarrollo y las demandas del día a día. Sin embargo, cuando los niveles de estrés (Distrés o negativo/malo) sobrepasan las posibilidades de control, comenzarán las manifestaciones a nivel psicológico y fisiológico, desencadenando desequilibrio hormonal y bioquímico que culminan con la presencia de patologías por estrés^{4,5}.

El estrés es el resultado de una relación entre el sujeto y el entorno, y la forma como cada individuo interpreta y evalúa la situación, de acuerdo a los factores y recursos internos individuales de orden cognitivo; es decir, una valoración e interpretación subjetiva de cada quien⁶. Son muchos los ámbitos donde el estrés puede ocupar un papel central, como en: lo personal, la familia, la pareja, lo laboral, económico y social. El estrés siempre

vendrá precedido de un estímulo, de una situación, agentes, circunstancia, situaciones, factores, entre otras; de los cuales el sujeto hará una valoración, considerándolo como amenazantes, agresivos o perturbadores.

Por su parte, la ansiedad es una emoción o un mecanismo de defensa fisiológica ante una amenaza, descrita como la más común y universal de las emociones, una condición humana desarrollada evolutivamente que brinda ventajas sobre las otras especies⁷; es una emoción que viene a cumplir un rol adaptativo para hacer frente a las diferentes demandas del ser humano⁸.

Cuando la ansiedad se presenta en un estado normal, constituye una señal de alerta y protección; sin embargo, cuando surge irracionalmente, ya sea porque el estímulo no está disponible, la intensidad es excesiva con relación al estímulo neutro, la recurrencia es infundada o la duración es desmedidamente prolongada, se transforma en patológica, pudiendo causar sufrimiento y en casos extremos invalidar socialmente a la persona^{8,9}.

Como puede observarse, la ansiedad patológica es una respuesta emocional exagerada y desproporcionada en relación con el valor objetivo de amenaza que posee la situación. Además de una cognición disfuncional que atribuye una valoración errónea de peligro, activa esquemas inadaptativos que sesgan el procedimiento de la información, a través de contenidos proposicionales relacionados con amenazas físicas o psíquicas y sentimientos de vulnerabilidad, interfiriendo directamente con el manejo efectivo y adaptativo de circunstancias aversivas o difíciles e incluso deteriora el funcionamiento cotidiano, social o laboral entre otras áreas¹⁰.

Los términos de estrés y ansiedad suelen confundirse, y en muchas ocasiones se utilizan como sinónimos, por la similitud de los síntomas o las respuestas fisiológicas, emocionales y conductuales que son parecidas; sin embargo, en el estrés existe la presencia real de un factor o una situación estresante, mientras que la ansiedad continúa manifestandose a pesar, de haber pasado el estímulo estresor; la ansiedad se caracteriza por esas respuestas emocionales de aprehensión, inquietud, preocupaciones, desasosiego que se sigue produciendo en ausencia de un estímulo claro⁴.

En los últimos años, tanto el estrés como la ansiedad han ido aumentando; son estados en los

cuales se pueden considerar como detonantes importantes: la situación personal, económica, política, social e incluso cultural, afectando la calidad de vida y la salud física y emocional del individuo¹¹. El estrés tanto físico como psicológico esta precedido de muchos factores que pueden generar un círculo vicioso, ya que el estado de estrés no gestionado, puede aumentar la ansiedad, y todo proceso de ansiedad generará, sin lugar a dudas, estrés¹², activando un complejo repertorio de respuestas en los sistemas simpático, hipotálamo e hipófisis suprarrenal, para recobrar la homeostasis; sin embargo, cuando estas respuestas son inadecuadas, excesivas y prolongadas repercutirán en forma adversa sobre la salud¹³. Desde esta perspectiva teórica, los estresores pueden generar condiciones de ansiedad en el individuo alterando su calidad de vida.

En Venezuela, existen estresores generales, comunes a todos sus habitantes y, específicamente, estresores particulares relacionados con las profesiones. Es el caso de los docentes universitarios en el país quienes atraviesan en estos tiempos, segunda década del siglo XXI, por la peor situación socioeconómica jamás vivida. En un informe de aula abierta sobre las violaciones de los derechos laborales de los profesores universitarios en Venezuela (2022-2023)¹⁴, se menciona la condición de salarios infravalorados para este grupo de profesionales, que estan posicionados en el último lugar según el ranking para sueldos mínimo de Latinoamérica. Del mismo modo, Lázaro y Ortega¹⁵ señalan, que los factores más estresantes de la situación país radican en la vulnerabilidad social, las dificultades para la alimentación, las carencias del sistema de salud pública y dificultades para acceder a las medicinas, generando sentimientos que pudieran desencadenar estrés y ansiedad, nerviosismo, tensión, frustración y otra gama de malestar emocional.

En investigaciones recientes realizadas sobre el tema, es importante mencionar a Supe Landa¹⁶, quien determinó, la relación entre ansiedad y CV en universitarios de Ambato-Ecuador con una muestra de 264 estudiantes, a quienes se les aplicó la escala de ansiedad de Hamilton y la escala de calidad de vida WHOQOL-BREF, y reportó con 99% de confianza, una correlación inversa leve entre ansiedad y calidad de vida; igualmente encontró que prevalecía una sintomatología de ansiedad leve. En cuanto a la calidad de vida, 79,2% de la muestra presentó un nivel medio sin diferencias estadísticamente significativas entre las puntuaciones medias del sector, lo cual le permitió concluir que, cuanto mayor sean los niveles de ansiedad, la calidad de vida de los estudiantes será menor.

Asimismo, Heredia y Cabezas *et al.*¹⁷, analizaron, a partir de COVID-19, los niveles de depresión, ansiedad y estrés en 139 estudiantes y docentes del programa de maestría en Prevención de Riesgos Laborales, a quienes les aplicaron la encuesta DASS²¹ para medir las escalas de ansiedad, estrés y depresión; demostrando que el Síndrome de Trastorno Mental en sus tres escalas, resultó de leve a moderado, con algunos casos severos y afrontamiento bajo de las personas, ante la presencia de COVID-19. Estos investigadores concluyeron que, a menor capacidad de afrontamiento mayor nivel de estrés, ansiedad y depresión en estudiantes y docentes.

Borine, *et al.*¹⁸, con el objetivo de determinar la relación entre calidad de vida y estrés en académicos del sector salud de una universidad privada del interior de Rondônia, Brasil, realizaron un estudio donde participaron 208 estudiantes entre 17 y 55 años, a quienes se les aplicó la escala WHOQOL-BREF para evaluar la calidad de vida y el Inventario de Síntomas de Estrés para Adultos; concluyendo que los académicos con un mayor nivel de calidad de vida tienen tasas más bajas de estrés. Los estudiantes de Medicina Veterinaria presentaron mayor índice de calidad de vida, mientras que los estudiantes de Fisioterapia reportaron el nivel más alto de estrés.

Las investigaciones mencionadas y la realidad percibida en Venezuela son aspectos que avalan la necesidad de documentar de forma científica las condiciones de CV, estrés y ansiedad que presentan los docentes universitarios. Por lo antes expuesto, nos planteamos como objetivo de este estudio, relacionar la calidad de vida con los niveles de estrés y ansiedad en docentes de una Escuela de Salud de una Universidad pública venezolana.

MATERIALES Y MÉTODO

Se desarrolló una investigación cuantitativa, no experimental, de tipo correlacional con un diseño de campo. La población estuvo conformada por 154 docentes que conforman la planta profesoral de una Escuela de Salud en una universidad pública venezolana, de los cuales fue seleccionada una muestra no probabilística de tipo intencional, basada en la aceptación del docente a participar, mediante la firma del consentimiento informado. Dicha muestra quedó integrada por 62 docentes (40,3%), a quienes les fueron enviados, en línea, los instrumentos de recolección de datos, para completar la información requerida.

Inicialmente se les remitió un cuestionario a través de la plataforma de Google form, para la recolección de

datos socio demográficos; luego recibieron los siguientes instrumentos: a) La Escala de Calidad de Vida (WHOQOL-BREF) de Murgieri¹⁹, para la determinación de la CV, la cual consta de 26 ítems, con una escala tipo Likert con opciones de respuestas que van desde un punto (nada) hasta 5 puntos (actualmente) con validación en español. Dicha escala está constituida por un perfil de 4 dimensiones: salud física, salud psicológica, relaciones sociales y ambiente. Si bien es cierto, que este instrumento puntúa cada situación o dominio de forma independiente; es decir, mientras mayor sea la puntuación en cada dominio mejor es el perfil de la CV de la persona evaluada; se debe recodificar de forma inversa parte de las puntuaciones, ya que no todos los ítems se puntúan de forma directa.

b) La Escala de Estrés Percibido (PSS) de Remor y Carrobbles²⁰, versión española, instrumento de auto-informe que evalúa el nivel de estrés percibido durante el último mes y consta de 14 ítems, con un formato de respuesta de una escala de cinco puntos (0=nada, 1=casi Nunca, 2=de vez en cuando, 3= a menudo, 4= muy a menudo). La puntuación total de PSS se obtiene invirtiendo las puntuaciones de los ítems (4,5,6,7,9,10 y 13) en el sentido siguiente: 0=4, 1=3, 2=2, 3=1, y 4=0; la puntuación directa obtenida indica que a mayor puntuación corresponde mayor nivel de estrés percibido.

c) El Inventario de Trastorno de Ansiedad (GADI), versión en español de Blanco *et al.*²¹ para conocer el nivel de ansiedad. Este instrumento es un cuestionario con una escala tipo Likert que consta de 15 ítems los cuales se agrupan en 3 dimensiones: síntomas cognitivos que hace referencia a preocupaciones, ansiedad e irritabilidad; síntomas relacionados con trastorno del sueño, referidos a la dificultad para conciliar el sueño y, síntomas somáticos que describen la ansiedad en términos de síntomas corporales o físicos. Para las respuestas, el encuestado elige entre 5 opciones, que se puntualizan como: nunca (0), casi nunca (1), a veces (2), casi siempre (3), siempre (4); de tal manera que, mientras mayor sea el puntaje en cada dimensión o factor, mayor será la ansiedad.

Se trata de tres instrumentos ampliamente aplicados y validados, mediante Alfa de Crombach, con puntajes de confiabilidad de: 0.91 para la Escala de Calidad de Vida (WHOQOL-BREF), 0.85 para la escala de Estrés Percibido (PSS) y para el Inventario de Trastorno de Ansiedad, 0.86 para la subescala de síntomas cognitivos, 0.91 para la subescala de síntomas somáticos y 0,71 para la subescala que evalúa los trastornos del sueño.

Con los resultados se construyó una base de datos mediante el paquete estadístico SPSS versión 21, y fueron analizados haciendo uso de la estadística descriptiva para su presentación en tablas y gráficos o figuras. Para la relación entre variables se aplicó la Correlación de Pearson con nivel de confiabilidad del 95% ($p=0,05$).

RESULTADOS

Los resultados de la muestra de 62 docentes participantes reportaron una edad promedio de 49,87 años y una media de tiempo de servicio de 9,48 años dentro de la universidad; 43,5% de estado civil casado, 51,6% con escalafón de instructor y 35,5% a dedicación de medio tiempo. En cuanto a su estatus laboral, 59,7% informaron su condición de ordinario, 43,5% con trabajo en otra empresa y 41,9% con su economía familiar dependiendo solo de sus ingresos y 41,9% profesores comparten gastos con su pareja. En relación al medio de transporte 48,4% indicaron poseer vehículo propio (tabla 1).

De acuerdo a la Escala de Calidad de Vida (WHOQOL-BREF) los resultados arrojaron en el renglón salud física, que 47% de los docentes están extremadamente satisfechos, 39% se consideran bastante satisfechos en su salud psicológica, la mitad de los docentes se sienten bastante satisfechos en sus relaciones sociales y 52% estan normalmente satisfechos con su medio ambiente (tabla 2).

Esta Escala de Calidad de Vida (WHOQOL-BREF), tambien reportó que la mayoría de los docentes se encontraban en estado normal a bastante satisfechos con su CV, con 37% de frecuencia para cada renglón (figura 1). El valor promedio de puntuación obtenido fue de $63,11 \pm 15,89$ puntos.

La determinación del nivel de estrés, según la PSS, reportó que 42% de los docentes presentaban niveles de estrés elevado (tabla 3), con un valor promedio de $22,47 \pm 9,75$ y valores mínimo y máximo de 5 y 50 respectivamente.

En cuanto a los niveles de ansiedad, los resultados reportaron para las dimensiones cognitiva y del sueño, que 42% y 32% respectivamente de los docentes mostraron niveles normales, mientras que en los síntomas somáticos 66% se ubicó en un nivel bajo (tabla 4).

En general, 45% de los docentes presentaron un nivel de ansiedad bajo, y solo 13% mostró niveles

Tabla 1. Características sociodemográficas de docentes de una universidad pública venezolana.

Características sociodemográficas	Media	Desviación Estandar	IC ^{95%}
Edad (años)	49,87	10,00	47,3 – 52,41
Tiempo de servicio 8(años)	9,48	8,2	7,40 – 11,57
	N	%	
Estado civil			
Soltero	21	33,9	22,57–47,43
Casado	27	43,5	30,85 – 56,24
Unión libre	6	9,7	2,11 – 17,25
Divorciado	6	9,7	2,11 – 17,25
Viudo	2	3,2	1,30 – 7,75
Escalafón			
Auxiliar docente	2	3,23	1,30 – 7,75
Instructor	32	51,6	38,82 – 64,41
Asistente	7	11,29	3,19 – 19,39
Agregado	9	14,52	5,50 – 23,53
Asociado	4	6,45	0,16 – 12,74
Titular	8	12,9	4,32 – 21,49
Tiempo Dedicación			
Tiempo convencional	15	24,2	13,23 – 35,16
Medio tiempo	22	35,48	23,23 – 47,73
Tiempo completo	11	17,74	7,96 – 27,52
Dedicación exclusiva	14	22,6	11,88 – 32,29
Estatus			
Contratado	25	40,3	27,76 – 52,88
Ordinario	37	59,7	47,12 – 72,24
Fuente de ingreso			
Solo actv universitaria	11	17,7	7,96 – 27,52
Trabaja en otra empresa	21	43,5	22,57–47,43
Trabaja independiente	24	38,7	26,50 52,35
Distribución de finanzas			
Solo su persona	26	41,94	30,85 – 56,24
Comparte gastos con su pareja	26	41,94	30,85 – 56,24
Solo la pareja	2	3,23	1,30 – 7,75
Compartido con hijos	2	3,23	1,30 – 7,75
Otros	6	9,68	2,11 – 17,25
Medio de transporte			
Vehículo propio	30	48,39	35,59 – 61,18
Transporte público	23	37,17	24,733 - 49,46
Motos	3	4,84	0,66 – 10,33
Otros	6	9,68	2,11 – 17,25

Tabla 2. Calidad de Vida en docentes universitarios de una universidad pública venezolana según las dimensiones de la Escala WHOQOL-BREF.

Dimensiones de Calidad de Vida	Nada Satisfecho F (%)	Poco Satisfecho F (%)	Normalmente satisfecho F (%)	Bastante Satisfecho F (%)	Extremadamente Satisfecho F (%)
Salud Física	0(0%)	2(3%)	12(19%)	19(31%)	29(47%)
Salud Psicológica	0(0%)	5(8%)	20(32%)	24(39%)	13(21%)
Relaciones Sociales	1(2%)	2(3%)	6(10%)	31(50%)	22(35%)
Medio Ambiente	1(2%)	10(16%)	32(52%)	19(31%)	0(0%)

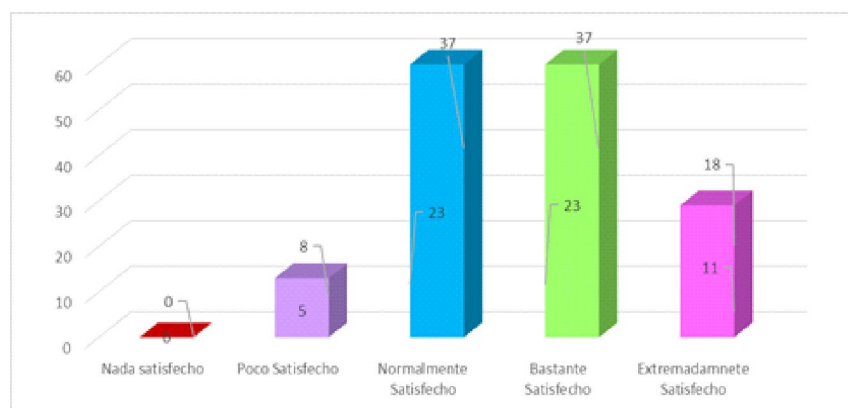


Figura 1. Escala de Calidad de Vida WHOQOL-BREF, en docentes de una universidad pública venezolana.

elevados (figura 2). El valor promedio de nivel de ansiedad fue $17,27 \pm 11,32$ puntos y valores mínimo y máximo de 0 y 50 puntos respectivamente.

La relación entre las variables fue determinada mediante la Correlación de Pearson (figura 3), obteniéndose un buen nivel de correlación inversa entre la CV con el estrés y la ansiedad (-0,827 y -0,790 respectivamente), mientras que el estrés y la ansiedad se correlacionaron positivamente (0,744).

DISCUSIÓN

La CV está influenciada por estresores que a su vez inciden en los niveles de ansiedad de las personas;

esta triada funciona en círculo, incidiendo una sobre la otra y generando trastornos patológicos en aquellas personas que poseen pocas herramientas de apoyo para su manejo. La realidad socioeconómica de Venezuela constituye el mayor estresor para sus habitantes, lo que genera ansiedad y desmejora la calidad de vida. Los docentes de las universidades públicas no están exentos a esta realidad, de allí la importancia de analizar el comportamiento de estas variables en esta muestra de estudio.

Se trata de docentes con un promedio de edad de 49 años, la mayoría con pareja (casados o en unión estable) y con 9 años promedio de servicio; es decir, que su carrera universitaria comenzó con edades

Tabla 3. Niveles de Estrés en docentes de una universidad pública venezolana según la Escala de Estrés Percibido.

Niveles de estrés	F	%	IC ^{95%}
Alta	26	42	30.85 – 56.24
Media	12	19	9.24 – 29.47
Baja	24	39	26.24 – 51.18

cercanas a los cuarenta años y una vez cumplido los 25 años de servicio, su jubilación la alcanzaran en edades avanzadas. La mayoría de este grupo son docentes ordinarios, iniciando su carrera en el escalafón universitario (instructor), lo que significa que deberán transcurrir un mínimo de 10 años para lograr el mayor escalafón (Titular).

En cuanto al tiempo de dedicación a la labor universitaria, más de 50% son docentes a tiempo parcial, lo cual les facilita desarrollar otra actividad económica; como de hecho lo hacen 43% de ellos, formalmente en otra institución y 38% de manera independiente. Por otra parte, casi la mitad de estos docentes son los responsables únicos de las finanzas de su núcleo familiar, lo que ratifica la necesidad de complementar sus ingresos con otras entradas. Así mismo, 37% utiliza el transporte público para su desplazamiento. Estas condiciones a las que se encuentran sometidos los docentes universitarios, pudieran elevar sus niveles de estrés y ansiedad; por tanto, desmejorar su calidad de vida.

La evaluación de la CV, mediante la utilización del instrumento WHOQOL, permitió determinar las dimensiones: salud física y psicológica, las relaciones sociales y el medio ambiente. Los resultados reportaron que más de 80% de los docentes se consideraron bastante y extremadamente satisfechos, en cuanto a su salud física y sus relaciones sociales; igualmente; los docentes manifestaron buena satisfacción para su salud psicológica, con tendencia relativamente neutral para el medio ambiente. En general la mayoría de estos docentes se encuentran normal y bastante satisfechos con su CV, contrario a lo esperado, lo cual coincide con lo reportado por López Nolasco, *et al.*²² quienes también encontraron que su muestra estaba satisfecha con su calidad de vida en general y en sus cuatro dimensiones. De hecho, el valor promedio de la puntuación total obtenida con este instrumento, en nuestra investigación, lo ubica en niveles de satisfacción, siendo este valor inferior al publicado por Muñoz *et al.*²³, quienes reportaron 84,20 de promedio.

Tabla 4. Dimensiones de Ansiedad en docentes de una universidad pública venezolana según Inventario de Trastorno de Ansiedad.

Dimensiones de ansiedad	Muy alto	Elevado	Normal	Bajo
	f (%)	f (%)	f (%)	f (%)
Síntomas cognitivos	3 (5%)	17(27%)	26(42%)	16(26%)
Síntomas del sueño	13(21%)	18(29%)	20(32%)	11(18%)
Síntomas somáticos	1(2%)	3(5%)	17(27%)	41(66%)

Es importante mencionar que dicho instrumento omite dimensiones como el bienestar material o poder adquisitivo, el emocional, recreación, disfrute, derechos, entre otros; que sería pertinente evaluar y que probablemente afectarían el nivel de CV obtenido. En general, la medición de la CV constituye una variable cualitativa muy dinámica que presenta dificultades al momento de extrapolar a variable cuantitativa debido la subjetividad de los diferentes contextos²⁴.

Los docentes participantes en esta investigación, a pesar de manifestar su percepción de satisfacción en las dimensiones de CV evaluadas, los niveles de estrés se presentaron con doble tendencia, estando elevados para 42% y bajo para 39% de ellos, lo que pudiera estar relacionado con la capacidad de resiliencia y habilidades para el manejo del estrés en este grupo.

Estos datos son inferiores a los obtenidos por Chipia²⁵, quien reportó 74,4% de los docentes de su estudio, con niveles normales de estrés e igualmente Cabezas¹⁷, quien encontró 70% de docentes con poco o nada de estrés; también Chavil y Vasquez²⁶ quienes informaron entre sus resultados 88% de bajo estrés. Los niveles promedio obtenidos de estrés fueron 22,47 situándolo en niveles medio y un tanto superior al reportado por Jiménez *et al.*²⁷, quienes determinaron un promedio de 85,2 que representa un nivel leve en la interpretación del instrumento aplicado por ellos.

De igual forma, más de 80% de los docentes mostraron niveles de ansiedad de normal a bajos, coincidiendo con Chipia²⁵ quien reportó 76,7% de docentes con niveles normales y Vila²⁸ con 95% de ausencia de ansiedad. Igualmente, valores similares

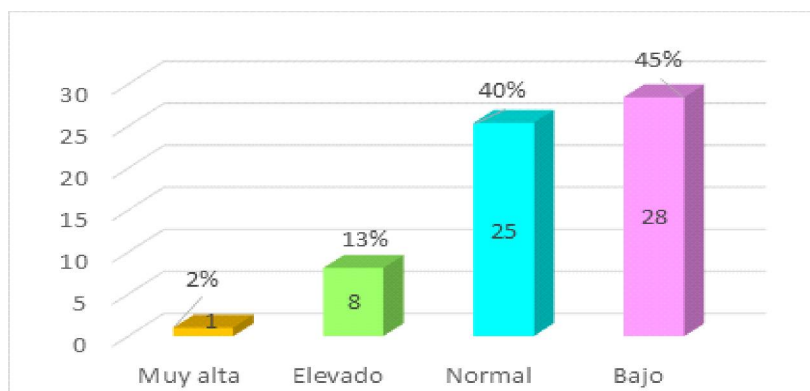


Figura 2. Niveles de Ansiedad en docentes de una universidad pública venezolana según Inventario de Trastorno de Ansiedad.

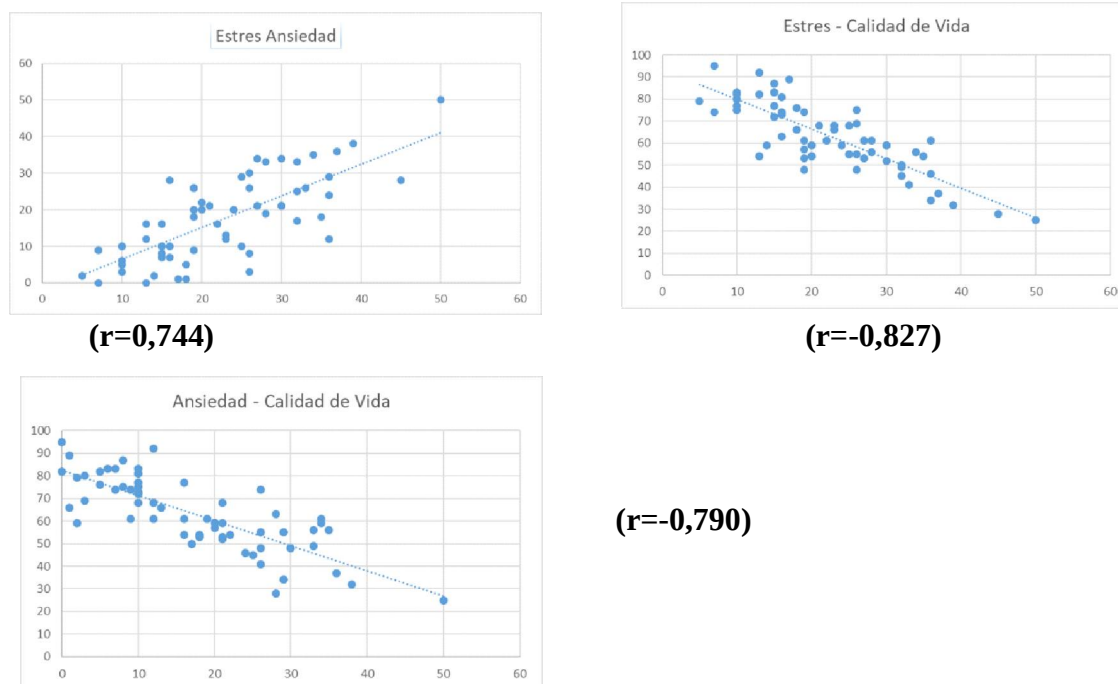


Figura 3. Correlación entre Calidad de Vida, Estrés y Ansiedad.

fueron reseñados por Corzo-Márquez²⁹ en Guatemala, cuya muestra arrojó niveles de ansiedad en frecuencia leve y sin ansiedad, en los profesores. Las dimensiones más afectadas fueron las relacionadas con el sueño y las cognitivas con muy poca manifestación de síntomas somáticos. Los trastornos del sueño son una de las primeras manifestaciones de ansiedad; sin embargo, en 50% de la muestra de docentes de nuestro estudio, se reportó esta manifestación, con tendencia hacia lo normal. Los niveles promedio de ansiedad obtenidos, fueron de 17,27, que se sitúa en el rango normal, coincidiendo con los reportes de Jiménez *et al.*²⁷.

Las investigaciones realizadas para evaluar CV, estrés y ansiedad, demuestran el efecto negativo que tienen estas dos últimas sobre la primera^{16,17,18,25}, lo cual es también corroborado en esta investigación, donde se encontró buena correlación inversa entre CV vs estrés y ansiedad, y buena correlación directa entre estrés y ansiedad.

CONCLUSIONES

Los docentes universitarios evaluados tienen una edad promedio de 49 años de edad y 9 años

promedio de antigüedad laboral, la mayoría ordinarios, con escalafón de instructor y dedicados a tiempo parcial y medio tiempo a la institución universitaria. La mayoría percibe ingresos por otras fuentes de empleo, y son los responsables de su economía familiar.

Un gran porcentaje de los docentes se sienten de normal a bastante satisfechos con su calidad de vida, 42% presenta niveles de ansiedad elevados con predominio de síntomas del sueño y cognitivos, y más de 80% mostró niveles de ansiedad normal a bajo. La CV se correlaciona inversamente con el estrés y la ansiedad, mientras que estas últimas se correlacionan positivamente.

CONFLICTOS DE INTERÉS

Los autores declaran no tener conflictos de interés.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1) Organización Mundial de la Salud (OMS). ¿Qué calidad de vida? Foro Mundial de la Salud,. 1996; 17: 385-387. Disponible en: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/55264/WHF_1996_17_n4_p385-387_spa.pdf?sequence=1
- 2) Fernández J, Fernández M, Cieza A. Los conceptos de calidad de vida, salud y bienestar analizados desde la perspectiva de la clasificación internacional del funcionamiento (CIF). Rev Esp Salud Pública. 2010; 84(2): 169-184. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/170/17012512005.pdf>
- 3) World Health Organization. WHO. International Health Regulations. 2022. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-at-work>
- 4) Regueiro A. ¿Qué es el estrés y cómo nos afecta? España: Servicio de Atención Psicológica de la Universidad de Málaga, 2020. Disponible en : <https://www.uma.es/media/files/tallerestr%C3%A9s.pdf>
- 5) Núñez de Villavicencio F. “Psicología y salud”. Editorial Ecimed, La Habana, 1999.
- 6) Lazarus R. Estrés y Emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud. Editorial Desclée de Brouwer S.A. Bilbao, España. 2000.
- 7) Beck A, Clark A. Terapia cognitiva para Trastornos de Ansiedad Editorial Desclée de Brouwer S.A. Bilbao, España. 2012.
- 8) Pérez de la Mora M. " Donde y como se produce la ansiedad y sus bases biológicas". 2023. Disponible en: https://www.revistaciencia.amc.edu.mx/images/revista/54_2/como_produce_ansiedad.pdf
- 9) Galindo O, Ramírez M, Costas R, Mendoza L, Calderillo G, Meneses A. Symptoms of anxiety and depression and self-care behaviors during the COVID-19 pandemic in the general population. Gaceta médica de México. 2021; 156(4): 294-301.
- 10) Díaz I, De la Iglesia G. Ansiedad y Delimitación conceptual. Summa Psicológica. 2018;16 (1): 42-50.
- 11) Valencia M. Análisis de la actividad cerebral con electroencefalografía durante el video juego como herramienta para el tratamiento del estrés y la ansiedad. Tesis para obtener el título de Maestra en ciencias y Tecnología Biomédicas. 2024 Instituto Nacional de Astrofísica, Óptica y Electrónica. Puebla-México. Disponible en: https://inaoe.repositorioinstitucional.mx/jspui/bitstream/1009/2528/1/VALENCIAMM_MCTB.pdf
- 12) Rodríguez V, Carreño D, Quijije P, Arias A. Estrés, Ansiedad y Desempeño Laboral en Docentes Universitarios. South Florida Journal of Debelopment, 2023; Miami. V.4 n-8.
- 13) Chrousos G, Gold P. The Conceptsof Stress and Stress System Disorders: Overview of Physical and Behavioral Homeostasis. J Am Med Assoc. 1992; 267(9):1244-52.
- 14) Aula Abierta por la Defensa de los Profesores Universitarios. Informe de Violaciones a los derechos laborales de los profesores Universitarios en Venezuela 2023-2024. Disponible en: <https://aulaabiirtavenezuela.org/wp-content/uploads/2024/02/Informe.-Situacion-de-profesores-universitarios-2023-2024-1.docx.pdf>
- 15) Lázaro A, Ortega R. Incidencia del Estrés en la dinámica familiar en el contexto Sociopolítico Venezolano Actual. Trabajo de Grado. Universidad Central de Venezuela, 2001. Disponible en: <https://saber.ucv.ve/bitstream/10872/20356/1/TEG%20L%C3%A1zaro%20Adaegleannys.pdf>
- 16) Supe Landa RV. Ansiedad y calidad de vida en estudiantes universitarios. Tesis de grado. Universidad técnica de Ambato; 2023. Disponible en: <https://repositorio.uta.edu.ec/server/api/core/bitstreams/d322942a-a039-4b95-a317-b7f90a9ef7a0/content>
- 17) Heredia EBC, Chávez RH, Ortiz PSR, y Yahuarshungo CN. Depresión, Ansiedad, estrés en estudiantes y docentes: Análisis a partir del Covid 19. Revista Venezolana de Gerencia: RVG. 2021; 26(94):603-622.
- 18) Borine RCC, Wanderley KS & Bassit, DP. Relação entre a qualidade de vida e o estresse em acadêmicos da área da saúde. Estud. Interdiscip. Psicol. 2015; 6 (1): 100-118.
- 19) Murgieri M. WHOQOL-100 Y WHOQOL-BREF. En red: Última actualización 30/03/2009. Disponible en: http://www.llave.connmed.com.ar/portalnoticias_vernoticia.php?codigonoticia=17621
- 20) Remor E, Carroble J. Versión española de la Escala de estrés percibido PSS-14: Estudio Psicométrico en una muestra VIH. Ansiedad y Estrés. 2001; 7 (2-3): 195-201.
- 21) Blanco L, Citlalli A, Blanco H, Aguirre S, Rene J, Nájera R, Jurado J. Evidencias de validez y confiabilidad del inventario de Trastorno de Ansiedad generalizada en universitarios Mexicanos. Ansiedad y Estrés. 2022; 28 (2):138-144.
- 22) López-Nolasco B, Álvarez Juárez IL, Ruíz Hernández Z, Vazquez Hernández L, Maya Sánchez A, & Cano Estrada, E A. Nivel de calidad de vida del adulto mayor del Centro Gerontológico de Tetepango Hidalgo Pre y Post intervenciones lúdicas. XIKUA Boletín Científico De La Escuela Superior De Tlahuelilpan, 2020;8(15):1-7. Disponible en <https://doi.org/10.29057/xikua.v8i15.5148>

- 23) Muñoz Alonzo H M, Linares Sinay S S, Meza Santa María K E, Morales M, & González Aguilar DW. Calidad de vida y estrés académico en estudiantes de la Universidad Pública de Guatemala. *Revista Guatemalteca de Educación Superior*. 2024; 7(2): 40–60. Disponible en: <https://doi.org/10.46954/revistages.v7i2.135>
- 24) Suárez M, Arostegui S, Remache E, Rosero C. Calidad de vida: el camino de la objetividad a la subjetividad en población general y grupos como: niños y jóvenes, personas con discapacidad y adultos mayores. *Rev med vozandes*. 2022; 33 (1): 61-68.
- 25) Chipia J. Relación entre el nivel de ansiedad, depresión y estrés con los factores asociados. Caso: profesores de la Facultad de Medicina, Universidad de Los Andes, GICOS.2024; 10(1):164-175. Disponible en: <https://epublica.saber.ula.ve/index.php/gicos/article/viewFile/21062/21921932883>
- 26) Chavil Lozano SS, y Vásquez Regalado MH. Estrés y ansiedad en docentes universitarios en la reincorporación a clases presenciales en la Universidad Nacional Autónoma de Chota, 2024. Disponible en; <http://hdl.handle.net/20.500.14142/520>
- 27) Jiménez JJ, Muñoz IF y Pérez LI. Depresión, ansiedad y estrés: Análisis de la labor docente en universidades de Quito. *Wímb lu*. 2024; 19(1):1.
- 28) Vila López YR. Nivel de ansiedad de los docentes de la escuela de odontología durante la semana de exámenes finales en la Universidad Norbert Wiener. 2021. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.13053/5029>
- 29) Corzo Márquez AR. Evaluación de las propiedades psicométricas de la Escala del Desorden Generalizado de Ansiedad (GAD-7) en el Centro Universitario de Petén de la Universidad de San Carlos de Guatemala. *Ciencias Sociales Y Humanidades*. 2024; 11(1). Disponible en: <https://doi.org/10.36829/63CSH.v11i1.1664>.