

MENDIVE



REVISTA DE EDUCACIÓN

Artículo de revisión

Perspectivas actuales sobre el estrés y su relación con el desempeño docente: una revisión sistemática

Current perspectives on stress and its relationship with teaching performance: a systematic review

Perspectivas atuais sobre estresse e sua relação com o desempenho docente: uma revisão sistemática

Ana Retamozo Ávalos¹



<https://orcid.org/0009-0006-5428-2754>

Carmen Astocondor Gonzales¹



<https://orcid.org/0000-0002-9702-9955>

Nelyda Juárez Tamayo¹



<https://orcid.org/0000-0003-4102-3498>

Magda Ramos Cevallos¹



<https://orcid.org/0000-0002-9401-2162>

¹Universidad Cesar Vallejo. Perú



aretamozo@ucvvirtual.edu.pe;
castocondor@ucvvirtual.edu.pe;
njuarez@ucvvirtual.edu.pe;
mramos@ucvvirtual.edu.pe

Recibido: 15 de septiembre, 2023

Aceptado: 14 de febrero, 2024

RESUMEN

El estrés docente, especialmente durante y después de la pandemia, ha generado múltiples preocupaciones especialmente por la aparición de varios síntomas; por lo que se debe tomar en cuenta en el proceso enseñanza-aprendizaje. El objetivo de esta investigación es analizar los estudios que aborden la relación entre el estrés y el desempeño docente, con el fin de comprender sus implicaciones en el contexto educativo. Se realizó una revisión basándose en la pregunta de investigación: ¿cómo afecta el estrés al desempeño docente y su implicación en el contexto educativo?; para este fin se siguió la guía de la metodología PRISMA, la cual permitió incluir 17 artículos originales. Estos documentos se analizaron bajo dos dimensiones: la relación del estrés y el desempeño docente y las implicaciones en la educación. Se concluye que esta revisión evidenció que la mayoría de los educadores mantienen un nivel alto de desempeño profesional, destacando la capacidad de adaptación y cumplimiento satisfactorio de sus funciones, incluso en condiciones estresantes, lo que es esencial para direccionarse hacia la calidad educativa.

Palabras clave: estrés; desempeño docente; educación; enseñanza.

ABSTRACT

Teacher stress, especially during and after the pandemic, has raised multiple concerns, particularly due to the emergence of various symptoms; hence, it must be taken into account in the teaching and learning process. The aim of this research was to analyze studies addressing the relationship between stress and teacher performance in order to understand their implications in the educational context. A review was conducted based on the research question: "How does stress affect teacher performance and its implications in the educational context?" To this end, the PRISMA methodology was followed, allowing the inclusion of 17 original articles. These documents were analyzed along two dimensions: the relationship between stress and teacher performance and the implications in education. It is concluded

that this review revealed that the majority of educators maintain a high level of professional performance, highlighting their ability to adapt and satisfactorily fulfill their roles, even in stressful conditions, which is essential for advancing educational quality.

Keywords: stress; performance; teacher; education; teaching.

RESUMO

O estresse docente, especialmente durante e após a pandemia, tem gerado múltiplas preocupações, principalmente devido ao surgimento de vários sintomas; portanto, deve ser levado em consideração no processo de ensino e aprendizado. O objetivo desta pesquisa foi analisar estudos que abordam a relação entre o estresse e o desempenho dos professores, a fim de compreender suas implicações no contexto educacional. Foi realizada uma revisão com base na pergunta de pesquisa: "Como o estresse afeta o desempenho dos professores e suas implicações no contexto educacional?" Para isso, foi seguida a metodologia PRISMA, que permitiu a inclusão de 17 artigos originais. Esses documentos foram analisados em duas dimensões: a relação entre estresse e desempenho dos professores e as implicações na educação. Conclui-se que esta revisão revelou que a maioria dos educadores mantém um alto nível de desempenho profissional, destacando sua capacidade de adaptação e cumprimento satisfatório de suas funções, mesmo em condições estressantes, o que é essencial para avançar na qualidade educacional.

Palavras-chave: estresse; desempenho; professor; educação; ensino.

El estrés se ha establecido como un verdadero desafío en el contexto laboral, por lo que requiere un análisis profundo y respuestas urgentes para mantener los niveles de desempeño y eficiencia; igualmente, es necesario asegurar el bienestar de los trabajadores debido a que puede deteriorar la salud. En este sentido, Galbán-Padrón *et al.* (2022) afirman que el estrés afecta directamente la salud mental; además, Sotelo-Hernández *et al.* (2020) mencionan que esta afectación se produce por la acumulación de presión, exigencias y diferentes problemas de tipo laboral.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoce al estrés laboral como una enfermedad (Organización Mundial de la Salud, 2019) y para la Organización Internacional del Trabajo (OIT) es la epidemia del siglo por la magnitud de su impacto en la vida de los trabajadores (Organización Internacional del Trabajo, 2016). Desde esa óptica, el estrés laboral está en aumento debido a la rápida evolución tecnológica y a las exigencias de la sociedad.

En el contexto educativo, el estrés laboral de los docentes se observa con síntomas como cansancio mental, irritabilidad, dolores musculares, angustia, entre otros; agravándose principalmente desde el inicio de la pandemia con la implementación de la educación virtual, en la que tuvieron que adaptarse a un nuevo tipo de modalidad de enseñanza. La Organización Internacional del Trabajo (2020) mencionó que la transición de la enseñanza presencial a la virtual ocasionó frustraciones y errores permanentes en el personal docente, debido a que tuvieron que abandonar sus prácticas educativas tradicionalistas, por metodologías activas en las cuales tuvieron que aprender a utilizar y aplicar herramientas tecnológicas de enseñanza (Posso Pacheco, 2022).

Sin duda, el trabajo del docente es muy complejo, demanda de actualización permanente a través de cursos de capacitación y especialización profesional mediante la obtención de títulos de posgrado y la participación de procesos de investigación (Farrell Pérez, 2023).

INTRODUCCIÓN

Adicionalmente, invierte mucho tiempo en la planificación meso y microcurricular, en procesos de evaluación y retroalimentación, como también en el cumplimiento administrativo escolar; a todo esto, Iguasnia y Saquisela (2020) agregan que el docente no es valorado ni tampoco tiene incentivos económicos, lo que agrava su condición emocional, sobre todo cuando tiene gran carga horaria, elevado número de estudiantes por aula y altas exigencias por parte de las autoridades.

Adicionalmente, la globalización ha interconectado a las instituciones educativas de todo el mundo, lo que, si bien presenta oportunidades de compartir conocimientos y aprender de otras experiencias, también puede generar tensiones adicionales para los docentes (Posso Pacheco y Posso Pacheco, 2023). La comparación constante de los resultados de aprendizaje y las prácticas docentes exitosas de otras regiones y países contribuye a una sensación de presión para alcanzar los niveles establecidos sin considerar el contexto ni las diferentes realidades (Tenesaca Simancas *et al.*, 2023).

En los últimos años, los estudios sobre el estrés docente han ganado mucha relevancia, debido a la identificación de varios factores que afectan su desempeño profesional, como: la falta de apoyo de la institución educativa (Castellanos Pierra *et al.*, 2022) para las capacitaciones y recursos educativos virtuales; el exceso de trabajo (Astorquiza-Bustos *et al.*, 2020); realizar planificaciones, evaluaciones y trabajo administrativo en casa, debido al poco tiempo destinado para estas acciones por las instituciones educativas; y la asignación excesiva de asignaturas, grados y estudiantes (Jara Ruiz *et al.*, 2023).

Desde esta óptica, la comprensión del desempeño docente se vuelve esencial, por lo que se debe definir de manera integral para considerar su relación con el estrés laboral. Gómez López & Valdés (2019) mencionan que son acciones evaluables que realiza el docente dentro del campo educativo. Por su parte, Barrientos-López *et al.* (2021) también dicen que se expresa

en el resultado de aprendizaje que obtiene después de haber aplicado un proceso de enseñanza; en esta misma idea Martínez-Ruiz & Lavín-García (2017) complementan esta definición como una "función docente, capacidad docente, perfil docente, competencias docentes, desarrollo profesional docente, práctica de enseñanza, rol docente, entre otras" (p. 2).

El desempeño docente cobra gran importancia porque va más allá de cumplir los estándares de enseñanza (Posso Pacheco *et al.*, 2021); va en pos de cumplir un perfil que pocas profesiones tienen, como el compromiso de trabajar fuera del horario establecido, el cumplimiento de metas profesionales y personales, la satisfacción y la alegría de enseñar, el favorecer a una buena convivencia educativa, el valorar y estimular permanentemente los logros de los estudiantes y compañeros. Estas acciones están vinculadas con la calidad del desempeño y con el éxito del proceso educativo.

Con base en lo expuesto, es importante entender cómo las presiones y tensiones del entorno educativo pueden influir en la capacidad del docente para garantizar un entorno propicio para el desempeño de calidad y un aprendizaje enriquecedor; por lo tanto, se fundamenta el objetivo de esta investigación, el cual fue: analizar los estudios que aborden la relación entre el estrés y el desempeño docente, con el fin de comprender sus implicaciones en el contexto educativo.

Esta investigación se fundamentó en una revisión sistemática, con el objetivo de analizar los estudios que aborden la relación entre el estrés y el desempeño docente, basándose en la pregunta de investigación: ¿cómo afecta el estrés al desempeño docente y su implicación en el contexto educativo? Para este fin se siguió la guía de la metodología PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses), adaptada por Okoli y Schabram (2010), lo que permitió sistematizar todos los hallazgos.

La búsqueda bibliográfica se realizó durante el mes de julio de 2023, localizando publicaciones de los últimos ocho años. Esta decisión se tomó para garantizar la actualidad de los estudios y por la transformación significativa que ha sufrido la educación con la pandemia por COVID-19, primero bajo la modalidad virtual y después con el regreso a la presencialidad; lo que ocasionó en los docentes la rápida adopción del uso y aplicación de tecnologías en el proceso enseñanza-aprendizaje.

En la búsqueda se utilizaron las bases de datos Google Scholar y Dialnet, a través de las siguientes palabras clave: estrés y desempeño docente; impacto del estrés en la enseñanza; calidad educativa y estrés; factores del estrés en la enseñanza y efectos del estrés en los docentes, identificando inicialmente 79.725 documentos que se describen en la tabla 1.

Tabla 1- Hallazgos de la búsqueda utilizando las bases de datos mediante palabras clave

| Base de Datos | Palabras clave | Hallazgos |
|----------------|-------------------------------------|-----------|
| Google Scholar | Estrés y desempeño docente | 15900 |
| | Calidad educativa y estrés | 15300 |
| | Factores del estrés en la enseñanza | 16200 |
| | Efectos del estrés en los docentes | 15500 |
| Dialnet | Estrés y desempeño docente | 123 |
| | Calidad educativa y estrés | 269 |
| | Factores del estrés en la enseñanza | 227 |
| | Efectos del estrés en los docentes | 206 |
| Total | | 79725 |

Fuente: elaboración propia

Seguidamente, a estos documentos se les aplicó los siguientes criterios de inclusión: relación directa con los objetivos de la investigación; artículos originales; visibilizados en texto completo; publicados en español e inglés. Se excluyeron tesis de pregrado y postgrado, libros digitales, artículos de revisión y ensayos.

Como resultado de este proceso se obtuvieron 123 artículos, los cuales, después de ser revisados por la metodología PRISMA, incluyó 17 documentos, que permitieron el análisis de la relación entre el estrés y el desempeño docente. Además, para garantizar la validez de la información, se dispuso que dos investigadores de forma simultánea realizaran este proceso de selección, destinando un tercer investigador para resolver posibles discrepancias. En la figura 1 se presentan los pasos seguidos de acuerdo con la metodología señalada.

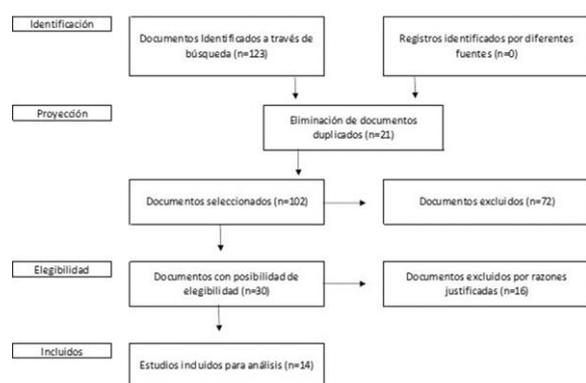


Fig. 1- Algoritmo metodología PRISMA

Fuente: adoptado de Okoli y Schabram (2010)

DESARROLLO

Una vez realizado el análisis de los 14 documentos incluidos se procedió a realizar el análisis de la relación entre el estrés y el desempeño docente. En la tabla 2 se muestran los resultados obtenidos de la pregunta de investigación: ¿cómo afecta el estrés al desempeño docente y su implicación en el contexto educativo?

Tabla 2- Hallazgos: relación del estrés y el desempeño docente, implicaciones en la educación

| No | Autor y año | Relación del estrés y el desempeño docente | Implicaciones en el contexto educativo |
|----|-------------------------------------|--|---|
| 1 | (Acosta <i>et al.</i> , 2019) | El 45 % de los docentes tienen niveles de estrés alto y muy alto, el 40 % tiene niveles muy bajo y bajo y el 15 % estrés medio. Todos los docentes superan evaluaciones con niveles de desempeño en la escala 89/100. Estos datos determinan que el estrés no se relaciona con el desempeño docente. | El estrés no está afectando negativamente el desempeño docente. Sin embargo, el bienestar emocional y la salud mental de los docentes es importante para garantizar un entorno de trabajo saludable y sostenible a largo plazo. La institución educativa debe realizar procesos de prevención de riesgo sobre el bienestar laboral (fisiológica, cognitivas, afectivas, sociales y emocionales), debido a que puede generar aumento de ausentismo por permisos por atención y reposo médico y esto afectará a la rotación docente para cubrir reemplazos. |
| 2 | (Robles-Ojeda <i>et al.</i> , 2023) | De la muestra, el 30 % de docentes presenta al menos un grado de estrés por sus actividades profesionales durante la pandemia; por el contrario, un 40 % de los docentes muestra un desacuerdo con usar tecnologías en sus clases. | El estrés afecta negativamente el desempeño y bienestar en las clases virtuales; el no estar de acuerdo con el uso de tecnologías en la enseñanza afecta la enseñanza en línea o híbrida en un entorno educativo que depende de la tecnología. La institución educativa debe abordar estos problemas mediante el apoyo a los docentes y la promoción de la |

| | | | |
|---|------------------------------------|--|---|
| | | | adopción efectiva de la tecnología. |
| 3 | (Jara Ruiz <i>et al.</i> , 2023) | El estudio refleja que el 19 % de los docentes tiene un alto y mediano agotamiento emocional, el 35 % tienen un grado alto de despersionalización y el 19 % tiene baja realización personal. Estos datos indican la prevalencia del estrés en cada dimensión entre los docentes encuestados. En cambio, en el proceso de evaluación integral los docentes presentaron un 90 % de buen desempeño profesional. | A pesar de la presencia de estrés en los docentes, este no tiene un impacto negativo significativo en su desempeño laboral, ya que los resultados de la evaluación integral docente muestran un rendimiento general muy positivo. Sin embargo, es importante que la institución educativa genere programas de bienestar emocional a los docentes, lo que les brindará el apoyo necesario para asegurar un ambiente educativo positivo y efectivo. |
| 4 | (Manzano Díaz, 2020) | En la investigación presentada, el 29 % de los docentes padecen cansancio emocional y el 17 % presenta un nivel medio en despersionalización. En cambio, el 85 % de los docentes muestra un alto nivel de realización; es decir, se sienten satisfechos y competentes en su trabajo. | Aunque algunos docentes experimentan niveles de estrés y un alto nivel de realización personal. Es esencial que la institución educativa genere una propuesta de atención y proporcione apoyo a aquellos docentes que experimentan cansancio emocional y despersionalización, lo que garantizará un ambiente educativo saludable y de alta calidad. |
| 5 | (Zuniga-Jara & Pizarro-Leon, 2018) | El estudio revela que el agotamiento emocional en los docentes es de un 55 %. Pese a la institución experimentar estrés emocional, la mayoría de los docentes aún mantienen un nivel de desempeño satisfactorio en su trabajo. | El agotamiento emocional en los docentes afecta su bienestar, por lo que la institución educativa debe generar programas que lo combatan. Esto impactará de forma directa en la calidad de la enseñanza y, en última instancia, en el éxito educativo. |
| 6 | (Alvites-Huamaní, 2019) | Los datos indican que existe una fuerte correlación positiva significativa entre el estrés docente y el papel de lo académico. Esto indica que los docentes que experimentan estrés son afectados por su entorno de trabajo y sus roles profesionales, relacionados con la | Es importante que las instituciones educativas reconozcan y aborden el estrés docente de manera proactiva, proporcionando apoyo y recursos y capacitación para ayudarlos a manejar el estrés y mantener un alto nivel de desempeño. |

| | | | | | | | |
|----|--|---|---|---|--|--|---|
| | | remuneración por rendimiento. | | | | | |
| 7 | (Flores Fernández <i>et al.</i> , 2021) | El estudio indica que el 100 % de los docentes evaluados experimentan algún nivel de estrés: el 55 % muestra un nivel bajo de estrés, el 33 % un nivel intermedio, el 7 % un nivel medio alto y el 5 % alto nivel. La investigación se centró más en la gestión del estrés que en la evaluación del desempeño. | La institución educativa debe abordar el estrés en la comunidad docente a través de programas específicos. Es importante señalar que se necesita una evaluación más específica del desempeño docente en términos académicos y educativos para comprender completamente su impacto en la enseñanza y el aprendizaje. | | | | el diálogo educativo en el aula, tanto en términos de cantidad como de calidad. También se deben diseñar y aplicar estrategias para fomentar un diálogo efectivo como parte de sus esfuerzos para mejorar los resultados de aprendizaje de los estudiantes. |
| 8 | (Vera Zapata, 2021) | Los docentes experimentan niveles de estrés relacionados con las demandas de su trabajo, debido a que el 69 % siente que pocas veces tienen tiempo para realizar su trabajo por una carga de trabajo significativa. La investigación se centra en generar un programa de disminuir el estrés para mejorar el desempeño de los docentes. | La institución educativa debe tomar medidas proactivas para apoyar la salud y el bienestar de sus docentes, como generar programas para garantizar un ambiente de aprendizaje saludable y productivo. | | | | El estrés docente siempre va a ser un problema, porque va a repercutir en la calidad de la educación. Las instituciones educativas deben establecer programas de apoyo y capacitación para ayudar a los docentes a gestionar el estrés y desarrollar estrategias para reducir la sobrecarga administrativa. |
| 9 | (Algalobos-Huancas <i>et al.</i> , 2023) | El estudio indica que hay una correlación positiva significativa entre el estrés y la sobrecarga laboral de 0,675. Esto significa que, a medida que aumenta la sobrecarga laboral, el nivel de estrés tiende a aumentar. Aunque los resultados no proporcionan datos directos sobre el desempeño de los docentes, la investigación menciona que el estrés generado afecta negativamente el desempeño de los docentes. | Los altos niveles de estrés experimentado por los docentes en el contexto de la educación virtual tienen efectos negativos en el desempeño y en la calidad de la educación que ofrecen. La institución educativa debe tomar medidas para abordar estos problemas y apoyar a los docentes en la adaptación a las demandas de la enseñanza virtual. | | | | Al haber una asociación significativa entre las condiciones laborales y el estrés docente, la institución educativa debe considerar disminuir las horas de trabajo y la carga de trabajo. Los docentes con niveles altos de estrés fomentan la relación entre docentes y directivos, como también aplicar estrategias para abordar las fuentes de estrés identificadas. |
| 10 | (Muhonen <i>et al.</i> , 2023) | El estudio menciona que el estrés docente afecta el diálogo educativo y se relaciona con el aprendizaje de matemáticas de los estudiantes. | Las instituciones educativas deben abordar el estrés ocupacional de los docentes para mejorar el desempeño de los estudiantes. Además, deben promover y mejorar | | | | |
| 11 | (Prasad <i>et al.</i> , 2016) | | | Esta investigación indica que el nivel de estrés docente se encuentra en un rango medio, con un valor de 3 en una escala de 1 a 5. Esto indica que los docentes experimentan un nivel moderado de estrés en su trabajo. El estrés tiene un impacto negativo en el desempeño docente, debido a que se encontró una correlación significativa entre varios factores de estrés y el desempeño. | | | |
| 12 | (Tsubono & Ogawa, 2022) | | | Este estudio indica que los docentes tienen los puntajes más altos en la escala de respuesta al estrés, con una mediana de 57.0, lo que indica que experimentan un alto nivel de estrés. Los docentes con niveles altos de estrés experimentan dificultades en su desempeño debido a la presión y el agotamiento asociados a este trastorno. | | | Al haber una asociación significativa entre las condiciones laborales y el estrés docente, la institución educativa debe considerar disminuir las horas de trabajo y la carga de trabajo. Los docentes con niveles altos de estrés fomentan la relación entre docentes y directivos, como también aplicar estrategias para abordar las fuentes de estrés identificadas. |
| 13 | (Sarabia & Collantes, 2020) | | | El estudio indica que los docentes enfrentan una serie de factores estresantes en su entorno laboral, incluyendo altas demandas laborales, plazos ajustados, cambios en las políticas educativas y falta de recursos y apoyo. | | | Las instituciones educativas deben revisar y ajustar la carga de trabajo de los docentes con una distribución más equitativa de las responsabilidades; también se debe incluir a los docentes en la toma de decisiones que afectan sus roles y responsabilidades, lo que significará el aumento de su sentido de pertenencia y satisfacción en el trabajo. |

| | | | |
|----|----------------------|--|---|
| 14 | (Woods et al., 2023) | El estudio indica que existe una correlación negativa entre el estrés y la satisfacción laboral de los docentes, lo que afecta negativamente el bienestar laboral de los profesores. | La institución educativa debe brindar apoyo y recursos para reducir el estrés docente; también debe fortalecer habilidades de afrontamiento entre los docentes, lo que les ayudará a lidiar con el estrés de manera efectiva. |
|----|----------------------|--|---|

Fuente: elaboración propia

Con los datos obtenidos, y para cumplir con el objetivo de esta investigación, se realizó el análisis, primero de la relación del estrés y el desempeño docente y, segundo, sobre las implicaciones en el contexto educativo.

Relación del estrés y el desempeño docente

La relación entre el estrés docente y el desempeño docente es un tema de gran relevancia en la educación presencial, después de haberse generado muchos estudios durante la pandemia provocada por la COVID-19. Los datos recopilados de 14 estudios indican que los docentes experimentan diferentes niveles de estrés en su entorno escolar, respondiendo a diversos factores, como: la presión por cumplir con las demandas institucionales, enfrentarse a plazos ajustados en el cumplimiento de planificaciones y evaluaciones, adaptarse a cambios en las políticas administrativas internas y políticas educativas y, finalmente, lidiar con limitaciones en recursos y apoyo de las autoridades.

Todos estos factores estresantes generan un impacto en la calidad de vida y el bienestar emocional de los docentes, lo que sugiere que el estrés debe ser abordado por las instituciones educativas en el contexto propio. Pese a estar comprobado que existen altos niveles de estrés en los docentes, resulta interesante notar que la mayoría mantiene buenos niveles sobre su desempeño profesional. Esto implica que, a pesar de los problemas que enfrentan, son capaces de cumplir con sus responsabilidades de manera competente.

Sin embargo, se destaca que el estrés docente afecta de forma negativa la satisfacción laboral. Aunque puedan cumplir con sus funciones, no todos experimentan satisfacción en su trabajo, debido a las presiones asociadas con el estrés. Este aspecto resalta la relevancia de abordar el estrés docente no solo para garantizar un nivel adecuado de desempeño, sino también para promover un ambiente laboral saludable.

Implicaciones en el contexto educativo

El análisis exhaustivo de los 14 estudios permite extraer diversas implicaciones de relevancia en el contexto educativo. Aunque no se observa un impacto negativo en el desempeño, se resalta la importancia de fomentar el bienestar emocional y la salud mental de los docentes, destacando esta responsabilidad directamente a las instituciones educativas que deben implementar programas de prevención, y que aborden las dimensiones físicas, cognitivas, emocionales, sociales y afectivas del bienestar docente.

Se debe mencionar que el estrés asociado con la adaptación de tecnologías a las clases virtuales y presenciales afecta la calidad de la enseñanza. Para mantenerse actualizado en un entorno educativo tecnológico, las políticas educativas deben respaldar a los docentes en la facilitación de herramientas y recursos tecnológicos en las instituciones.

La presencia del agotamiento emocional y despersonalización entre algunos docentes indica la urgencia de brindar atención y apoyo específico de parte de las autoridades educativas, las cuales deben diseñar intervenciones que ayuden a los docentes a gestionar esta problemática; como también a mantener una conexión saludable con su trabajo, con la redistribución equitativa de la carga horaria y administrativa.

Involucrar a los docentes en la toma de decisiones, con la participación directa en la construcción de los proyectos educativos institucionales, planes operativos anuales y otros programas escolares, fortalecerá su sentido de pertenencia y satisfacción

laboral. Estas acciones también permitirán enfrentar los desafíos de manera eficiente y mantendrán un alto nivel de desempeño educativo.

CONCLUSIONES

Esta revisión sistemática proporcionó una perspectiva valiosa sobre la relación entre el estrés y el desempeño docente, evidenciando que la mayoría de los educadores mantienen un nivel alto de desempeño profesional, destacando la capacidad de adaptación y cumplimiento satisfactorio de sus funciones, incluso en condiciones estresantes, lo que es esencial para direccionarse hacia la calidad educativa.

Además, se destaca la importancia del bienestar emocional y la salud mental, como requisito para que los docentes se puedan desempeñar en el contexto educativo. Aunque el estrés en sí mismo no parece estar directamente relacionado con el bajo rendimiento docente, se ha reconocido que el bienestar de los educadores es crucial para mantener un entorno de trabajo saludable y sostenible.

Estos nuevos entendimientos enfatizan la necesidad de que las instituciones educativas implementen programas de prevención de riesgos que aborden múltiples dimensiones del bienestar laboral, incluyendo aspectos fisiológicos, cognitivos, afectivos, sociales y emocionales, lo que contribuirá a la retención de docentes y, en última instancia, a la generación de una educación de calidad.

A pesar de los valiosos conocimientos generados, este estudio presenta ciertas limitaciones como la búsqueda de artículos originales publicados en los últimos ocho años descartando las tesis de grado y posgrado, lo que podría no reflejar plenamente la percepción y la evolución de la relación entre el estrés y el desempeño docente a lo largo del tiempo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acosta, A. C., Ruiz, L. K. J., Marin, M. R. & Guerrero, E. G. P. (2019). Occupational stress and evaluation of performance in university professors of the Departamento del Cesar, Colombia/Estrés Ocupacional Y Evaluación De Desempeño En Docentes Universitarios Del Departamento Del Cesar. *REVISTA ENCUENTROS*, 17(01). <https://doi.org/10.15665/encuent.v.17i01.1595>
- Algalobos-Huancas, B. E., Carrera-Risco, M. B., Vílchez-Bruno, K. J. & Zapata-Huertas, D. I. (2023). Estrés y Educación virtual en docentes por la COVID-19. *Revista de investigación de estudiantes de Psicología "JANG"*, 1(1), 7-17. <https://doi.org/10.18050/jang.1.1.2023.1>
- Alvites-Huamaní, C. G. (2019). Estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, Norteamérica y Europa. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 141. <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.393>
- Astorquiza-Bustos, B. A., Caicedo, M. C. & Gómez-Mejía, A. (2020). Job stress in the labor market. *Lecturas de Economía*, 93, 189-224. <https://doi.org/10.17533/udea.le.n93a339564>
- Barrientos López, P. E., Rojas Zúñiga, S. A. & López Regalado, O. (2021). Desempeño profesional de los docentes en la educación básica: una revisión sistemática. *PAIAN*, 12(1), 1-16. <https://doi.org/10.26495/rcp.v12i1.1649>
- Castellanos Pierra, L. I., Portillo Peñuelas, S. A., Reynoso González, O. U. & Gavotto Nogales, O. I. (2022). La continuidad educativa en México en tiempos de pandemia: Principales

- desafíos y aprendizajes de docentes y padres de familia. *Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, 21(45), 30-50. <https://doi.org/10.21703/0718-5162.v21.n45.2022.002>
- Farrell Pérez, W. M. (2023). Estrategias psicopedagógicas vinculadas al desarrollo de las competencias comunicativas de los docentes. *MENTOR revista de investigación educativa y deportiva*, 2(Especial), 645-672. <https://doi.org/10.56200/mried.v2iEspecial.6498>
- Flores Fernández, M., Llanos Díaz, E., Rodríguez Tejeda, N. I. & Salazar Cumpa, M. I. (2021). Gestión del estrés antes-durante el confinamiento covid 19 para mejorar desempeño docente en educación básica regular. *Hacedor - AIAPÆC*, 5(2), 107-118. <https://doi.org/10.26495/rch.v5i2.1934>
- Galbán Padrón, N. F., Devonish Nava, N., Guerra Velásquez, M. & Marín Marcano, C. J. (2022). Efectos del estrés laboral en la calidad de vida de los médicos anestesiólogos. *Telos Revista de Estudios Interdisciplinarios en Ciencias Sociales*, 24(3), 659-675. <https://doi.org/10.36390/telos243.13>
- Gómez López, L. F. & Valdés, M. G. (2019). La evaluación del desempeño docente en la educación superior. *Propósitos y Representaciones*, 7(2). <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n2.255>
- Iguasnia, S. & Saquisela, M. (2020). Estrés laboral, causas y consecuencias en los docentes de la Unidad Educativa Fiscal Jaime Roldós Aguilera del Distrito Ximena 2 de la ciudad de Guayaquil. *593 Digital Publisher CEIT*, 6(1), 18-28. <https://doi.org/10.33386/593dp.2021.1.408>
- Jara Ruiz, C., Navarrete Angulo, C. & Zapata Jiménez, M. (2023). Estrés laboral y desempeño docente en los institutos de educación superior. *Revista Científica Ciencia y Tecnología*, 23(38), 86-97. <https://doi.org/10.47189/rcct.v23i38.604>
- Manzano Díaz, A. (2020). Síndrome de burnout en docentes de una Unidad Educativa, Ecuador. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 4(16), 499-511. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v4i16.132>
- Martínez Ruiz, I. & Lavín García, L. (2017). Aproximación al concepto de desempeño docente, una revisión conceptual sobre su delimitación. *Congreso Nacional de Investigación Educativa COMIE*, 1-11.
- Muhonen, H., Pakarinen, E., Rasku-Puttonen, H. & Lerkkanen, M.-K. (2023). Educational Dialogue and Teacher Occupational Stress in Relation to Student Math Performance. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 1-19. <https://doi.org/10.1080/00313831.2023.2175240>
- Okoli, C. & Schabram, K. (2010). A Guide to Conducting a Systematic Literature Review of Information Systems Research. *SSRN Electronic Journal*. <https://doi.org/10.2139/ssrn.1954824>
- Organización Internacional del Trabajo, OIT. (2016). *Estrés en el trabajo, un reto colectivo. Día mundial de la seguridad y la salud en el trabajo, 28 de abril de 2016*. Organización Internacional del Trabajo. <https://www.ilo.org/public/libdoc/ilo/2016/490658.pdf>

- Organización Internacional del Trabajo (2020). *La COVID-19 y el sector de la educación*. Organización Internacional del Trabajo. https://www.ilo.org/sector/Resources/publications/WCMS_745393/lang-es/index.html
- Organización Mundial de la Salud (2019). *Programa de Salud Mental. WHOQOL. Calidad de vida. División de Salud Mental*. Organización Mundial de la Salud. <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/oms-calidad-01.pdf>
- Posso Pacheco, R. J. (2022). El rol del docente en el contexto universitario: Una visión post pandemia. *MENTOR revista de investigación educativa y deportiva*, 1(2), 91-96. <https://doi.org/10.56200/mried.v1i2.3357>
- Posso Pacheco, R. J., Pereira Valdez, M. J., Paz Viteri, B. S. & Rosero Duque, M. F. (2021). Gestión educativa: Factor clave en la implementación del currículo de educación física. *Revista Venezolana de Gerencia*, 26(5 Edición Especial), 232-247. <https://doi.org/10.52080/rvgluz.26.e5.16>
- Posso Pacheco, R. J. & Posso Pacheco, C. J. (2023). Reflexiones sobre el futuro de la educación: Retos para la investigación. *MENTOR revista de investigación educativa y deportiva*, 2(4), 1-5. <https://doi.org/10.56200/mried.v2i4.5454>
- Prasad, K. D. V., Vaidya, R. & Kumar, V. A. (2016). Teacher's Performance as a Function of Occupational Stress and Coping with Reference to CBSE Affiliated School Teachers in and around Hyderabad: A Multinomial Regression Approach. *Psychology*, 07(13), 1700-1718. <https://doi.org/10.4236/psych.2016.713160>
- Robles-Ojeda, F. J., Galicia-Moyeda, I. X. & Sánchez-Velasco, A. (2023). Satisfacción y estrés en docentes por las actividades a distancia ante la contingencia por COVID-19. *Revista Electrónica Educare*, 27(1), 1-17. <https://doi.org/10.15359/ree.27-1.14499>
- Sarabia, A. & Collantes, L. M. (2020). Work-Related Stress and Teaching Performance of Teachers in Selected School in the Philippines. *Indonesian Research Journal in Education (IRJE)*, 4(1), 6-27. <https://doi.org/10.22437/irje.v4i1.8084>
- Sotelo Hernández, M. K., Hurtado Zeledón, Y. Y., Canales García, J. D. & Solís Zúniga, F. (2020). Efectos de un programa de danza terapéutica para el control del estrés laboral en docentes de Fundación Pedagógica Cristal Estelí. *Revista Científica de FAREM-Estelí*, 34, 77-90. <https://doi.org/10.5377/farem.v0i34.10008>
- Tenesaca Simancas, V. R., Garcés Ortega, C. E., Gualpa Cando, S. P. & Santacruz Quintero, D. (2023). El perfil de salida del bachillerato ecuatoriano y su conexión en la educación superior. *MENTOR revista de investigación educativa y deportiva*, 2(4), 88-109. <https://doi.org/10.56200/mried.v2i4.5273>
- Tsubono, K. & Ogawa, M. (2022). The analysis of main stressors among high-stress primary school teachers by job positions: A nationwide survey in Japan. *Frontiers in Public Health*, 10, 990141. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.990141>

Vera Zapata, J. A. (2021). Estrés laboral y desempeño en docentes de Psicología Clínica de la Universidad Técnica de Babahoyo. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 4(9), 143-151. <https://doi.org/10.33996/repsi.v4i9.59>

Woods, S., Sebastian, J., Herman, K. C., Huang, F. L., Reinke, W. M. & Thompson, A. M. (2023). The relationship between teacher stress

and job satisfaction as moderated by coping. *Psychology in the Schools*, 60(7), 2237-2256. <https://doi.org/10.1002/pits.22857>

Zuniga-Jara, S. & Pizarro-Leon, V. (2018). Mediciones de Estrés Laboral en Docentes de un Colegio Público Regional Chileno. *Información Tecnológica*, 29(1), 171-180. <https://doi.org/10.4067/S0718-07642018000100171>

Conflicto de intereses:

El autor declara no tener conflictos de intereses.

Contribución de los autores:

El autor participó en el diseño y redacción del artículo, en la búsqueda y análisis de la información contenida en la bibliografía consultada.

Citar como

Retamozo Ávalos, A., Astocondor Gonzales, C., Juárez Tamayo, N., Ramos Cevallos, M. (2024) Perspectivas actuales sobre el estrés y su relación con el desempeño docente: una revisión sistemática. *Mendive. Revista de Educación*, 22(2), e3635. <https://mendive.upr.edu.cu/index.php/MendiveUPR/article/view/3635>



Esta obra está bajo una [licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)