

Dos enfoques de salud mental en docentes de Latinoamérica: una revisión sistemática

Two approaches of mental health in Latin American teachers: a systematic review

<http://dx.doi.org/10.17981/cultedusoc.13.2.2022.10>

Recibido: 18 de agosto de 2021. Aceptado: 10 de diciembre de 2021. Publicado: 28 de julio de 2022.

Evelyn Dayana Titistar-Cruz 

Universidad de Nariño. San Juan de Pasto (Colombia)
evelyntitistar@udenar.edu.co

Johana Madelyn Matabanchoy-Salazar 

Universidad de Nariño. San Juan de Pasto (Colombia)
udenarmade7@udenar.edu.co

Oriana Teresa Ruíz-Bravo 

Universidad de Nariño. San Juan de Pasto (Colombia)
orianaruiz@udenar.edu.co

Para citar este artículo:

Titistar-Cruz, E., Matabanchoy-Salzar, J. y Ruíz-Bravo, O. (2022). Dos enfoques de salud mental en docentes de Latinoamérica: una revisión sistemática. *Cultura, Educación y Sociedad*, 13(2), 183-202. DOI: <http://dx.doi.org/10.17981/cultedusoc.13.2.2022.10>

Resumen

Introducción: La salud mental es un componente integral en el bienestar de los individuos en todos sus ámbitos de desarrollo, por ende esta investigación enfatiza en el contexto laboral de los docentes, vislumbrando dos enfoques, el primero, centrado en la enfermedad, en la cual se evocan signos, síntomas, daños, problemáticas y trastornos mentales; y el segundo, el enfoque positivo, que la expone como el funcionamiento óptimo de la persona, donde se potencien sus cualidades y se facilite el desarrollo personal máximo. **Objetivo:** Analizar mediante una revisión sistemática los avances de investigaciones empíricas en el abordaje de la salud mental en docentes de Latinoamérica desde el enfoque positivo y centrado en la enfermedad. **Metodología:** Se aplicó la metodología PRISMA-P, la cual es una guía protocolaria para el desarrollo de revisiones sistemáticas; las bases de datos seleccionadas fueron SCIELO, EBSCO y ScienceDirect. **Resultados y discusión:** 30 artículos incluidos, donde el periodo 2014-2019 fue de mayor publicación (63.3%), el país con más publicaciones fue Brasil (40%), predominan los contextos de primaria y secundaria (53.3%) y el enfoque más representativo fue el centrado en la enfermedad (70%). **Conclusiones:** Desde la evidencia empírica, estudiar la salud mental en docentes de Latinoamérica se vincula a un enfoque centrado en la enfermedad, que da cuenta de la necesidad de abordar una visión integral sobre salud mental en los docentes dentro de las investigaciones a realizarse respecto al tema.

Palabras clave: Salud mental; docentes; Latinoamérica; revisión sistemática

Abstract

Introduction: Mental health is an integral component in the well-being of individuals in all their areas of development, therefore this research emphasizes the work context of teachers, glimpsing two approaches, the first, focused on the disease, in which signs, symptoms, damage, problems and mental disorders are evoked; and the second, the positive approach, which exposes it as the optimal functioning of the person, where their qualities are enhanced and maximum personal development is facilitated. **Objective:** To analyze, through a systematic review, the advances in empirical research in the approach to mental health in teachers in Latin America from a positive and disease-centered approach. **Methodology:** The PRISMA-P methodology was applied, which is a protocol guide for the development of systematic reviews; the selected databases were SCIELO, EBSCO and ScienceDirect. **Results and discussion:** 30 articles included, where the period 2014-2019 was the most published (63.3%), the country with the most publications was Brazil (40%), primary and secondary contexts predominate (53.3%) and the most representative approach was focused on the disease (70%). **Conclusions:** From the empirical evidence, studying mental health in teachers in Latin America is linked to an approach focused on the disease, which accounts for the need to address a comprehensive vision of mental health in teachers within the investigations to be carried out regarding the theme.

Keywords: Mental Health; teachers; Latin America; systematic review

INTRODUCCIÓN

La salud mental es considerada un componente integral en el bienestar de los individuos, esta se enmarca dentro de la concepción de salud emitida por la Organización Mundial de la Salud-OMS (2020) “el estado de bienestar físico, psíquico y social y no solamente la ausencia afecciones o enfermedades” (p. 1). Según lo anterior se evidencia el carácter multidimensional del concepto, posicionando el bienestar mental como un factor humano contribuyente a la utilización de aptitudes para lograr metas, gestionar de manera eficaz el estrés de la vida diaria, trabajar de forma productiva y ser sujetos de aporte a la comunidad en la cual se desenvuelven (OMS, 2013).

Entender la salud mental a lo largo de la historia comprende una amplitud de enfoques, en predominancia, se encuentra el enfoque biomédico, en el que se reduce lo mental, a un proceso biológico y de funciones cerebrales afectadas principalmente por causas físicas; también está el enfoque comportamental, este concibe a la salud mental prioritariamente desde el estilo de vida y comportamientos a adoptar de cada individuo como factor determinante para la salud y la enfermedad; y por último, la concepción de salud mental desde el enfoque socioeconómico, relacionada con el modo de vida, no solo desde el estilo y hábitos de una persona, sino también por las condiciones que posibilitan una vida digna dentro de la comunidad y sociedad (Hernández-Holguín, 2020; Macintyre et al., 2018).

Para la presente investigación, se trabajó predominantemente con el continuum de Salud-Enfermedad que permite evidenciar dos enfoques de abordaje y comprensión de estos fenómenos. En primer lugar, el enfoque centrado en la enfermedad, el cual habla de la pérdida de la salud, evocando signos, síntomas, daños y problemáticas de salud mental, desencadenantes de un estado crónico de trastorno mental o muerte prematura en la persona, aquí los procesos de atención son de prevención, restauración y rehabilitación de la salud. En segundo lugar, se encuentra el enfoque de salud positiva, expositor de la salud mental como el funcionamiento óptimo de la persona, donde se potencie sus cualidades y se facilite el desarrollo personal máximo, aquí los procesos de atención consisten en protección y promoción de la salud (Cratsley y Mackey, 2018).

La anterior compilación, permite visualizar que la salud mental no se puede comprender como un fenómeno estático, sino desde un proceso dinámico, el cual se moviliza continuamente con la modificación de las circunstancias internas y/o externas de las personas, generando así, la posibilidad de funcionamiento y crecimiento personal (Villamizar et al., 2015).

En este sentido, el ámbito laboral puede ser un factor decisivo para la salud mental de los humanos, al permitir obtener un sustento económico y así suplir necesidades trascendentales como la autorrealización personal y profesional; también ofrece la oportunidad de vivir experiencias y realizar acciones productivas, convirtiéndose en una actividad ennobecedora y capaz de elevar el nivel socioeconómico, propiciando la construcción de la identidad social y dando sentido a la vida en comunidad. No obstante, el trabajo también puede convertirse en un factor de riesgo, percibido como algo indeseado, rutinario, fatigoso, opresivo o incompatible con la vida social y familiar (Alves et al., 2013). La Organización Internacional del Trabajo-OIT y la OMS reconoce lo anterior como factor de riesgo psicosocial en el entorno de trabajo (González y Pérez, 2011). Es así, como la problemática surge

cuando el ámbito laboral genera repercusiones negativas en la vida de las personas, las cuales se ven obligadas a vivir bajo condiciones de mercado inestables y condiciones de trabajo precarias (Ribeiro et al., 2012).

Herranz (2018) afirma que la salud se ve afectada por cambios en el mundo del trabajo, como la reestructuración productiva, la adopción de nuevos métodos de gestión, la implementación de nuevas tecnologías, outsourcing (subcontratación, tercerización o externalización), la automatización, las relaciones precarias; así como también por factores sociales, culturales, económicos, políticos y ambientales relacionados a lo laboral, ejemplos de esto son las políticas nacionales inadecuadas de seguridad y protección social, el nivel de calidad de vida, las condiciones laborales, los bajos niveles de apoyo social a la comunidad, el escaso poder de decisión del trabajador, los horarios de trabajo rígidos o el acoso psicológico, entre otras circunstancias (Kestel, 2019). En conclusión, el panorama anterior deja en evidencia que los problemas en salud mental no solo involucran características individuales, sino también determinantes sociales.

Haciendo mayor énfasis en las repercusiones del mundo laboral en la población docente, Ribeiro et al. (2012) refieren que los maestros ven afectada su salud mental por situaciones laborales como el sufrimiento en el trabajo, las malas condiciones, el ritmo acelerado, la falta de aprecio, las dificultades en las relaciones con las familias de los estudiantes, la falta de diálogo con la administración, entre otros. En concordancia con esto, se muestran hallazgos respecto a afectaciones en la salud mental de los profesores, encontrando algunos aspectos como estrés laboral, depresión, neurosis; enfermedades reflejadas en respuestas fisiológicas diagnosticadas (relacionadas con gastritis, úlceras, colon irritable), entre otras (Reynaldos et al., 2015).

A partir de conocer los diferentes enfoques, y dada la importancia de ahondar en los componentes de la salud mental en la población docente, se realiza este artículo teniendo como objetivo identificar los avances de investigaciones empíricas en el abordaje de la salud mental en docentes de Latinoamérica desde el enfoque positivo y centrado en la enfermedad. Además, con el desarrollo de este estudio se buscó aportar en la recopilación y síntesis de evidencia científica orientadora al desarrollo de futuros ejercicios investigativos dirigidos a intervenir e incidir desde un enfoque de promoción y prevención sobre la salud mental de los y las docentes en el contexto latinoamericano.

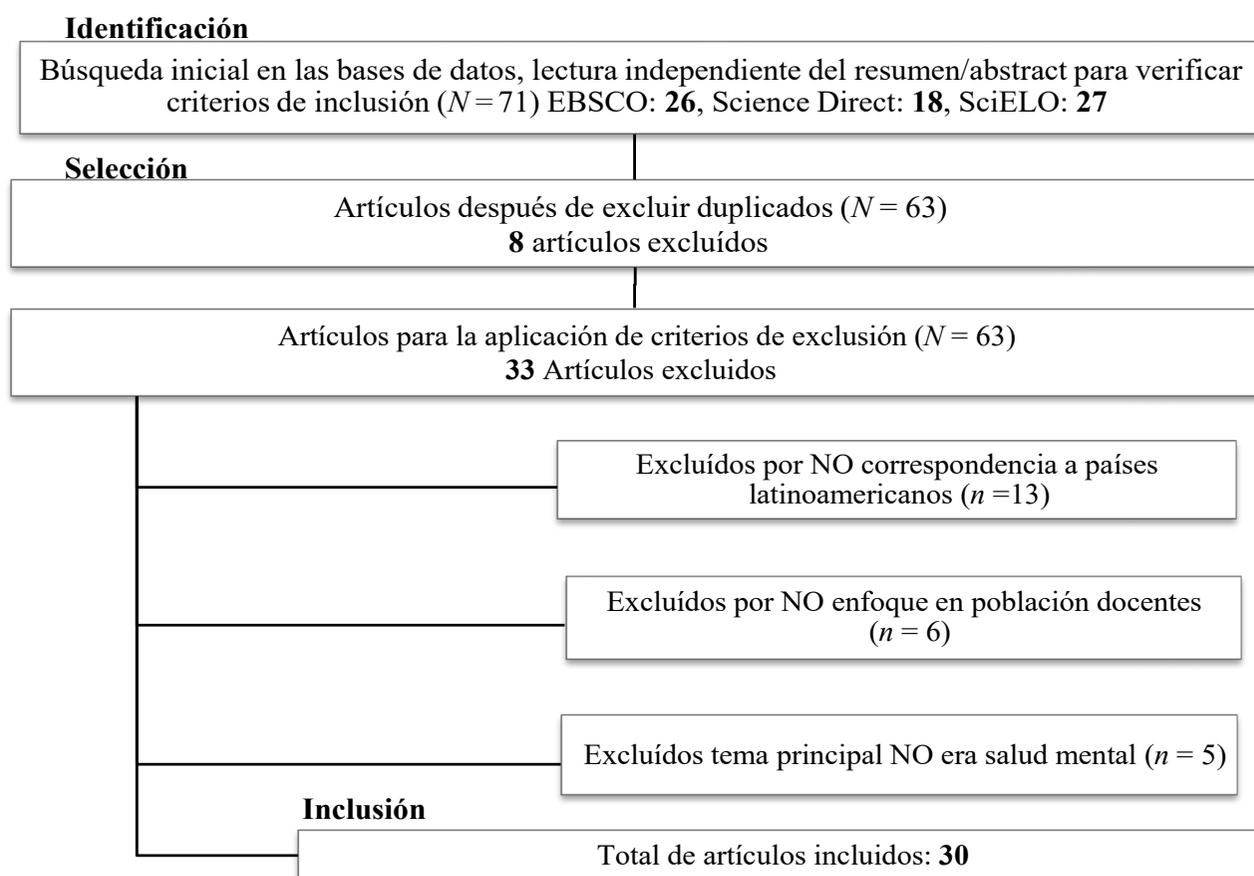
METODOLOGÍA

El presente estudio consistió en una revisión sistemática, donde se explora la literatura científica para dar respuesta a la pregunta: ¿Cuáles son los avances de investigaciones empíricas en el abordaje de la salud mental en docentes de Latinoamérica desde el enfoque positivo y centrado en la enfermedad?, empleando como método la guía PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta Analyses) (Page et al., 2021). Los aspectos que se tienen en cuenta son la identificación, selección y análisis de investigaciones publicadas en diferentes revistas indexadas (Contreras et al., 2020). Se realizó una exploración electrónica en las bases de datos EBSCO (Elton B. Stephens Company), ScienceDirect y SCIELO (Scientific Electronic Library Online), por ser plataformas con variedad multidisciplinar, de alta calidad académica y científica; la búsqueda se efectuó

entre el 20 de febrero al 1 de junio del 2020. Las siguientes palabras clave se emplearon para búsquedas en los idiomas español, inglés y portugués: “Salud Mental” unidas por el booleano AND con los términos “Docentes”, “Profesores”, “Educadores” y “Maestros”.

Como criterios de exclusión se tuvo documentos de acceso restringido; trabajos que no correspondieran a países latinoamericanos; el tema central de análisis no fuera de salud mental; los resultados no hayan sido enfocados en la población docente y documentos como, resúmenes de congresos, simposios, cartas al editor, noticias, notas informativas, artículos teóricos, reflexión o actas de reunión, tesis de pregrado o postgrado, publicadas o no. Para los criterios de inclusión se revisó el título, resumen y palabras clave de los textos. Asimismo, se toman en consideración documentos de acceso libre del texto completo; estudios de carácter científico/empírico, con una ventana de observación entre el 2009 al 2019; investigaciones que incluyan población docente e idioma portugués, inglés o español. Posteriormente se realizó el flujo de la revisión sistemática basado en la guía PRISMA (Moher et al, 2015), desarrollando las fases de identificación, selección e inclusión tal como se indica a continuación (Figura 1). En paralelo, se utilizó el gestor Mendeley (Gallegos et al., 2017) para mayor rigor, en la discriminación de información.

FIGURA 1.
Diagrama de flujo de la revisión sistemática.



FIGUR.
Diagr

Fuente: Adaptado de PRISMA (Moher et al, 2015).

Para el registro de información se utilizó una matriz en la que se contempló la siguiente información de los artículos estudiados: autores, año de publicación, título del artículo, país, contexto escolar, resumen, metodología (objetivo, tipo de estudio, población, instrumentos de salud mental y relacionados), definición de salud mental, enfoque de salud mental, constructos relacionados, factores protectores, factores de riesgo y conclusiones. Una vez diligenciada la matriz, se procedió a utilizar estadística descriptiva para la identificación de frecuencias absolutas y relativas de las variables de importancia ya mencionadas (Fernández et al., 2018). Además, para la extracción de datos cualitativos se utilizaron elementos de la teoría fundamentada (Strauss y Corbin, 1990; Páramo, 2015), los cuales permitieron, mediante una codificación abierta, axial y central, la comparación constante de información hasta alcanzar la saturación teórica de los datos.

RESULTADOS-DISCUSIÓN

A partir de esta selección de artículos, se obtuvo como unidad de análisis unos 30 artículos, de los cuales se entró a describir prevalencias existentes respecto a los años y países de publicación, contexto escolar, tipos de estudio e instrumentos de evaluación. Se tiene en cuenta los dos enfoques de abordaje en salud mental seleccionados para este artículo, el primero, centrado en la enfermedad, en la cual se evocan signos, síntomas, daños, problemáticas y trastornos mentales; y el segundo, el enfoque positivo, el cual la expone como el funcionamiento óptimo de la persona, donde se potencie sus cualidades y se facilite el desarrollo personal máximo. A continuación se describen los elementos anteriormente mencionados; respecto a los años de publicación se identificó que el 63.3% ($n = 19$), de los artículos se desarrollaron durante el periodo de 2014-2019, y el año con mayor número de publicaciones corresponde al 2015 ($n = 6$), con un 20% de artículos contemplados en esta revisión.

En relación con los países de Latinoamérica con mayor porcentaje de publicación, estos corresponden a Brasil con el 40% ($n = 12$) y Colombia con el 26.6% ($n = 8$), seguidos de México y Chile, cada uno con un 13.3% ($n = 4$) y, finalmente Argentina y Ecuador con un 3.3% ($n = 1$) respectivamente.

En cuanto al contexto escolar dominante, el 53.3% ($n = 16$) de los participantes en las diferentes investigaciones son docentes pertenecientes a instituciones de educación básica primaria, seguido del 43.3% ($n = 13$) con docentes universitarios y el 3.3% ($n = 1$) corresponde a docentes de instituciones de educación especial.

A partir de estos resultados, se resalta el incremento de publicaciones sobre salud mental en docentes de Latinoamérica durante los últimos 6 años (teniendo en cuenta la ventana de observación entre 2009-2019), evidenciándose el doble de publicaciones, en comparación al periodo comprendido entre 2009 y 2013. Del mismo modo se evidencia una prevalencia de investigaciones en docentes de educación primaria y secundaria, en contraparte a los docentes de instituciones de educación especial o con condiciones diversas equivalentemente menos estudiada. Este incremento en las publicaciones durante los últimos años demuestra la importancia de realizar investigaciones acerca de salud mental en docentes con el objetivo de desarrollar procesos de comprensión e intervención. Esto es coherente con los hallazgos de Velandia (2014), quien plantea que al realizar estudios

sobre salud mental de los maestros, se atrae la mirada de las autoridades administrativas de la educación para alcanzar una comprensión de las nuevas dificultades a enfrentar por parte de los profesores, como la construcción de relaciones socio afectivas con sus estudiantes, orientación a padres y madres de familia con establecimiento de autoridad y límites, el equilibrio entre la vida social, familiar y laboral de los docentes, entre otras. Siendo el conocimiento de las anteriores dificultades el aliciente para el diseño de políticas públicas con foco en intervenciones eficaces, orientadas a la promoción de la salud mental y a la prevención de enfermedades y sufrimiento psíquicos propiciados por la actividad profesoral (Villamizar et al., 2015; Gómez y Calderón, 2017).

En complemento, se destaca la importancia de profundizar en la población docente de instituciones de educación especial o con condiciones diversas, pues de los estudios analizados en esta revisión, solo uno habla de las condiciones de trabajo particulares enfrentadas por los docentes debido a las características de la población estudiantil (Gholamitooranposhti, 2012; Castillo et al., 2018). En conclusión, referente al contexto escolar docente, se evidencia un estudio sectorizado por niveles educativos de la salud mental, conllevando a reflexionar sobre las necesidades existentes en cada nivel educativo, ya que presentan distintas condiciones de trabajo posiblemente mutables en factores de riesgo o protección para la salud mental.

Por otro lado, respecto a los tipos de estudio, el paradigma de mayor uso para investigación en salud mental de docentes Latinoamericanos fue el cuantitativo con un 76.67%; también predominaron los estudios de tipo transversal (66.67%) y los de tipo descriptivo con un 30%. Entorno a estos resultados, se reflexiona que el estudio de este tema se encuentra limitado, en cuanto el fenómeno se describe mayoritariamente con cifras y categorías numéricas, coincidiendo esto con Pérez (2010), quien encuentra mayor utilización de estadísticos descriptivos dentro de las investigaciones realizadas en las ciencias de la salud y psicología. Frente a esto, se sugiere el uso de evaluaciones integrales de salud mental, con el fin de identificar y comprender los factores riesgo y protección facilitadores en la comprobación de modelos explicativos, aportando a la construcción de propuestas de promoción, prevención e intervención en la salud mental de los docentes (Grisales, 2006).

En el presente estudio no se encontró artículos aventurados a investigar el fenómeno por un tiempo prolongado, este aspecto da cuenta de la necesidad de realizar estudios de carácter longitudinal, en donde se permita realizar un seguimiento de las variables estudiadas a lo largo del tiempo, con el fin de identificar las condiciones intervinientes de mayor auge en la salud mental en docentes (López y Prendes, 2017).

Enfoques de abordaje de la salud mental en docentes

Teniendo en cuenta el objetivo de este estudio, se describen los hallazgos respecto a dos enfoques de salud mental en docentes, el primero es el de salud mental centrado en la enfermedad y el segundo pertenece al de salud mental positiva.

Enfoque de salud mental centrado en la enfermedad. El enfoque centrado en la enfermedad se orienta en la pérdida de la salud, la presencia de fenómenos evocadores de signos, síntomas, daños y problemáticas de salud mental en la persona, lo cual desencadena

en un estado crónico de enfermedad o su muerte prematura (Cratsley y Mackey, 2018). En la presente investigación predomina una mirada de salud mental centrada en la enfermedad a partir de la revisión de los estudios, el porcentaje perteneciente a estos es de 70% (Tabla 1). Esto es coherente con la visión de Fernández (2014), quien expone la salud mental de los docentes enfocada a una alta prevalencia de enfermedades mentales, ocupando el lugar número uno en la morbilidad de los profesores de muchos países; en España, por ejemplo, el 30% de docentes padecen problemáticas a nivel mental, siendo las más comunes el síndrome de agotamiento (Burnout), la enfermedad depresiva, las reacciones de ansiedad y los fenómenos fóbicos, los trastornos psicósomáticos, y la sintomatología paranoide; datos que se articulan a los resultados de esta investigación, donde se encontró preponderancia de problemáticas como el síndrome de Burnout (20%) y trastornos mentales comunes (13%).

TABLA 1.
Artículos con enfoque centrado en la enfermedad.

Autores	Años	Temática de estudio	Número de estudios (n =)	Porcentaje (%)
Reynaldos et al.	2015			
Marengo-Escuderos y Ávila-Toscano	2016	Burnout/ Síndrome de agotamiento laboral.	6	20%
García et al.	2017			
Menghi et al.	2019			
Palacios y Pernas	2019			
Cassandre	2011			
Aldrete et al.	2013			
Boas & Morin	2014	Condiciones laborales precarias asociadas a factores de riesgo.	6	20%
Irigoyen y Martínez	2015			
Palacios y Montes	2017			
De Albuquerque et al.	2018			
Andrade et al.	2014	Trastornos mentales comunes y enfermedades físicas.	4	13,33%
Ferreira et al.	2015			
Carlotto & Gonçalves Silva	2015			
Gómez-Ortiz y Moreno	2010	Factores de riesgo psicosocial.	3	10%
Acosta-Fernández et al.	2017			
Rubio-González et al.	2019			
Gómez-Restrepo et al.	2010	Violencia en el contexto escolar y hacia docentes.	2	6,67%
Lima et al.	2017			
			Total: 21 de 30 artículos	Porcentaje total: 70%

Fuente: Autores.

La presencia de dichas enfermedades es preocupante, porque pueden evolucionar a una categoría de enfermedades profesionales o laborales. Por ello, [Legua \(2020\)](#) alertan sobre los síndromes de estrés laboral y de Burnout, siendo temáticas de especial atención, al generar un elevado coste a nivel individual, organizacional y social en el ámbito educacional.

Un tema sobresaliente fue el de las condiciones laborales a las que son sometidos los docentes, donde un 20% de los artículos revelan condiciones de trabajo como demandas excesivas de trabajo y explotación, bajos estímulos académicos, exigencia de alta productividad, etc. Respecto a esto, [Irigoyen y Martínez \(2015\)](#) acreditan la presencia de un 91% de docentes obligados a cumplir con programas pedagógicos en tiempos impuestos por la institución, debiendo cubrir determinado número de cursos, clases y proyectos de investigación, lo cual genera influencia en salud física (disfonía, afectaciones musculoesqueléticas y lumbalgia) y mental (ansiedad, estrés, depresión y trastornos del sueño), mostrando una prevalencia (baja) de la ansiedad con una tasa de afectación del 18%. A continuación, se expone lo encontrado en los artículos revisados sobre este enfoque:

- En relación al enfoque de salud mental centrado en la enfermedad, se reconoce la existencia de características, rasgos o exposiciones de individuos, familias, grupos o comunidades (en este caso los docentes) que aumenta su probabilidad de sufrir una enfermedad o lesión, a estos se le denomina factores de riesgo ([OMS, 2013](#)). A partir del análisis realizado a los artículos incluidos en la presente revisión sistemática, se identificaron como factores de riesgo para la salud mental de los docentes: la insatisfacción laboral ([Aldrete et al., 2013](#)), explotación laboral ([Ferreira et al., 2015](#)), roles desconfigurados en el lugar de trabajo, cambio reciente en la gobernanza escolar, terrorismo, guerra, violencia escolar, consumo y tráfico de estupefacientes ([Lima et al., 2017](#)), despersonalización de su rol como docentes, agotamiento emocional, tensión interpersonal y la prevalencia de trastornos mentales comunes ([Gómez-Restrepo et al., 2009](#); [Palacios y Pernas, 2019](#)).
- Otros autores también han estudiado los factores de riesgo existentes en el trabajo, como por ejemplo [Herranz \(2018\)](#), quien indica a las condiciones sociales, culturales, económicas, políticas y ambientales como perturbaciones significativas de la salud mental, debido a constantes cambios en el mundo laboral, la reestructuración productiva y las relaciones precarias entre los miembros de un contexto de trabajo. Asimismo, la [Kestel \(2022\)](#) describe factores del entorno laboral intervinientes en la salud mental, entre los cuales prevalecen nuevamente las condiciones laborales como horarios de trabajo rígidos, acoso psicológico, interacción inadecuada entre el equipo de trabajo, entorno organizativo y directivo, escaso poder de decisión del trabajador, bajos niveles de apoyo social a la comunidad, entre otras circunstancias. Es así como, los anteriores factores tienen consecuencias negativas para la salud mental de los docentes, como: estrés laboral, ansiedad, depresión y neurosis, entre otros; problemáticas que a su vez a nivel psicológico tienen efectos reflejados a nivel fisiológico en enfermedades como gastritis, úlceras, colon irritable, entre otras ([Reynaldos et al., 2015](#)).

En conclusión, múltiples alteraciones a la salud mental y física de los docentes pueden adquirirse en el trabajo y existe una probabilidad de no poder revertir estas enfermedades, por lo cual, se plantea la necesidad de gestionar los peligros y manifestaciones tempranas de alteraciones en la salud mental en las instituciones educativas, ofreciendo condiciones las cuales permitan el desarrollo físico y mental de los docentes (Moncada, 2019).

Enfoque de salud mental positiva. El segundo enfoque identificado en esta revisión, pertenece al de salud positiva, expositor de la salud mental como el funcionamiento óptimo de la persona, donde se potencie sus cualidades y se facilite el desarrollo personal máximo (Cratsley y Mackey, 2018), en concordancia la OMS (2022) la define como un estado de bienestar donde las personas son capaces de hacer frente a su vida normal, trabajar productivamente y aportar a su comunidad, siendo la base para el bienestar individual y colectivo.

Referente a este enfoque, los resultados de este estudio arrojaron que en comparación con el centrado en la enfermedad, este tiene una tasa de prevalencia baja con nueve artículos, significando el 30% en total de artículos analizados. Se evidencia como temática sobresaliente el de calidad de vida (16.67%), y el bienestar, conductas promotoras de la salud y trabajos de intervención con un 3.33% cada uno (Tabla 2). A partir de lo encontrado, se está en total acuerdo cuando Vázquez-Colunga et al. (2017), afirman que el estudio de la salud mental en el trabajo cuenta con muy buenas investigaciones, aportantes de pautas para una buena salud mental, no obstante la mayoría como se pudo evidenciar en este estudios (70%) se enfocan en la psicopatología como principal indicador en la salud mental.

TABLA 2.
Artículos con enfoque de salud mental positiva.

Autores	Años	Temática de estudio	Número de estudios (n =)	Porcentaje (%)
Souza y Da Costa	2011			
Da Silveira et al.	2011			
Machado et al.	2011	Calidad de vida.	5	16.67%
Muñoz y Lucero	2013			
Canales-Vergara et al.	2018			
Ribeiro et al.	2012	Relevancia proyectos de intervención.	1	3.33%
Sánchez y Martínez	2014	Bienestar y factores sociodemográficos.	1	3.33%
Villamizar et al.	2015	Conductas salutogénicas a partir del modelo de creencias.	1	3.33%
Triviño-Vargas y López-Hurtado	2018	Conductas promotoras de la salud mental.	1	3.33%
			Total: 9 de 30 artículos	Porcentaje total: 30%

Fuente: Autores.

Por esta razón, desde el presente estudio se rescata la importancia de modelos como el de Salud Mental Positiva Ocupacional-SMPO, el cual apunta a un abordaje auténticamente positivo de la salud mental, centrado en la promoción, en factores salutogénicos o eugenésicos, adaptable a cualquier ámbito laboral, en este caso el docente. Para lograr lo anterior, el SMPO comprende una estructura de seis factores: bienestar personal en el trabajo, relaciones interpersonales positivas en el trabajo, filosofía de vida laboral, empoderamiento en el trabajo, fortalezas personales en el trabajo, e inmersión en la tarea. El modelo es integrador e innovador, ya que también incluye cuatro dimensiones para el abordaje humano: cognitiva, socioafectiva, comportamental y espiritual. Este modelo por factores y dimensiones es de gran utilidad, aportando al cumplimiento de la definición del Comité mixto OIT/OMS sobre salud mental ocupacional, quien la define como: el fomento y la mantención del más alto nivel de bienestar mental, la prevención del daño a la salud y la protección integral en el empleo contra los riesgos (Kestel, 2019). En la [Tabla 2](#), de acuerdo al enfoque positivo de salud mental abordado anteriormente, se presentan los hallazgos de los artículos revisados en este estudio.

En relación con el enfoque de salud mental positiva, existen características detectables en individuos, familias, grupos o comunidades (en este caso los docentes), las cuales auspician el desarrollo humano, mantienen o recuperan la salud y reducen la vulnerabilidad en general, a estas características se les denomina factores protectores (Páramo, 2011). En el análisis realizado de los artículos incluidos en la presente revisión sistemática, se identificaron como factores protectores de la salud mental en la población docente, la estabilidad contractual, el soporte institucional, liderazgo participativo, la adecuada administración del tiempo libre, alta realización personal, calidad de vida (Ferreira et al., 2015), apoyo social (Irigoyen y Martínez, 2015), autopercepciones positivas, las capacitaciones para mejorar prácticas educativas (Ribeiro et al., 2012), y manejo de violencia (Lima et al., 2017), entre las que se encuentran las actividades lúdicas (García et al., 2017), recreativas, deportivas (Gómez-Ortíz y Moreno, 2010), y el desarrollo de la resiliencia y el fortalecimiento de conductas promotoras de salud (Triviño-Vargas y López-Hurtado, 2018). Estos hallazgos se complementan de manera óptima con la propuesta de promoción de la salud mental en el trabajo y el modelo de SMPO, el cual establece una perspectiva ecológica integradora de todos los aspectos y sistemas que permean la vida humana en y con su entorno laboral, promoviendo así una mayor cantidad y calidad de indicadores positivos de salud mental y siendo el contexto laboral un entorno de bienestar integral para los docentes (Vázquez-Colunga et al., 2017).

Instrumentos de evaluación en Salud Mental

De los artículos revisados, se evidencian diversas pruebas e instrumentos utilizados para medir la salud mental y su frecuencia de uso, como se puede evidenciar en la [Tabla 3](#).

TABLA 3.

Instrumentos para la medición de salud mental en docentes y enfoque de salud mental.

	Instrumento	Autores	Porcentaje de citación (%)	Enfoque de salud mental
Porcentaje de citación (%)	Cuestionario general de salud de Goldberg (GHQ30 y 28), versión abreviada (GHQ12) y adaptaciones.	Goldberg (1981)	19.35%	CE
5%	Inventario de Burnout de Maslach (MBI).	Maslach et al. (1996)	19.35%	CE
5%	Self reporting Questionnaire 20 (SRQ 20).	Beusenberget al. (1994)	9.68%	CE
3%	Encuesta de salud de forma breve 36 (SF 36).	Alonso et al. (1995)	9.68%	CE
3%	Cuestionario de Calidad de Vida (WHOQOL-BREF).	WHO (1996)	6.45%	SMP
5%	Sentimiento de autoeficacia en el profesor.	Tschannen-Moran & Johnson (2011)	6.45%	SMP
5%	Cuestionario Calidad de Vida Profesional (CVP 35).	Cabezas (2000)	3.23%	SMP
3%	Cuestionario de Factores Psicosociales en el Trabajo académico (FPSIS Académico).	Silva (2006)	3.23%	CE
3%	Escala de estrés percibido.	Cohen et al. (1983)	3.23%	CE
3%	Inventario de Violencia y Acoso en el Trabajo (IVAPT).	Pando et al. (2006)	3.23%	CE
3%	Batería de evaluación de riesgos psicosociales.	Ministerio de la Protección Social (2010)	3.23%	CE
3%	Escala de esfuerzo, recompensa y compromiso excesivo en el trabajo.	Chor et al. (2008)	3.23%	CE
3%	Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ).	WHO (2010)	3.23%	SMP
3%	Instrumento para medir calidad de vida en el trabajo (CVT-GOHISALO).	González et al. (2010)	3.23%	SMP
3%	Cuestionario de Burnout para Profesores revisado (CBP-R).	Moreno et al. (2001)	3.23%	CE
			Total: 100%	

CE

Nota: *CE: Centrado en la enfermedad; SMP: Salud Mental Positiva. Fuente: Autores.

al: 100%

Coherente a la complejidad del concepto de salud mental, para el estudio de este fenómeno en los docentes de Latinoamérica, se han utilizado una amplia variedad de instrumentos para medición, aunque se destaca el uso repetido de dos instrumentos: el Cuestionario de Salud General (GHQ) con un 19.35% y el Inventario de Burnout de

Maslach (MBI) con el mismo porcentaje. Estos hallazgos son congruentes con la predominancia del enfoque centrado en la enfermedad arrojado en el análisis del presente artículo, en el cual, los instrumentos de medición mayormente utilizados se encaminan a este enfoque; por su parte el Cuestionario de Salud General (GHQ) tiene como objetivo detectar trastornos psiquiátricos no psicóticos, ya sea en atención primaria o en la población general (Goldberg, 1981) y el Inventario de Burnout de Maslach (MBI) tiene por objetivo identificar en qué nivel (bajo, medio y alto) los trabajadores tienen el sentimiento de estar “quemados” (Maslach et al., 1996).

Conforme a lo previo, es clara la importancia de dirigir los esfuerzos para evaluar la salud mental desde una visión integral de todos sus componentes, no solo desde la presencia o ausencia de enfermedad, esto para generar una comprensión limitada del fenómeno en cuestión. Para lograrlo, existe un insumo de gran relevancia, este es el Instrumento Multidimensional Salud Mental Positiva Ocupacional (SMPO-40), basado en el ya descrito Modelo de Salud Mental Positiva Ocupacional (SMPO) (Vázquez et al., 2016); este instrumento ya validado en una población mexicana con 1 047 adultos trabajadores en diferentes empleos, es autoadministrable y consta de 40 reactivos distribuidos en cuatro dimensiones: cognitiva, socioafectiva, comportamental y espiritual, reveladores del 43.55% de la varianza, logrando una perspectiva integral del fenómeno; además, este instrumento ya fue validado en población mexicana, con un Alfa de Cronbach de 0.923 para toda la escala (Vázquez-Colunga, Pando-Moreno et al., 2017), demostrando niveles de validez y confiabilidad adecuados, siendo un instrumento bastante relevante precedentemente utilizado para la descripción del nivel de salud mental positiva ocupacional en docentes.

CONCLUSIONES

El incremento de publicaciones en Latinoamérica desde el año 2014 da cuenta de la salud mental en los docentes como un fenómeno de gran interés e impacto; no obstante, existe un estudio limitado de este fenómeno, puesto que al analizar la prevalencia entre el enfoque centrado en la enfermedad y el de salud mental positiva, sigue primando el enfoque centrado en la enfermedad. Esto es inquietante, por la falta de una visión integral de la salud mental promulgada por los entes internacionales de la salud, relegando a la presencia o ausencia de enfermedad, truncando una comprensión holística del fenómeno. Se exalta la necesidad de construcción y aplicación de políticas públicas de salud mental en las instituciones educativas por parte de los entes administrativos del sector educativo y de la salud; las cuales tengan un enfoque de promoción y prevención de la salud, favoreciendo las condiciones de trabajo (factores de protección) y generando mayor bienestar en la población docente.

Existe la necesidad de avanzar futuras investigaciones con un paso más allá de describir y analizar teóricamente el fenómeno, generando estudios de corte longitudinal y de intervención, con el fin de fomentar una cultura de salud mental en los docentes, teniendo en cuenta una mirada no solo de rehabilitación o enfermedad, sino de promoción y prevención.

Finalmente, se invita a futuras investigaciones del tema, a incluir material de acceso restringido, documentos de instituciones especializadas en salud mental docente, revisiones sistemáticas, resúmenes de congresos, notas informativas, artículos teóricos o de reflexión, actas de reunión, tesis de pregrado o postgrado, publicadas; favoreciendo así, una comprensión amplia de la salud mental en docentes y complementación a la presente revisión.

DECLARACIÓN DE CONFLICTO DE INTERESES

Las autoras declaran no tener conflictos de interés.

REFERENCIAS

- Acosta-Fernández, M., Parra-Osorio, L., Restrepo-García, J., Pozos-Radillo, B., Aguilera-Velasco, M. y Torres-López, T. (2017). Condiciones psicosociales, violencia y salud mental en docentes de medicina y enfermería. *Salud Uninorte*, 33(3), 344–354. <http://dx.doi.org/10.14482/sun.33.3.10893>
- Aldrete, G., León, S., González, R., Medina, E., Contreras, M. y Pérez, B. (2013). El trabajo y la salud mental de las profesoras de preescolar de la zona metropolitana de Guadalajara (México). *Revista Salud Uninorte*, 29(3), 478–486. <http://hdl.handle.net/10584/6750>
- Alonso, J., Prieto, L. y Antó, J. (1995). La versión española del SF-36 Health Survey (Cuestionario de Salud SF-36): un instrumento para la medida de los resultados clínicos. *Medicina Clínica*, 104(20), 771–776. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7783470/>
- Alves, D., Cirera, Y. y Giuliani, A. (2013). Vida con calidad y calidad de vida en el trabajo. *Invenio*, 16(30), 145–163. <https://docer.com.ar/doc/nxx50vs>
- Andrade, A. N., Cardoso, J. P., Alves, A. B., Dos Santos, D., Martins, T. R., Martins, H. B., França, A. C. & Barbosa J. (2014). Saúde na escola: o cuidado com professores. *Revista Ciência em Extensão*, 10(1), 98–107. https://ojs.unesp.br/index.php/revista_proex/article/view/766
- Beusenbergh, M., Orley, J. & WHO. (1994). A User's guide to the self reporting questionnaire. M. Beusenbergh and J. Orley (Comp.), *SRQ*. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/61113>
- Boas, A. y Morin, E. (2014). Bem-estar e sofrimento psicológicos para professores no Brasil e no Canadá. *Revista de Administração Mackenzie*, 15(6), 201–219. <https://doi.org/10.1590/1678-69712014/administracao.v15n6p201-219>
- Cabezas, C. (2000). La calidad de vida de los profesionales. *Revista Formación Mediática Continuada*, 7, 53-68. <https://www.fmc.es/es-numeros-anteriores-2000>

- Canales-Vergara, M., Valenzuela-Suazo, S. y Luengo-Machuca, L. (2018). Calidad de Vida en el trabajo en profesores de colegios públicos de Concepción, Chile. *Enfermería Universitaria*, 15(4), 370–382. <https://doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2018.4.544>
- Carlotto, M. & Gonçalves, S. (2015). Prevalence and risk factors of common mental disorders among teachers. *Journal of Work and Organizational Psychology*, 31(3), 201–206. <https://doi.org/10.1016/j.rpto.2015.04.003>
- Cassandre, M. (2011). Saúde dos docentes dos cursos de strictosensu: os danos causados por imposições do processo avaliativo. *Revista Subjetividades*, 11(2), 779–816. <https://periodicos.unifor.br/rmes/article/view/5002>
- Castillo, K., Deliyore, R., González, V., Madriz, L., Marín, M., Meléndez, L., Montenegro, F., Rodríguez, R., Segura, M. y Solorzano, J. (2018). Análisis epistemológico de la Educación Especial en Costa Rica. *Actualidades Investigativas en Educación*, 18(2), 1–28. <http://dx.doi.org/10.15517/aie.v18i2.33066>
- Chor, D., Werneck, G., Faerstein, E., Alves, M. & Rotenberg, L. (2008). The Brazilian version of the effort-reward imbalance questionnaire to assess job stress. *Cadernos de Saúde Pública*, 24(1), 219–224. <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2008000100022>
- Cohen, S., Kamarck, T. & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385–396. <https://doi.org/10.2307/2136404>
- Contreras, M., Páramo, D. y Rojano, Y. (2020). La teoría fundamentada como metodología de construcción teórica. *Pensamiento y Gestión*, 47, 283–306. <https://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/pensamiento/article/view/12342>
- Cratsley, K. & Mackey, T. (2018). Health policy brief: Global mental health and the United Nations' sustainable development goals. *Families, Systems, & Health*, 36(2), 225–229. <https://doi.org/10.1037/fsh0000329>
- Da Silveira, R., Dos Reis, N., Santos, Á. y Borges, M. (2011). Qualidade de vida de docentes do ensino fundamental de um município brasileiro. *Enfermagem Referência*, serIII(4), 115–123. <http://dx.doi.org/10.12707/RIII1051>
- De Albuquerque, G., Lira, L., Dos Santos, I., Chiochetta, R., de Perna, P. y e Silva, M. (2018). Exploração e sofrimento mental de professores: um estudo na rede estadual de ensino do Paraná. *Trabalho, Educação e Saúde*, 16(3), 1287–1300. <http://dx.doi.org/10.1590/1981-7746-sol00145>
- Fernández, F. (2014). Una panorámica de la salud mental de los profesores. *Revista Iberoamericana de educación*, (66), 19–30. <https://rieoei.org/historico/documentos/rie66a01.pdf>
- Fernández, C., Baptista, P. y Hernández, R. (2018). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill Interamericana.

- Ferreira, R., Da Silveira, A., De Sá, M., Feres, S., Souza, J. & Martins, A. (2015). Trans-torno mental e estressores no trabalho entre professores universitários da área da saúde. *Trabalho, Educação e Saúde*, 13(Suppl. 1), 135–155. <http://dx.doi.org/10.1590/1981-7746-sip00042>
- Gallegos, M., Peralta, C. y Guerrero, W. (2017). Utilidad de los gestores bibliográficos en la organización de la información para fines investigativos. *Formación Universitaria*, 10(5), 77–87. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062017000500009>
- García, A., Escorcía, C. y Pérez, B. (2017). Síndrome de Burnout y sentimiento de autoeficacia en profesores universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 5(2), 65–126. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2017.v5n2.170>
- Gholamitooranposhti, M. (2012). Teachers' Mental Health. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 69, 1295–1301. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.12.065>
- Goldberg, D. (1981). *Cuestionario de Salud General de Goldberg (GHQ-28)*. NFER-NELSON.
- Gómez, M. y Calderón, P. (2017). Salud mental en el trabajo: entre el sufrimiento en el trabajo y la organización saludable. *Katharsis*, (23), 189–217. <https://doi.org/10.25057/25005731.871>
- Gómez-Ortiz, V. y Moreno, L. (2010). Factores psicosociales del trabajo (demanda-control y desbalance esfuerzo-recompensa) salud mental y tensión arterial: un estudio con maestros escolares en Bogotá, Colombia. *Universitas Psychologica*, 9(2), 393–408. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy9-2.fptd>
- Gómez-Restrepo, C., Padilla, A., Rodríguez, V., Guzmán, J., Mejía, G., Avella-García, C. y González, E. (2010). Influencia de la violencia en el medio escolar y en sus docentes: estudio en una localidad de Bogotá, Colombia. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 39(1), 22–44. [https://doi.org/10.1016/S0034-7450\(14\)60235-3](https://doi.org/10.1016/S0034-7450(14)60235-3)
- González, R., Hidalgo, G., Salazar, J. y Preciado, M. (2010). Elaboración y validación del instrumento para medir calidad de vida en el trabajo “CVT-Gohilo”. *Ciencia y Trabajo*, 12(36), 332–340. <https://www.cienciaytrabajo.cl/>
- González, E. y Pérez, E. (2011). Factores de Riesgo Laboral y la Salud Mental en Trabajadores de la Salud. *Psicología Iberoamericana*, 19(2), 67–77. <https://doi.org/10.48102/pi.v19i2.232>
- Grisales, H. (2006). Usos y limitaciones de los métodos de análisis multivariados en la investigación epidemiológica. *Investigaciones Andina*, 8(13), 81–84. <https://digitk.areandina.edu.co/handle/areandina/315>
- Hernández-Holguín, D. (2020). Perspectivas conceptuales en salud mental y sus implicaciones en el contexto de construcción de paz en Colombia. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(3), 929–942. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020253.01322018>

- Herranz, T. (2018). Psicodrama: Un escenario al servicio de la clínica. *Revista Clínica Contemporánea*, 9(2), 1–20. <https://doi.org/10.5093/cc2018a12>
- Irigoyen, F. y Martínez, S. (2015). Estímulos económicos, productividad y salud en docentes de la Universidad Autónoma Benito Juárez de Oaxaca. *Salud de los Trabajadores*, 23(2), 127–136. <http://servicio.bc.uc.edu.ve/multidisciplinarias/saldetrab/>
- Kestel, D. (2019, 22 de enero). Salud mental en el lugar de trabajo: orientaciones a nivel mundial. OMS. <https://www.who.int/es/news-room/commentaries/detail/mental-health-in-the-workplace>
- Legua, M. (2020). *La enfermedad profesional y su interconexión con el accidente de trabajo*. [Tesis doctoral, Universitat de València]. RODERIC. https://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/75154/tesis%203.2.1_v7.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Lima, A., Coêlho, V. & Ceballos, A. (2017). Violência na escola e transtornos mentais comuns em professores. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, (18), 31–36. <https://dx.doi.org/10.19131/rpesm.0189> aparece como Lima
- Machado, E., Resende, P., Aparecida, C., Macedo, L. & Ferreira, V. (2011). Qualidade de vida dos docentes: um estudo de caso. *Revista Universidade Vale do Rio Verde*, 9(2), 255–263. <http://dx.doi.org/10.5892/214>
- López, P & Prendes, M. (2017). Estudio longitudinal sobre tutoría académica flexible en la universidad. *Profesorado, Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 21(4), 259–278. <https://doi.org/10.30827/profesorado.v21i4.10055>
- Macintyre, A., Ferris, D., Gonçalves, B. & Quinn, N. (2018). What has economics got to do with it? The impact of socioeconomic factors on mental health and the case for collective action. *Palgrave Communications*, 4(1), 1–5. <https://doi.org/10.1057/s41599-018-0063-2>
- Marenco-Escuderos, A. y Ávila-Toscano, J. (2016). Burnout y problemas de salud mental en docentes: diferencias según características demográficas y sociolaborales. *Psicología: Avances de la Disciplina*, 10(1), 91–100. <https://doi.org/10.21500/19002386.2469>
- Maslach, C., Jackson, S. & Leiter, M. (1996). *Maslach Burnout Inventory*. Consulting Psychologists Press.
- Menghi, M., Rodríguez, L. y Oñate, M. (2019). Diferencias en los valores de las dimensiones del burnout en educadores con y sin síntomas o problemas de salud. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 179–197. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.338>
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J. & Altman, D. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *BMJ*, 339, 1–8. <https://doi.org/10.1136/bmj.b2535>
- Moncada, L. (2019). *Factores de riesgo psicosocial en docentes del sector rural del municipio de Saboyá, Boyacá*. [Tesis de pregrado, Universidad Externado de Colombia]. Repositorio Institucional. <https://bdigital.uexternado.edu.co/handle/001/1777>

- Moreno, B., Garrosa, E. y González, J. (2001). Evaluación específica de los procesos de Burnout: Burnout del profesorado y de enfermería. *Revista Interamericana de Psicología Ocupacional*, 20(1), 36–54. <http://209.97.135.77/index.php/RPO/article/view/44/44>
- Muñoz, M. y Lucero, B. (2013). Calidad de vida profesional de trabajadoras de una escuela de estudiantes con discapacidades múltiples. *Salud de los Trabajadores*, 21(2), 151–162. <http://hdl.handle.net/20.500.12424/833985>
- OMS. (2022, 17 de junio). Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. OMS. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- OMS. (2020). *Documentos básico. 49a Edición 2020*. OMS. Recuperado de https://www.who.int/governance/eb/who_constitution_sp.pdf
- OMS. (2013). *Plan de acción sobre salud mental 2013-2020*. OMS. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/97488/9789243506029_spa.pdf?sequence=1
- Page, M., McKenzie, J., Bossuyt, P., Boutron, I., Hoffmann, T., Mulrow, C., Shamseer, L., Tetzlaff, J., Akl, E., Brennan, S., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J., Hróbjartsson, A., Lalu, M., Li, T., Loder, E., Mayo-Wilson, E., Mc-Donald, S., McGuinness, L., Stewart, L., Thomas, J., Tricco, A., Welch, V., Whiting, P. & Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *International Journal of Surgery*, 88, 1–9. <https://doi.org/10.1016/j.ijso.2021.105906>
- Palacios, M. y Montes, V. (2017). Condiciones de Trabajo y Estrés en Académicos Universitarios. *Ciencia & trabajo*, 19(58), 49–53. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492017000100049>
- Palacios, B. y Pernas, I. (2019). Estrés y burnout en docentes de la facultad de psicología. *Revista Cubana de Educación Superior*, 38(4), 1–19. <http://www.rces.uh.cu/index.php/RCES/article/view/332>
- Pando, M., Aranda, C., Preciado, L., Franco, S. & Salazar, J. (2006). Validez y Confianza del Inventario de Violencia y Acoso Psicológico en el Trabajo (IVAPT-Pando). *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 11(2), 319–332. <https://revistacneip.org/index.php/cneip/issue/archive>
- Páramo, D. (2015). La teoría fundamentada (Grounded Theory), metodología cualitativa de investigación científica. *Pensamiento & gestión*, (39), 1–8. <https://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/pensamiento/article/download/8439/7936>
- Páramo, M. (2011). Factores de Riesgo y Factores de Protección en la Adolescencia: Análisis de Contenido a través de Grupos de Discusión. *Terapia psicológica*, 29(1), 85–95. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082011000100009>

- Pérez, C. (2010). *La estadística como herramienta en la investigación psicológica: un estudio exploratorio*. [Tesis de maestría, Universidad de Granada]. Repositorio Institucional UGR. <https://www.ugr.es/~batanero/pages/ARTICULOS/Cuauhtemo.pdf>
- República de Colombia. Ministerio de la Protección Social. (2010). *Batería de instrumentos para la evaluación de factores de riesgo psicosocial*. Ministerio de la Protección social. https://static.wixstatic.com/ugd/e3ca53_0532afa4c42c4f0ba5e1bc6e730e78a1.pdf
- Reynaldos, C., Gray, N. y Alfaro, B. (2015). Riesgo en salud mental y burnout en docentes de establecimientos municipales. *UCMaule*, (49), 9–22. <http://revistaucmaule.ucm.cl/article/view/24>
- Ribeiro, S., Martins, C., Mossini, F., Pace, J. & Lemos, L. (2012). Intervenção em uma escola estadual de ensino fundamental: ênfase na saúde mental do professor. *Revista Mal Estar e Subjetividade*, 12(3-4), 905–924. <https://periodicos.unifor.br/rmes/article/view/5073>
- Rubio-Gonzalez, J., Andrade, P., Fravvega, G., Macalusso, S. y Soto, A. (2019). Factores psico-socio-ambientales asociados al estrés laboral en profesores chilenos del ámbito rural y urbano. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 300–311. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.358>
- Sánchez, C. y Martínez, S. (2014). Condiciones de trabajo de docentes universitarios, satisfacción, exigencias laborales y daños a la salud. *Salud de los Trabajadores*, 22(1), 19–28. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=375839308003>
- Silva, E. (2015). Adoecimento e sofrimento de professores universitários: dimensões afetivas e ético-políticas. *Psicologia: teoria e prática*, 17(1), 61–71. <http://dx.doi.org/10.15348/1980-6906/psicologia.v17n1p61-71>
- Silva, N. (2006). *Factores psicosociales y desgaste profesional en académicos del Centro Universitario de Ciencias Biológicas Agropecuarias*. [Tesis de Doctorado, Universidad de Guadalajara]. Repositorio institucional. <https://www.scienceopen.com/document?vid=dd7ffa48-526e-4059-9e05-7f06a85e5797>
- Souza, J. y Da Costa, D. (2011). Qualidade de vida de uma amostra de profissionais de educação física. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 60(1), 23–27. <http://dx.doi.org/10.1590/S0047-20852011000100005>
- Strauss, A & Corbin, J. (1990). *Basics of Qualitative Research: Techniques and Procedures for Developing Grounded Theory*. Sage Publications.
- Tschannen-Moran, M. & Johnson, D. (2011). Exploring literacy teachers' self-efficacy beliefs: Potential sources at play. *Teaching and Teacher Education*, 27(4), 751–761. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2010.12.005>

- Triviño-Vargas, Z. y López-Hurtado, M. (2018). Factores predictores de conductas promotoras de salud en docentes de enfermería de tres universidades de Cali, Colombia. *Universidad y Salud*, 20(2), 160–170. <https://doi.org/10.22267/rus.182002.120>
- Vázquez, J., Pando, M., Colunga, C., Enríquez, C., Maldonado, I. y Gonzáles, M. (2016). Nivel de salud mental positiva ocupacional en profesores universitarios. *Revista Educarnos*, 6, 135–148. <https://revistaeducarnos.com/wp-content/uploads/2017/06/articulo-julio-cesar.pdf>
- Vázquez-Colunga, J., Pando-Moreno, M. & Colunga-Rodríguez, C. (2017). Psychometric Properties of OPMH-40, a Survey for the Evaluation of the Occupational Positive Mental Health. *Psychology*, 8(3), 424–435. <https://doi.org/10.4236/psych.2017.83026>
- Vázquez-Colunga, J., Pando-Moreno, M., Colunga-Rodríguez, C., Preciado-Serrano, M., Orozco-Solís, M., Ángel-González, M. y Vázquez-Juárez, C. (2017). Saúde Mental Positiva Ocupacional: proposta de modelo teórico para abordagem positiva da saúde mental no trabalho. *Saúde e Sociedade*, 26(2), 584–595. <https://doi.org/10.1590/S0104-12902017169061>
- Velandia, P. (2014). *La salud mental docente como enfermedad profesional*. Instituto Latinoamericano de Altos Estudios. <https://ilae.edu.co/ilae-laravel/public/index.php/files/book-pdf/20140724132148313892066.pdf>
- Villamizar, D., Padilla, S. y Mogollón, O. (2015). Contexto de la salud mental en docentes universitarios. Un aporte a la salud pública. *Revistas CES salud pública*, 6(2), 146-159. https://revistas.ces.edu.co/index.php/ces_salud_publica/article/view/3104
- WHO. (2010). *Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud*. WHO. http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44441/9789243599977_spa.pdf?sequence=1
- WHO. (1996). *WHOQOL-BREF: introduction, administration, scoring and generic version of the assessment. Field trial version December 1996*. WHO. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/63529>

Evelyn Dayana Titistar Cruz es egresada del programa de Psicología de la Universidad de Nariño (Colombia), con estudios en la rama de la psicología organizacional y psicología clínica con enfoque cognitivo-comportamental. Diplomado en investigación (cursando). ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8829-1356>

Johana Madelyn Matabanchoy Salazar es Psicóloga de la Universidad de Nariño (Colombia). Especialista en Seguridad y Salud en el trabajo de la Universidad de Nariño. Maestrante en Psicología de la Universidad del Valle (Colombia). Docente de la Universidad de Nariño. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3831-7252>

Oriana Teresa Ruiz Bravo es Psicóloga de la Universidad de Nariño (Colombia). Magister en Promoción y Prevención en Salud Mental de la Universidad de Nariño. Maestrante en Psicología de la Universidad del Valle (Colombia). Docente de la Universidad de Nariño. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5067-2292>