

# Aportes y desafíos de la psicología en la era de la incertidumbre



Mercedes Gabriela Orozco Solís  
Héctor Rubén Bravo Andrade  
Norma Alicia Ruvalcaba Romero  
Erika Yadira Macías Mozqueda

*Coordinadores*

# **Aportes y desafíos de la psicología en la era de la incertidumbre**

Los capítulos que conforman la presente obra fueron evaluados por dos revisores en formato doble ciego, quienes realizaron observaciones que fueron atendidas por los autores previo a la publicación. Los y las docentes que participaron como evaluadores se enlistan a continuación.

**Dra. Cecilia Colunga Rodríguez**

*Centro Universitario de Ciencias de la salud  
Universidad de Guadalajara*

**Dr. David Jasso Velázquez**

*Universidad Autónoma de Zacatecas*

**Dra. Dora Yolanda Ramos Estrada**

*Instituto Tecnológico de Sonora*

**Dra. Elena Rodríguez Naveiras**

*Universidad de La Laguna  
España*

**Dr. Erwin R. Villuendas González**

*Universidad Michoacana de San Nicolás  
de Hidalgo*

**Dr. Jesús Cabral Araiza**

*Centro Universitario de la Costa  
Universidad de Guadalajara*

**Dr. Jesús Cisneros Herrera**

*Universidad Autónoma del Estado  
de Hidalgo*

**Dr. Jorge Valadez García**

*Centro Universitario de Ciencias de la salud  
Universidad de Guadalajara*

**Dr. José Luis Ruíz Sandoval**

*Centro Universitario de Ciencias de la salud  
Universidad de Guadalajara*

**Mtra. María de la Luz Aviña Jiménez**

*Centro Universitario de la Costa  
Universidad de Guadalajara*

**Dra. María Elena Rincón Aguirre**

*Universidad Juárez Autónoma de Tabasco*

**Dra. María Úrsula Palos Toscano**

*Escuela Normal Superior de Especialidades  
Secretaría de Educación Jalisco*

**Dra. Norma Angélica Ortega Andrade**

*Universidad Autónoma del Estado de  
Hidalgo*

**Dr. Pedro Palacios Salas**

*Universidad Autónoma de Aguascalientes*

**Mtra. Rosa Isela Cerda Uc**

*Universidad Autónoma de Yucatán*

**Dr. Sergio Galán Cuevas**

*Universidad Autónoma de San Luis Potosí*

**Dra. Zenona Jezabel Hernández Leyva**

*Universidad Autónoma de Zacatecas*

# Aportes y desafíos de la psicología en la era de la incertudumbre

Mercedes Gabriela Orozco Solís  
Héctor Rubén Bravo Andrade  
Norma Alicia Ruvalcaba Romero  
Erika Yadira Macías Mozqueda  
*COORDINADORES*



UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA  
Centro Universitario de Ciencias de La Salud

Primera edición, 2022



D.R. © 2022, UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA  
Centro Universitario de Ciencias de La Salud  
Sierra Mojada 950, Col. Independencia  
C.P. 44340, Guadalajara, Jalisco, México

ISBN: 978-84-18791-88-8

Editado y hecho en México  
*Edited and made in Mexico*

# Contenido

<b>Prólogo</b> . . . . .	7
Mercedes Gabriela Orozco Solís y Héctor Rubén Bravo Andrade	
<b>Capítulo 1.</b> Impacto de la pandemia, post-covid-19 en la salud mental y estilos de vida . . . . .	11
Claudia Adriana Calvillo Ríos, Andrea Patricia Náñez Juárez, Miguel Omar Muñoz Domínguez y Mónica Rodríguez Ortiz	
<b>Capítulo 2.</b> Educación positiva: orientación a docentes en la intervención educativa desde la psicología positiva en tiempos de pandemia por covid-19. . . . .	37
Norma Angélica Ortega Andrade, Rubén García Cruz, Yéssica Martínez Soto y Yaralin Aceves Villanueva	
<b>Capítulo 3.</b> Estudios, modelos y programas de intervención de la inteligencia emocional en estudiantes de diferentes niveles educativos . . . . .	53
Erika Yadira Macías Mozqueda, Norma A. Ruvalcaba Romero, Mercedes Gabriela Orozco Solís y Héctor Rubén Bravo-Andrade	
<b>Capítulo 4.</b> Neurodiversidad, inclusión y permanencia en la educación superior. . . . .	73
Teresita J. Villaseñor Cabrera, Miriam E. Jiménez Maldonado, Alicia Martínez Ramos y Aimée Argüero Fonseca	
<b>Capítulo 5.</b> Reflexión de la competencia lectora, financiera y de pensamiento crítico durante el confinamiento por la pandemia como impulsores del desarrollo . . . . .	97
Silvia del Carmen Miramontes Zapata, Rosalía de la Vega Guzmán y Sonia Betancour Zambrano	

<b>Capítulo 6.</b> La formación profesional en psicología en la era post-pandemia por covid-19. Experiencia docente . . . . .	119
María Elena Urdiales Ibarra, María Margarita Barak Velásquez y Lilia Guadalupe López Arriaga	
<b>Capítulo 7.</b> Elaborar el dolor por la ausencia del ser amado en tiempos de pandemia: un reto para la intervención . . . . .	139
Antonia Iglesias Hermenegildo, Ruth Vallejo Castro, Patricia Prieto y José Jesús Serrano Ruiz	
<b>Capítulo 8.</b> Apoyo social, salud mental y retos de mujeres al experimentar la etapa perinatal durante la pandemia por covid-19 en México . . . . .	155
Bruma Palacios Hernández, María de la Luz Pérez Padilla, Frida Michelle Benítez Domínguez, Daniel Reyes Lara, Iris Aydde Alvizo López, María del Carmen Quevedo Marín y Gabriela López Aymes	
<b>Capítulo 9.</b> Sintomatología asociada a la ansiedad por covid-19 en padres tabasqueños . . . . .	179
Aline Aleida del Carmen Campos Gómez, Claudia Lucía Guillén Caballero, María Ángela Gómez Pérez, Mireya Hernández Reyes y Olga Gálvez Murillo	
<b>Capítulo 10.</b> Adolescentes y visión del futuro en tiempos de pandemia . . . . .	201
Doris Castellanos Simons, María de los Dolores Valadez Sierra, Gabriela López Aymes, Grecia Emilia Ortiz Coronel y Adriana Castañeda Barajas	
<b>Capítulo 11.</b> Sueño en adolescentes durante la pandemia por covid-19: revisión sistemática . . . . .	225
Bernarda Téllez Alanís y Alicia Martínez Ramos	
<b>Capítulo 12.</b> Factores psicosociales de riesgo durante la pandemia por covid-19 desde la perspectiva de docentes de educación superior . . . . .	257
Sonia Villagrán Rueda, Cecilia Colunga Rodríguez, Mario Ángel González, Claudia Liliana Vázquez Juárez, Bertha Alicia Colunga Rodríguez, Mónica Adriana Vasconcelos Ramírez, Rocío Zariñana Herrejón y Linda Julieta Reyes Mancilla	

## Prólogo

La pandemia por covid-19 ha generado un impacto significativo en distintas esferas de la vida del ser humano, donde aspectos como salud, economía y educación, entre otros, se han visto fuertemente alterados. A pesar de que la gravedad y características de la pandemia han cambiado después de dos años de su inicio, las repercusiones en la salud y el bienestar de las personas siguen presentes.

La salud mental en particular es una de las áreas más afectadas por las condiciones que han derivado de la pandemia. Un evento caracterizado por un importante sentido de pérdida y cambio en distintos ámbitos de la vida. Uno de los componentes de la pandemia que ha traído mayor dificultad para las personas es el propio sentido de incertidumbre que implica, dado que su existencia puede generar cambios trascendentales a nivel económico, social e incluso vital de las personas. Los cambios y pérdidas generados por la pandemia han favorecido que en estos dos últimos años se haya observado un aumento significativo de problemas de salud mental relacionados con ansiedad y depresión en distintas poblaciones.



Desde la psicología es posible reconocer que se requiere abordar las consecuencias psicosociales derivadas de la pandemia de manera urgente, buscando restaurar la salud y promover la recuperación del bienestar. Asimismo, otra tarea pendiente es reflexionar sobre el aporte que puede hacerse para favorecer el desarrollo de los recursos psicosociales necesarios para la adaptación a la realidad de este contexto de pandemia, un evento que parece que pasará a formar parte de nuestra vida. Un paso fundamental para comenzar a abordar estas dos necesidades es promover espacios para que los académicos e investigadores compartan aportes y experiencias orientadas a afrontar los grandes retos que enfrenta la psicología en el contexto de la pandemia.

Es ante estas grandes necesidades que nos dimos a la tarea de consolidar, en el presente libro, conocimientos, reflexiones y experiencias generadas por los integrantes de los cuerpos académicos que conforman la Cátedra CUMEX. El contenido incluye resultados de revisión, reflexión e investigación sobre temáticas relacionadas con las problemáticas generadas a partir de la pandemia por covid-19. Lo anterior permitirá proveer el análisis y la investigación orientados a profundizar en los principales aportes y desafíos que tiene la psicología en el presente contexto de pandemia.

El libro comienza con un capítulo de reflexión sobre el impacto que ha tenido la pandemia en la salud mental y estilos de vida de las personas, profundizando en los cambios que se han generado a partir de este evento. Dentro del capítulo se plantean los impactos que ha tenido la pandemia en la forma como pensamos, sentimos y nos involucramos en nuestras actividades cotidianas.

El siguiente capítulo comienza a profundizar en las necesidades que se han generado en la educación a partir de la pandemia por covid-19. En particular, en su contenido se reflexiona sobre la necesidad de que el docente de educación superior tenga formación en psicología positiva para favorecer un mejor ajuste en sus estudiantes y reducir el impacto del contexto adverso derivado de este evento.

En relación con el tema de la educación, el tercer capítulo presenta una revisión donde se analiza la relevancia que tiene para el proceso educativo la inteligencia emocional de los estudiantes, particularmente en los tiempos de pandemia.

De igual manera, en el siguiente capítulo se plantea una reflexión sobre la necesaria consideración e inclusión de la neurodiversidad en la educación superior, particularizando sobre los ajustes que deben hacerse para promover la continuidad de estos estudiantes.

Por su parte, en el quinto capítulo se proporciona una reflexión profunda sobre la necesidad de promover la competencia lectora, financiera y de pensamiento crítico como elementos que pueden favorecer el ajuste y desarrollo de los estudiantes en el contexto de pandemia.

Se continúa con un capítulo que presenta resultados de investigación donde se analizan las necesidades de formación profesional en psicología en el contexto de post-pandemia. Entre sus resultados se presentan las necesidades que los docentes de psicología identifican en sus estudiantes sobre conocimientos, habilidades, actitudes e infraestructura desde la realidad post-pandemia.

El séptimo capítulo es otro resultado de investigación donde se hace un análisis de tres situaciones de pérdida de seres queridos presentadas durante la etapa de pandemia desde postulados teóricos para identificar las características y principales dificultades que implican para el proceso de duelo.

En el siguiente capítulo se presentan los resultados de dos investigaciones cualitativas realizadas con mujeres en etapa perinatal durante la pandemia, buscando analizar la percepción del apoyo social, la salud mental y los retos que afrontaron.

Relacionado con este mismo tema, en el capítulo noveno se plantean resultados de una investigación donde se analizaron las alteraciones en la salud mental y sintomatología ansiosa encontrada en padres tabasqueños durante la pandemia, profundizando en el impacto generado a nivel psicosocial.

Pasando a la población adolescente, en el siguiente capítulo se presenta una investigación sobre la percepción de las afectaciones que adolescentes de preparatoria experimentan en sus vidas, planes y proyectos futuros durante la contingencia sanitaria.

El onceavo capítulo también se enfoca en la población adolescente, brindando una revisión sistemática sobre los cambios que se han reportado en los hábitos de sueño de este grupo durante la pandemia.

El capítulo final brinda un análisis enfocado en determinar los factores psicosociales de riesgo que los docentes de educación superior identifican durante la pandemia.

Sirva pues el presente libro tanto como una contribución de la psicología para enfrentar los retos derivados de la pandemia, como un testimonio de este momento histórico desde nuestra disciplina.

Mercedes Gabriela Orozco Solís  
Héctor Rubén Bravo Andrade

## Capítulo 12

# Factores psicosociales de riesgo durante la pandemia por covid-19 desde la perspectiva de docentes de educación superior

Sonia Villagrán Rueda<sup>1</sup>

Cecilia Colunga Rodríguez<sup>2</sup>

Mario Ángel González<sup>2</sup>

Claudia Liliana Vázquez Juárez<sup>2</sup>

Bertha Alicia Colunga Rodríguez<sup>2</sup>

Mónica Adriana Vasconcelos Ramírez<sup>3</sup>

Rocío Zariñana Herrejón<sup>3</sup>

Linda Julieta Reyes Mancilla<sup>4</sup>

### Resumen

En el presente capítulo se describe la percepción de docentes en educación superior respecto al cambio de la modalidad de trabajo y los posibles riesgos psicosociales derivados de la pandemia por covid-19, La metodología utilizada fue mixta de corte descriptivo. Para la recolección de información se aplicó un cuestionario de preguntas abiertas por medio de Google Forms® a los 172 docentes adscritos a una universidad

---

1 Universidad Autónoma de Zacatecas.

2 Universidad de Guadalajara. Autor de correspondencia: mario.angel@academicos.udg.mx

3 Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.

4 Universidad Autónoma de San Luis Potosí.

pública estatal en la ciudad de Guadalajara y a una escuela Normal en Jalisco, México; se encontraron riesgos derivados del trabajo en línea, como el tecnoestrés, estrés laboral, la sobrecarga de trabajo, falta de capacitación, así como datos empíricos sobre las opiniones negativas y positivas, la satisfacción e insatisfacción que tiene el profesorado al trabajar bajo dicha modalidad virtual. Por lo anterior, se concluye la necesidad de profundizar en la comprensión de los factores y condiciones que ponen en riesgo la salud física, pero sobre todo la salud mental de quienes se han dedicado en los dos últimos años a la noble profesión de la docencia bajo la modalidad virtual debido a la pandemia por covid-19, ya que las consecuencias del estrés por sobrecarga de trabajo y desgaste laboral han reducido significativamente la satisfacción en el trabajo docente y todo lo que ello conlleva.

*Palabras clave:* pandemia covid-19, perspectiva docente, riesgos psicosociales.

### **Abstract**

*This chapter describes the perception of higher education teachers about new ways of working at school due to Covid-19 pandemic and its possible psychosocial risks. It features a mixed descriptive methodology. The gathering of data was developed through an open question Google Forms® survey, applied to 172 active teachers of both Guadalajara's Public University and Jalisco's Teachers College at México. Techno-stress, work stress, work overload, lack of training on technologies, were some of the negative perceptions linked to online work. Therefore, it is concluded that a deeper understanding of particular working conditions of virtual education models during the pandemic is needed to grant better working environments for school teachers. Two years after the outbreak, pursuing a healthy work space that considers all mental and physical risks of these new educational models, it's a must. The visible consequences so far are, besides a considerable rise of labor stress and burnout syndrome among school teachers is a significant reduction in satisfaction levels on higher education workers.*

Keywords: *Covid-19 pandemic, teaching perspective, psychosocial risks.*

## **Introducción**

El año 2020 inició con una problemática internacional de salud debido a la llamada pandemia por covid-19. Autoridades de diversos países optaron por el confinamiento y cierre de instituciones escolares, conduciendo hacia una educación a distancia. Diferentes fueron los recursos empleados para continuar las clases, entre los cuales las tecnologías de la información y comunicación (TIC) llegaron a ser muy importantes. Sin embargo, así como las TIC pueden brindar grandes beneficios, también traen consigo algunos problemas a los usuarios; el trabajo con las nuevas tecnologías masivamente recurridas provocaron el llamado tecnoestrés, que es el “estado psicológico negativo causado por la falta de habilidad para tratar con las nuevas herramientas y tecnologías de manera saludable” (Rodríguez-Vásquez *et al.*, 2021: 215), definido también como la falla en las habilidades para manejar las nuevas tecnologías, que provoca ansiedad o problemas afectivos, dividiéndose en tecnoansiedad, tecnofatiga y tecnoadicción; este padecimiento se agudizó principalmente en mujeres, notándose una mayor frecuencia de la tecnoadicción, seguida de la tecnoansiedad (Rodríguez-Vásquez *et al.*, 2021).

Por su parte, Ribeiro *et al.* (2020) realizaron la investigación *El ser docente en el contexto de la pandemia de covid-19: Reflexiones sobre la salud mental*, estudio que considera que la educación a distancia pudo generar afectación en la salud mental, razón por la que se requiere el seguimiento directo y crítico del trabajador docente. Se encontró que los profesionales de la educación han estado expuestos a riesgos psicosociales durante la pandemia de covid-19, lo que obliga a realizar investigaciones que consideren los efectos de las diferentes fases del aislamiento y la distancia social; se recomienda desarrollar estrategias de apoyo psicológico a nivel individual e institucional para cuidar la

salud mental del profesorado; así como evaluar los diferentes niveles de formación y desempeño, requiriendo de nuevas habilidades y competencias específicas como respuesta a la pandemia.

Por su lado, Robinet-Serrano y Pérez-Azahuanche (2020) aportaron una investigación del estrés en los docentes en tiempos de pandemia covid-19, en donde su objetivo fue conocer y analizar los niveles de estrés en los docentes producidos por la pandemia y el cambio de enseñanza de la educación presencial a la educación a distancia, en donde identificaron los factores predominantes que lo desencadenaron. Es un estudio analítico basado en revisión de artículos científicos, que muestran resultados de investigaciones realizadas en diversos lugares del mundo durante la pandemia, incluyendo estudios de años anteriores a fin de establecer un referente para el análisis. Descubrieron que el estrés de los docentes en Europa y Latinoamérica antes y durante la pandemia se encontraron en niveles medio y alto; y que los factores desencadenantes durante 2020 fueron la adaptación a las TIC, el aumento de labores dentro del hogar y el temor al contagio del coronavirus; en años anteriores se encontraron el exceso de tareas impuestas por la institución y la falta de organización.

Dentro de las investigaciones citadas, coinciden en el incremento del estrés docente durante los meses de pandemia, y resaltan en términos cuantitativos y cualitativos el deterioro psicosocial y físico. Y concluyen que el estrés docente está asociado de forma significativa a factores psicosociales originados por el aislamiento, el temor y la incertidumbre que presentan los docentes. Por lo que el presente trabajo tiene como objetivo describir la percepción de docentes en educación superior respecto al cambio de la modalidad de trabajo y los posibles riesgos psicosociales derivados de la pandemia por covid-19, para lo cual se utilizó una metodología mixta, se aplicó un cuestionario en línea a 172 docentes de una universidad pública estatal en la ciudad de Guadalajara y una escuela Normal en Jalisco, México; se obtuvieron resultados significativos que muestran la satisfacción o insatisfacción al realizar el trabajo docente en la modalidad en línea y los riesgos a

repercutir en el estado psicoemocional y mental del mismo, por lo que se concluye con la demostración de la imperiosa necesidad de considerar de manera holística lo que la pandemia trajo consigo, la necesidad de la actualización y formación en el uso de las TIC, aunado al claustro tanto del alumnado como del profesorado y de la familia, así como las circunstancias inequitativas para algunos en el acceso a la tecnología, lo cual evidencia los retos que hoy por hoy enfrentan quienes ejercemos la labor docente en contexto de pandemia.

## **Metodología**

Metodología mixta, es decir, cuantitativa y cualitativa de corte descriptivo. Según Molina *et al.* (2012: 55): “la metodología híbrida de investigación, es decir, la combinación de métodos cuantitativos y cualitativos en el mismo trabajo es una aproximación muy utilizada en varios campos, por ejemplo, en educación y en sociología”.

### *Participantes*

En este estudio participaron 172 profesores de educación superior de una universidad pública estatal en la ciudad de Guadalajara y una escuela Normal en Jalisco, México. Se realizó en periodo de pandemia, en el mes de abril de 2020; el escenario fue un espacio virtual por medio de una plataforma, donde se estableció comunicación con los docentes por medio de su correo electrónico.

### *Procedimiento*

Una vez obtenida la autorización del protocolo, se estableció comunicación con las autoridades institucionales de las escuelas de educación superior, para iniciar con el trabajo de campo, el cual consistió en la aplicación de preguntas abiertas que fueron aplicadas por plataforma Google, por medio de la aplicación denominada Google Forms®. Cabe



señalar que el formulario que se aplicó a los docentes que aceptaron la invitación a participar, contenía al inicio consentimiento informado.

#### *Procesamiento y análisis de la información*

Los datos fueron obtenidos de la aplicación Google Forms® en formato de hoja de cálculo de Excel®. Las respuestas abiertas fueron categorizadas de acuerdo con su contenido, identificando tres categorías de análisis: la primera se identificó como positiva al cambio, la segunda fueron todas las respuestas cuyo contenido fue ambiguo o neutro, y la tercera y última fueron englobadas en opiniones negativas.

Para el caso de las respuestas de donde se obtuvieron datos cuantitativos, se utilizó el programa SPSS® versión 24 con licencia institucional; se aplicaron frecuencias simples y distribución porcentual. Asimismo, a la escala de satisfacción, que va de totalmente satisfecho hasta totalmente insatisfecho, se le otorgó una puntuación; posteriormente se aplicó la prueba Chi cuadrado de Pearson con los datos de satisfacción y las categorías de opiniones positivas, negativas, ambiguas o neutras. Cuando en las frecuencias de las tablas se identificaron números menores a cinco, se aplicó la corrección de Yates, tomando como significativo un valor de  $p$  menor o igual a .05.

Satisfacción laboral del docente con el cambio de modalidad de la presencialidad a la virtualidad. Para esta variable se elaboró una pregunta con respuesta en escala tipo Likert, que va desde totalmente satisfecho, hasta totalmente insatisfecho; la calificación más alta se le otorgó a la más positiva en números que van del 1 al 5. La pregunta expresa fue: “A partir de la contingencia por covid-19 ¿qué tan satisfecho te sientes con realizar tu trabajo como docente en la modalidad en línea?”. A esta variable se le aplicaron frecuencias y porcentajes, y se realizó una tabla cruzada con la categoría de las opiniones derivadas de una pregunta abierta. Se integró una pregunta abierta al instrumento: “A partir de la contingencia por covid-19 ¿cuál es su opinión respecto al cambio de trabajo docente a la modalidad en línea?”. Las

respuestas fueron categorizadas en tres opciones: 1 = opiniones positivas, 2 = opiniones neutras o ambiguas, y 3 = opiniones negativas.

## Resultados

Se obtuvieron las respuestas de 172 docentes. A continuación se describen los datos sociodemográficos según el tipo de respuestas hacia el cambio a la virtualidad. Como se puede observar, predominaron las mujeres (46%) (véase tabla 1).

**Tabla 1**

Opiniones del cambio a modalidad virtual respecto al género

Género	n	Positivo		Ambiguo		Negativo	
		f	%	f	%	f	%
Mujer	93	33	36	17	18	43	46
Hombre	79	26	33	18	23	35	44

N = 172. n = número de participantes. f = frecuencia. % = porcentaje.

Fuente: elaboración propia.

En la tabla 2 se muestra la antigüedad en el trabajo docente. Como se alcanza a apreciar, el mayor porcentaje corresponde a docentes con menos de 10 años, quienes también mostraron las opiniones más negativas respecto al cambio de la actividad presencial a la total virtualidad (42%). Estas respuestas negativas contenían fragmentos como los presentados en la tabla 2, donde predominó el estrés, la frustración, la sobrecarga laboral y la necesidad de socializar presencialmente con los estudiantes, considerando que no se encuentran preparados para el cambio y que no poseen los medios para su realización.

Los siguientes fragmentos evidencian las opiniones negativas, que podrían considerarse como factores psicosociales de riesgo en el trabajo, como lo son el estrés laboral, la sobrecarga de trabajo y el tecnoestrés, entre otros.

**Tabla 2**

Opiniones negativas de los docentes

<b>Opiniones negativas</b>	<b>Categoría</b>	<b>Respuestas más frecuentes</b>
Elementos relacionados con la actividad docente que generan displacer	Estrés laboral	"Muy pesado y estresante"; "Ha sido extenuante pues te piden en ocasiones que te conectes y generalmente es en el turno matutino, no respetan a veces el horario que tienes"; "Desgaste laboral por la solicitud de trabajo extra de índole administrativo"; "[...] Desgaste emocional por la carga psicológica [...]"; "[...] la línea entre la vida de casa y la vida laboral se ve alterada"; "Trabajas más y hay frustración por falta de atención por los alumnos."
	Sobrecarga laboral	"Es más trabajo [...]"; "Es otra manera de trabajar, pero se duplicó el trabajo"; "[...] Implica mucho más tiempo y trabajo"; "Es más difícil porque inviertes más tiempo [...]"; "Es más demandante pues se debe dedicar más tiempo a la revisión de actividades, encontrar medios que involucren a los estudiantes y les permitan desarrollar sus habilidades"; "Es muy pesado, invierto mucho más tiempo preparando clases, viendo tutoriales para el uso de plataformas."
	Tecnoestrés	"Me falta mucha capacitación para llevar un curso en línea"; "No estaba preparado"; "Es más pesado trabajar en línea, dedicas más tiempo en la computadora"; "Es desigual por la brecha digital"; "Es un poco complicado migrar todo lo que hacía y tenía preparado a lo virtual."
	Necesidad de capacitación	"Carezco de capacitación para ser maestro en línea y sólo estoy intentando diseñar actividades que creo que les servirán a mis alumnos, sin ninguna certeza que rendirán los aprendizajes que deben de tener"; "[...] necesitamos actualizarnos en el uso de las TICS, TAC y TEP [...] Ha sido complicado"; "Creo que nos tomó sin la preparación suficiente para dar clases en línea."

*Nota:* opiniones negativas que podrían considerarse como factores psicosociales de riesgo en el trabajo docente, durante el trabajo de modalidad virtual.

Fuente: elaboración propia.

Asimismo, los profesores de más de 20 años mostraron mejores opiniones hacia el cambio, considerando que es una oportunidad para aprender nuevos procesos y que era un cambio necesario, a pesar de las dificultades a las que se enfrentan.

**Tabla 3**

Opiniones del cambio a modalidad virtual respecto a la antigüedad como docente

Antigüedad	n	Positivo		Ambiguo		Negativo	
		f	%	f	%	f	%
0 - 10 años	78	23	30	15	19	40	51
11 - 20 años	45	17	38	12	27	16	35
21 - 30 años	36	15	42	6	16	15	42
Más de 30 años	13	4	31	2	15	7	54

N = 172. n = número de participantes. f = frecuencia. % = porcentaje.

Fuente: elaboración propia.

Obsérvese cómo en la tabla 3 se muestra que los docentes con antigüedad menor a 10 años reportan un porcentaje mayor en respuestas con tendencia negativa, quienes tienen una antigüedad entre 21 y 30 años presentan porcentajes similares en respuestas positivas y negativas; sin embargo, docentes con antigüedad entre 11 y 20 años reportan un menor porcentaje en respuestas con tendencia negativa y los docentes con 21 a 30 años muestran mayor porcentaje en respuestas positivas. En docentes con más de 30 años de antigüedad, aunque en cantidad es mucho menor frente a los otros grupos, se observa un porcentaje alto en respuestas negativas, similar a los docentes con menor antigüedad.

**Tabla 4**

Opiniones del cambio a modalidad virtual respecto a la antigüedad en la institución

Antigüedad	n	Positivo		Ambiguo		Negativo	
		f	%	f	%	f	%
0 - 10 años	110	36	33	22	20	52	47
11 - 20 años	28	9	32	8	29	11	39
Más de 20 años	34	14	41	5	15	15	44

N = 172. n = número de participantes. f = frecuencia. % = porcentaje.

Fuente: elaboración propia.

Como lo muestra la tabla 4, respecto a la antigüedad en la institución los datos se comportan de manera similar a la anterior tabla 3, donde los docentes con antigüedad entre 11 y 20 años son quienes muestran el menor porcentaje en respuestas negativas, pero son los docentes con antigüedad mayor a 20 quienes reportan un mayor porcentaje en respuestas con tendencia positiva.

**Tabla 5**

Opiniones del cambio a modalidad virtual respecto a la exposición, según carga horaria

Carga de trabajo	n	Positivo		Ambiguo		Negativo	
		f	%	f	%	f	%
0 - 10 horas/sem.	22	10	46	4	18	8	36
11 - 20 horas/sem.	28	9	32	11	39	8	29
21 - 30 horas/sem.	20	6	30	3	15	11	55
31 - 40 horas/sem.	51	16	31	9	18	26	51
Más de 40 horas/sem.	51	18	35	8	16	25	49

N = 172. n = número de participantes. f = frecuencia. % = porcentaje. sem = semana.

Fuente: elaboración propia.

Los docentes con 10 o menos horas de trabajo a la semana muestran su mayor porcentaje en respuestas positivas (46%), mientras que docentes que trabajan más de 20 horas a la semana reportan su mayor porcentaje en respuestas negativas (55%). Los docentes con 11 a 20 horas

de trabajo semanales muestran su mayor porcentaje en respuestas ambiguas, aunque tienen mayor porcentaje de respuestas positivas que negativas (tabla 5).

**Tabla 6**

Opiniones del cambio a modalidad virtual respecto a la edad de los docentes

Edad	n	Positivo		Ambiguo		Negativo	
		f	%	f	%	f	%
20 - 30 años	8	2	25	0	0	6	74
31 - 40 años	74	26	35	12	16	36	49
41 - 50 años	50	15	30	15	30	20	40
51 - 60 años	33	12	36	5	15	16	49
Más de 60 años	7	4	57	3	43	0	0

N = 172. n = número de participantes. f = frecuencia. % = porcentaje.

Fuente: elaboración propia.

Aunque son pocos, los docentes con menos de 30 años reportan un alto porcentaje de respuestas negativas, con 75%. De hecho, en todas las categorías por edad hasta 60 años se observa el mayor porcentaje en respuestas negativas, no así en los mayores de 60, quienes a pesar de ser pocos, no repostaron ninguna respuesta de este tipo. En cuanto a respuestas positivas, las categorías de edad entre 31 y 60 años se comportan de manera similar, donde el grupo entre 41 y 50 años es el que muestra un menor porcentaje (tabla 6).

**Tabla 7**

Edad de los profesores usando el punto de corte de 40 años

Edad	n	Positivo		Ambiguo		Negativo	
		f	%	f	%	f	%
40 años o menos	82	28	34	12	15	42	51
Más de 40 años	90	31	34	23	26	36	40

N = 172. n = número de participantes. f = frecuencia. % = porcentaje.

Fuente: elaboración propia.

Al dividir en dos categorías, se observa que los docentes de 40 años o menos presentan una diferencia importante en el porcentaje de respuestas negativas, frente a los docentes de más de 40 años, quienes tienen un porcentaje menor (véase tabla 7).

**Tabla 8**

Opiniones del cambio a modalidad virtual respecto a la presencia o no de multiempleo

	n	Positivo		Ambiguo		Negativo	
		f	%	f	%	f	%
Otro empleo							
Sí	118	40	34	23	19	55	47
No	27	11	41	6	22	10	37
Ocasionalmente	27	8	30	6	22	13	48

N = 172. n = número de participantes. f = frecuencia. % = porcentaje.

Fuente: elaboración propia.

En la tabla 8 se observa que los docentes que realizan otro empleo que implique esfuerzo extra, aunque sea de manera ocasional, reportaron su mayor porcentaje en respuestas negativas, mientras que quienes no realizan otro empleo presentan su mayor porcentaje en respuestas positivas.

**Tabla 9**

Opiniones del cambio a modalidad virtual respecto a su centro de trabajo

	n	Positivo		Ambiguo		Negativo	
		f	%	f	%	f	%
Lugar de trabajo							
Universidad	100	33	33	22	22	45	45
Escuela Normal	72	26	36	13	18	33	46

N = 172. n = número de participantes. f = frecuencia. % = porcentaje.

Fuente: elaboración propia.

Respecto al lugar de trabajo, como se muestra en la tabla 9 los datos se comportan de manera similar.

**Tabla 10**

Opiniones del cambio a modalidad virtual respecto al turno de trabajo

Turno	n	Positivo		Ambiguo		Negativo	
		f	%	f	%	f	%
Matutino	43	16	37	12	28	15	35
Vespertino	38	14	37	5	13	19	50
Mixto o variable	91	29	32	18	20	44	48

N = 172. n = número de participantes. f = frecuencia. % = porcentaje.

Fuente: elaboración propia.

En cuanto al turno, aunque los docentes de turno matutino y vespertino presentan un porcentaje igual en respuestas positivas, los del turno vespertino reportan un mayor porcentaje en respuestas con tendencia negativa, al igual que quienes tienen un turno mixto o variable (50 y 48%, respectivamente) (tabla 10).

Posterior a la descripción de las respuestas de los docentes, se elaboraron tablas cruzadas con las categorías de satisfacción con el cambio de modalidad y la opinión referida por medio de respuestas abiertas (tabla 11).

**Tabla 11**

Satisfacción con el trabajo docente a partir de la contingencia y opinión referida

A partir de la contingencia por covid-19 ¿qué tan satisfecho te sientes con realizar tu trabajo como docente en la modalidad en línea?	Nivel de satisfacción	Evaluación de las respuestas cualitativas			Total
		Positiva	Ambigua	Negativa	
	Totalmente insatisfecho	5	2	1	8
	Algo insatisfecho	6	8	40	54
	Igual que antes	5	3	1	9
	Algo satisfecho	24	18	30	72
	Totalmente satisfecho	19	4	6	29
Total		59	35	78	172

N = 172. n = número de participantes. f = frecuencia. % = porcentaje.



Nota:  $\chi^2 = 40.94$ ,  $p = 0.00$ . \*Más de 20% celdas con valor menor a 5, por lo tanto se aplicó corrección de Yates.

Fuente: elaboración propia.

En la siguiente tabla se hace el ajuste de datos para disminuir la cantidad de celdas con datos menores a 5 y obtener validez en el resultado de chi cuadrado (véase tabla 12).

**Tabla 12**

Satisfacción con el trabajo docente a partir de la contingencia y opinión referida

A partir de la contingencia por covid-19 ¿qué tan satisfecho te sientes con realizar tu trabajo como docente en la modalidad en línea?	Niveles de satisfacción	Evaluación de las respuestas cualitativas			Total
		Positiva	Ambigua	Negativa	
	Totalmente insatisfecho/Algo insatisfecho	11	10	41	62
	Algo insatisfecho/Igual que antes	29	21	31	81
	Totalmente satisfecho	19	4	6	29
Total		59	35	78	172

N = 172. n = número de participantes. f = frecuencia. % = porcentaje.

Nota:  $\chi^2 = 26.32$ ,  $p = 0.00$ . \*Ajuste para validez de chi cuadrado, por corrección de Yates.

Fuente: elaboración propia.

Después de realizar el ajuste a la tabla de la pregunta anterior (tabla 12), el comportamiento de los datos resulta igual en ambas tablas, obteniéndose un valor alto de chi cuadrado y un valor de  $p$  de 0.00, donde se observa que quienes reportan insatisfechos muestran un mayor porcentaje en respuestas de tendencia negativa; de la misma forma, quienes se reportan satisfechos tienen un mayor número de respuestas con tendencia positiva.

**Tabla 13**

Satisfacción con el trabajo docente  
a partir de la contingencia y opinión referida

Nivel de satisfacción con el cambio didáctico por el covid-19	Evaluación de las respuestas cualitativas			Total
	Positiva	Ambigua	Negativa	
Insatisfecho	11	10	41	62
Neutral	29	21	31	81
Satisfecho	19	4	6	29
Total	59	35	78	172

N = 172. n = número de participantes. f = frecuencia. % = porcentaje.

Nota:  $\chi^2 = 26.32, p = .00$ .

Fuente: elaboración propia.

## Discusión

De acuerdo con los resultados obtenidos, se puede notar cómo el tecnoestrés provocado por las exigencias novedosas e imprevistas del uso de las TIC sucedió durante el inicio y transcurso de la pandemia con fragmentos emitidos por los docentes de esta investigación que expresaban: “No estaba preparado”; “Es más pesado trabajar en línea, dedicas más tiempo en la computadora”. Se observa la sobrecarga laboral como producto del cambio, la necesidad de diversos canales de atención a los alumnos (Hernández, 2020), así como la presión por el uso de tecnologías (Rodríguez-Vásquez *et al.*, 2021) pueden devenir estrés laboral; ello pudo verse reflejado en los docentes del estudio que dieron opiniones negativas acerca de la sobrecarga de trabajo como “Es más trabajo...”; “Es otra manera de trabajar, pero se duplicó el trabajo”.

También fue notoria la mayor expresión de opiniones negativas en los docentes que realizan otro empleo debido a la sobrecarga de trabajo aun cuando fuera ocasionalmente, tal y como se muestra en la tabla 6.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 1984) y la Organización Internacional del Trabajo (OIT, 1984) establecieron como principales

causas de estrés, el exceso o escasez de trabajo, la poca flexibilidad de horarios, las malas relaciones intralaborales, la inseguridad laboral y la falta de apoyo familiar. Algunos docentes entrevistados daban opiniones negativas acerca de este último punto, mencionando que “la línea entre la vida de casa y la vida laboral se ve alterada”, por ejemplo.

Ya en una encuesta exploratoria realizada por Hernández en 2020 durante la pandemia, los docentes mencionaban la importancia de hacer un seguimiento diario e individual a los alumnos para revisar avances, lo cual conllevaba mayor tiempo dedicado a la tarea educativa, lo cual es consistente con las opiniones negativas mostradas en este estudio, en que los docentes expresaban su sentir por la sobrecarga de trabajo.

En el presente trabajo los docentes dieron opiniones negativas como: “Carezco de capacitación para ser maestro en línea y sólo estoy intentando diseñar actividades que creo que les servirán a mis alumnos, sin ninguna certeza que rendirán los aprendizajes que deben de tener”.

En su parte final da a conocer algunas opiniones de los maestros acerca de la situación de confinamiento, siendo mayormente de “incertidumbre”, “ansiedad” y “preocupación”.

En su estudio, Rodríguez-Vásquez *et al.* (2021) encontraron que los docentes de 11 a 20 años mostraron actitud negativa menos frecuente ante el cambio de forma de trabajar debido a la pandemia por covid-19. Esto es consistente con el presente estudio, en que los docentes de experiencia entre 11 y 29 años expresaron más opiniones positivas, a diferencia de los de menos de 10 años de antigüedad y los de más de 30 años.

Con los hallazgos encontrados aquí vertidos se pueden denotar factores de riesgo psicosocial que conlleven a afectaciones a la salud física y mental, así como también verse disminuida la satisfacción laboral, tal y como se muestra en la tabla II, donde se observan las opiniones expresadas por ellos y que suman más negativas que positivas.

## Conclusiones

Por motivos de emergencia sanitaria, las instituciones educativas cambiaron de modalidad, optando por realizar las actividades de docencia en un contexto virtual. En este trabajo se indagó sobre la percepción de docentes de educación superior respecto al cambio de modalidad de trabajo al inicio de la pandemia por covid 19. Tras el estudio, una de las conclusiones que se obtienen con los datos recolectados es que la percepción de los docentes ante el cambio de modalidad de presencial a virtual reporta indicadores de satisfacción laboral disminuida, pues se hace referencia a que la modalidad virtual es estresante, extenuante, pesada y con mayor desgaste laboral, pues requiere mayor tiempo, mayor trabajo y no existe la delimitación de horarios y espacios, ocasionando sobrecarga de trabajo y estrés laboral.

Por otra parte, también se identificó la preocupación de los docentes ante la falta de preparación, capacitación y actualización en tecnologías de la información para cumplir con la encomienda, y con ello la falta de certeza en el aprendizaje, lo cual da cuenta de las necesidades de capacitación y de condiciones atribuibles al tecnoestrés, derivadas del cambio de modalidad en la docencia.

Además, también se observa que existe un mayor porcentaje de opiniones negativas en los docentes con menor edad, con menor y mayor antigüedad tanto en la institución como en la docencia, así como en quienes reportan tener otro empleo, más carga horaria de trabajo y que pertenecen al turno vespertino.

En síntesis, se puede concluir que la función docente durante la contingencia sanitaria por covid-19 ha tenido una transformación que demanda el desarrollo de más y múltiples competencias y habilidades docentes relacionadas con el acceso a la tecnología para cumplir con el proceso de aprendizaje y las metas educativas desde la virtualidad, dando pie a una educación universitaria transfigurada (Suárez, 2020) y, con ello, el surgimiento de muchas necesidades y limitantes que afrontar, dando paso a estados psicológicos negativos con riesgos para

la salud mental del personal dedicado a la docencia en un contexto virtual (Párraga-Párraga y Escobar-Delgado, 2020; Rodríguez-Vásquez *et al.*, 2021).

Por lo tanto, en el contexto de la pandemia por covid 19, de donde se derivó el cambio de modalidad, son muchos los retos que ha enfrentado la labor docente, por lo cual es necesario que las instituciones educativas reconozcan el esfuerzo y atiendan no sólo las necesidades de capacitación, sino que centren su atención en los riesgos psicosociales que manifiestan los docentes, en la intención de atenderlos y generar acciones que disipen el estrés y el desgaste laboral y se gestione y promueva el bienestar profesional y personal de esta población.

El estudio permite evidenciar la necesidad de profundizar en la comprensión de los factores y condiciones que ponen en riesgo la salud física y mental bajo las consecuencias del estrés por sobrecarga de trabajo y desgaste laboral a causa del cambio de modalidad, para reducir sus posibles consecuencias en la satisfacción laboral y todo lo que de ello resulta (Párraga-Párraga y Escobar-Delgado, 2020).

Sin duda alguna, el abrupto cambio y la necesidad de adaptarse a las condiciones de pandemia provocadas por la covid-19 impactó y puso de manifiesto los riesgos psicosociales por los que pasan los docentes universitarios (Vidal *et al.*, 2021); por lo tanto, se sugiere que futuras investigaciones amplíen dichos estudios para acrecentar el conocimiento y la comprensión del fenómeno.

## Referencias bibliográficas

- Hernández, A. (2020). *UNICEF: ¿Cómo están afrontando los docentes la crisis de covid-19?* <https://www.unicef.es/educa/blog/docentes-frente-al-coronavirus>
- Molina, J. F., López, M. D., Pereira, J., Pertusa, E. M., y Tarí, J. J. (2012). Métodos híbridos de investigación y dirección de empresas: Ventajas e implicaciones. *Cuadernos de Economía y Dirección de la Empresa*, 15(2): 10. 1016/j.cede.2012.01.001

- Organización Internacional del Trabajo (OIT), y Organización Mundial de la Salud (OMS). (1984). *Factores psicosociales en el trabajo: Naturaleza, incidencia y prevención*. Oficina Internacional del Trabajo. <http://www.factorrespsicosociales.com/wp-content/uploads/2019/02/fps-oit-oms.pdf>
- Párraga-Párraga, K. L., y Escobar-Delgado, G. R. (2020). Estrés laboral en docentes de educación básica por el cambio de modalidad de estudio presencial a virtual. *Revista Científica YACHASUN*, 4(7): 142-155. <https://doi.org/10.46296/yc.v4i7edesp.0067>
- Ribeiro, B., Scorsolini-Comin, F., y Dalri, R. (2020). Ser docente en el contexto de la pandemia de covid-19: Reflexiones sobre la salud mental. *Index de Enfermería*, 29(3): 137-141. [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1132-12962020000200008](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962020000200008)
- Robinet-Serrano, A. L., y Pérez-Azahuanche, M. (2020). Estrés en los docentes en tiempos de pandemia covid-19 *Polo del Conocimiento*, 5(12). <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/2111>
- Rodríguez-Vásquez, D. J., Totolhua-Reyes, B. A., Domínguez-Torres, L., Rojas-Solís, J. L., y De la Rosa-Díaz, B. E. (2021). Tecnoestrés: Un análisis descriptivo en docentes universitarios durante la contingencia sanitaria por covid-19. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 3(2): 214-226. <https://www.revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/198/124>
- Suárez, N. (2020). Formación docente universitaria y crisis sanitaria covid-19. *CienciaAmérica*, 9(2): 1-6. <http://dx.doi.org/10.33210/ca.v9i2.299>
- Vidal, V. (2019). *El estrés laboral: Análisis y prevención*. Prensas de la Universidad de Zaragoza. <http://digital.casalini.it/9788417873295>

*Aportes y desafíos de la psicología en la era de la incertidumbre*  
se terminó de editar en septiembre de 2022  
en los talleres gráficos de Ediciones de la Noche

[www.edicionesdelanoche.com](http://www.edicionesdelanoche.com)



La pandemia por covid-19 ha generado un impacto significativo en distintas esferas de la vida del ser humano, donde aspectos como salud, economía y educación, entre otros, se han visto fuertemente alterados. A pesar de que la gravedad y características de la pandemia han cambiado después de dos años de su inicio, las repercusiones en la salud y el bienestar de las personas siguen presentes.

La salud mental en particular es una de las áreas más afectadas por las condiciones que han derivado de la pandemia.

Es ante estas grandes necesidades que nos dimos a la tarea de consolidar, en el presente libro, conocimientos, reflexiones y experiencias generadas por los integrantes de los cuerpos académicos que conforman la Cátedra CUMEX. El contenido incluye resultados de revisión, reflexión e investigación sobre temáticas relacionadas con las problemáticas generadas a partir de la pandemia por covid-19. Lo anterior permitirá proveer el análisis y la investigación orientados a profundizar en los principales aportes y desafíos que tiene la psicología en el presente contexto de pandemia.

Sirva pues, el presente libro tanto como una contribución de la psicología para enfrentar los retos derivados de la pandemia, como un testimonio de este momento histórico desde nuestra disciplina.



UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA  
Centro Universitario de Ciencias de la Salud

Consortio de  
Universidades  
Mexicanas

**CUMEX**  
CONSORCIO DE UNIVERSIDADES MEXICANAS  
2021-2023

ISBN 978-84-18791-88-8



9 788418 791888 >