



## Salud mental de los docentes de educación básica durante el retorno a la educación presencial

Mental health of basic education teachers during the return to face-to-face education

Edwin Gustavo Estrada-Araoz<sup>1,2\*</sup> <https://orcid.org/0000-0003-4159-934X>

Néstor Antonio Gallegos-Ramos<sup>1</sup> <https://orcid.org/0000-0003-1436-9207>

Libertad Velásquez-Giersch<sup>2</sup> <https://orcid.org/0000-0001-8608-269X>

<sup>1</sup>Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios. Puerto Maldonado, Perú.

<sup>2</sup>Universidad Andina del Cusco. Puerto Maldonado, Perú.

\*Autor para la correspondencia. Correo electrónico: [gestrada@unamad.edu.pe](mailto:gestrada@unamad.edu.pe)

### RESUMEN

**Introducción:** El retorno a la presencialidad luego de la emergencia sanitaria por la COVID-19 está provocando mucha preocupación en el ámbito laboral a los docentes, por ello, es necesario evaluar su salud mental.

**Objetivo:** Describir la presencia de depresión, ansiedad y estrés de los docentes de educación básica al retorno a la educación presencial.

**Método:** Estudio observacional, descriptivo, de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 233 docentes a quienes se les aplicó la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21). Se utilizó la aplicación de mensajería Whatsapp para invitar a los docentes a participar. Se aplicaron métodos estadísticos descriptivos para categorizar las variables según los puntos de corte (leve, moderado y alto) y se utilizó la prueba no paramétrica *ji* cuadrado con el propósito de determinar si se asociaban con las variables sociodemográficas y laborales propuestas.



**Resultados:** El 56,2 % del total de docentes tenían niveles leves de depresión, el 45,1 % tenían niveles moderados de ansiedad y el 42,9 % también tenían niveles moderados de estrés. Asimismo, se determinó que el sexo se asociaba de manera significativa a las variables de estudio ( $p < 0,05$ ).

**Conclusiones:** Los docentes de educación básica presentan niveles leves de depresión y niveles moderados de ansiedad y estrés al retorno a la presencialidad. Por otro lado, las mujeres son las que presentan más síntomas de depresión, ansiedad y estrés que los hombres.

**Palabras clave:** depresión; ansiedad; estrés; docentes; salud mental.

## ABSTRACT

**Introduction:** The return to face-to-face attendance after the health emergency caused by COVID-19 is causing a lot of concern in the workplace for teachers, therefore, it is necessary to evaluate their mental health.

**Objective:** To describe the levels of depression, anxiety and stress of basic education teachers upon return to face-to-face education.

**Method:** Observational, descriptive, cross-sectional study. The sample consisted of 233 teachers who were administered the Depression, Anxiety, and Stress Scale (DASS-21). The messaging application Whatsapp was used to invite teachers to participate. Descriptive statistical methods were applied to categorize the variables according to cutoff points (mild, moderate, and high), and the non-parametric Chi-square test was used to determine if they were associated with the proposed sociodemographic and work-related variables.

**Results:** 56.2% of all teachers had mild levels of depression, 45.1% had moderate levels of anxiety and 42.9% also had moderate levels of stress. Likewise, it was determined that gender was significantly associated with the study variables ( $p < 0.05$ ).

**Conclusions:** Basic education teachers experience mild levels of depression and moderate levels of anxiety and stress upon returning to in-person instruction. On the other hand, women show more symptoms of depression, anxiety, and stress than men.

**Keywords:** depression; anxiety; stress; teachers; mental health.



Recibido: 17/12/2022

Aprobado: 23/08/2023

## INTRODUCCIÓN

La emergencia sanitaria suscitada desde el año 2020 ha marcado un antes y un después en la historia de la humanidad. A partir del anuncio que realizaron las autoridades de Wuhan (China) sobre la existencia de un nuevo tipo de coronavirus (SARS-CoV-2), se propagó por toda China y por la gran mayoría de países del mundo.<sup>(1)</sup> Este escenario incrementó los niveles de preocupación de la sociedad, situación que resulta comprensible, ya que las personas sintieron angustia por su salud y no deseaban contagiarse, porque las secuelas en el sistema respiratorio incrementaban el riesgo potencial de muerte.<sup>(2)</sup>

Para afrontar dicho contexto, la Organización Mundial de la Salud (OMS)<sup>(3)</sup> declaró a la COVID-19 como pandemia; decisión que originó repercusiones sanitarias, sociales, económicas, culturales y desde luego, educativas.<sup>(4)</sup> En el campo educativo, se instauró la virtualidad de las clases, para evitar las aglomeraciones, disminuir la propagación del virus y dar continuidad al servicio educativo; sin embargo, las limitaciones de conectividad y accesibilidad de la comunidad educativa, que se percibieron durante varias décadas, se agudizaron y dificultó la transición a esta reforma.<sup>(5,6)</sup>

El cierre de las instituciones educativas provocado por la pandemia de la COVID-19 y la consecuente virtualización, afectó de manera significativa a los estudiantes, ya que muchos no tuvieron las mismas oportunidades, accesibilidad y conectividad para continuar aprendiendo durante dicho contexto.<sup>(7)</sup> Por otro lado, fue notoria la falta de apoyo de los padres, debido al bajo nivel sociocultural y la pésima metodología de algunos docentes, al desarrollar las clases de manera sincrónica y asincrónica durante la pandemia.<sup>(8)</sup>

A partir del primer trimestre del año 2022, la tasa de contagios y de muertes provocadas por la COVID-19 disminuyó en la mayoría de países, debido a las campañas de vacunación.<sup>(9)</sup> Muchas de las actividades que se mencionaron con antelación se realizaban de manera virtual y volvieron a desarrollarse de manera



presencial, previo cumplimiento los protocolos de bioseguridad. En Perú, el Ministerio de Educación (MINEDU) estableció que, desde abril del año 2022, las clases retornaran a la presencialidad, previo cumplimiento de protocolos de bioseguridad.

Sin embargo, la labor de los docentes, desde que retornaron a las clases presenciales se tornó más compleja, puesto que los niveles de logro de los estudiantes no eran coherentes con lo que establece el Currículo Nacional de Educación Básica y los documentos de planificación curricular, es decir, los aprendizajes logrados a través de las clases virtuales fueron insuficientes en el común del estudiantado.<sup>(8)</sup> Por ello, los docentes se esfuerzan y disponen de mayor atención y apoyo, para tratar de brindar reforzamiento escolar a los estudiantes, lo cual supone un incremento de la carga laboral, además tienen que realizar el reforzo escolar en horarios que no están fijados en su jornada laboral. Este contexto preocupante, desalentador y de frustración al retorno a la presencialidad, ocasionaría el desgaste de sus recursos emocionales y la afectación de los aspectos fundamentales de la salud mental, lo cual provocaría a su vez depresión, ansiedad y estrés.

La depresión es un trastorno afectivo que se evidencia mediante manifestaciones de frustración, tristeza y modificaciones en el estado de ánimo.<sup>(10)</sup> Respecto a la ansiedad, constituye una respuesta emocional que tiene una función activadora y facilitadora y a su vez cumple un rol adaptativo, frente a situaciones que son percibidas como amenazantes.<sup>(11)</sup> En cuanto al estrés, consiste en un conjunto de reacciones psicofisiológicas, que están asociadas a respuestas emocionales, conductuales y comportamentales, frente a una situación que requiere una adaptación mucho más compleja que la habitual y son percibidas como peligrosas para la integridad psicológica de las personas.<sup>(12)</sup>

Durante la pandemia se realizaron estudios<sup>(13, 14, 15,16)</sup> para determinar la prevalencia de la depresión, ansiedad y estrés, los cuales determinaron que fluctuaba entre el nivel moderado y alto.<sup>(17,18)</sup> Es necesario precisar que en la actualidad son escasos los estudios de las variables mencionadas en la pospandemia. Entre los pocos estudios realizados, destaca uno en India,<sup>(19)</sup> en el cual reportan síntomas psicológicos, como depresión, entre los docentes después que reabrieron sus puertas para la enseñanza presencial. De la misma forma, en España<sup>(20)</sup> se realizó una investigación para evaluar el estado psicológico de los docentes al volver a la presencialidad y encontraron que presentaban síntomas de ansiedad, depresión y estrés.



El objetivo de la presente investigación es describir la presencia de depresión, ansiedad y estrés de los docentes de educación básica al retorno a la educación presencial.

## MÉTODOS

El estudio fue observacional, descriptivo de corte transversal.<sup>(21)</sup> La población estuvo constituida por 592 docentes pertenecientes a 8 instituciones educativas de educación básica de la ciudad de Puerto Maldonado (Perú); la muestra fue conformada por 233 docentes, cantidad determinada a través de un muestreo probabilístico, con un nivel de confianza del 95 %. Fueron excluidos los docentes que no aceptaron participar en la investigación y aquellos que llenaron de forma incompleta el instrumento de recolección de datos.

Se consideraron 3 variables de estudio: la depresión, la ansiedad y el estrés, las cuales se categorizaron en 3 niveles: leve, moderado y alto. Se incluyeron variables sociodemográficas y laborales: el sexo, grupo etario (de 21 a 30 años, de 31 a 40 años, de 41 a 50 años y de 51 a 64 años), situación laboral (contratado y nombrado), nivel educativo de enseñanza (educación inicial, educación primaria y educación secundaria) y antigüedad laboral (de 1 a 5 años, de 6 a 10 años, de 11 a 15 años y más de 15 años).

La recolección de datos se realizó mediante una encuesta, mientras que el instrumento fue la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21), adaptada a la realidad peruana,<sup>(22)</sup> en la cual obtuvo adecuadas propiedades psicométricas. Dicha escala está conformada por 21 ítems y evalúa 3 dimensiones: la depresión (ítems del 1 al 7), ansiedad (ítems del 8 al 14) y estrés (ítems del 15 al 21). Se solicitó a los docentes información sociodemográfica y laboral (sexo, grupo etario, situación laboral, nivel educativo al que enseña y antigüedad laboral).

La recolección de datos se realizó en los meses de junio, julio y agosto del año 2022; fechas en las que todas las instituciones educativas de educación básica brindaban el servicio educativo de manera presencial. Se solicitó la autorización a la Unidad de Gestión Educativa Local de Tambopata; una vez obtenida, se gestionó el permiso del personal directivo de cada institución educativa y se solicitó una reunión de coordinación con los docentes, para definir los días a aplicar los instrumentos de recolección de datos.



El análisis de datos se realizó con el *software* SPSS V.25. El análisis descriptivo se desarrolló mediante un análisis de frecuencias; después, se obtuvieron los resultados inferenciales a través de la distribución *ji* cuadrado ( $X^2$ ) para determinar asociación de las variables sociodemográficas y laborales (sexo, grupo etario, situación laboral, nivel educativo al que enseña y antigüedad laboral), con los niveles de depresión, ansiedad y estrés.

En cuanto a los aspectos bioéticos, la presente investigación contó con el aval del Comité de Ética Institucional de la Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios. Los docentes fueron informados sobre la finalidad, naturaleza de la investigación y prestaron su consentimiento informado. Se garantizó el carácter anónimo y voluntario de su participación.

## RESULTADOS

De acuerdo con las características sociodemográficas y laborales hubo mayor participación de docentes del sexo femenino, de entre 41 y 50 años, eran nombrados, enseñaban al nivel de educación primaria y tenían una antigüedad laboral entre 11 y 15 años (tabla 1).



**Tabla 1** – Características sociodemográficas y laborales de la muestra

Variables		n= 233	%
Sexo	Masculino	94	40,3
	Femenino	139	59,7
Grupo etario	De 21 a 30 años	44	18,9
	De 31 a 40 años	65	27,9
	De 41 a 50 años	77	33,0
	De 51 a 64 años	47	20,2
Situación laboral	Contratado	107	45,9
	Nombrado	126	54,1
Nivel educativo al que enseña	Educación inicial	68	29,2
	Educación primaria	86	36,9
	Educación secundaria	79	33,9
Antigüedad laboral	De 1 a 5 años	22	9,4
	De 6 a 10 años	50	21,5
	De 11 a 15 años	104	44,6
	Más de 15 años	57	24,5

Como se aprecia en la figura 1, la mayoría de los docentes se caracterizaron por presentar un bajo nivel de depresión (56,2 %); sin embargo, en cuanto a la ansiedad (45,1 %) y el estrés (42,9 %), predominó el nivel moderado.

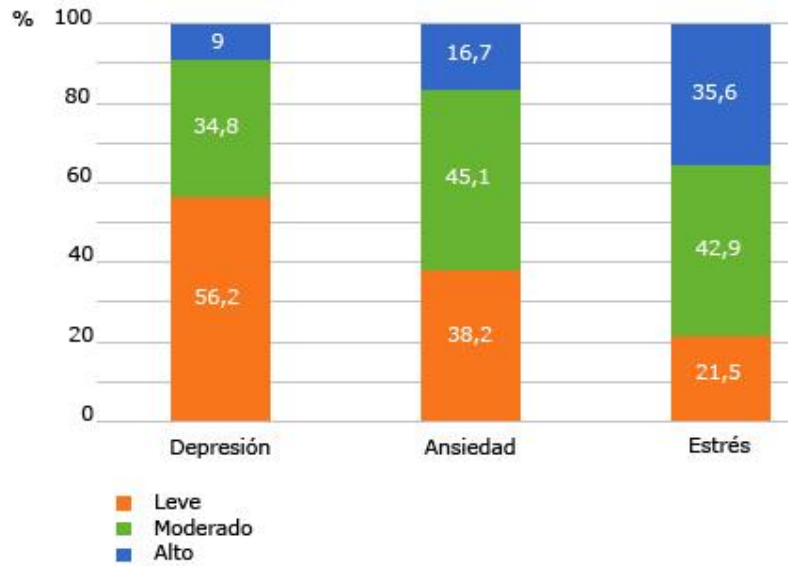


Fig. 1 – Resultados descriptivos de las variables depresión, ansiedad y estrés.

En la tabla 2 se observa que la depresión se asociaba de manera significativa al sexo y grupo de los docentes ( $p < 0,05$ ). Las mujeres y quienes tenían más de 50 años presentaron mayores niveles de depresión que los hombres y docentes con edades entre los 21 y 50 años.





**Tabla 2 – Asociación entre la depresión y las variables sociodemográficas y laborales**

Variables sociodemográficas y laborales		Depresión			P*
		Leve n (%)	Moderado n (%)	Alto n (%)	
Sexo	Masculino	60 (63,8)	29 (30,9)	5 (5,3)	0,005
	Femenino	71 (51,1)	52 (37,4)	16 (11,5)	
Grupo etario	De 21 a 30 años	23 (52,2)	18 (40,9)	3 (6,9)	0,013
	De 31 a 40 años	39 (60,0)	22 (33,8)	4 (6,2)	
	De 41 a 50 años	47 (61,0)	23 (29,9)	7 (9,1)	
	De 51 a 64 años	22 (46,8)	18 (38,3)	7 (14,9)	
Situación laboral	Contratado	64 (59,8)	34 (31,8)	9 (8,4)	0,065
	Nombrado	67 (53,2)	47 (37,3)	12 (9,5)	
Nivel educativo al que enseña	Educación inicial	39 (57,4)	23 (33,8)	6 (8,8)	0,107
	Educación primaria	49 (56,9)	30 (34,9)	7 (8,1)	
	Educación secundaria	46 (58,2)	25 (31,7)	8 (10,1)	
Antigüedad laboral	De 1 a 5 años	12 (54,5)	8 (36,4)	2 (9,1)	0,053
	De 6 a 10 años	28 (56,0)	17 (34,0)	5 (10,0)	
	De 11 a 15 años	61 (58,7)	36 (34,6)	7 (6,7)	
	Más de 15 años	30 (52,6)	20 (35,1)	7 (12,3)	

\* P-valor estimado para la prueba estadística *ji* cuadrado.

De acuerdo con la tabla 3, la ansiedad se asoció de manera significativa solo con el sexo ( $p < 0,05$ ). Las mujeres presentaron niveles más altos de ansiedad que los hombres.



**Tabla 3** – Asociación entre la ansiedad y las variables sociodemográficas y laborales

Variables sociodemográficas y laborales		Ansiedad			P*
		Leve n (%)	Moderado n (%)	Alto n (%)	
Sexo	Masculino	41 (43,6)	40 (42,6)	13 (13,8)	0,001
	Femenino	48 (34,5)	65 (46,8)	26 (18,7)	
Grupo etario	De 21 a 30 años	15 (34,1)	21 (47,7)	8 (18,2)	0,124
	De 31 a 40 años	24 (36,9)	32 (49,2)	9 (13,9)	
	De 41 a 50 años	30 (39,0)	34 (44,2)	13 (16,8)	
	De 51 a 64 años	20 (42,6)	18 (38,3)	9 (19,1)	
Situación laboral	Contratado	38 (35,5)	50 (46,7)	19 (17,8)	0,058
	Nombrado	51 (40,5)	55 (43,6)	20 (15,9)	
Nivel educativo al que enseña	Educación inicial	25 (36,8)	30 (44,1)	13 (19,1)	0,077
	Educación primaria	32 (37,2)	40 (46,5)	14 (16,3)	
	Educación secundaria	32 (40,5)	35 (44,3)	12 (15,2)	
Antigüedad laboral	De 1 a 5 años	7 (31,8)	11 (50,0)	4 (18,2)	0,065
	De 6 a 10 años	15 (30,0)	26 (52,0)	9 (18,0)	
	De 11 a 15 años	44 (42,3)	42 (40,4)	18 (17,3)	
	Más de 15 años	24 (42,1)	25 (43,9)	8 (14,0)	

\* P-valor estimado para la prueba estadística *ji* cuadrado.

Según la tabla 4, el estrés también se asoció de manera significativa al sexo y grupo de los docentes ( $p < 0,05$ ). Las mujeres y quienes tenían de 21 a 30 años presentaron niveles más altos de estrés, en comparación a los hombres y docentes de más de 30 años.



**Tabla 4** – Asociación entre el estrés y las variables sociodemográficas y laborales

Variables sociodemográficas y laborales		Estrés			P*
		Leve n (%)	Moderado n (%)	Alto n (%)	
Sexo	Masculino	24 (25,5)	38 (40,4)	32 (34,1)	0,041
	Femenino	26 (18,7)	62 (44,6)	51 (36,7)	
Grupo etario	De 21 a 30 años	7 (15,9)	19 (43,2)	18 (40,9)	0,025
	De 31 a 40 años	14 (21,5)	30 (46,2)	21 (32,3)	
	De 41 a 50 años	16 (20,8)	32 (41,6)	29 (37,6)	
	De 51 a 64 años	13 (27,7)	19 (40,4)	15 (31,9)	
Situación laboral	Contratado	17 (15,9)	56 (52,3)	34 (31,8)	0,088
	Nombrado	33 (26,2)	44 (34,9)	49 (38,9)	
Nivel educativo al que enseña	Educación inicial	15 (22,1)	30 (44,1)	23 (33,8)	0,072
	Educación primaria	13 (15,1)	38 (44,2)	35 (40,7)	
	Educación secundaria	22 (27,9)	32 (40,5)	25 (31,6)	
Antigüedad laboral	De 1 a 5 años	5 (22,7)	9 (40,9)	8 (36,4)	0,059
	De 6 a 10 años	8 (16,0)	22 (44,0)	20 (40,0)	
	De 11 a 15 años	20 (19,2)	48 (46,2)	36 (34,6)	
	Más de 15 años	17 (29,8)	21 (36,8)	19 (33,4)	

\* P-valor estimado para la prueba estadística *ji* cuadrado.

## DISCUSIÓN

Durante los últimos años las investigaciones enfocadas en la salud mental de los docentes se han incrementado de manera notoria, ya que, las variables psicosociales son determinantes en el estado emocional y bienestar psicológico, factores necesarios para un adecuado desempeño.

Se halló que la mayoría de los docentes presentaban bajos niveles de depresión, lo cual podría explicarse, porque la emergencia sanitaria parece haberse controlado y con ello la probabilidad de poderse contagiar, hospitalizarse o fallecer. No obstante, resulta preocupante que más de la tercera parte muestre niveles moderados de depresión, asociados a las dificultades ocasionadas por la complejidad del trabajo a realizar, luego de 2 años de virtualidad. Resultados similares se obtuvieron en la India<sup>(19)</sup> y España,<sup>(20)</sup> en



los cuales evaluaron los niveles de depresión en los docentes al retorno a la presencialidad y encontraron que existían síntomas asociados.

Respecto a la ansiedad los resultados indican que el nivel predominante en los docentes fue el moderado. Ello se debe a que los estudiantes no han logrado desarrollar las competencias y capacidades planificadas por los docentes, debido a que durante la pandemia no alcanzaron óptimos niveles de logro y en otros casos, no participaron de la estrategia “Aprendo en casa”. Resultados similares se reportan en una investigación realizada en Japón,<sup>(23)</sup> en la cual analizan la ansiedad en docentes que se desempeñaban de manera presencial tras la reapertura de las instituciones educativas; encontraron que los docentes padecen niveles moderados de ansiedad, ocasionado por el temor al contagio de la COVID-19 y el retraso en la educación de los estudiantes.

En cuanto al estrés se determinó que predominó el nivel moderado; sin embargo, más de la tercera parte reportaron altos niveles. Una investigación realizada en Perú<sup>(24)</sup> coincide con lo reportado, ya que encontró que la valoración de los docentes sobre los síntomas psicossomáticos asociados al estrés era moderada. Los principales síntomas observados fueron el agotamiento, deseo de no levantarse por las mañanas, tics nerviosos y dolores de cabeza.

Un hallazgo emergente indica que las mujeres presentaban mayores niveles de depresión que los hombres, lo cual coincide con algunos estudios,<sup>(15,19)</sup> los cuales también determinan que las mujeres muestran mayores niveles de depresión que los hombres. Por otro lado, también se determinó que los docentes que tenían más de 50 años presentaron mayores niveles de depresión, que quienes tenían menos edad. Resultados similares se reportan en investigaciones<sup>(19,25)</sup> que comparan la depresión, de acuerdo con el grupo etario y encontraron que los docentes con más edad se deprimen más que los jóvenes. No obstante, discrepa con lo reportado en una investigación,<sup>(26)</sup> en la cual encontraron que los docentes con edades comprendidas entre los 30 y 39 años tenían mayores niveles de depresión que quienes tenían más de 50 años.

Se determinó que la ansiedad se asociaba de manera significativa al sexo de los docentes, es decir, las mujeres reportaron mayores niveles de ansiedad que los hombres. Existe divergencia con los reportes de investigaciones previas que buscaron asociar ambas variables. Por ejemplo, en Ecuador<sup>(26)</sup> encontraron, en coherencia con los resultados del presente estudio, que las mujeres tendían a tener más ansiedad que



los hombres; sin embargo, en la India<sup>(19)</sup> analizaron el estado emocional de los docentes, después de que reabrieron para la enseñanza presencial y encontraron que los hombres padecían de ansiedad en mayor medida que las mujeres. Dichas diferencias en los resultados se darían debido a los aspectos sociodemográficos y las condiciones contextuales de donde fueron obtenidos los datos.

En lo que respecta al estrés se determinó que tuvo mayor incidencia en las mujeres que en los hombres y se debía a que ellas, además de sus responsabilidades laborales (las cuales se tornaron más complejas), asumen tareas adicionales, tales como la responsabilidad familiar, el cuidado de los niños y otras actividades domésticas.<sup>(27)</sup> Al respecto, existen diversas investigaciones<sup>(15,20,25)</sup> que coinciden con lo reportado. También se halló que los docentes más jóvenes se estresaban más que los de más edad, situación que se explicaría porque los primeros no tienen estabilidad laboral, en otros casos debido a que laboran en más de una institución educativa o dan clases particulares en su tiempo libre, además, es durante los primeros años de ejercicio profesional cuando se da la transición de las expectativas que tenían antes de comenzar a trabajar a la realidad.<sup>(24)</sup> Al respecto, existen diversos estudios<sup>(28,29,30)</sup> que respaldan el hallazgo descrito.

Las principales limitaciones de la presente investigación son la homogeneidad de la muestra y la particularidad del instrumento (ser autoadministrado), por lo que los resultados no se pueden generalizar y podrían contar con sesgos de deseabilidad social o valoraciones subjetivas por parte de los participantes. Por ello, se sugiere que en futuros trabajos se incremente el tamaño de la muestra, se incluyan a docentes de contextos rurales y se utilicen técnicas e instrumentos de recolección de datos adicionales para que este proceso sea más objetivo.

Se concluye que los docentes de educación básica presentan niveles leves de depresión y niveles moderados de ansiedad y estrés al retorno a la presencialidad. Por otro lado, las mujeres son las que presentan más síntomas de depresión, ansiedad y estrés que los hombres.



## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Osman D, Khalaf F, Ahmed G, Abdelbadee A, Abbas A, Mohammed H. Worry from contracting COVID-19 infection and its stigma among Egyptian health care providers. *J. Egypt. Public. Health. Assoc.* 2022; 97:2. DOI: 10.1186/s42506-021-00099-6
2. Lin C, Broström A, Griffiths M, Pakpour A. Investigating mediated effects of fear of COVID-19 and COVID-19 misunderstanding in the association between problematic social media use, psychological distress, and insomnia. *Internet Interv.* 2020; 21:100345. DOI: 10.1016/j.invent.2020.100345
3. Quiroz C, Pareja A, Valencia E, Enríquez Y, De León J, Aguilar P. Un nuevo coronavirus, una nueva enfermedad: COVID-19. *Horiz Med.* 2020; 20(2):e1208. DOI: 10.24265/horizmed.2020.v20n2.11
4. Estrada E, Parichahua J, Velasquez L, Paredes Y, Quispe R, Puma M. Concern about the spread of COVID-19 in regular basic education teachers when returning to face-to-face classes. *Behav. Sci.* 2023;13(4):346. DOI: 10.3390/bs13040346
5. Salirrosas L, Tuesta J, Guerra, A. La estrategia “Aprendo en casa” y los retos en la educación virtual peruana. *EduSol.* 2021 [acceso: 29/11/2022]; 21(76):202-14. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/eds/v21n76/1729-8091-eds-21-76-202.pdf>
6. Estrada E, Mamani M. Competencia digital y variables sociodemográficas en docentes peruanos de educación básica regular. *Rev San Gregorio.* 2021; 1(45):1-16. DOI: 10.36097/rsan.v0i45.1502
7. Huanca-Arohuanca J, Supo F, Sucari R, Supo L. El problema social de la educación virtual universitaria en tiempos de pandemia, Perú. *InnovEd.* 2020; 22(S):115-28. DOI: 10.22458/ie.v22iEspecial.3218
8. Estrada E, Bautista J, Velazco B, Mamani H, Ascona P, Arias Y. Post-Pandemic Mental Health: Psychological Distress and Burnout Syndrome in Regular Basic Education Teachers. *Soc. Sci.* 2023; 12(5):279. DOI: 10.3390/socsci12050279
9. Taborda A, Murillo D, Moreno C, Taborda P, Fuquen M, Díaz P, Londoño D. Análisis de impacto presupuestal de la vacunación contra COVID-19 en América Latina. *Rev Panam Salud Publica.* 2022; 46:e5. DOI: 10.26633/RPSP.2022.5



10. Gautam S, Jain A, Gautam M, Vahia V, Grover S. Clinical practice guidelines for the management of depression. *Indian J Psychiatry*. 2017; 59(S1):S34-S50. DOI: 10.4103/0019-5545.196973
11. Ströhle A, Gensichen J, Domschke K. The diagnosis and treatment of anxiety disorders. *Dtsch Arztebl Int*. 2018; 155(37):611-620. DOI: 10.3238/arztebl.2018.0611
12. Trucco M. Estrés y trastornos mentales: aspectos neurobiológicos y psicosociales. *Rev. Chil. neuro-psiquiatr*. 2002; 40(2):8-19. DOI: 10.4067/S0717-92272002000600002
13. Cabezas E, Herrera R, Ricaurte P, Novillo C. Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes y docentes: Análisis a partir del COVID 19. *Rev Venez Gerenc*. 2021; 26(94):603-22. DOI: 10.52080/rvgluzv26n94.9
14. Aldana J, Rodríguez N. Depresión, ansiedad y estrés por COVID -19 en actores educativos. *Rev. Arbitr. Interdiscip. Cienc. Salud*. 2020; 4(8):6-23. DOI: 10.35381/s.v.v4i8.932
15. Instituto de Analítica Social e Inteligencia Estratégica. Salud mental en docentes durante la pandemia: Reflexiones en torno al género. Lima: PUCP. 2021 [acceso: 29/11/2022]. Disponible en: <https://repositorio.pucp.edu.pe/index/handle/123456789/182810>
16. Garnique R, Ramírez, D, Díaz, M, Aranda J, Alvarado M, Cjuno J, Hernández R. Work environment, depression, anxiety and stress in teachers of the Peruvian jungle in the Covid-19 context. *AVFT*. 2022; 41(5):380-84. DOI:5281/zenodo.7135654
17. Lizana P, Lera L. Depression, anxiety, and stress among teachers during the second COVID-19 wave. *Int J Environ Res Public Health*. 2022; 19(10):5968. DOI: 10.3390/ijerph19105968
18. Lacomba L, Schoeps K, Valero S, Del Rosario C, Montoya I. Teachers' response to stress, anxiety and depression during COVID-19 lockdown: What have we learned from the pandemic? *J Sch Health*. 2022; 92(9):864-72. DOI: 10.1111/josh.13192
19. Kamath S, Mithra P, Jayashree K, Kulkarni V, Joshi J, Kamath P, Unnikrishnan B, Pai K. Returning to work at school during the COVID -19 pandemic, is it stressful for schoolteachers? Assessment of immediate psychological effects: a cross sectional study. *F1000Research*. 2022; 11:751. DOI: 10.12688/f1000research.110720.2



20. Ozamiz N, Berasategi N, Idoiaga N, Dosil M. The psychological state of teachers during the COVID-19 crisis: The challenge of returning to face-to-face teaching. *Front Psychol.* 2021; 11:620718. DOI: 10.3389/fpsyg.2020.620718
21. Hernández R, Mendoza C. Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. México: McGraw-Hill; 2018.
22. Tapullima C, Chávez B. Escala de estrés, ansiedad y depresión (DASS-21): Propiedades psicométricas en adultos de la provincia de San Martín. *Psiquemag.* 2021; 11(1): 73-88. DOI: 10.18050/psiquemag.v11i1.2575
23. Wakui N, Abe S, Shirozu S, Yamamoto Y, Yamamura M, yasusyo A, et al. Causes of anxiety among teachers giving face-to-face lessons after the reopening of schools during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study. *BMC Public Health.* 2021 [acceso: 22/11/2022]; 21(1):1050. Disponible en: <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-021-11130-y>
24. Estrada E, Bautista J, Velazco B, Calsina W, Incacutipa D, Soto V, et al. Evaluation of psychosomatic symptoms associated with stress in teachers after returning to face-to-face classes. *IJLTER.* 2023; 22(4):362-76. DOI: 10.26803/ijlter.22.4.21
25. Santamaría M, Mondragón N, Santxo N, Ozamiz N. Teacher stress, anxiety and depression at the beginning of the academic year during the COVID-19 pandemic. *GMH.* 2021; 8:e14. DOI: 10.1017/gmh.2021.14
26. Arias H, Guadalupe J, Pérez D, Artola V, Cruz J. Emotional state of teachers and university administrative staff in the return to face-to-face mode. *Behav. Sci.* 2022; 12:420. DOI: 10.3390/bs12110420
27. Ozamiz N, Idoiaga N, Bueno J, Pérez M, Santabárbara J. Prevalence of anxiety, depression, and stress among teachers during the COVID-19 pandemic: A rapid systematic review with meta-analysis. *Brain Sci.* 2021; 11(9):1172. DOI: 10.3390/brainsci11091172
28. Lizano L, Sánchez R. Niveles de estrés en personal docente de los departamentos de Ciencias Sociales y Educación de la Universidad de Costa Rica, Sede de Occidente ante la situación del COVID-19. *Wimb Lu.* 2020; 17(1):7-22. DOI: 10.15517/wl.v17i1.49498





29. Correa P, Mola D, Ortiz M, Godoy J. Variables relacionadas al estrés percibido durante el aislamiento por COVID-19 en Argentina. *Salud soc.* 2021; 11:e4558. DOI: 10.22199/issn.0718-7475-2020-0007
30. Yovera E, Espiritu N. Nivel de estrés en docentes de educación primaria de una escuela del Norte de Lima: *Health Care Glob. Health.* 2021 [acceso: 22/11/2022]; 5(2):59-63. Disponible en: <http://revista.uch.edu.pe/index.php/hgh/article/view/159>

### Conflictos de interés

Los autores declaramos que no existen conflictos de interés ni fuentes de financiamiento.

### Contribuciones de los autores

Conceptualización: *Edwin Gustavo Estrada-Araoz, Néstor Antonio Gallegos-Ramos.*

Curación de datos: *Edwin Gustavo Estrada-Araoz.*

Análisis formal: *Edwin Gustavo Estrada-Araoz, Néstor Antonio Gallegos-Ramos.*

Investigación: *Edwin Gustavo Estrada-Araoz, Néstor Antonio Gallegos-Ramos.*

Metodología: *Edwin Gustavo Estrada-Araoz, Libertad Velasquez-Giersch.*

Administración del proyecto: *Edwin Gustavo Estrada-Araoz.*

Recursos: *Edwin Gustavo Estrada-Araoz, Libertad Velasquez-Giersch.*

Software: *Edwin Gustavo Estrada-Araoz, Libertad Velasquez-Giersch.*

Supervisión: *Edwin Gustavo Estrada-Araoz, Néstor Antonio Gallegos-Ramos.*

Validación: *Edwin Gustavo Estrada-Araoz, Néstor Antonio Gallegos-Ramos.*

Visualización: *Edwin Gustavo Estrada-Araoz, Libertad Velasquez-Giersch.*

Redacción – borrador original: *Edwin Gustavo Estrada-Araoz, Libertad Velasquez-Giersch.*

Redacción – revisión y edición: *Edwin Gustavo Estrada-Araoz, Libertad Velasquez-Giersch, Néstor Antonio Gallegos-Ramos.*