

UNIVERSIDAD HISPANOAMERICA

CARRERA DE ENFERMERÍA

Tesis para optar por el grado académico de

Licenciatura en Enfermería

**DINÁMICA FAMILIAR DEL DOCENTE DE
SECUNDARIA DURANTE LA PANDEMIA
RELACIONADO CON PREVALENCIA
SÍNTOMAS DE ESTRÉS CRÓNICO, CANTÓN
DE DESAMPARADOS, 2021**

DALERYN M. PÉREZ ARAYA

2021

Tabla de Contenido

ÍNDICE DE TABLAS.....	6
ÍNDICE DE FIGURAS.....	7
RESUMEN.....	9
ABSTRACT	11
CAPÍTULO I:.....	13
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	13
PLANTAMIENTO DEL PROBLEMA	14
1.1.1. Antecedentes del problema	14
1.1.2. Delimitación del problema	20
1.1.3. Justificación del problema	21
1.2. REDACCIÓN DEL PROBLEMA CENTRAL: PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	24
1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	24
1.3.1. Objetivo general	24
1.3.2. Objetivo específico	24
1.4. ALCANCES Y LIMITACIONES	25
1.4.1. Alcances de la investigación	25
1.4.2. Limitaciones de la investigación	25

CAPÍTULO II:	26
MARCO TEÓRICO	26
2.1. CONTEXTO TEÓRICO-CONCEPTUAL	27
Dinámica Familiar	27
Estrés Crónico	30
Síntomas del estrés	32
2.1.1. Modelos y Teorías	36
Betty Neuman	36
CAPÍTULO III:	41
MARCO METODOLÓGICO	41
3.1. ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN	42
3.2. TIPO DE INVESTIGACIÓN	42
3.3. UNIDAD DE ANÁLISIS U OBJETOS DE ESTUDIO	42
3.3.1. Población	42
3.3.2. Muestra	42
3.3.3. Criterios de inclusión	42
3.4. INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN	43
3.4.1. Validez del cuestionario	46
3.4.2. Confiabilidad	47

3.5. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN.....	47
3.6. OPERALIZACIÓN DE LAS VARIABLES	48
3.7. PLAN PILOTO	51
CAPÍTULO IV:	5
PRESENTACIÓN DE RESULTADOS	5
4.1. GENERALIDADES	53
4.2. ASPECTOS SOCIODEMOGRÁFICOS	53
4.3. Dinámica familiar	59
4.4. Síntomas de estrés crónico	62
CAPÍTULO V:	67
DISCUSIÓN E INTERPETACIÓN DE LOS RESULTADOS	67
5.1. DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN O EXPLICACIÓN DE LOS RESULTADOS	68
CAPÍTULO VI:	77
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	77
6.1. CONCLUSIONES.....	78
6.2. RECOMENDACIONES.....	80
BIBLIOGRAFÍA.....	81
ANEXOS	85
1. DECLARACIÓN JURADA	85

2. CARTA TUTORÍA	86
3. CARTA LECTORÍA	87
4. CONSENTIMIENTO INFORMADO	88
5. CONSENTIMIENTO INFORMADO VIRTUAL	91
6. INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	92
7. TABLA ALPHA CROMBACH.....	94
8. RESULTADOS DEL PLAN PILOTO	95
8.1 Primera parte: aspectos sociodemográficos	95
8.2 Segunda parte: dinámica familiar	98
8.3. Tercera parte: síntomas de estrés crónico	100

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Criterios de inclusión y exclusión criterios de inclusión	43
Tabla 2. Escala para la calificación de la funcionalidad de la familia, de acuerdo con el APGAR familiar.	44
Tabla 3. Valores de referencia del cuestionario de Maslach Burnout Inventory (MBI)	46
Tabla 4 Distribución de docentes de secundaria según frecuencia del APGAR familiar, cantón Desamparados, 2021	59
Tabla 5 Distribución de docentes de secundaria según función familiar, cantón Desamparados, 2021.....	60
Tabla 6. Distribución de la clasificación del APGAR familiar según estado civil de los docentes de secundaria según, cantón Desamparados, 2021.	61
Tabla 7. . Distribución de docentes de secundaria según la frecuencia del Maslach Burnout Inventory MBI, cantón Desamparados 2021.	62
Tabla 8. Distribución de docentes de secundaria según resultados obtenidos en la clasificación del MBI, cantón Desamparados 2021	63
Tabla 9. Distribución de docentes de secundaria según la prevalencia de síntomas de estrés crónico, cantón Desamparados 2021.	66
Tabla 10. Distribución de docentes de secundaria según frecuencia del APGAR familiar, Coto Brus, 2021	98
Tabla 11. Distribución de docentes de secundaria según la frecuencia del Maslach Burnout Inventory MBI, Coto Brus 2021.	99
Tabla 12 Distribución de docentes de secundaria según la prevalencia de síntomas de estrés crónico, Coto Brus 2021.	100

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Distribución de docentes de secundaria según rango de edad. cantón Desamparados, 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021	53
Figura 2. Distribución de docentes de secundaria según sexo, cantón Desamparados, 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021.	54
Figura 3. Distribución de docentes de secundaria según estado civil, cantón Desamparados, 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021.	55
Figura 4. Distribución de docentes de secundaria según lugar de residencia, cantón Desamparados, 2021. Fuente: Elaboración propia 2021.	56
Figura 5. Distribución porcentual de docentes de secundaria según tenencia de hijos, cantón Desamparados, 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021.	57
Figura 6. Distribución de docentes de secundaria según rango de edad de sus hijos. Cantón Desamparados, 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021.	58
Figura 7. Distribución de docentes de secundaria según tenencia edad de hijos. Cantón Desamparados, 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021.	64
Figura 8. Distribución del sexo de los docentes de secundaria según la dimensión realización del MBI y sexo, cantón Desamparados, 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021.	65
Figura 9. Distribución de docentes de secundaria según rango de edad, Coto Brus, 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021	95
Figura 10. Distribución de docentes de secundaria según sexo, Coto Brus 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021	95
Figura 11. Distribución de docentes de secundaria según estado civil, Coto Brus 2021. Fuente:	

Elaboración propia, 2021.	96
Figura 12. Distribución de docentes de secundaria según lugar de residencia, Coto Brus. Fuente: Elaboración propia 2021.	96
Figura 13. Distribución porcentual de docentes de secundaria según tenencia de hijos, Coto Brus, 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021	97
Figura 14. Distribución de docentes de secundaria según rango de edad de sus hijos. Coto Brus, 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021	97

RESUMEN

Introducción. La pandemia es una situación de salud que ha generado cambios en el estilo de vida de las personas, un sector de los más afectados ha sido la educación, por esto se investiga la dinámica familiar del docente de secundaria durante la pandemia y la prevalencia de síntomas de estrés crónico, los cuales han sido analizados a través de un instrumento de evaluación para identificar los factores de riesgo que pueden presentarse, así lograr un control sobre su salud.

Objetivo General. Determinar la dinámica familiar del docente de secundaria durante la pandemia relacionado con la prevalencia de síntomas de estrés crónico, cantón Desamparados, 2021.

Metodología. Estudio cuantitativo de tipo descriptivo, mediante el cual se examina la funcionalidad de la familia a través del APGAR Familiar y el nivel de estrés por medio del Maslach Burnout Inventory (MBI), ambos se adaptan para complementarse a la modalidad actual. Se implementa el instrumento en 177 docentes de secundaria del cantón de Desamparados.

Resultados y discusión. El 62% corresponde al rango de edades de 28-47, 59% son docentes femeninas y mayormente el 38% son solteros. 62% manifiestan tener de los hijos donde predomina las edades de 7-18. Esto evidencia que es posible que las mujeres se vean más afectadas debido a que son quienes se encargan comúnmente de las tareas del hogar y la crianza de los hijos. El 64% de los encuestados presentan una disfunción familiar moderada según el APGAR, esto puede verse afectado con relación a las redes de apoyo que se presenten, entre menos sean, mayor es el riesgo de una disfunción familiar. Las dimensiones MBI manifiestan que el 54% de la población se encuentra con agotamiento Alto, 47% despersonalización bajo y por último el 56% indican una realización personal baja, lo que da entender que según las preguntas realizadas el cambio de modalidad pudo marcar estos aspectos que se analizan y como consecuencia prevalecieron

síntomas de estrés, los tres que encabezan la lista son , dolores musculares o pinchazos en distintas partes del cuerpo 52%, dolores de cabeza, jaquecas 47% y problemas para conciliar el sueño 37%.

Conclusiones. Se determina que, aunque la dinámica familiar no se encuentre en mal estado, ningún docente presenta una funcionalidad total en sus hogares. Se observa que la prevalencia de síntomas de estrés crónico es mayormente alta en el agotamiento y la realización personal, con esto se entiende que entre más se manifieste cansancio menor será la satisfacción. La pandemia ha ocasionado un desequilibrio en el sistema educativo al cual los docentes no están acostumbrados, la virtualidad por ejemplo ha sido un reto, han tenido que buscar estrategias nuevas de afrontamiento, lo que repercute en la salud de éstos y ha aumentado la prevalencia de síntomas de estrés. **Palabras clave:** dinámica familiar, parentesco, relación familiar, relación de familia, docentes, cuerpos docentes, profesor, educador, estrés, síndrome del profesional quemado, síndrome de burnout, síntomas de estrés factores estresantes, enfermería, sistema, adaptación, mimetismo, pandemia, covid-19, cuarentena, aislamiento, modalidad virtual, APGAR familiar.

ABSTRACT

Introduction. The pandemic is a health situation that has generated changes in the lifestyle of people, a sector of the most affected has been education, so the family dynamics of the secondary school teacher during the pandemic and the prevalence of symptoms of chronic stress are investigated, which have been analyzed through an evaluation instrument to identify the risk factors that they can present and, thus achieve a control over their health. **General Objective.** To determine the family dynamics of the secondary school teacher during the pandemic related to the prevalence of symptoms of chronic stress, canton Desamparados, 2021. **Methodology.** Quantitative study of descriptive type, by means of which the functionality of the family is examined through the Family APGAR and the level of stress through the Maslach Burnout Inventory (MBI), both are adapted to complement the current modality. The instrument is implemented in 177 secondary school teachers in the canton of Desamparados. **Results and discussion.** 62% correspond to the age range of 28-47, 59% are female teachers and mostly 38% are single. 62% say they have children where the ages of 7-18 predominate. This shows that women may be more affected because they are the ones who are commonly responsible for household chores and child-rearing. 64% of the respondents present a moderate family dysfunction according to the APGAR, this can be affected in relation to the support networks that occur less they are, the greater the risk of a family dysfunction. The MBI dimensions show that 54% of the population is with high exhaustion, 47% low depersonalization and finally 56% indicate a low personal fulfillment, which suggests that according to the questions asked the change of modality could mark these aspects that are analyzed and as a result symptom of stress prevailed, the three that top the list are, muscle aches or punctures in different parts of the body 52%, headaches, migraines

47% and problems falling asleep 37%. **Conclusions.** It is determined that, although the family dynamics are not in poor condition, no teacher presents a total functionality in their homes. It is observed that the prevalence of symptoms of chronic stress is mostly high in exhaustion and personal fulfillment, with this it is understood that the more fatigue is manifested, the less satisfaction will be. The pandemic has caused an imbalance in the education system to which teachers are not accustomed, virtuality for example has been a challenge, they have had to look for new coping strategies, which has an impact on their health and has increased the prevalence of stress symptoms. **Keywords:** family dynamics, kinship, family relationship, family relationship, teachers, faculty, teacher, educator, stress, burnout syndrome, stress symptoms stressors, nursing, system, adaptation, mimicry, pandemic, covid-19, quarantine, isolation, virtual modality, family APGAR.

CAPÍTULO I:
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. PLANTAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1.1. Antecedentes del problema

Antecedentes Internacionales

La pandemia ocasiona que la población deba adoptar un nuevo estilo de vida al cual no se está acostumbrado, como es el caso de la educación, que es uno de los ámbitos que más problemática genera debido a las órdenes de las autoridades de salud, que indican la modalidad virtual para evitar el contacto físico entre las personas y evitar el riesgo de contagio por Covid-19.

Sánchez et.al.(1) hace un análisis en el documento *“Sobre la dinámica familiar. Revisión documental”* elaborado en Colombia 2015, con el objetivo de estudiar el contenido asociado al ambiente dentro del hogar, con un enfoque cualitativo. Donde describe dimensiones que se desempeña dentro de este núcleo, como las relaciones afectivas, roles, autoridad, límites, etc.

La revisión concluye que la dinámica familiar es un clima relacionar que se encuentra mediado por las dimensiones antes mencionadas. Es importante que cada una de estas tenga un equilibrio en el hogar para que haya armonía; menciona que el rol son aquellas tareas o papeles que se adquieren al interior de la familia, las cuales deben ser cumplidas, es aquí donde tiene relevancia para la investigación y su relación con el estrés durante la pandemia.

Jesús Palau (2) menciona en su investigación *“Educación y Pandemia, Una visión académica”* elaborado en México 2020, que quienes mantienen sus actividades laborales desde el hogar, enfrentan dificultades para cumplir con la armonización del tiempo, las demandas familiares y escolares ocasionando frustración en quienes viven este tipo de situaciones y generando prevalencia de síntomas de altos niveles de estrés, desgaste físico y emocional.

El ensayo relata las dinámicas familiares durante la pandemia y menciona lo revolucionario que son las TIC en estos días para el sistema educativo y como estas herramientas han ayudado a sobrellevar sus labores docentes. Es elaborado por María Franco et.al. (3), lo título “*Experiencias de la docencia universitaria en tiempos del Covid-19*”, Bolivia 2020. Tiene un enfoque cualitativo y es desempeñado por los docentes de la Universidad Autónoma Gabriel René Moreno.

La investigación describe estos cambios como un proceso que permite un salto cualitativo en áreas que se consideran segundo plano como la producción intelectual y la interacción por parte de los docentes quienes realizan un gran esfuerzo, empeño y uso de su tiempo para compartir sus conocimientos con los alumnos y en el cual no tienen suficiente reconocimiento.

Marente et al. (4) esclarece en su artículo los términos de la tensión y el síndrome de burnout en el escrito que titula “*Profesión docente y estrés laboral: una aproximación a los conceptos de estrés laboral y burnout*”, en el año 2016. Describe este padecimiento como un exponente de fases avanzadas que presentan los profesionales por los síntomas manifestados, además hace reconoce la enseñanza como parte importante dentro de la sociedad, porque provee progreso y conocimiento.

La revisión bibliográfica describe la perspectiva clínica del síndrome de burnout en los educadores y las manifestaciones que el estrés ocasiona en ellos. Desde un enfoque psicosocial puede ser un proceso determinado por las características del entorno laboral y de orden personal, que se manifiesta en diferentes etapas. Como se observa en los resultados de esta investigación, los cambios que los docentes viven por la pandemia pueden aumentar el desequilibrio del ambiente al que estas personas están normalmente acostumbrados, afectando su salud.

Nidia Gómez y Pablina Rodríguez (5) realizan una investigación en Paraguay en el 2015 titulada,

“Estrés en docentes en el contexto de la pandemia de Covid-19 y la educación”, en donde se menciona que, debido a la suspensión de la educación presencial, se ha dispuesto tecnologías de información y comunicación (TIC) para desarrollar la enseñanza virtual, las cuales son herramientas que tienen gran utilidad para los docentes y estudiante a nivel del mundial.

Los docentes adoptan medios virtuales para el cumplimiento de los programas educativos que las instituciones les dispone, lo cual genera incertidumbre y ansiedad ante algo poco utilizado y tiende a causar estrés ante la situación. En este documento se aplica el cuestionario de la Escala de Estrés Percibido (CEP) para determinar las manifestaciones que se presentan en los educadores causadas por sus labores, es un estudio de diseño observacional y descriptivo con enfoque cuantitativo.

Los resultados demuestran que se presenta tensión y agotamiento emocional considerable.

Además, menciona la sobrecarga de tareas y la demanda extrema significativa en los encuestados.

Por lo tanto, se deduce que la mayoría de ellos experimentan niveles considerables de estrés.

El análisis de la información encontrada muestra que las situaciones laborales que actualmente presentan los profesionales generan un aumento en el padecimiento de síndrome de burnout. Entre los síntomas relevantes es el agotamiento emocional, seguido del encierro, así como la dinámica familiar, lo que demuestra que esto predispone a los profesionales a sufrir las consecuencias de esta enfermedad o conocido también como el “síndrome del profesional quemado por el trabajo”.

Malender (6) demuestra en su documento “*Síndrome de Burnout y satisfacción laboral en docentes de nivel secundario*” en el año 2016, el estrés crónico que presentan los profesionales incide desde hace tiempo atrás, ya que la docencia se considera una actividad estresante y tiende a predisponer para padecer del síndrome, la autora se basa en variables sociodemográficas para realizar esta investigación de manera cuantitativa y pretende relacionarla con la satisfacción laboral.

El resultado obtenido en el estudio mencionado confirma que la satisfacción laboral predice significativamente el síndrome en los profesionales, ya que, las variables del MBI relacionadas con los factores intrínsecos demuestran que los docentes al presentar niveles altos de agotamiento se observa menor satisfacción laboral descrita por los docentes.

La investigación *“Atención psicosocial para docentes con síndrome de burnout causa de la cuarentena generada por el Covid-19”* es un proyecto que pretende brindar una atención psicosocial a los docentes, es publicado en Colombia en el 2020, por Sandra DV (7). Esto a razón de que hay un alto porcentaje de educadores que están acostumbrados a la modalidad presencial y por los cambios en la enseñanza a modalidad virtual se ve afectada la adaptación a sus labores.

Los problemas de salud se presentan por las condiciones laborales poco satisfactorias que se experimentan, afectadas por el teletrabajo, las diligencias que este con lleva y además se complementa con una limitación para tiempos de descanso y alimentación incluso, ocasionando que se observe la incidencia de presentar estrés. La mayoría son docentes femeninas que, además del ámbito laboral se ven afectadas en conjunto por las tareas en el hogar y el cuidado de los hijos.

Los resultados demuestran que, debido a este tipo de factores, se afecta el desempeño de los docentes, esto conlleva a que se requiera mayor esfuerzo para enfrentar situaciones cotidianas. Ellos tienden a creer que tienen poco apoyo de la sociedad, incluyendo padres, quienes dejan toda la responsabilidad a los centros de educación, lo que aumenta el compromiso de los profesores que al final no solo cargan con los asuntos académicos, sino también con las situaciones personales.

Bohé (8) realiza una propuesta de intervención profesional en su trabajo final titulado

“Indicadores de la presencia del Síndrome de Burnout en docentes de una escuela secundaria rosarina durante el período de aislamiento/distanciamiento decretado a raíz de la pandemia

COVID-19. Propuesta de intervención para neutralizar dicha situación.” Elaborado en Argentina 2020, con el fin de reducir los niveles de estrés que presenta los profesionales ante la situación.

Las entrevistas realizadas muestran que al igual que las revisiones anteriores los docentes presentan un estado de agotamiento emocional importante y que de no realizar cambios en la organización del trabajo actual, pueden padecer de estrés crónico. Para neutralizar la problemática realizan estrategias para resolver los problemas operativos en el trabajo diario de los educadores que se encuentren en modalidad virtual. La propuesta de intervención hizo énfasis en mejorar el bienestar de los docentes con la finalidad que ellos puedan brindar una mejor calidad de educación.

Vera García e Inés (9) describen en su documento titulado *“La resiliencia como factor protector del estrés crónico en docentes”* en España durante el 2019, menciona que la neurociencia considera que las personas más resilientes tienen mayor equilibrio emocional ante situaciones de estrés, permitiendo un mejor manejo de situaciones con presión, seguido de una sensación de control y capacidad para resolver situaciones. El objetivo de esta investigación es analizar el efecto preventivo sobre el burnout en 334 docentes.

Los hallazgos mencionan la importancia de hacer hincapié en que los profesionales desarrollen la resiliencia en el desempeño para mejorar el afrontamiento ante las demandas laborales, ya que ayuda a amortiguar los factores estresores y disminuye la vulnerabilidad de los síntomas del síndrome de burnout. Además, señala que los aspectos positivos del trabajo como el ambiente, el apoyo y demás, aumentan la eficacia de las labores de los docentes para controlar los factores estresores que se presenten y así lograr aumentar su motivación para continuar su trabajo, la auto eficiencia y el logro de metas que se propongan para resolver sus diligencias.

Antecedentes Nacionales

Claudia Palma (10) menciona que las mujeres llevan mayormente la sobrecarga de las tareas del hogar desde tiempos históricos, en el documento *“De académicas, pandemia, encierro y bitácoras: experiencias de algunas universitarias en el contexto del COVID-19,2020”*, destaca que no solo son buenas para resolver las demandas de las actividades sociales que se les exige en estos tiempos de crisis que para muchos la cuarentena se traduce en simplemente quedarse en la casa o realizar sus actividades favoritas de ocio debido a que consideran tienen “más tiempo libre”.

El trabajo es mayor para otros ya que no solo se multiplica las labores que normalmente se está acostumbrado, sino que, las diligencias cotidianas del hogar ahora debe ser compatible con la responsabilidad personal y moral del puesto que cada profesional tenga, y en el caso de las mujeres sucede que en este ambiente durante el encierro se ha observado una distribución desigual de tareas y el aumento de las jornadas laborales e incluso casos de violencia intrafamiliar que estas femeninas sufren y esto llega a presentar repercusiones.

La pandemia es una situación de grandes retos para la población y como se observa no es fácil realizar la dualidad entre las dinámicas familiares y las laborales y sus consecuencias resultan ser negativas y repercuten en la salud. Los docentes, son de las poblaciones que más afectados se ven por el confinamiento y la adaptación es nuevo estilo de vida que se lleva por el bienestar de todos.

1.1.2. Delimitación del problema

La presente investigación se realiza con una muestra de 177 docentes de secundaria, estas son seleccionadas sin importar sexo, etnia o edad y que trabajen en centros educativos diurnos públicos del cantón de Desamparados, San José, Costa Rica durante el 2021.

1.1.3. Justificación del problema

La pandemia ha generado un gran cambio en el estilo de vida de la población, debido a que la situación de salud requirió la implementación de normas por orden de las autoridades sanitarias para la protección de la salud en la población. La orden de cuarentena es la que más ha impactado al país, la educación es de los sectores más afectados, a pesar de la suspensión temporal de las lecciones, la enseñanza debe continuar de alguna forma, es por esto que se decide implementar la modalidad virtual con el uso de herramientas tecnológicas.

La educación pasa de ser presencial a virtual y más adelante se utiliza la modalidad dual que combina estos dos métodos. Para los docentes tener que cambiar drásticamente la forma de enseñanza ha sido todo un reto, ya que muchos no estaban acostumbrado a las herramientas de información y comunicación tecnológicas. Además, impartir las lecciones desde su hogar donde comparten el espacio con otros integrantes y posiblemente muchos son la cabeza de la familia, implica complementar las tareas del hogar con las responsabilidades laborales como docentes.

La investigación pretende valorar cuál es la dinámica familiar del docente de secundaria durante la pandemia relacionado con prevalencia de síntomas de estrés crónico, debido a los cambios que estos profesionales tienen que adoptar por las medidas sanitarias que se implementan por el riesgo de la propagación del virus.

Los educadores tienen la obligación de brindar la misma calidad de educación desde sus hogares y cumplir con todos los objetivos educativos impuestos por la institución de educación, pero muchas veces las condiciones no son favorables. Sumado a esto, tienen el reto de ajustarse a la nueva modalidad de educación virtual y muchos de ellos no están familiarizados con esas herramientas;

del mismo modo, velar por las tareas del hogar que tienen que realizar. Esto se convierte en factores estresores predisponentes para la prevalencia de síntomas de estrés crónico.

El estrés es la respuesta de alerta que se genera ante una situación en la cual se presentan factores estresores y puede ocurrir dos cosas, que la persona pueda adquirir la estabilidad para enfrentar lo ocurrido y utilizarlo para fortalecerse o que al contrario lo pueda tomar de manera negativa y ocasionar que la persona no logre enfrentar la situación adecuadamente y se dé la aparición de síntomas fisiológicos y psicológicos que afecten el equilibrio del bienestar de esas personas.

La dinámica familiar es todo un reto durante la pandemia debido a los cambios que los docentes realizan para cumplir con las demandas laborales y del hogar, esto genera incertidumbre e inseguridad, ya que, el cumplir en el hogar no es solo realizar las tareas domésticas, sino que, es un deber y responsabilidad con los que se convive, desarrollar las características de una dinámica familiar como: el afecto, los roles, la comunicación y la autoridad para lograr un equilibrio.

Los síntomas de estrés crónico tienen una importante relación con las condiciones laborales que los docentes manejan, el trabajo desde casa y cumplir con las tareas del hogar es demandante, tomando en cuenta que no hay una preparación para la transición provocada por la pandemia y todos los cambios que son necesarios para adaptarse a la cuarentena. El resultado de enfrentarse a factores estresores implica observar una disminución en la satisfacción por cumplir las necesidades básicas, es decir al no presentar un bienestar total se presenta la enfermedad.

El trabajo de adaptación ante una situación tan compleja y repentina como ha resultado ser la pandemia hace que las personas deban realizar cambios de las actividades diarias, lo que lleva a presentar signos de agotamiento mayor al acostumbrado anteriormente, causando que se muestre repercusiones en el equilibrio de su bienestar física y psicológica y el entorno que los rodea.

Enfermería brinda una atención integral, lo que implica que cuando se presenta nuevas situaciones que implican un riesgo para la salud deba ser estudiada, en este caso se estudian componentes que pueden causar un desequilibrio en la salud de la población docente debido a los cambios provocados por la pandemia y que pueden resultar en repercusiones para la salud de ellos y que afecte el desempeño en sus labores como educadores de las próximas generaciones

La dinámica familiar y la prevalencia de los síntomas del estrés crónico durante la pandemia son las variables que se escogen para esta investigación ya que por medio de la recolección de datos a través de un instrumento de evaluación permite el análisis de la información que sirve de fundamento para el desarrollo de planes de atención para reconocer aquellos componentes que pueden ser factores estresores desfavorables para la salud.

La investigación pretende obtener la información necesaria para que la población reconozca estos componentes e identifique todos aquellos factores que se consideren estresores y que puedan afectar la salud para que puedan prevenir y controlar la prevalencia de síntomas de estrés crónico y garantizar un equilibrio entre la dinámica familiar y sus labores como docentes

1.2. REDACCIÓN DEL PROBLEMA CENTRAL: PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cuál es la dinámica familiar del docente de secundaria durante la pandemia relacionado con prevalencia de síntomas de estrés crónico, cantón de Desamparados 2021?

1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1. Objetivo general

Determinar la dinámica familiar del docente de secundaria durante la pandemia relacionado con la prevalencia de síntomas de estrés crónico, cantón de Desamparados, 2021

1.3.2. Objetivo específico

Caracterizar a los docentes de secundaria según aspectos sociodemográficos, durante la pandemia, cantón de Desamparados, 2021.

Reconocer la dinámica familia de los docentes de secundaria, durante la pandemia, cantón de Desamparados, 2021.

Identificar la prevalencia de síntomas de estrés crónico en los docentes de secundaria, durante la pandemia, cantón de Desamparados, 2021.

Relacionar la dinámica familiar del docente de secundaria durante la pandemia con la prevalencia de síntomas de estrés crónico, cantón de Desamparados, 2021.

1.4. ALCANCES Y LIMITACIONES

1.4.1. Alcances de la investigación

Estudio no presenta alcances más allá de los objetivos establecidos.

1.4.2. Limitaciones de la investigación

La norma sanitaria decreta que no se debe salir de la casa en lo mayor posible debido a la situación de salud dada por el Covid-19. Además, las clases han sido virtuales y la mayoría de las instituciones evita la entrada a los particulares, lo que dificulta el contacto directo con los docentes para poder implementar el instrumento de evaluación, por lo que sé que usa diferentes recursos indirectos y principalmente mantener la virtualidad (correos electrónicos, llamadas telefónicas, etc.).

CAPÍTULO II:
MARCO TEÓRICO

2.1. CONTEXTO TEÓRICO-CONCEPTUAL

Dinámica Familiar

La dinámica se describe a partir de la diferenciación de roles que los individuos de la familia desempeñan. Ésta es regulada por las normas que los jefes hogar previamente diseñan para que los miembros más nuevos los imiten y puedan vivir pacíficamente dentro del grupo. Las características que abarca este concepto se relacionan con el ambiente que generan los integrantes del grupo y el grado de cohesión que tenga cada uno, además, depende la comunicación, el afecto, la autoridad y los roles que se ejecuten para convivir en armonía, de lo contrario se puede ver interrumpido por el estrés y la inconformidad del núcleo. (11)

Características de la Dinámica Familiar

Edison (12) menciona que características de la dinámica familiar se basan en tres aspectos que comprenden al núcleo, los cuales están relacionados con la estructura familiar y pueden ser cambiantes. El primero es denominado como interno (proceso de socialización), y tiene el objetivo de que los integrantes sigan las normas vigentes que se declaran dentro del hogar. El segundo es el contexto (dinámicas internas), se refiere a las interacciones que se construyen dentro del núcleo. Y por último, el externo, que es la relación de los miembros con la comunidad y cómo se desarrollan siendo parte de ésta. A continuación, se describe cada característica:

Afecto: el intercambio afectivo es una interacción fundamental parte de la vida del ser humano debido a que las personas presentan satisfacción al sentirse parte de algo como una familia y además lo acompaña el respeto y amor por los otros miembros del grupo. En el caso de los niños, sus comportamientos los enfocan a complacer las demandas de un adulto para mantener su cariño.

Autoridad: la facultad de orientar y determinar la conducta de otros, el cual normalmente ha estado dirigido por el o la jefe de hogar, quien está la cabeza, dirige y establece límites y reglas y cuyas decisiones afectan a los miembros. Históricamente el padre era quien estaba al mando y la madre quien cubre el hogar y el afecto, pero la actualidad ha cambiado el panorama debido a que la mujer se ha insertado más en el mercado laboral, o bien sucede la ausencia de alguno de los padres o algún integrante u otras maneras en las que se conforman las familias en la actualidad.

Roles: las familias crean vínculos en su interior que son constituidos a partir de las emociones y los valores que ayudan a generar roles asimétricos e interactivos que son asumidos y vivenciados de modos diferentes por cada miembro del núcleo. Anteriormente la cultura ha estereotipado y caracterizado los comportamientos según el sexo de las personas otorgando funciones ya “asumidas”. Hoy en día estos papeles se diversifican mas según la composición familiar.

Instrumentos de atención a la familia

Los instrumentos de atención según Domm et.al (13) permiten identificar el cumplimiento de las funciones básicas y el rol que juega en el proceso salud-enfermedad de cada integrante. Para esto existe un conjunto de escalas y formatos los cuales se denominan “Atención integral a la familia”, facilitando a los profesionales de la salud la comprensión de las relaciones de cada miembro.

La visión gráfica de la familia a través de los instrumentos de atención permite que los profesionales de la salud desarrollen una visión integral de los puntos fuertes y débiles de los integrantes del grupo en su situación actual. Estos procesos desarrollan hipótesis que permiten una atención a los individuos en busca del mejor método para ayudar a los miembros.

APGAR familiar

El instrumento aplica un cuestionario de 5 preguntas para evidenciar el estado funcional de un grupo y así utilizarlo como una escala en la cual las personas entrevistadas dan su opinión en cuanto a la operatividad del núcleo, este es creado en 1978 por el Dr. Gabriel Smilkstein, quien se basa en experiencia como médico de familia para proponer la aplicación de una evaluación para los equipos de atención primaria para un análisis de la dinámica en el hogar.

El APGAR según Domm et.al (13), evidencia la percepción de los integrantes del hogar, su aplicación es útil principalmente donde se percibe manifestaciones de problemas dentro del núcleo. Éste valora cinco funciones básicas dentro de la familia. La palabra APGAR es un acróstico que se relaciona cada inicial con la función familiar que cada apartado estudia. Seguidamente, se detalla cada uno de ellos:

Adaptación: evaluación de los miembros de la familia, relaciona los recursos intra y extrafamiliares en los momentos de grandes necesidades y periodos de crisis, para la resolución de sus problemas y adaptarse a nuevas situaciones.

Participación: medición de la satisfacción en relación con el grado de comunicación existente entre miembros, como asuntos de interés común en la búsqueda de estrategias y soluciones.

Ganancia: forma en que se encuentra la satisfacción en la medida en que el núcleo familiar se acepte y apoye las acciones que impulse y fortalezca el crecimiento personal de los integrantes.

Afecto: evaluación de la satisfacción con la respuesta ante expresiones emocionales positivas y negativas y los valores que se muestran mutuamente dentro del grupo familiar.

Recursos: evaluación de la satisfacción con relación a la forma en que cada uno se compromete y brinda diferentes recursos que aporte a los demás, esto es esencial en la dinámica familiar.

El puntaje debe fluctuar entre 0 y 20 según los resultados de este cuestionario, esto indica una baja, mediana o alta satisfacción en el funcionamiento y relación dentro de la familia. Es importante conocer que estos sistemas analíticos no tienen una precisión absoluta. Adicionalmente es importante utilizar este tipo de evaluaciones en conjunto con el conocimiento e incluso utilizar otros tipos de instrumentos de atención para mejorar el contexto de los mensajes obtenidos.

Estrés Crónico

El estrés es una respuesta de alerta ante una situación que se presente, se divide en dos términos según Zavala (14), el *eustrés* que se menciona como la reacción emocional positiva como reacción adaptativa de amenaza que puede generar estrés y también está el *distrés* que corresponde a la respuesta negativa ante una situación que el individuo no logra manejar adecuadamente.

El concepto de estrés tiene relación con los factores estresores que según Zavala (14) se define como la capacidad que tiene un individuo de reaccionar ante exigencias y presiones laborales que no se ajustan a sus conocimientos y capacidades y que ponen a prueba su capacidad para afrontar la situación dada, esta respuesta se puede dividir en síntomas psicológicas y biológicas.

El estrés pone a prueba las competencias humanas para afrontar la situación a la que se presente y valorar la reacción positiva o negativa que el individuo pueda manifestar, las presiones laborales a veces exceden la capacidad de una persona para cumplir con sus deberes y cumplir con los objetivos que se le propone en su lugar de trabajo, en ocasiones incluso no llegan a utilizar el conocimiento necesario y las destrezas que tienen, siendo un problema para el funcionario.

El estrés docente y los rasgos demográficos

Conocer el estrés docente implica considerar las fuentes o causas del mismo, según Zavala (14) estas causas pueden relacionarse con ciertos rasgos demográficos. Estas particularidades son razón

de susceptibilidad que incrementa la vulnerabilidad. Los rasgos demográficos están determinados por las características de cada individuo que especifica a cada uno en una comunidad, el género por ejemplo no depende de una voluntad propia, mientras que otros como el lugar de domicilio son determinados por decisiones dentro de la sociedad.

El género no es un determinante significativo para considerar que un individuo sea propenso al estrés. Sin embargo, en los estudios se observa que las mujeres con hijos y deberes laborales están expuestas a un mayor grado de tensión en su diario vivir. Así pues, el sexo representa una posibilidad real de padecimiento psicológico de este tipo de alteraciones, pero se debe tratar como una variable independiente por la relación que puede tener con otras como ocupación.

La diferencia de edad puede ser significativo para padecer de estrés, aunque parece un poco polémico por la diversidad de descubrimientos que se tiene. Se evalúa que las personas que se encuentran entre las edades de 20 y 25 presentan un índice bajo de estrés. Y se observa un aumento desde los 25 hasta los 40 años, y es poco lo que se manifiesta después de los 40 años.

El estado civil determina en la investigación de Zavala (14) que los docentes solteros son mayormente susceptibles al agotamiento emocional, esto se debe a las redes de apoyo que puedan tener. Asimismo, existe una introversión relacionada con la falta de capacidad de socialización como una disposición para experimentar el estrés. Incluso el hecho de tener hijos puede ser un factor protector frente a estos padecimientos y se le otorga a la supuesta maduración que acompaña estos momentos de desarrollo de una persona, volviéndose un recurso que acompaña al individuo.

Consecuencias del Estrés

El estrés se puede percibir en diferentes niveles dentro del diario vivir, por ejemplo, la dimensión personal y social. Según Zavala (14), se desarrollan manifestaciones de la enfermedad producto de

la cotidianidad y por esta misma razón los individuos no logran reconocerlas y las llegan a pasar por alto. Sin embargo, el estrés laboral puede aportar otro tipo de síntomas que puede terminar siendo recurrentes y significar un riesgo o agravamiento en la salud de las personas.

Síntomas del estrés

Respuesta Psicológica

La respuesta se realiza mediante fases: la alarma que se produce cuando el cerebro percibe una situación que es ocasionada por un facto estresor del ambiente, el cerebro inmediatamente al percibir lo que ocurre envía un mensaje el cual es un desencadenante para inducir a otras glándulas para la producción de adrenalina, el efecto consiste en un estado de alerta a todo el organismo.

Las señales aparecen con frecuencia como respuesta al estrés en el organismo, pueden ser: palpitaciones, pulso rápido, sudoración, estómago contraído, malestares gastrointestinales, tensión o dolores en diferentes músculos del cuerpo como brazos o piernas, respiración rápida y entrecortada, dientes apretados con firmeza, mandíbulas cerradas, inquietud y emociones intensas.

La fisiología del estrés mencionada por Pereira (15) define que las señales de alarma que llegan al cerebro son enviadas por el hipotálamo que transmite mensajes nerviosos al organismo por vía sanguínea, llegando al sistema parasimpático el cual regula las funciones orgánicas del cuerpo. Estos estímulos llegan a producir alteraciones a nivel de órganos.

El estrés viene acompañado con frecuencia de emociones como exaltación, depresión, enojo, etc., con variabilidad en la intensidad dependiendo de la persona que lo experimente y de la situación que se vive. Cuando esto ocurre, lo más recomendable es manifestar esas emociones para ayudar a superar el estrés percibido, ya que cuando estos son reprimidos generalmente ocasionan más

tensión ocasionando mayores repercusiones en la salud. Estas respuestas se pueden clasificar en tres grandes categorías según Pereira (15): cognitivas, emotivas y conductuales.

Área cognitiva (pensamientos e ideas): la persona tiene dificultades para guardar la concentración, es frecuente que pierda la atención, la retención de la memoria se reduce tanto en corto como a mediano plazo. Por lo general los problemas exigen al individuo tener una respuesta inmediata ocasionando que se resuelvan de forma impredecible. La persona tiene el sentimiento de ser incapaz de evaluar acertadamente la situación que se le expone y tampoco logra visualizarla a futuro para tomar decisiones correctas, además no sigue patrones lógicos y coherentes dentro de un orden, sino que se presenta ideas de manera desorganizadas.

Área emotiva (sentimientos e ideas): la persona experimenta dificultades para mantenerse relajada tanto física como emocionalmente. Las alteraciones físicas se presentan de maneras nueva como la hipocondría, acompañado de síntomas como la pérdida de la paciencia, la intolerancia, autoritarismo, ira y la falta de consideración hacia otros individuos. Hay un aumento del desánimo y un descenso en el deseo de vivir. La autoestima también se ve afectada por pensamientos de incapacidad e inferioridad que se experimentan ante la respuesta del estrés.

Área conductual (actividades y comportamientos): el lenguaje presenta una incapacidad para dirigirse de manera oral hacia otros, puede darse la tartamudez y una disminución en la fluidez al hablar. Experimenta falta de entusiasmo por las aficiones de preferencia, así como pasatiempos de su gusto. Es común ver que los individuos acompañen esto del aumento de consumo de comida, alcohol, tabaco, café u otras drogas. La energía fluctúa entre un día y otro, los patrones de sueño se ven alterados ya sea insomnio o un exceso en la necesidad de dormir.

Las relaciones interpersonales tienden a aumentar la sospecha o necesidad de culpar a otros o atribuir responsabilidades que son propias. Los cambios en la conducta como reacciones extrañas y aparición de tics o cualquier actitud que no sean de costumbre en la persona. También puede manifestarse deseos de no querer vivir, tendencias suicidas e incluso intentos por llevarlas a cabo.

El efecto del estrés aumenta la capacidad de percepción, memoria, razonamiento y juicio por un tiempo limitado, pero cuando la tensión se lleva más allá de los límites de las personas, desenlaza un declive y se observa dificultad para sobrellevar las capacidades cognitivas como las que ya se mencionaron. Otra manifestación es cuando la persona refiere sentirse “bloqueada”. También lo puede acompañar sentimientos de frustración, temor, tensión, aprensión y ansiedad que es de las más peligrosas a nivel psicológico. La depresión se considera como un riesgo terminal del estrés, cuando los síntomas se han llevado a cabo por un periodo prolongado.

Respuesta Fisiológica

Las manifestaciones del estrés afectan a las personas principalmente en la dimensión personal, sin embargo, hay síntomas que se consideran mayormente producto del ambiente laboral o social al que se exponen. A continuación, se enlistan las respuestas fisiológicas más recurrentes:

Dolores de cabeza frecuentes, mandíbula apretada, dolor, crujir o rechinar de dientes, tartamudeo.

Temblores en las extremidades, manos o labios, dolor de cuello y espalda. espasmos musculares.

Mareo, debilidad, vértigo, sonidos que zumban o que estallan.

Mejillas enrojecidas frecuentes, sudoración, sudoración en pies o manos fríos, resequedad bucal, problemas de deglución.

Resfriados, infecciones frecuentes, erupciones, picaduras, piel erizada, alergias frecuentes e inexplicables.

Malestar estomacal, náuseas, diarrea, constipación o flatulencias, micción frecuente o excesiva.

Dificultad para respirar, dolor de pecho ataques de pánico, ansiedad, preocupación, culpa, nerviosismo.

Disminución de la libido, cambios de humor, hostilidad, frustración.

Apetito incrementado o disminuido, insomnio, pesadillas o sueño inquietante, olvido, desorganización, desconcentración, sentimiento de sobrecarga, etc.

El estrés inicia como un proceso de malestar en los docentes que se desencadena con la aparición de sentimientos de desconcierto o insatisfacción, que se ve influenciado directa o indirectamente con los factores relacionados al entorno laboral. Además, desarrolla una inhibición en la actuación con los alumnos y en general mientras se practican las actividades educativas, muchas veces intentan resolverlo con una manera de huir o abandonar el puesto de docencia para sentir desahogo.

2.1.1. Modelos y Teorías

Betty Neuman

Betty Neuman describe Sánchez et.al (16), nació en Lowel Ohio en 1924 y luego en 1947 se gradúa como enfermera en la Escuela de Enfermería del Peoples Hospital en Akron, se llega a dedicar a la docencia en prácticas clínicas, sin embargo, muestra interés en las conductas humanas y así es como se titula en la maestría en Salud Mental en 1966 y luego obtiene un doctorado en

psicología clínica; a partir de estos estudios y conocimientos que adquiere en su trabajo como enfermera, así se le llega a denominar “la pionera de la salud mental comunitaria”.

Bases Teóricas del Modelo

Neuman se basa en la influencia psicológica, filosófica y biológicas para su modelo. Las bases teóricas se crean a partir de revisiones bibliográficas donde se encuentran fundamentos que evidencian las tres áreas disciplinarias en las que Newman se interesa para su estudio.

La primera es la Teoría de Gestalt conocido también como “*Psicología de la forma y la configuración*”, creada por Wertheimer, Köler y Koffka en 1912. El modelo según Sánchez (16) describe las relaciones humanas como una homeostasis definida como un proceso a partir del cual los organismos buscan mantener un equilibrio. Bajo esta perspectiva, Neuman reconoce que el individuo está conformado por la interacción de estresores a los que intenta adaptarse para mantener el equilibrio. A partir de esto crea los conceptos: integral, contenido y bienestar.

La Teoría del Estrés es otra influencia en la que se basa Neuman, construido por Hans Seyle en 1950, quien define el estrés como una respuesta o reacción generada por un estresor o estímulo que genera la necesidad de que el individuo se adapte a su entorno. Es un proceso compuesto por tres funciones básicas: alarma, resistencia y agotamiento. Neuman construye el concepto de factores estresantes que menciona las fuerzas del entorno, cuando una persona o sistema se enfrenta a estos, se da el resultado de la estabilidad o por el contrario la enfermedad.

French Caplan es autor de la Teoría Situación en Crisis, desarrollada en 1969, considera un evento crítico como el detonante de que se ocasionen dos respuestas, la primera convertirse en una persona más fuerte y ayude a desarrollar personalidad ante la situación dada o que se vuelva vulnerable a la persona al grado de no reponerse y por ende se da la enfermedad.

Caplan menciona los tres niveles de prevención ante una situación de crisis los cuales son utilizados por Neuman quien propone brindar atención desde la prevención primaria hasta la terciaria, donde se debe tener suficientes conocimientos para intervenir a la persona identificando y atendiendo los factores de riesgos asociados a los estresores, brindando una adecuada atención.

Neuman adquiere sus bases filosóficas a partir de los modelos propuestos por la de Chardin P.T. y Bernard Max en 1950, que mencionan que las propiedades de las partes están determinadas por un todo dentro de los sistemas organizados y dinámicos. Se mencionan dos aspectos básicos el primero donde el hombre no puede tener conducta estática, ya que, continuamente se interrelaciona con la naturaleza para autosatisfacerse; y el segundo es el dinamismo como consecuencia de la organización de la producción social, o sea que un sistema tiene conducta pasiva-reactiva. Es decir que el individuo responde a estímulos con la finalidad de mantenerse y alcanzar su bienestar.

La base biológica está representada por la Teoría de Sistemas, generada por Ludwing Von Bertalanffy en 1969 quien define un sistema como la relación que existe entre todo y la parte, puede ser una familia, un individuo o una comunidad y sus componentes son la materia (cuerpos), la energía (química) la comunicación, los cuales se definen como subcomponentes.

Los sistemas pueden ser abiertos o cerrados; lo que permite que la persona interactúe con el medio ambiente para buscar la formar adaptarse al entorno de adecuadamente. Estos sistemas los relaciona enfermería para sus labores, debido a que son seres vivos que realizan funciones como procesamiento, rendimiento y retroalimentación que es la regulación de lo obtenido.

Principales supuestos

Enfermería: Enfermería es “única profesión que se ocupa de todas las variables que afectan a la respuesta del individuo ante el estrés” (17). La percepción de esta profesión influye en la atención

que se brinda a las personas ya que pretende ser integral y debe tomarse en cuenta el campo perceptivo del cuidador y el cliente que son importantes a valorar.

Persona como cliente o sistema cliente: Neuman (17) define este concepto como aquellas personas abiertas en interacción recíproca con su entorno, puede ser el individuo, la familia, grupo, comunidad, etc. Es un compuesto que interrelaciona entre los factores fisiológicos, psicológicos y socioculturales, de desarrollo y espiritual; es decir todo lo que constituye y rodea a un humano.

Salud: es un movimiento continuo que cambia constantemente, esto relaciona el bienestar o estabilidad óptima con las necesidades totales del sistema y que éstas logren satisfacerse. Una disminución en la satisfacción por cumplir estas necesidades da como resultado la enfermedad.

Entorno: son todos los factores internos y externos que influyen en el sistema cliente. Los elementos estresores son según Neuman (17) las fuerzas que interaccionan con la estabilidad o el poder de alterar al sistema. Se divide en los siguientes conceptos:

EL entorno Interno (Interpersonal): es incluye las interacciones interiores del individuo como los sentimientos, pensamientos, enfermedades. El entorno Externo (Interpersonal): son todos los factores externos ajenos al individuo, son aspectos que no se controlan, se dan entre uno o más individuos, por ejemplo: las expectativas del cumplimiento de las órdenes sanitarias y el entorno creado: se desarrolla inconscientemente y el individuo (cliente) lo utiliza para mejorar la capacidad de control protectora, el objetivo es crear un efecto aislante que ayude a controlar la amenaza que proviene de los factores estresores del entorno. Por ejemplo, la pandemia.

El modelo de sistemas se relaciona con la presente investigación por diferentes razones, ya que esta permite valorar la funcionalidad familiar en cualquiera de los tres niveles y en cómo está relacionado con la prevalencia de síntomas del estrés. Este sistema de Neuman presenta una serie

de elementos que puede ser fácilmente entendible y utilizables por el personal de salud, lo que permite que a través del análisis de los datos se pueda diagnosticar las necesidades de los docentes.

Los instrumentos de investigación ayudan a facilitar el uso del modelo permitiendo detectar las necesidades de la población para mejorar las herramientas del proceso de atención del sistema cliente, ayuda a recopilar la información y analizar los datos de la persona, que permite generar una planificación enfocada en la prevención, la intervención y la rehabilitación del proceso del marco del modelo de sistemas que propone Betty Neuman.

Neuman proporciona con este modelo la posibilidad de utilizarlos en personas individuales como la población docente de secundaria en la que se basa esta investigación y a la vez permite estudiar el comportamiento de este cliente en su ambiente en el aspecto laboral y la dinámica familiar que anteriormente eran dos entornos divididos a los cuales estas personas estaban acostumbradas.

La pandemia genera que se unifique el entorno laboral y la dinámica familiar en un solo lugar, modificando las actividades diarias acostumbradas, como: el teletrabajo y adaptarse a la nueva modalidad que la cuarentena los obliga, acompañado de la falta de preparación, conocimiento, sentimientos de incertidumbre y demás, esto ocasiona que los docentes empiecen a mostrar prevalencia de síntomas de estrés generados por factores estresantes a los que usualmente no se enfrenta anteriormente, siendo un factor de vulnerabilidad en la salud de las personas.

Neuman menciona que el diagnóstico consiste en obtener bases de datos a partir de los cuales se pueda determinar variaciones para el bienestar, estableciendo metas mediante la negociación con el cliente, los resultados establecen relaciones con uno o más objetivos en cualquiera de los tres niveles de atención. En esta ocasión, la investigación se enfoca en el nivel de intervención debido

a que es un suceso que actualmente genera una necesidad en la población debido a los cambios que se han generado por una situación de salud que hace que las personas deban adaptarse.

CAPÍTULO III:
MARCO METODOLÓGICO

3.1. ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN

El enfoque es de tipo cuantitativo, por medio de análisis estadísticos, se determina la dinámica familiar del docente de secundaria durante la pandemia relacionado con la prevalencia de síntomas de estrés crónico en el cantón de Desamparados, 2021.

3.2. TIPO DE INVESTIGACIÓN

La investigación corresponde al tipo descriptiva, ya que, consiste en la recopilación de datos que describen la dinámica familiar del docente de secundaria pública durante la pandemia relacionado la prevalencia de síntomas de estrés crónico, donde estos serán sometidos a estudio.

3.3. UNIDAD DE ANÁLISIS U OBJETOS DE ESTUDIO

Corresponde a cada docente que se dedique a la enseñanza secundaria pública y que labore en modalidad virtual en el cantón Desamparados.

3.3.1. Población

La población total de estudio corresponde aproximadamente a 1466 docentes aproximadamente de educación secundaria pública, en el cantón de Desamparados, 2021.

3.3.2. Muestra

La muestra consta de 177 docentes, los cuales fueron seleccionados de forma aleatoria, con un 99% de confiabilidad y un 5% de margen de error según la fórmula. Se selecciona la

muestra de esta forma, para evitar que se manipule a conveniencia del investigador. El cálculo se lleva a cabo según la forma estadística oficial.

3.3.3. Criterios de inclusión

Tabla N° 1. Criterios de inclusión y exclusión criterios de inclusión

Criterios De Inclusión	Criterios De Exclusión
Docentes de educación secundaria del cantón de Desamparados	Todo docente en el cantón de Desamparados, que sea: Cuidador directo de una persona dentro del núcleo familiar.
Que tenga previamente firmado el consentimiento informado legal.	Estar en duelo durante el último año. Presentar un diagnóstico de enfermedad mental durante el 2021. Docentes que no estén impartiendo enseñanza en modalidad virtual.

Fuente: Elaboración propia, 2021.

3.4. INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

El cuestionario consiste en recopilar información por medio de diferentes instrumentos de evaluación los cuales se adaptan a las variables que se estudian para obtener resultados de forma veraz, fidedigna y oportuna. Es importante tener responsabilidad y buen desempeño al implementar el instrumento. Ya que, los datos son la clave para optimizar la investigación.

El APGAR familiar es una de las herramientas que se utiliza como fuente de recolección de información ya que, según Domm (13), este se valora la funcionalidad que tiene el docente en su hogar y evalúa por medio de cinco funciones: adaptación, participación, ganancia, afecto y recursos. Con el fin de detectar las necesidades que la persona presenta durante la pandemia que estén relacionadas a la prevalencia de síntomas de estrés crónico.

La evaluación consta de 5 preguntas sencillas y fáciles de aplicar a los objetos de estudio, donde cada respuesta tiene un puntaje: 0= nunca, 1= casi nunca, 2= algunas veces, 3= casi siempre, 4= siempre. Al sumar los parámetros evaluados, el puntaje da entre 0 y 20 puntos, basado en esto se califica la función familiar de acuerdo con el siguiente cuadro:

Tabla 2. Escala para la calificación de la funcionalidad de la familia, de acuerdo con el APGAR familiar.

Función	Puntaje
Buena función familiar	18-20
Disfunción familiar leve	14-17
Disfunción familiar moderada	10-13
Disfunción familiar severa	9 o menos

Fuente: Domm MAI de damm, Bustamante DMS. Instrumentos de Atención a la Familia: El Familiograma y el APGAR familiar. :10.

El cuestionario de Maslach Burnout Inventory (MBI (18) tiene el objetivo de detectar 3 aspectos del *Síndrome de Burnout*: el agotamiento emocional, la despersonalización y la realización personal. Los cuales están asociados a la aparición de síntomas de estrés crónico

que aparecen por la insatisfacción laboral que manifiestan los trabajadores. En te caso el instrumento es utilizado para determinar la relación que tiene los aspectos laborales de la actual modalidad virtual que ha obligado a los docentes a adaptarse a nuevos cambios en la forma de brindar educación.

La herramienta se utiliza como base para la evaluación de la prevalencia de estrés crónico, realizando modificaciones a las preguntas originales para adecuarlas con el fin de que se valore los aspectos que el Síndrome de Burnout estudia para valorar las repercusiones en el trabajo como docentes con relación a la adaptación de la modalidad educativa actual, debido a la situación de salud. Su función es medir el desgaste que perciben los profesionales durante la pandemia.

Las puntuaciones tienen un valor asignado a cada respuesta: 0= nunca, 1= casi nunca, 2= algunas veces, 3= regularmente, 4= bastante veces, 5= casi siempre, 6= siempre. Con esto se realiza un cálculo de los resultados obtenidos para analizar de manera detallada los distintos aspectos que determina los síntomas de estrés crónico, que puede fluctuar de ser más o menos severo, esto dependiendo de los indicios que las personas en estudio muestren. Estos ítems pueden orientar sobre los puntos fuertes o débiles de cada docente presente en sus labores como profesionales.

Tabla 3. Valores de referencia del cuestionario de Maslach Burnout Inventory (MBI)

	Bajo	Medio	Alto
Cansancio	0-18	19-26	27-54
Despersonalización	0-5	6-9	10-30
Realización personal	0-33	34-39	40-56

Fuente: el Sahili. análisis del Burnout y sus escalas de medición, España: los otros libros septiembre de 2019.

3.4.1. Validez del cuestionario

El APGAR es uno de los cuestionarios que utiliza para la recopilación de datos y análisis de la información, consta de 5 ítems que evalúan funciones psicosociales dentro de la funcionalidad de una familia, el promedio global de resultados obtenidos del APGAR familiar en investigaciones anteriores según Díaz (19), es de un 95% lo cual representa que es una gran utilidad y presenta una excelente consistencia.

El Maslach Burnout Inventory (MBI) es el otro cuestionario que se utiliza en este estudio. Consta de 22 ítems que se dividen en tres dimensiones del estrés laboral en este caso en el ámbito educativo, este cuestionario se somete a una adecuación muestral de Kaiser-MeyerOlkin (KMO) (20), lo cual resultó con un 89,4% lo que al igual que representa una validez alta para ser utilizados.

El cuestionario de esta investigación se implementa en un plan piloto que abarca el 10% de la muestra que se somete en docentes de secundaria de Coto Brus, para probar su validez que permite luego ser implementado en la población de estudio. Este instrumento se adapta para evaluar un enfoque de modalidad dual (virtual – presencial) que los docentes experimentan durante la pandemia y la relación con la prevalencia síntomas de estrés crónico que los sujetos pueden experimentar por los cambios a los que se han sometido para la adaptación, esto permite garantizar una correspondencia entre las preguntas del cuestionario hacia un constructo.

3.4.2. Confiabilidad

El cuestionario es aplicado a un plan piloto, se les administra a docentes de secundaria que laboran en el área de Coto Brus, los resultados brindados por la herramienta de Alpha de Cronbach que utiliza el Sr. Máster Roger Bonilla Carrión para valorar el instrumento, esto permite brindar la validez y confiabilidad mediante el análisis, se estudia las variables de la p7 a la p28 las cuales determina un Alpha de Cronbach de 87%. (Ver Anexo N° 7)

3.5. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

La investigación es de diseño no experimental debido a que la recolección de dato no manipula las variables y se miden en su estado natural y es transversal por que los datos son recolectados en un único momento al aplicar el instrumento de investigación.

3.6. OPERALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Objetivo Especifico	Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Instrumento
Caracterizar a los docentes de secundaria según aspectos sociodemográficos durante la pandemia, cantón de Desamparados, III cuatrimestre 2021.	Aspectos Sociodemográficos	“Son todas aquellas características asignadas que hacen a una persona ser miembro de una población.”	Información recolectada de los docentes que permite establecer una posición dentro de un grupo, comunidad y que analiza la relación con las otras variables	Social Demografía	Sexo Edad Lugar de residencia Estado civil Hijos	“Instrumento para evaluar la dinámica familiar de los docentes de secundaria relacionado con la prevalencia de síntomas de estrés crónico” Ítems: 1,2,3,4,5,6.

Objetivo Especifico	Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Instrumento
Reconocer la dinámica familia de los docentes de secundaria, durante la pandemia, cantón de Desamparados, 2021 .	Dinámica familiar	“Comprende diversas situaciones de naturaleza psicológica, biológica y social que están presentes en las relaciones que sedan entre los miembros que conforman una familia.”	Información recolectada sobre la satisfacción que la persona en estudio percibe dentro de la funcionabilidad familiar a la que pertenece	Afecto Autoridad Roles	Adaptación Participación Ganancia Afecto Recursos	<i>“Instrumento para evaluar la dinámica familiar de los docentes de secundaria relacionado con la prevalencia de síntomas de estrés crónico” Ítems: 7,8,9,10,11,12.</i>

Objetivo Especifico	Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Instrumento
Identificar la prevalencia de síntomas de estrés crónico en la docente secundaria, durante la pandemia, cantón de Desamparados, 2021	Síntomas de estrés crónico	“Consecuencias que se manifiestan en un individuo después de un tiempo prolongado debido a que se presenta estrés en dosis elevadas que afectan de manera física y psicológica.”	Información recolectada sobre el desgaste laboral que percibe el profesional docente de secundaria y que manifiesta la prevalencia de síntomas de estrés crónico	Psicológicos y emocionales Satisfacción laboral Fisiológicos	Agotamiento Emocional Despersonalización Realización Personal Síntomas de estrés crónico	“Instrumento para evaluar la dinámica familiar de los docentes de secundaria relacionado con la prevalencia de síntomas de estrés crónico” Ítems: 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29.

3.7. PLAN PILOTO

El plan piloto se aborda en el primer cuatrimestre del 2021 donde se toma una muestra del 10% de la población de estudio según la fórmula estadística, correspondiente a un total de 18 sujetos de estudio, los cuales corresponde a docentes que laboran en instituciones públicas en el cantón de Coto Brus y que se dediquen a la enseñanza secundaria y que trabajen con modalidad dual.

Los encuestados se contactan por medio del director de una institución en la zona. Por las restricciones sanitarias generadas por la pandemia, los cuestionarios son administrados a través de la plataforma *Google forms*, resguardando la confidencialidad y anonimato de los participantes, quienes colaboran posterior a lectura y aceptación del consentimiento informado.

Los sujetos afirman entender y comprender todo lo que se les pregunta dentro del cuestionario, sin embargo, se decide realizar modificaciones en los ítems 12, 13, 18, 20, 25, 26, 27 y 28 para especificar el tipo de modalidad ya sea virtual o actual (virtual-presencial), que se comprenda mejor lo que se busca saber en cada pregunta y en el ítem 29 “¿de las siguiente lista y síntomas comunes del estrés cuáles presenta usted?”, se hace un cambio en la opción “Disminución del apetito” por “Problemas de alimentación (disminución o aumento del apetito)”.

CAPÍTULO IV:
PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

4.1. GENERALIDADES

El capítulo presenta los resultados de la implementación del instrumento de evaluación usado en la investigación a través del análisis de los datos recolectados y mostrados por medio de figuras y tablas con su respectiva inferencia para brindar la información de una manera más clara al lector. Se divide en la primera parte que evalúa los aspectos sociodemográficos, seguido de la dinámica familiar y por último la prevalencia de síntomas de estrés crónicos que presenta la población docente de secundaria de desamparados durante la pandemia.

4.2. ASPECTOS SOCIODEMOGRÁFICOS

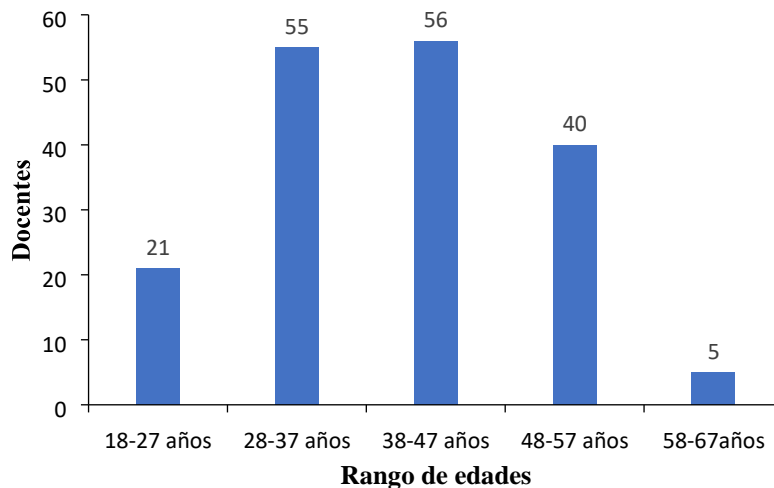


Figura N°1 Distribución de docentes de secundaria según rango de edad. cantón

Desamparados, 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021

La figura N° 1 muestra los rangos de edades en los que se encuentra los docentes de secundaria del cantón de Desamparados que forman parte de la muestra. El rango con dominancia es de 28-47 años con 62% (n=111). Además, el rango inferior es entre los 58-67 años con 2.8% (n= 5).

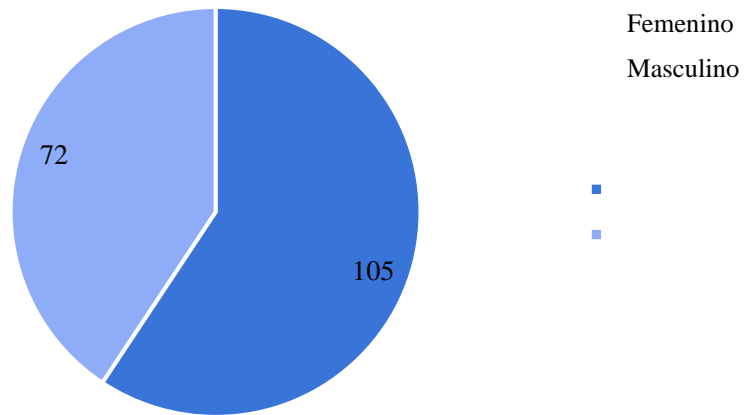


Figura N°2 Distribución de docentes de secundaria según sexo, cantón Desamparados, 2021.

Fuente: Elaboración propia, 2021.

La figura N° 2 muestra la distribución por sexo donde se observa que el sexo femenino es mayor con 59% (n= 105) que el masculino que representa el 41% (n=71) del total de la muestra de docentes de secundaria del cantón de Desamparados.

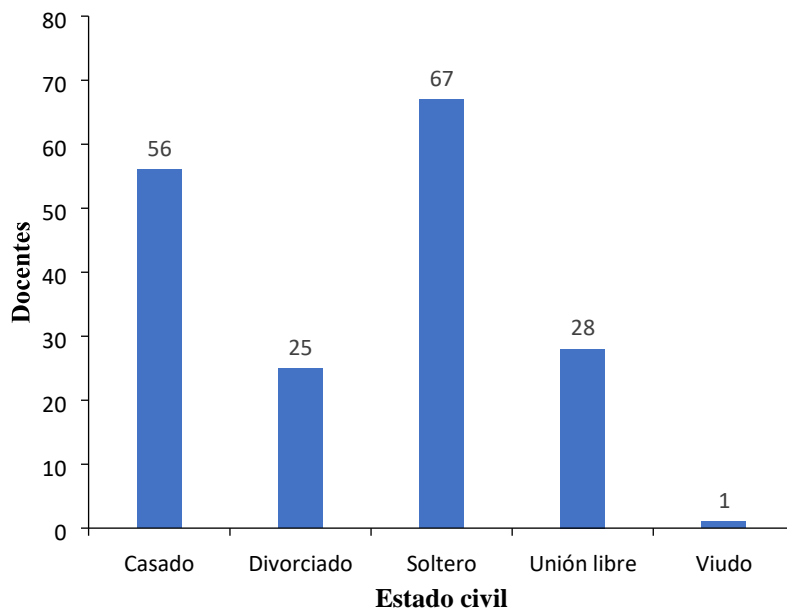


Figura N° 3 Distribución de docentes de secundaria según estado civil, cantón Desamparados, 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021.

La figura N°3 muestra la división de la población docente de secundaria de Desamparados según el estado civil actual donde muestra que la población de solteros es quien predominan en este gráfico con 38% (n=67) seguido de los casados con 32% (n=56). Por último, la categoría de viudo es la que menos se presenta con 0.56% (n=1).

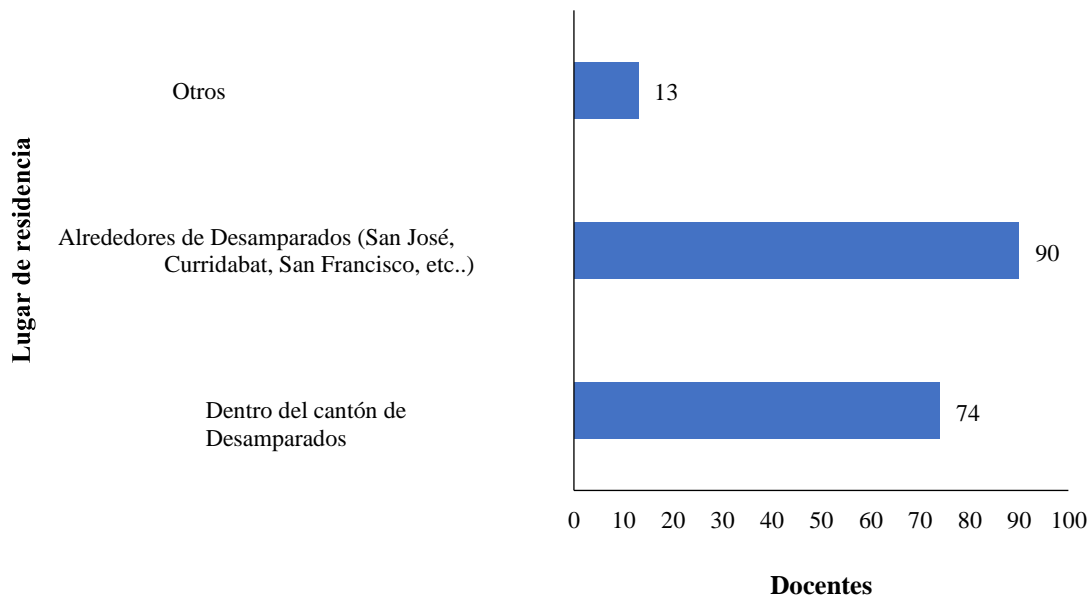


Figura N° 4 Distribución de docentes de secundaria según lugar de residencia, cantón

Desamparados, 2021. Fuente: Elaboración propia 2021.

La figura N°4 muestra el lugar de residencia a la que pertenece los sujetos de esta investigación que corresponde a los docentes de secundaria del cantón de Desamparados, se observa que los sujetos viven mayormente en los alrededores de Desamparados (San José, Curridabat, San Francisco, etc.) que representa un 51% (n=90) y menormente residen en otros lugares como Uruca, Alajuela, Tres ríos, etc.; 7% (n=13).

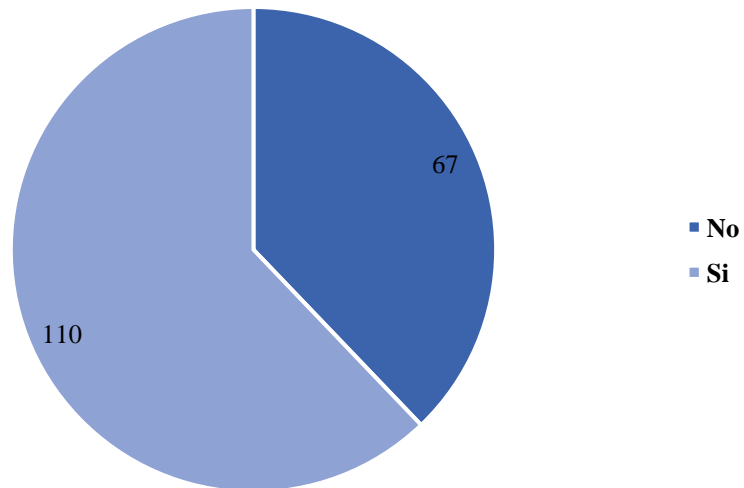


Figura N°5 Distribución porcentual de docentes de secundaria según tenencia de hijos, cantón Desamparados, 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021.

La figura N° 5 muestra que el 62% (n=110) de la población escogida aleatoriamente pertenece al porcentaje superior que representa a los docentes que manifestaron tener hijos y el 38% (n=67) son los docentes de secundaria de Desamparados que indicaron no tener hijos.

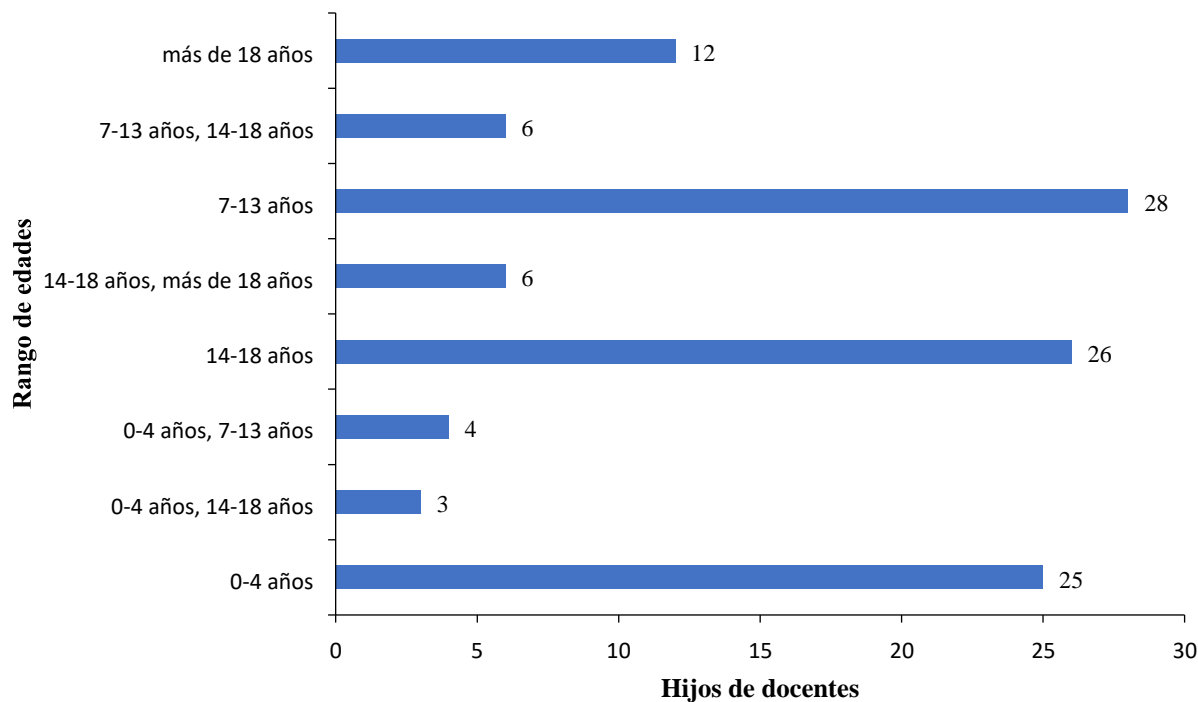


Figura N° 6 Distribución de docentes de secundaria según rango de edad de sus hijos. Cantón Desamparados, 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021.

En la figura N°6 se observa que de los docentes que manifiestan tener hijos el rango de edades que mayormente se presenta en los hijos de éstos es el de 7-18 años 31%(n=54) y menormente se presenta la población mayor a 18 años 6.7% (n=12).

4.3. Dinámica familiar

Tabla N° 4 Distribución de docentes de secundaria según frecuencia del APGAR familiar, cantón Desamparados, 2021

Función del APGAR veces <u>Nunca</u> <u>Nunca</u>	Frecuencia				
	Siempre	Casi familiar	<u>Casi Siempre</u>	<u>A</u>	
Me satisface la ayuda que recibo de mi familia cuando tengo algún problema y/o necesidad	0	96	80	0	1
Me satisface la participación que mi familia me brinda y permite	0	95	78	3	1
Me Satisface como mi familia acepta y apoya mis deseos o necesidades de nuevas actividades	0	97	73	6	1
Me Satisface como mi familia expresa afecto y responde a mis emociones como rabia, tristeza, amor	0	97	73	7	0
Me Satisface como compartimos en familia: a) el tiempo para estar juntos b) los espacios en la casa, c) el dinero	0	108	63	6	0

Fuente: Elaboración propia, 2021

La tabla N° 4 muestra como la frecuencia “casi siempre” es la que más se repite en todas las funciones, se observa que los docentes se ven mayormente conformes con la división de los tiempos, espacios y economía dentro del núcleo familiar. Además, el aspecto de expresión emocional es la más afectada según manifiestan los docentes de secundaria.

*Tabla N°5 Distribución de docentes de secundaria según función familiar, cantón
Desamparados, 2021.*

<i>Función</i>	<i>Docentes</i>
<i>Buena función familiar</i>	0
<i>Disfunción familiar leve</i>	57
<i>Disfunción familiar moderada</i>	113
<i>Disfunción familiar severa</i>	7
<i>TOTAL</i>	177

Fuente: Elaboración propia, 2021.

La Tabla N°5 describen los resultados obtenidos según el puntaje de APGAR familiar que categoriza esas respuestas en la función familiar en la que se ubican los participantes, la mayoría de la muestra se encuentra en disfunción familiar moderada y se observa que no existe una buena función familiar dentro de la población de estudio.

Tabla N° 6. Distribución de la clasificación del APGAR familiar según estado civil de los docentes de secundaria según, cantón Desamparados, 2021.

Estado civil	APGAR Familia				Total
	Función familiar Buena	Disfunción familiar leve	Disfunción familiar moderado	Disfunción familiar severo	
Casado	0	19	32	2	56
Divorciado	0	6	19	0	25
Soltero	0	22	40	5	67
Unión libre	0	10	18	0	28
Viudo	0	0	1	0	1

Fuente: Elaboración propia, 2021.

La tabla N° 5 muestra que los docentes quienes mayormente se encuentran en una disfunción familiar moderada 62% (n=110), son principalmente personas solteras 23% (n=40), seguido de la población de divorciados 11% (n=19), pero en cuanto a los sujetos que presentan disfunción familiar severa al igual que lo anterior son los solteros 3% (n=5) y luego los casados 1% (n=2).

4.4. Síntomas de estrés crónico

Tabla N° 7. Distribución de docentes de secundaria según la frecuencia del Maslach Burnout Inventory MBI, cantón Desamparados 2021.

Función del MBI	Nunca	Casi nunca	A veces	Regularmente	Muchas veces	Casi siempre	Siempre
¿Debido a mi trabajo me siento emocionalmente agotado?	0	2	8	1	4	2	1
¿Al final de la jornada laboral en modalidad virtual me siento agotado?	0	0	9	2	1	2	4
¿Puedo entender con facilidad las situaciones de mis alumnos?	0	0	0	0	3	10	5
¿Creo que durante la educación virtual trato a algunos alumnos con indiferencia?	14	4	0	0	0	0	0
¿Trabajar desde una computadora educando a los alumnos todos los días es una tensión para mí?	4	3	2	2	3	2	2
¿Siento que mediante la educación que brindo influyo positivamente a otros?	0	0	1	0	5	3	9
¿Me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente?	5	3	7	0	0	2	1
¿Desde la modalidad virtual me siento con vitalidad?	1	5	5	3	0	0	4
¿Me siento frustrado con la modalidad actual de mi trabajo?	3	4	5	1	2	1	2
¿Siento que estoy haciendo un trabajo demasiado duro?	1	3	5	3	1	4	1
¿Trabajar en modalidad virtual con los alumnos me produce bastante estrés?	0	0	2	3	5	2	6
¿Tengo facilidad para crear atmósfera relajada con mis alumnos durante la virtualidad?	0	0	0	3	5	0	10
¿He realizado muchas cosas que valen la pena en este trabajo?	4	3	9	0	1	1	0
¿Durante el trabajo siento que he llegado al límite de mis posibilidades?	4	3	9	0	1	1	0
¿Siento que sé tratar de forma adecuada los conflictos emocionales del trabajo en el hogar?	4	3	9	0	1	1	0
¿Siento que los alumnos o padres de estos me culpan de algunos de sus problemas?	7	1	3	5	1	0	1

Fuente: Elaboración propia, 2021.

La tabla N° 7 muestra que los ítems 15,24,27,25,18 los cuales corresponden a la dimensión de realización son quienes cumplen con “siempre” mayormente lo que representan un aspecto positivo en los docentes. En cuanto a la despersonalización que corresponden a los ítems 28,19,16 presentan muchas respuestas que manifiestan “Nunca”. Por último, el agotamiento presenta una combinación de respuesta en sus respectivos ítems, entre ellos “a veces y casi siempre”.

Tabla N° 8. Distribución de docentes de secundaria según resultados obtenidos en la clasificación del MBI, cantón Desamparados 2021

Dimensiones del MBI	Docentes		
	Bajo	Medio	Alto
Agotamiento	51	27	99
Despersonalización	84	47	46
Realización personal	99	39	39

Fuente: Elaboración Propia, 2021.

La Tabla N° 8 muestra que según las dimensiones del MBI los docentes se encuentran mayormente con un Alto agotamiento 56% (n=99) y una manifestación de baja realización personal que coincide con el mismo porcentaje anteriormente mencionado. Además, se observa que la despersonalización se encuentra en un nivel bajo.

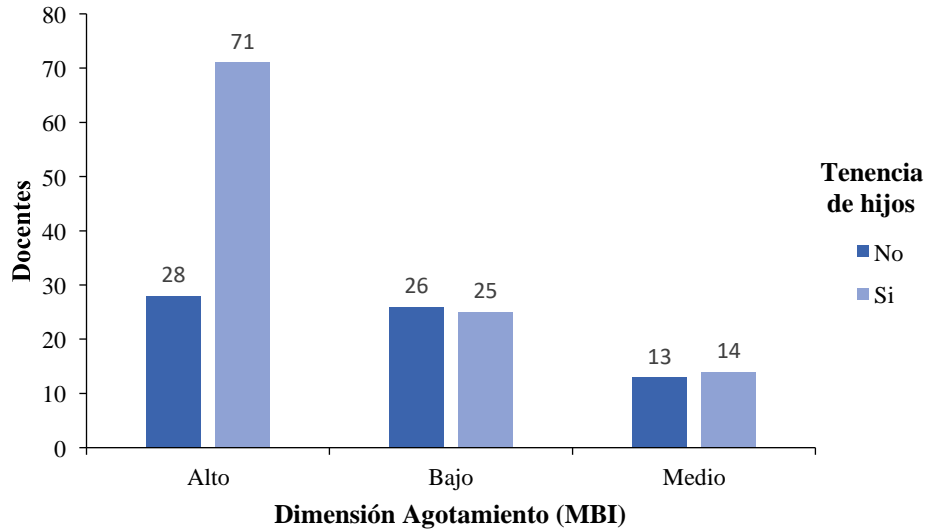


Figura N°7 Distribución de docentes de secundaria en la dimensión de agotamiento según tenencia edad de hijos, cantón Desamparados, 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021.

La figura N°7 muestra que la mayor parte de los docentes de secundaria de Desamparados presentan un nivel de agotamiento alto 56% (n=99) del cual 71 personas manifiestan ser padres de familia. El nivel medio 15% (n=27) es la que presenta menor cantidad de población.

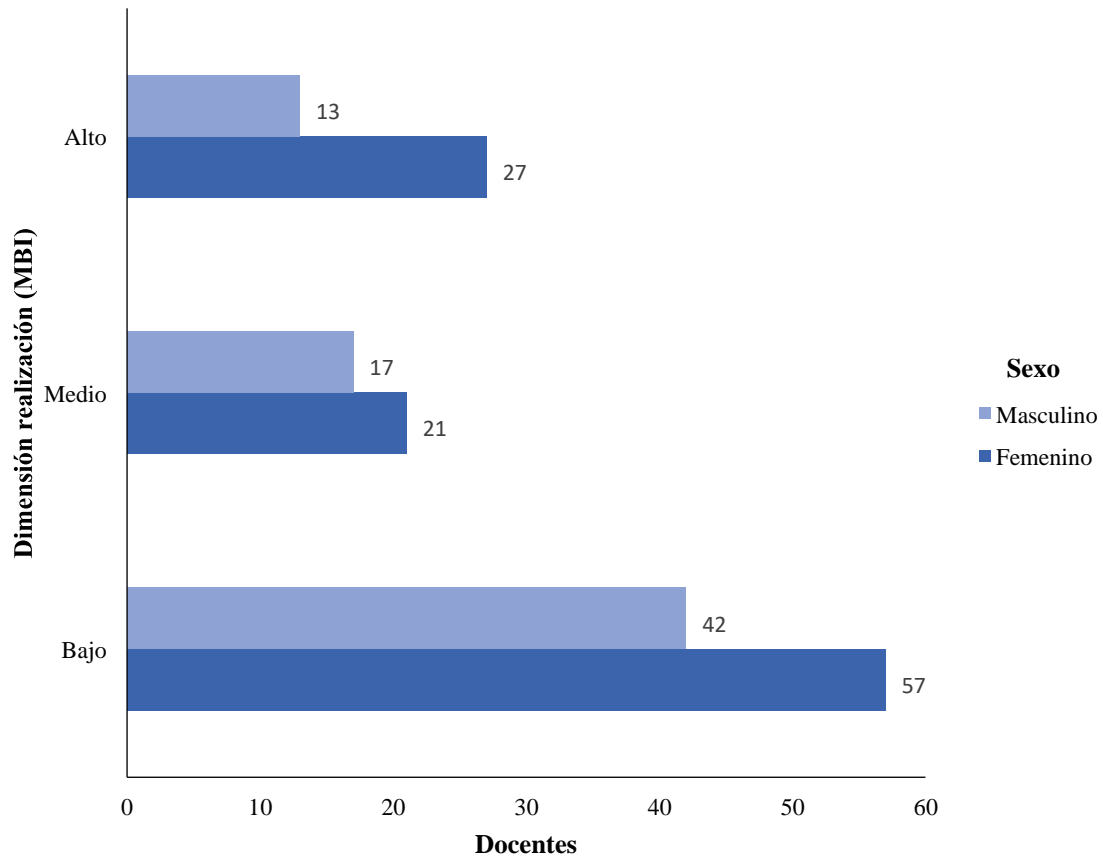


Figura N°8 Distribución de los docentes de secundaria según la dimensión realización del MBI y sexo, cantón Desamparados, 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021.

La figura N°8 muestra que la clasificación del MBI la categoría que mayormente se presenta es “bajo” 56% (n=99), respectivamente se divide en 42 masculinos y 57 femeninas. Además, en la categoría “alta” corresponde al 23% (n= 40), la cual es la menos presente en los docentes de secundaria.

Tabla N°9 Distribución de docentes de secundaria según la prevalencia de síntomas de estrés crónico, cantón Desamparados 2021.

Síntomas de estrés	Docentes	
	Absoluta	Relativa
Dolor de cabeza, Jaquecas	13	72,20%
Problemas para conciliar el sueño	10	55,60%
Tendencia a comer, beber o fumar más de lo habitual	5	27,80%
Indigestiones o molestias gastrointestinales	4	22,20%
Disminución del apetito	0	0,00%
Respiración entrecortada o sensación de ahogo	6	33,30%
Tendencia a sudar o palpitaciones	2	11,10%
Tentación de no querer levantarse por la mañana	8	44,40%
Dolor de nuca	1	5,60%
Dolores musculares o pinchazos en distintas partes del cuerpo	13	72,20%
Otros (sueño incontrolable, dolor de espalda)	1	5,60%

Fuente: Elaboración propia, 2021.

La tabla N° 9 muestra los síntomas que causa el estrés crónico y entre ellos los 3 que más se manifiestan en los sujetos son los dolores musculares o pinchazos en distintas partes del cuerpo 52% (n=9), dolor de cabeza, jaquecas 47% (n=83) y luego problemas para conciliar el sueño 66% (n=37%). Por último, varios docentes manifestaron otros fuera de la lista, por ejemplo, vómitos 1% (n=2) y dolores de espalda 0.60% (n=1).

CAPÍTULO V:
DISCUSIÓN E INTERPETACIÓN DE LOS RESULTADOS

5.1. DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN O EXPLICACIÓN DE LOS RESULTADOS

El capítulo expone un análisis de los resultados obtenidos en la fase de implementación por medio de las tablas y figuras presentados en el capítulo anterior. Esta información muestra la dinámica familiar del docente de secundaria relacionado con la prevalencia de síntomas de estrés crónico en el cantón de Desamparados, en el año 2021. Se muestran datos importantes de esta investigación sobre las variables estudiadas que dan lugar al razonamiento en comparación con las bases teóricas utilizadas para este documento.

La primera parte de los resultados obtenidos evalúa los aspectos socio demográficos, ya que, como se menciona en el marco teórico, estos influyen en los sujetos de estudio. Por lo tanto, se desea conocer la dinámica familiar que como Neuman (18) describe en su teoría, tiene relevancia debido a que enfermería busca una aproximación integral lo que significa que da la oportunidad de estudiar al cliente como un individuo o un sistema para poder relacionarlo en este caso con la prevalencia de síntomas de estrés que presentan los docentes de secundaria durante la pandemia.

La figura N°1 recopila el rango de edades que presentan los docentes de secundaria de Desamparados, en la figura N° 2 el sexo de los educadores, la figura N° 3 el estado civil y por último, la figura N° 4 el lugar de residencia; estas son aspectos valiosos para el estudio determinan la diferencia entre el sistema en el que vive cada docente relacionado con su dinámica familiar y además son factores que se consideran estresores que disponen el grado de vulnerabilidad para indicar el nivel de estrés en el que se encuentra la población muestra.

La segunda parte se enfoca en la dinámica familiar la cual evalúa las 5 funciones que abarca el APGAR. Esta herramienta permite analizar el grado de equilibrio que la persona (cliente) manifiesta que, como, Neuman lo menciona en su teorizante se brinda la oportunidad de valorar el procesamiento, rendimiento y retroalimentación de sistema(entorno) de cada docente.

La tabla N° 4 recopila la información dividida en las frecuencias: siempre, casi siempre, a veces casi nunca y nunca. Es importante recalcar que ninguno de los sujetos de estudio marca la opción “siempre” y que la más continua es “casi siempre”, lo que deja ver que estos no están 100% satisfechos con las funciones en estudio del APGAR familiar.

Los docentes manifiestan, mayormente que se sienten satisfechos con la manera en que dividen su tiempo, economía y espacio, lo que puede determinar que existe una buena armonización dentro del hogar; sin embargo las preguntas que corresponden a la expresión emocional o apoyo a los deseos y necesidades son las que más respuestas “casi nunca” o “nunca” presentan, lo que es preocupante, aunque no sea altos números, muestra en los resultados que sí determina la existencia de un desequilibrio en la funcionalidad familiar de los encuestados.

La funcionalidad familiar expone en la figura N° 5 que la mayoría de los docentes se encuentran en un nivel moderado y pocos de ellos están en un nivel severo de disfuncionalidad, lo que afirma lo mencionado por José (2), durante la pandemia el lograr cumplir con la obligación laboral y además las tareas del hogar ha dificultado la armonización con el núcleo familiar.

El estado civil es un factor interesante para la investigación, debido a que esclarece que aquellas personas solteras son quienes mayor disfuncionalidad familiar presentan, en relación con lo descrito por Zavala (14), las personas solteras mayormente susceptibles a un agotamiento

emocional. Las redes de apoyo que puedan tener llegan a afectar las relaciones familiares que estos tengan y por lo tanto presentar el deterioro en la función familiar que se observa en los resultados.

Los resultados de la dinámica familiar muestran la importancia de las relaciones interpersonales, estas muestran la calidad de las interacciones entre las personas pertenecientes al sistema, en este caso el núcleo familiar, permite determinar si ellos utilizan las fuerzas del entorno para generar una homeostasis y valorar si resulta en una estabilidad de su entorno o, al contrario, la posibilidad de un desequilibrio que como consecuencia traería la enfermedad.

La adaptación se trabaja de manera pasiva- reactiva lo que quiere decir que es el modo en que los docentes perciben los cambios producidos por la pandemia con relación a la modalidad educativa y como responden con las herramientas necesarias para seguir cumpliendo sus objetivos como educadores y a la vez sus responsabilidades como miembro de un núcleo familiar, con el fin de coexistir en un sistema organizado para disminuir la susceptibilidad a los estresores.

La pandemia se ha visto que genera cambios drásticos a los cuales no se encuentran acostumbradas. Se puede decir que debido a esto los docentes se encuentran en un estado de vulnerabilidad para presentar alteraciones relacionadas al estrés. Además, la disfunción familiar que manifiestan mayormente es moderado, esto puede de alguna manera afectar su orden personal ya que actualmente su ambiente laboral es compartido en el hogar y como consecuencia provoca que los educadores manifiesten baja satisfacción laboral no logrando un equilibrio entre las variables.

La tercera parte del instrumento valora los síntomas de estrés crónico que se trabaja con el *Maslach Burnout Inventoy (MBI)*, el cual por medio de la suma de los resultados determina el grado de agotamiento, despersonalización y realización personal de los docentes de secundaria de

Desamparados, además, se analiza en conjunto con una lista de síntomas que presenta el estrés crónico según las bases teóricas de la investigación.

El párrafo anterior puede decir que entonces es posible que el docente se encuentre en un grado de realización “buena” observando las respuestas de los ítems de la tabla N°7 relacionados a esta dimensión, pero al hacer la suma total y como se observa en comparación con la tabla N°8, la realidad es que los educadores muestran un índice bajo de realización personal que corresponde a 56% de la muestra, es decir, que se puede entender que existen factores intrínsecos que afectan a la población de estudio y como consecuencia la prevalencia de síntomas de estrés crónico.

Los factores estresores a los que se enfrentan los docentes son bastantes, además de agregar que en la actualidad con el cambio de modalidad educativa debido a la situación de salud por la pandemia obliga a los educadores a crear cambios a los cuales no están acostumbrados, y todo aquello que represente un cambio genera estrés, es la forma en como el cuerpo se intenta adaptar a la situación que se le presenta.

Las tecnologías de información y comunicación (TIC) deberían representar un aspecto positivo en el ámbito laboral debido a que actualmente nos encontramos en un ambiente que está lleno de estas herramientas, pero en la educación ha resultado todo un desafío, se acostumbra las clases presenciales para transmitir un mensaje de disciplina hacia los estudiantes y tener un control sobre el comportamiento de estos, hoy en día y de una manera drástica se ha utilizado la virtualidad para impartir las lecciones, una manera de contacto un poco más indirecta y que se acompaña de muchas ventajas y a la vez desventajas.

El ítem 23 de la tabla N°7 demuestra que el trabajo virtual con los estudiantes es estresante y se presenta con regularidad en la modalidad educativa actual, lo que afirma que, según lo analizado en el marco teórico, los cambios adaptativos para brindar educación, pese a que podría parecer más cómodo y modernizado, el teletrabajo desde el hogar más bien genera factores estresores que afectan la salud física y mental de los educadores.

Betty Neuman (18) menciona en sus bases filosóficas que los sistemas son un dinamismo, lo que significa que es constante a las transformaciones y es lo que se observa en esta investigación. La educación no es algo que se pueda pausar, sino que debe continuar a pesar de presentar cambios para adaptarse, satisfacer las necesidades y sobrevivir para que se logre la producción social.

Los encuestados manifiestan que el aumento de factores estresores a los que normalmente están acostumbrados resulta en la disminución de satisfacción laboral, es por esto que los docentes arrojan un bajo nivel de realización en el MBI evaluado durante la cuarentena, Neuman (18) lo menciona, el sistema es una relación del todo el docente, su familia, su labor, su entorno, etc.

El 56% de la población de estudio presenta un alto nivel de agotamiento lo que según los ítems mencionan se relaciona con: el cansancio emocional, física, frustración y tensión que les genera las actividades virtuales de su trabajo, las jornadas y el cambio de modalidad dual (virtualpresencial) que enfrentan en la actualidad para cumplir los objetivos laborales que se impone.

La figura N°7 hace relación entre el agotamiento y la tenencia de hijos, ésta muestra que el nivel de agotamiento en aquellas personas que manifiestan sí tenerlos es alto, representa el 40% de la población de estudio y es dominante a las demás por una gran diferencia. Esto según Zavala (15)

es comprensible debido a que quienes son padres y madres presentan una mayor demanda de obligaciones y responsabilidades por atender.

La figura N°6 analiza el rango de edad de los hijos de docentes participantes, el 71% especifica que son de edades entre los 7-18 años, es decir que en su mayoría son menores de edad, lo que implica una mayor responsabilidad; es posible que vivan bajo el mismo techo, requieran de supervisión, tengan una educación que atender, responsabilidades que cumplir que son delegadas por quienes encabezan el hogar. Esto da a entender que debido a las demandas que tienen como adultos responsables de sus hijos en conjunto con su labor de docentes se ven vulnerable ante el estrés.

Los docentes deben cumplir normalmente con objetivos que la educación e instituciones les impongan, pero para aquellos que además de estas labores indican ser padres se enfrentan a mayores riesgos de manifestar agotamiento ya que no solo deben lidiar con las clases virtuales si no que al trabajar desde la casa no permite que se desligue del todo de sus diligencias del hogar.

El sexo es un factor que al analizarlo en conjunto con el agotamiento mostrado en la figura N° 7, determina que las mujeres que tienen diligencias en el hogar y además laboran, presentan mayores niveles de estrés sobre los demás en su gremio. Además, ellas son quienes encabezan la población de estudio y posiblemente también quienes mayormente manifiestan tener hijos.

La dimensión de agotamiento se encuentra en niveles altos según la investigación y se puede asumir que es posible que sea consecuencia de los cambios y demandas que sus labores les exige, esto ocasiona que los docentes disminuyan la conformidad, motivación y satisfacción que sienten sobre sus labores, generando como resultado una mayor disconformidad sobre la percepción en cuanto a la realización personal.

El nivel de despersonalización, en cuanto a los ítems 16,17,29 muestran mayores respuestas de “nunca” y en el puntaje del MBI demostrado en la tabla N°9, que el 45% de la población de estudio se encuentra en un bajo nivel; lo que significa que a pesar del desequilibrio que presentan, en las otras dimensiones ésta no se ve alterada negativamente, esto muestra que aún mantienen un trato empático en su ambiente laboral como educadores y que el estrés que prevalece se manifiesta de manera intrínseca ya que se muestra que aún mantiene un buen ambiente en sus labores.

El estrés mostrado en los docentes de secundaria de Desamparados determina que, a pesar de su desequilibrio en cuanto al estado físico, mental o el orden personal, no significa que vaya a afectar el desempeño de su trabajo o con quienes trabajan (estudiantes), pero a pesar de las repercusiones no pierden la empatía por seguir realizando sus labores de la manera mejor manera posible.

Las acciones tienen reacciones, es por esto que los resultados demuestran en los docentes la prevalencia de síntomas de estrés crónico consecuencia de sus labores y las medidas de adaptación. Además, la modalidad actual ha transcurrido por meses y, sin embargo, las personas no se terminan de acoplar a las nuevas condiciones laborales de educación. Como se muestra en los resultados, el agotamiento que se manifiesta se entiende que puede ser debido al desequilibrio de sus sistemas, es decir, el entorno que lo compone, generando un estado de vulnerabilidad a la enfermedad.

Los síntomas de estrés crónico afectan en diferentes áreas de cuerpo, por ejemplo, psicológicamente afecta el área emotiva se encarga de la expresión de emociones; esta área muestra que afecta a los docentes mayormente de manera intrínseca, es decir el cómo perciben los factores estresores ya que en cuanto a la expresión de estos no influye de manera negativa, debido a que los resultados demuestran que aún mantienen un equilibrio en la dimensión de personalización. La

tabla N°4 demuestra que los docentes manifiestan inconformidad principalmente en la manera en que los demás apoyan sus deseos, muestran afección o la participación que se les brinda

El área conductual se ve altamente afectado por el estrés, éste se manifiesta con síntomas físicos, comportamientos, etc. En la tabla N°9 se detalla una lista de las manifestaciones fisiológicas más usuales en los docentes de secundaria se observa que los dolores musculares o en diferentes partes del cuerpo encabezan la lista con el 52%, seguido por dolores de cabeza o jaquecas con un 47% y continúa con problemas para conciliar el sueño con un 37%.

El cuerpo y tiene la habilidad de reconocer los factores estresores que afectan a la persona y responde por medio de manifestaciones psicológicas y físicas esto para permite que se tenga la capacidad reconocer que existe un desequilibrio y así puedan regular la condición de salud y evitar que se agrave. Pero cuando no exista un control y el estrés aumente, genera mayores repercusiones que terminan en padecimientos crónicos como la hipertensión, diabetes, enfermedades cardíacas, obesidad, diabetes, etc.

Enfermería busca la manera de brindar una atención integral y personalizada, es por esto que Neuman recalca la importancia de analizar los componentes de cada individuo y su sistema y así lograr que estos trabajen en mantener el equilibrio para que de esta manera puedan lograr afrontar las situaciones presentes y adaptarse manteniendo una estabilidad y garantizando que los sujetos puedan disminuir los factores de riesgo a los que son vulnerables, ser más resistentes a los cambios y así procurar estilos de vida saludables.

La investigación estudia la dinámica familiar como uno de los componentes clave para estudiar las características de este y la influencia que tiene en los docentes de secundaria de desamparados. Analiza la funcionalidad del hogar en los educadores y se observa que es mayormente moderada,

lo que no es malo, pero muestra que existe una inconformidad, es decir existe una alteración que afecta el equilibrio de su sistema.

La prevalencia de síntomas estrés crónico es otro de los componentes que permite explicar cómo funciona el sistema al que pertenecen estos docentes, con un enfoque en el tipo de modalidad educativa actual, se muestra que el teletrabajo genera un agotamiento elevado y una realización personal baja. Estos componentes según Neuman permiten identificar los factores estresores que más afecta educadores y de esta manera lograr reconocer la vulnerabilidad y buscar estrategias de afrontamiento adecuadas que procure una adaptación exitosa y el bienestar total.

CAPÍTULO VI:
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. CONCLUSIONES

La investigación presenta aspectos sociodemográficos que determinan que los docentes de secundaria se encuentran entre los rangos de edad de 18 y 67 años. El estado civil que predomina en los sujetos de estudio es el soltero, seguido de casados, sin embargo, sí existen un gran número perteneciente a las otras categorías. El lugar de residencia principalmente se encuentra en los alrededores de Desamparados que abarca San José, Curridabat, San Francisco, etc.; pero mucho de ellos viven dentro del cantón. además, la mayoría son parte de la población femenina. del total de la muestra más de la mitad manifiestan ser padres de familia y tener hijos de 7-18 años.

La dinámica familiar de los docentes de secundaria muestra que mayormente existe una disfunción familiar moderada, no quiere decir que sea negativo, pero ayuda a determinar que los docentes no se sienten satisfechos en totalidad con el ambiente que comparte con el resto de integrantes del hogar, lo que puede llegar a afectar otros componentes de estudio, debido a que al existir un factor estresor proveniente desde el hogar y analizando que actualmente ellos desempeñan sus labores desde casa, se observa la relación con las consecuencias que presenta la prevalencia de estrés.

La investigación muestra que la prevalencia de síntomas de estrés es alta en los docentes. La educación ya por sí misma se caracteriza por ser un gremio de difícil manejo, y la modalidad actual en la que se imparten las clases por la pandemia, es un factor estresor que aumenta la susceptibilidad para presentar síntomas de estrés debido a los cambios adaptativos que realizan para poder llevar a cabo sus labores desde el hogar. Se determina que sí existe relación entre el agotamiento manifestado y la realización personal, ya que, entre mayor sea

el cansancio que manifiesten menor será la satisfacción que puedan sentir al de realizar sus labores.

La pandemia ocasionó que las personas tuvieran que realizar cambios repentinos en sus estilos de vida, como se ha observado en esta investigación, el sector de educación es de las poblaciones que mayormente se ha visto afectado, por lo que enfermería presenta un papel importante en la investigación en cuanto a todos aquellos componentes que se consideran factores estresores para los docentes de secundaria y que genera un desequilibrio en sus sistemas.

Enfermería pretende analizar al docente como una persona integral, donde se detalla todos aquellos componentes que son parte de su sistema como la dinámica familiar y cómo la funcionalidad de esta juega un rol importante en el desempeño de sus actividades laborales actuales, debido a que dependen de las condiciones que se manejan en el hogar. Si las redes de apoyo son escasas o insatisfactorias, la persona tendrá menos control de su sistema para afrontar situaciones que le genere estrés, lo que aumenta la posibilidad de un desequilibrio que repercutirá en la salud.

Enfermería interviene para que la población tenga la información necesaria para reconocer cuando existe un desequilibrio de sus sistemas y como pueden identificar los componentes para enfrentar todos aquellos factores que consideren como estresores y tener la capacidad de prevenirlos o controlarlos para evitar que terminen en consecuencias que perjudiquen la salud, al contrario, tener las herramientas necesarias para afrontar cambios adaptativos y procurar el bienestar completo.

6.2. RECOMENDACIONES

En este capítulo se anotan las recomendaciones que como investigador se creen necesaria para que todos los lectores tengan en consideración.

para la población de estudio y las instituciones:

- Al ministerio de educación pública, se recomienda introducir el gremio de enfermería en las para valorar el bienestar tanto de la población estudiantil como de los educadores, para brindar de esta forma, una atención psicosocial adecuada a sus necesidades.
- Implementar una atención integral a los docentes y brindar herramientas de afrontamiento ante situaciones de adaptación como la pandemia.
- Buscar redes de apoyo para los docentes y fortalecer los actuales para mejorar el afrontamiento ante los factores estresores que se puedan experimentar.

Para los futuros investigadores:

- Se recomienda profundizar en el tema de investigación desde un enfoque mayormente cualitativo para determinar más detalles sobre la dinámica familiar del docente
- Utilizar otras variables para relacionar con la dinámica familiar y ver desde otras perspectivas la manera en que este ámbito influye en sus conductas
- Realizar la investigación en otras áreas del país debido a que el factor demográfico puede mostrar variaciones en los resultados debido a que los estilos de vida son diferentes según la zona geográfica (rural-urbano).
- Utilizar otros instrumentos de evaluación para valorar la dinámica familiar o el nivel de estrés que luego se pueden comparar con esta y otras investigaciones.

BIBLIOGRAFÍA

1. Demarchi Sánchez, G., Aguirre Londoño, M., Yela Lozano, N., & Viveros Chavarria, E. Sobre la dinámica familiar. *Cultura educación* [Internet]. 9 de diciembre de 2016 [citado 25 de octubre de 2020];6(2):138. Disponible en: <http://revistascientificas.cuc.edu.co/culturaeducacionysociedad/article>
2. Palau JG. Educación y Pandemia [Internet]. Vol. 1. Coyoacán, 04510, Ciudad de México: Universidad Nacional Autónoma de México Instituto de Investigaciones sobre la Universidad y la Educación; 2020 [citado 10 de 2020]. Disponible en: https://www.iisue.unam.mx/investigacion/textos/educacion_pandemia.pdf?fbclid=IwAR1Gm6c6K27pB0TGHhUNnoNhgvLAvyPWok8K0QHpi-oY3cD2-F6_aQ9g_oY
3. María Pía Franco Mercado Ana María Gottret Requena. Experiencias de la docencia universitaria en tiempos del COVID-19. *UAGRM* [Internet]. 2020 [citado 25 de octubre de 2021];1(2020):384. Disponible en: https://www.iies.uagr.edu.bo/wpcontent/uploads/2020/07/VOL.-I-Experiencias-de-la-docencia-universitaria-entiempos-del-Coronavirus-v7-VERS.FINAL_.pdf
4. Marente JAA. Profesión docente y estrés laboral: una aproximación a los conceptos de Estrés Laboral y Burnout. *Revista Iberoamericana de Educación*. 2016;39(3):1-15.
5. Nidia Raquel Gómez Dávalos Pablina Rodríguez Fernández, editor. estrés en docentes en el contexto de la pandemia de covid-19 y la educación, FENOB UNA [Internet]. Vol. 1. UNA FENOB; 2020 [citado 25 de octubre de 2020]. Disponible en: <https://revistascientificas.una.py/ojs/index.php/rfenob/article/view/150>
6. Malander NM. Síndrome de Burnout y Satisfacción Laboral en Docentes de Nivel Secundario. *Cienc Trab*. 2016;18(57):177-82.

7. Sandra DV. Atención psicosocial para docentes con síndrome de burnout a causa de la cuarentena generada por el COVID-19 Researchgate.net. 2020 [citado 25 de octubre de 2020]. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/344454318_ENSAYO_RUTA_DE_ATENCION_PSICOSOCIAL_PARA_DOCENTES_CON_SINDROME_DE_BURNO_UT_A_CAUSA_DE_LA_CUARENTENA_GENERADA_POR_EL_COVID-19
8. Bohé SL. “Indicadores de la presencia del Síndrome de Burnout en docentes de una escuela secundaria rosarina durante el período de aislamiento/distanciamiento decretado a raíz de la pandemia COVID-19. Propuesta de intervención para neutralizar dicha situación.” [Internet]. [Av. Pellegrini 1816 (entre Italia y Dorrego)]; Universidad Abierta Interamericana; 2020 [citado 20 de octubre de 2020]. Disponible en: [http://file:///C:/Users/GILBERTO/Downloads/Lorena%20%20Facultad%20de%20Ciencias%20de%20la%20Educación%20y%20Psicopedagogía%20\(1\).pd](http://file:///C:/Users/GILBERTO/Downloads/Lorena%20%20Facultad%20de%20Ciencias%20de%20la%20Educación%20y%20Psicopedagogía%20(1).pd)
9. de Vera García y M. Inés Gabari Gambarte MIV. La resiliencia como factor protector del estrés crónico en docentes. European Journal of investigation in health [Internet]. 2019 [citado 27 de noviembre de 2020];9(3):175. Disponible en: https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwiR4L_m8urwAhWJSjABHaWTApkQFjACegQIAhAD&url=https%3A%2F%2Fwww.mdpi.com%2F2254-9625%2F9%2F3%2F159%2Fpdf&usg=AOvVaw3-n35GMiV3NX0nvBHa4cC9

10. Campos CP. De académicas, pandemia, encierro y bitácoras: experiencias de algunas universitarias en el contexto del COVID-19. Reflexiones revistas de ciencias sociales Universidad de Costa Rica. julio de 2020;9.
11. Sánchez AGC. El papel de la familia en las dinámicas de vida de jóvenes madres estudiantes de nivel superior [Internet]. [México]: Universidad de Colima; 2016 [citado 22 de diciembre de 2021]. Disponible en: http://bvirtual.ucol.mx/descargables/593_papel_familia_dinamicas.pdf
12. Solano y Edison Viveros Chavarria, Geydi Demarchi Sánchez, Manuela Aguirre Londoño, Nataly Yela. Sobre la dinámica familiar. Revisión documental*. [Medellín, Colombia]: Fundación Universitaria Luis Amigó; 2015.
13. Domm MAI de A Damm. la FEF y. el AFRFA 1. Instrumentos de Atención a la Familia: El Familiograma y el APGAR familiar. HPI o. PMQVJM. FASCICULO CADEC [Internet]. 2016 [citado 28 de diciembre de 2020];1(1):48-57. Disponible en: https://www.academia.edu/8519643/FASCICULO_CADEC_Instrumentos_de_Atención_a_la_Familia_El_Familiograma_y_el_APGAR_Familiar_RAMPA_FAMILIOGRAMA_ANEXO_1_Hombre_Persona_identificado_o_Paciente_Miembros_que_viven_juntos_Mujer
14. Zavala JZ. Estrés y burnout docente: conceptos, causas y efectos. Educación [Internet]. 2018 [citado 28 de octubre de 2020];17(32):67-86. Disponible en: <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/educacion/article/view/1802>
15. Pereira MLN. UNA REVISIÓN TEÓRICA SOBRE EL ESTRÉS Y ALGUNOS ASPECTOS RELEVANTES DE ÉSTE EN EL ÁMBITO EDUCATIVO. educación [Internet]. 2016 [citado 28 de octubre de 2021];33(2):171-90. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>

16. Sánchez y Mtra. Rosa María Ostiguín Meléndez, Lic Guadalupe Romero Herrera, Lic Erika Flores Zamora, Lic Patricia Adriana Cárdenas. Análisis de las bases teóricas del modelo de sistemas de Betty Neuman. [Distrito federal, México]: Universidad Nacional Autónoma de México; 2017.
17. Alligood y Ann Marriner Tomey MR. Modelos y Teorías de enfermería séptima edición. España: Elsevier; 2011.
18. El Sahili Califica DMPDGCDEFTHDLF. Análisis del Burnout y sus escalas de medición. España: Los otros libros; 2019.
19. Díaz-Cárdenas S, Universidad de Cartagena, Bolívar. Colombia., Tirado-Amador L, Simancas-Pallares M, Universidad del Sinú, Cartagena. Colombia., Universidad de Cartagena, Bolívar. Colombia. Validez de constructo y confiabilidad de la APGAR familiar en pacientes odontológicos adultos de Cartagena, Colombia. Rev Univ Ind Santander Salud. 2017;49(4):541-8.
20. de México BI en T del O. Confiabilidad y validación de la escala Maslach [Internet]. Org.co. 2016 [citado enero de 2021]. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/sun/v32n2/v32n2a05.pdf>

ANEXOS

1. DECLARACIÓN JURADA

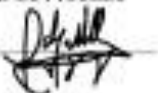
DECLARACIÓN JURADA

Yo Daleryn Michell Pérez Araya mayor de edad, portador de la cédula de identidad número 604400860, egresado de la carrera de Enfermería de la Universidad Hispanoamericana, hago constar por medio de este acto y debidamente apercibido y entendido de las penas y consecuencias con las que se castiga en el Código Penal el delito de perjurio, ante quienes se constituyen en el Tribunal Examinador de mi trabajo de tesis para optar por el título de Licenciatura en Enfermería, juro solemnemente que mi trabajo de investigación titulado: **"DINÁMICA FAMILIAR DEL DOCENTE DE SECUNDARIA DURANTE LA PANDEMIA RELACIONADO CON LA PREVALENCIA DE SÍNTOMAS DE ESTRÉS CRÓNICO, CANTÓN DE DESAMPARADOS 2021"**, es una obra original que ha respetado todo lo preceptuado por las Leyes Penales, así como la Ley de Derecho de Autor y Derechos Conexos número 6683 del 14 de octubre de 1982 y sus reformas, publicadas en la Gaceta número 226 del 25 de noviembre de 1982; incluyendo el numeral 70. Es permitido citar a un autor, transcribiendo los pasajes pertinentes siempre que estos no sean tantos y seguidos, que puedan considerarse una producción simulada y sustancial, que redunde en perjuicio del autor de la obra original. Asimismo, quedo advertido que la Universidad se reserva el derecho de protocolizar este documento ante Notario Público. En fe de lo anterior, firmo en la ciudad de San José, a los diez días del mes de junio del año dos mil veintiuno.

Daleryn M. Pérez Araya

Cédula: 604400860

Firma



2. CARTA TUTORÍA

CARTA DEL TUTOR

San José, 12 de junio, 2021

*Vanessa Agullar Zafedón MSc.
Carrera Enfermería
Universidad Hispanoamericana*

Estimada señora:

La estudiante DALERYN M. PÉREZ ARAYA, me ha presentado, para efectos de revisión y aprobación, el trabajo de investigación denominado DINÁMICA FAMILIAR DEL DOCENTE DE SECUNDARIA DURANTE LA PANDEMIA RELACIONADO CON PREVALENCIA SÍNTOMAS DE ESTRÉS CRÓNICO, CANTÓN DE DESAMPARADOS, 2021. El cual ha elaborado para optar por el grado académico de Licenciatura en Enfermería.

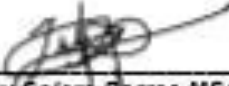
En mi calidad de tutora, he verificado que se han hecho correcciones indicadas durante el proceso de tutoría y he evaluado los aspectos relativos a la elaboración del problema, objetivos, justificación, antecedentes, marco teórico, marco metodológico, tabulación, análisis de datos; conclusiones y recomendaciones.

De los resultados obtenidos la postulante obtiene la siguiente calificación:

a)	ORIGINAL DEL TEMA	10%	8
b)	CUMPLIMIENTO DE ENTREGA DE AVANCES	20%	17
c)	COHERENCIA ENTRE LOS OBJETIVOS, LOS INSTRUMENTOS APLICADOS Y LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACION	30%	30
d)	RELEVANCIA DE LAS CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	20%	15
e)	CALIDAD, DETALLE DEL MARCO TEÓRICO	20%	20
	TOTAL	100%	90

En virtud de la calificación obtenida, se avala el traslado al proceso de lectura.

Atentamente,


Irleany Solera Porras MSc.
Cédula Identidad 1-1412-0968
Carné Colegio Profesional E-12175

3. CARTA LECTORÍA

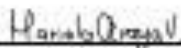
San José, 10 de agosto de 2021

Señores:
Universidad Hispanoamericana
Sede Aranjuez

Estimados Señores:

Como docente universitario y en calidad de lector de Tesis para optar por el grado académico de Licenciatura en Enfermería, titulada: "DINÁMICA FAMILIAR DEL DOCENTE DE SECUNDARIA DURANTE LA PANDEMIA RELACIONADO CON LA PREVALENCIA DE SÍNTOMAS DE ESTRÉS CRÓNICO, CANTÓN DESAMPARADOS, 2021", a cargo de la estudiante Daleryn Pérez Araya; he revisado y aprobado el documento, según los requisitos académicos de la universidad, para ser presentado como requisito final de graduación.

Atentamente,



Licda. Mariela Araya Valverde
Lectora Metodológica
Codigo Profesional 16541

4. CONSENTIMIENTO INFORMADO



UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA
ESCUELA DE ENFERMERÍA
COORDINACIÓN DE INVESTIGACIÓN
Teléfono: (505) 2241-9090

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título de la Investigación: "Dinámica familiar del docente de secundaria durante la pandemia relacionado con la prevalencia de síntomas de estrés crónico, Desamparado, 2021".

Nombre del Investigador (a) Principal: Daleryn Pérez Araya

Nombre del participante: _____

A. PROPÓSITO DE LA INVESTIGACIÓN:

En esta investigación se pretende analizar el impacto en los docentes de secundaria que ha generado los cambios adaptativos de la pandemia, donde en la actualidad deben trabajar con una modalidad que muchos no estaban acostumbrados y que generado que el ambiente laboral y del hogar han tenido que mezclarse para cumplir los objetivos de ambos generando la prevalencia de signos y síntomas de estrés crónico que se genera por la modificación de sus actividades diarias acostumbradas. La presente investigación es llevada a cabo por Daleryn Pérez Araya, estudiante de la carrera de Enfermería, Universidad Hispanoamericana.

B. ¿QUÉ SE HARÁ?:

Describa de forma detallada los siguientes puntos:

1. El formulario consiste en una serie de preguntas de selección única o múltiple que evalúan aspectos sociodemográficos, la dinámica familiar y signos y síntomas de estrés crónico.
2. Para participar debe ser docente en educación secundaria en instituciones dentro del cantón de Desamparados, No estar pasando por la pérdida reciente de un familiar o ser querido, No ser cuidador directo de un ser dentro del núcleo familiar con una situación de salud, No tener un diagnóstico actual de alguna enfermedad mental
3. Al ser participe debe de contestar la manera más completa y honesta en cada pregunta para lograr los objetivos de dicha investigación.
4. Durante el segundo cuatrimestre del 2021.

C. BENEFICIOS:

Como resultado de su participación en este estudio, no obtendrá ningún beneficio directo, sin embargo, será posible que los investigadores aprendan más acerca de la dinámica familiar del docente de secundaria y la prevalencia de signos y síntomas de estrés crónico y este conocimiento beneficiará a otras personas en el futuro.

- D. Antes de dar su autorización para este estudio usted debe haber hablado con el(la) investigador(a) (Daferyn Pérez Araya) quien debió haber contestado de forma satisfactoria todas sus preguntas. Si quisiera más información más adelante, puede obtenerla llamando al investigador a cargo al correo [dalemichelle3107@gmail.com] donde le será contestado lo más pronto posible. Cualquier consulta adicional puede comunicarse a la Universidad Hispanoamericana al teléfono 2241-9090, de lunes a viernes en el horario de 8 am a 5 pm.
- E. Recibirá una copia de esta fórmula firmada para su uso personal.
- F. Su participación en este estudio es voluntaria. Tiene el derecho **de negarse a participar o a interrumpir** su participación en cualquier momento, sin que esta decisión afecte la calidad de la atención médica o de otra índole que requiera.
- G. Su participación en este estudio es confidencial por lo que en caso de publicarse los resultados de esta investigación o divulgarse en una reunión científica, se garantiza estrictamente el anonimato de todas las personas participantes en el estudio.
- H. No perderá ningún derecho legal por firmar este documento.



CONSENTIMIENTO

He leído o se me ha leído, toda la información descrita en esta fórmula, antes de firmarla. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y éstas han sido contestadas en forma adecuada. Por lo tanto, accedo a participar como sujeto de estudio en esta investigación.

Nombre, cédula y firma del sujeto (niños mayores de 12 años y adultos) _____
fecha _____

Nombre, cédula y firma del testigo _____ fecha _____

Nombre, cédula y firma del Investigador que solicita el consentimiento _____ fecha _____

NOTA: Si el participante es un menor de 12 años, se le debe explicar con particular cuidado en qué consiste lo que se le va a hacer.

Se le recuerda que si va a trabajar con adolescentes de edades entre 12 y 18 años, debe elaborar fórmula de asentimiento informado.

5. CONSENTIMIENTO INFORMADO VIRTUAL

Dinámica familiar del docente de secundaria durante la pandemia relacionado con la prevalencia de síntomas de estrés crónico



Estimado entrevistado, en este momento se le envía un cuestionario cuyo objetivo es el identificar la dinámica familiar del docente de secundaria durante la pandemia relacionado con la prevalencia de síntomas de estrés crónico, 2021. La presente investigación es llevada a cabo por Daleryn Pérez Araya, estudiante de la carrera de Enfermería, Universidad Hispanoamericana.

La información que se brinde por medio este instrumento se manejará de manera confidencial y será utilizada exclusivamente para los fines de esta investigación. Por consiguiente, se le agradece que conteste de la manera más completa y honesta cada pregunta para lograr los objetivos de dicha investigación.

Requisitos generales:

1. El formulario consiste en una serie de preguntas de selección única o múltiple que evalúan aspectos sociodemográficos, la dinámica familiar y signos y síntomas de estrés crónico.
2. Para participar debe ser docente en educación secundaria en instituciones dentro del cantón de Desamparados, No estar pasando por la pérdida reciente de un familiar o ser querido, No ser cuidador directo de un ser dentro del núcleo familiar con una situación de salud, No tener un diagnóstico actual de alguna enfermedad mental
3. Al ser participe debe de contestar la manera más completa y honesta en cada pregunta para lograr los objetivos de dicha investigación.

Como resultado de su participación en este estudio, no obtendrá ningún beneficio directo, sin embargo, será posible que los investigadores aprendan más acerca de la dinámica familiar del docente de secundaria y la prevalencia de signos y síntomas de estrés crónico y este conocimiento beneficiará a otras personas en el futuro.

Instrucciones generales: Marque con una X la respuesta las respuestas que crea más acondicionadas con su realidad.

Acepto ser participante del cuestionario: "Dinámica familiar del docente de secundaria durante la pandemia relacionado con los síntomas de estrés crónico, Desamparados, 2021." luego de haber leído y comprendido la información, descripción, los requisitos y beneficios de la investigación? *

ACEPTO

6. INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN

Sección 2 de 5

Primera Parte: Aspectos Sociodemográficos

Descripción (opcional)

1. Edad? *

- 18-27 años
- 28-37 años
- 38-47 años
- 48-57 años
- 58-67 años

Acti
Ve a

Sección 3 de 5

Segunda Parte: Dinámica Familiar

Descripción (opcional)

7. ¿Me satisface la ayuda que recibo de mi familia cuando tengo algún problema y/o necesidad? *

- Nunca
- Casi Nunca
- A veces
- Casi Siempre
- Siempre

Tercera Parte: Síntomas de estrés crónico



Descripción (opcional)

13. ¿Debido a mi trabajo me siento emocionalmente agotado? *

- Nunca
- Casi nunca
- A veces
- Regularmente
- Muchas Veces
- Casi siempre
- Siempre

29. ¿De la siguiente lista de síntomas comunes del estrés cuales presenta usted? Puede marcar varias opciones. *

- Dolor de cabeza, Jaquecas
- Problemas para conciliar el sueño
- Problemas alimenticios (aumento o disminución del apetito)
- Respiración entrecortada o sensación de ahogo
- Tendencia a sudar o palpitaciones
- Tentación de no querer levantarse por la mañana
- Dolores musculares o pinchazos en distintas partes del cuerpo
- Otra...

7. TABLA ALPHA CROMBACH

Average						
Item	Obs	Sign	Item test correlation	Item test correlation	Item test covariance	alpha
p7	18	-	0.2681	0.2158	.595098	0.8738
p8	18	-	0.2681	0.2158	.595098	0.8738
p9	18	-	0.3070	0.2198	.5832088	0.8759
p10	18	+	0.2496	0.1669	.5917367	0.8769
p11	18	-	0.1942	0.1169	.5990196	0.8776
p12	18	-	0.2891	0.2050	.5862901	0.8760
p13	18	+	0.8134	0.7818	.5224245	0.8578
p14	18	+	0.5202	0.4431	.5515562	0.8687
p15	18	-	0.6888	0.6677	.5755836	0.8675
p16	18	-	-0.0609	-0.0851	.6154217	0.8765
p17	18	+	0.8449	0.8044	.4840492	0.8534
p18	18	-	0.6055	0.5610	.5599595	0.8660
p19	18	+	0.3953	0.3024	.5679272	0.8741
p20	18	-	0.5503	0.4633	.5393557	0.8685
p21	18	+	0.7848	0.7362	.5029412	0.8570
p22	18	+	0.7256	0.6730	.5209617	0.8602
p23	18	+	0.8105	0.7697	.5042484	0.8561
p24	18	-	0.5622	0.5031	.5551976	0.8667
p25	18	-	0.4999	0.4433	.5672736	0.8686
p26	18	+	0.7647	0.7304	.5358077	0.8605
p27	18	-	0.5054	0.4320	.5564426	0.8689
p28	18	+	0.6048	0.5349	.5378307	0.8653
Test scale					.5567015	0.8733

8. RESULTADOS DEL PLAN PILOTO

8.1 Primera parte: aspectos sociodemográficos

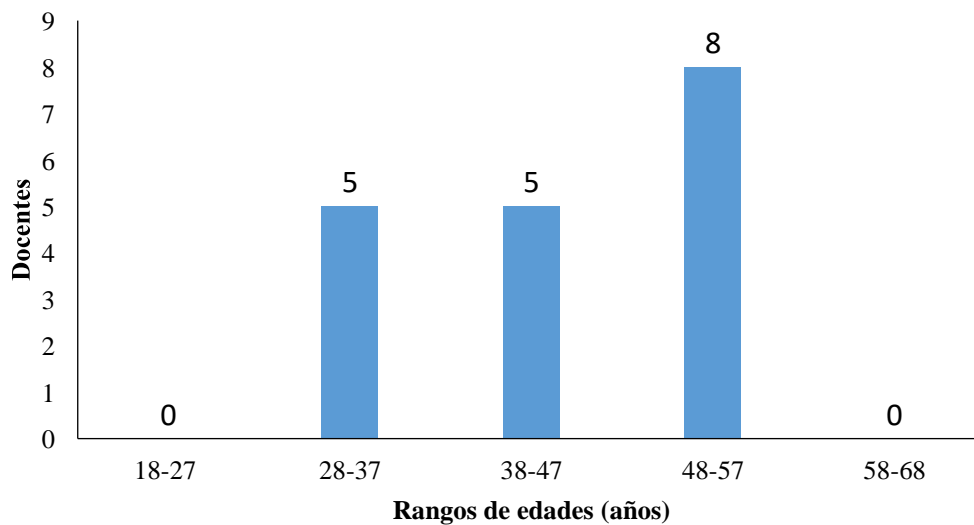


Figura 9 Distribución de docentes de secundaria según rango de edad, Coto Brus, 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021

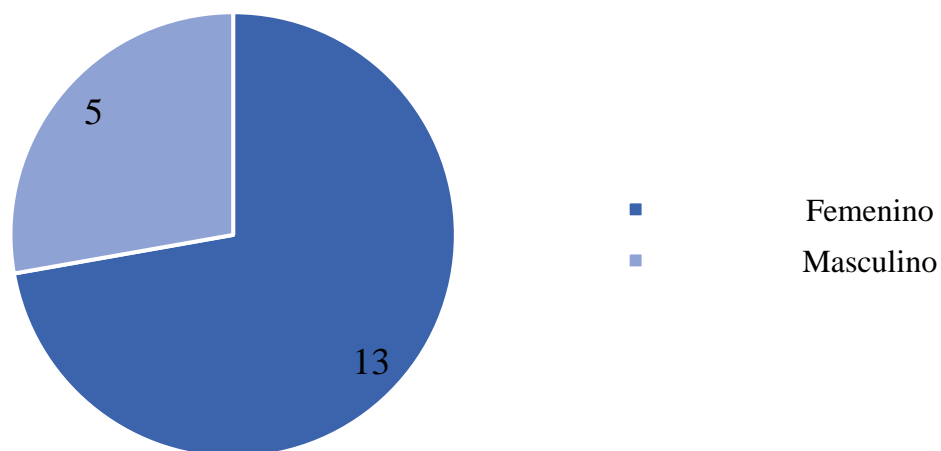


Figura 10 Distribución de docentes de secundaria según sexo, Coto Brus 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021

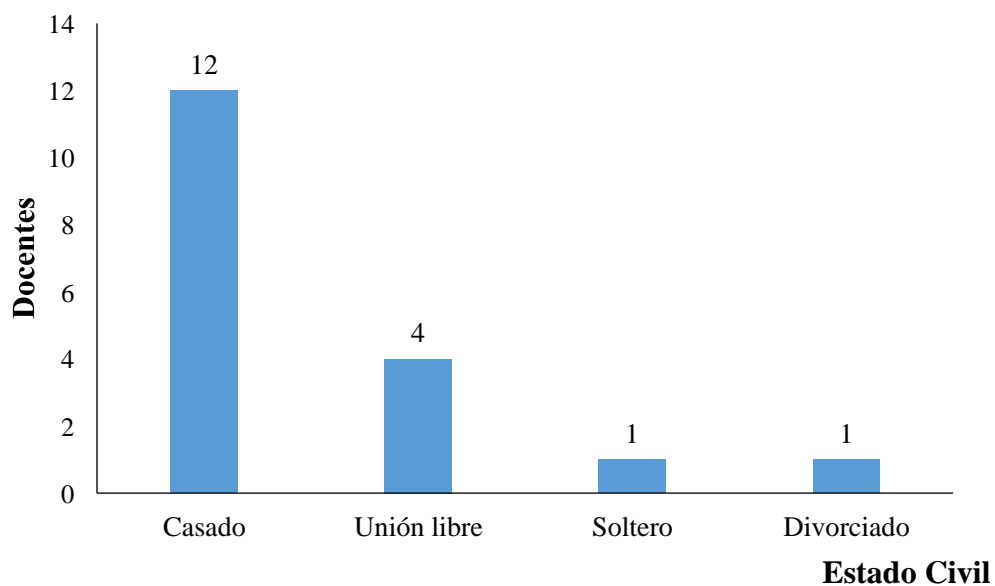


Figura 11 Distribución de docentes de secundaria según estado civil, Coto Brus 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021.

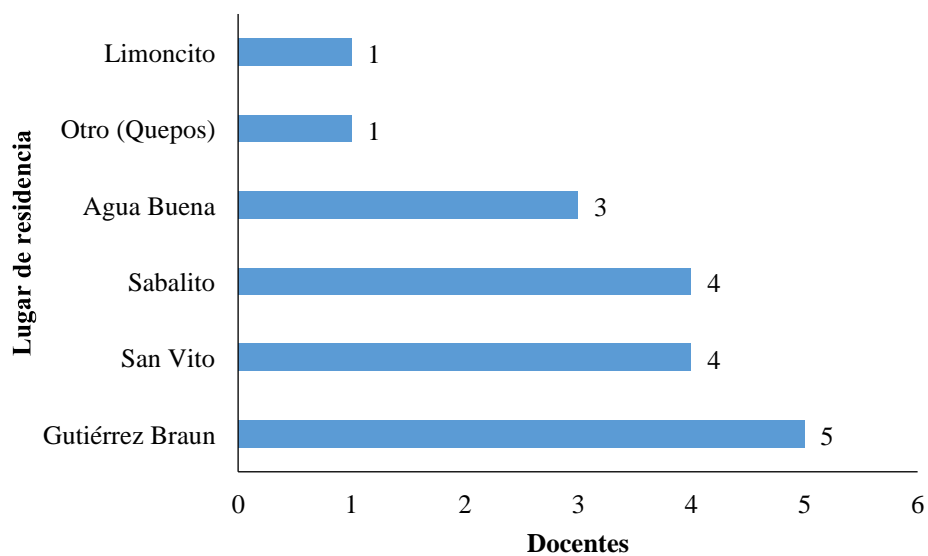


Figura 12 Distribución de docentes de secundaria según lugar de residencia, Coto Brus. Fuente: Elaboración propia 2021.

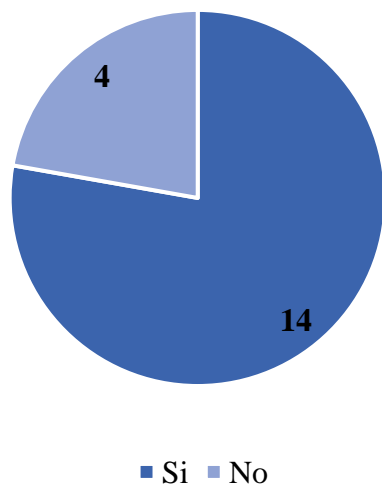


Figura 13 Distribución porcentual de docentes de secundaria según tenencia de hijos, Coto Brus, 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021

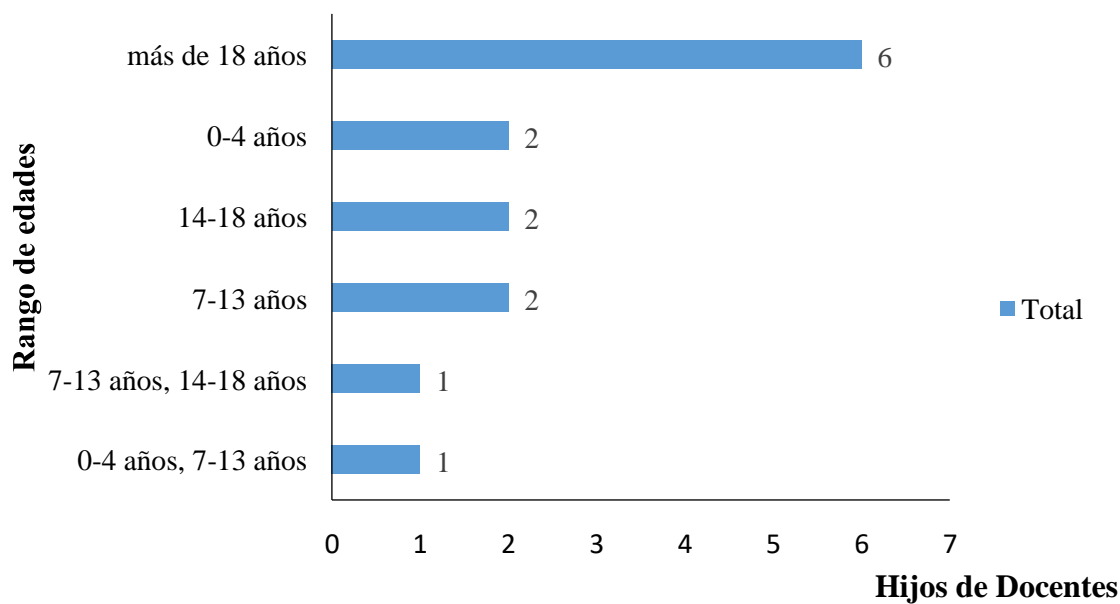


Figura 14 Distribución de docentes de secundaria según rango de edad de sus hijos. Coto Brus, 2021. Fuente: Elaboración propia, 2021

8.2. Segunda parte: dinámica familiar

Tabla 10. Distribución de docentes de secundaria según frecuencia del APGAR familiar, Coto Brus, 2021

Función del APGAR familiar	Frecuencia			
	Nunca	Casi Nunca	A veces	Casi Siempre
Me satisface la ayuda que recibo de mi familia cuando tengo algún problema y/o necesidad	0	0	2	16
Me satisface la participación que mi familia me brinda y permite	0	0	2	16
Me Satisface como mi familia acepta y apoya mis deseos o necesidades de nuevas actividades	1	0	4	13
Me Satisface como mi familia expresa afecto y responde a mis emociones como rabia, tristeza, amor	0	0	7	11
Me Satisface como compartimos en familia: a) el tiempo para estar juntos b) los espacios en la casa, c) el dinero	0	0	5	13

Fuente: Elaboración Propia, 2021

Tabla 11. Distribución de docentes de secundaria según la frecuencia del Maslach Burnout Inventory MBI, Coto Brus 2021.

Función del MBI	N un ca	Casi nun ca	A vec es	Regul arme nte	Much as veces	Casi siem pre	Sie mp re
¿Debido a mi trabajo me siento emocionalmente agotado?	0	2	8	1	4	2	1
¿Al final de la jornada laboral en modalidad virtual me siento agotado?	0	0	9	2	1	2	4
¿Puedo entender con facilidad las situaciones de mis alumnos?	0	0	0	0	3	10	5
¿Creo que durante la educación virtual trato a algunos alumnos con indiferencia?	14	4	0	0	0	0	0
¿Trabajar desde una computadora educando a los alumnos todos los días es una tensión para mí?	4	3	2	2	3	2	2
¿Siento que mediante la educación que brindo influyo positivamente a otros?	0	0	1	0	5	3	9
¿Me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente?	5	3	7	0	0	2	1
¿Desde la modalidad virtual me siento con vitalidad?	1	5	5	3	0	0	4
¿Me siento frustrado con la modalidad actual de mi trabajo?	3	4	5	1	2	1	2
¿Siento que estoy haciendo un trabajo demasiado duro?	1	3	5	3	1	4	1
¿Trabajar en modalidad virtual con los alumnos me produce bastante estrés?	0	0	2	3	5	2	6
¿Tengo facilidad para crear atmósfera relajada con mis alumnos durante la virtualidad?	0	0	0	3	5	0	10
¿He realizado muchas cosas que valen la pena en este trabajo?	4	3	9	0	1	1	0
¿Durante el trabajo siento que he llegado al límite de mis posibilidades?	4	3	9	0	1	1	0
¿Siento que sé tratar de forma adecuada los conflictos emocionales del trabajo en el hogar?	4	3	9	0	1	1	0
¿Siento que los alumnos o padres de estos me culpan de algunos de sus problemas?	7	1	3	5	1	0	1

Fuente: Elaboración Propia, 2021

8.3. Tercera parte: síntomas de estrés crónico

Tabla 12 Distribución de docentes de secundaria según la prevalencia de síntomas de estrés crónico, Coto Brus 2021.

Síntomas de estrés	Docentes	
	Absoluta	Relativa
Dolor de cabeza, Jaquecas	13	72,20%
Problemas para conciliar el sueño	10	55,60%
Tendencia a comer, beber o fumar más de lo habitual	5	27,80%
Indigestiones o molestias gastrointestinales	4	22,20%
Disminución del apetito	0	0,00%
Respiración entrecortada o sensación de ahogo	6	33,30%
Tendencia a sudar o palpitaciones	2	11,10%
Tentación de no querer levantarse por la mañana	8	44,40%
Dolor de nuca	1	5,60%
Dolores musculares o pinchazos en distintas partes del cuerpo	13	72,20%
<u>Otros (sueño incontrolable, dolor de espalda)</u>	<u>1</u>	<u>5,60%</u>

Fuente: Elaboración Propia, 2021.

9. CARTA DE AUTORIZACIÓN (CENIT)

**UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA
CENTRO DE INFORMACION TECNOLOGICO (CENIT)
CARTA DE AUTORIZACIÓN DE LOS AUTORES PARA LA CONSULTA, LA
REPRODUCCION PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA
DE LOS TRABAJOS FINALES DE GRADUACION**

San José, 23 de setiembre 2021

Señores:
Universidad Hispanoamericana
Centro de Información Tecnológico (CENIT)

Estimados Señores:

El suscrito (a) Daleryn Pérez Araya con número de identificación 604400860 autor (a) del trabajo de graduación titulado Dinámica familiar del docente de secundaria durante la pandemia relacionado con la prevalencia de síntomas de estrés crónico, cantón Desamparados, 2021 presentado y aprobado en el año 2021 como requisito para optar por el título de licenciatura en la carrera de enfermería; Si autorizo al Centro de Información Tecnológico (CENIT) para que con fines académicos, muestre a la comunidad universitaria la producción intelectual contenida en este documento.

De conformidad con lo establecido en la Ley sobre Derechos de Autor y Derechos Conexos N° 6683, Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica.

Cordialmente,



Firma y Documento de Identidad

**ANEXO 1 (Versión en línea dentro del Repositorio)
LICENCIA Y AUTORIZACIÓN DE LOS AUTORES PARA PUBLICAR Y
PERMITIR LA CONSULTA Y USO**

Parte 1. Términos de la licencia general para publicación de obras en el repositorio institucional

Como titular del derecho de autor, confiero al Centro de Información Tecnológico (CENIT) una licencia no exclusiva, limitada y gratuita sobre la obra que se integrará en el Repositorio Institucional, que se ajusta a las siguientes características:

- a) Estará vigente a partir de la fecha de inclusión en el repositorio, el autor podrá dar por terminada la licencia solicitándolo a la Universidad por escrito.
- b) Autoriza al Centro de Información Tecnológico (CENIT) a publicar la obra en digital, los usuarios puedan consultar el contenido de su Trabajo Final de Graduación en la página Web de la Biblioteca Digital de la Universidad Hispanoamericana
- c) Los autores aceptan que la autorización se hace a título gratuito, por lo tanto, renuncian a recibir beneficio alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente licencia y de la licencia de uso con que se publica.
- d) Los autores manifiestan que se trata de una obra original sobre la que tienen los derechos que autorizan y que son ellos quienes asumen total responsabilidad por el contenido de su obra ante el Centro de Información Tecnológico (CENIT) y ante terceros. En todo caso el Centro de Información Tecnológico (CENIT) se compromete a indicar siempre la autoría incluyendo el nombre del autor y la fecha de publicación.
- e) Autorizo al Centro de Información Tecnológica (CENIT) para incluir la obra en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.
- f) Acepto que el Centro de Información Tecnológico (CENIT) pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.
- g) Autorizo que la obra sea puesta a disposición de la comunidad universitaria en los términos autorizados en los literales anteriores bajo los límites definidos por la universidad en las "Condiciones de uso de estricto cumplimiento" de los recursos publicados en Repositorio Institucional.

SI EL DOCUMENTO SE BASA EN UN TRABAJO QUE HA SIDO PATROCINADO O APOYADO POR UNA AGENCIA O UNA ORGANIZACIÓN, CON EXCEPCIÓN DEL CENTRO DE INFORMACIÓN TECNOLÓGICO (CENIT), EL AUTOR GARANTIZA QUE SE HA CUMPLIDO CON LOS DERECHOS Y OBLIGACIONES REQUERIDOS POR EL RESPECTIVO CONTRATO O ACUERDO.