



*Carga Mental de trabajo y Satisfacción Laboral en docentes de bachillerato.
Estudio comparativo Ecuador-México*

*Mental workload and job satisfaction in high school teachers. Comparative study
Ecuador-Mexico*

*Carga de trabalho mental e satisfação no trabalho em professores do ensino
secundário. Estudo comparativo Equador-México*

Frank Steven Suárez-Suárez ^I

fssuarez@uce.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0008-2362-9086>

María de Lourdes Preciado-Serrano ^{II}

malourdespre@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-0329-808X>

Correspondencia: fssuarez@uce.edu.c

Ciencias de la Educación

Artículo de Investigación

* **Recibido:** 22 de septiembre de 2024 * **Aceptado:** 08 de octubre de 2024 * **Publicado:** 30 de noviembre de 2024

I. Universidad Central del Ecuador, Ecuador.

II. Universidad de Guadalajara, México.

Resumen

Los docentes a nivel bachillerato tienen trabajo dinámico y frecuentemente exigencias a nuevos métodos didácticos, conforme el contexto del que proceden sus estudiantes. El objetivo del presente artículo es evaluar la diferencia de carga mental y satisfacción laboral en docentes de bachillerato en Ecuador y México. Se empleó un método de Estudio observacional y transversal. Se encuestaron a 27 docentes de México y 35 de Ecuador, con la escala CMT-33 para carga mental y el SL/12 para satisfacción laboral, administrados a través de la plataforma *Survey Monkey*. El análisis de datos se realizó con estadísticos descriptivos y la prueba U de Mann-Whitney para prueba de hipótesis a nivel significativo ($p < 0.05$). Los resultados del trabajo de investigación sobre la carga mental de trabajo y la satisfacción laboral de los docentes de bachillerato en Ecuador y México revelan que la carga mental es alta en ambos contextos, lo que indica que los docentes enfrentan significativas demandas cognitivas y organizacionales que pueden afectar su rendimiento y bienestar. Además, se observa que la satisfacción laboral varía significativamente entre los docentes de Ecuador y México, siendo más alta en Ecuador. En conclusión, la alta carga mental de trabajo y la insatisfacción laboral son preocupaciones que deben ser abordadas mediante intervenciones específicas para mejorar las condiciones laborales de los docentes. La investigación subraya la importancia de considerar los factores psicosociales de riesgo en las políticas de salud laboral, ya que estos afectan directamente el bienestar de los docentes. Por último, es fundamental mejorar las condiciones físicas del entorno laboral para aumentar la satisfacción laboral de los docentes, especialmente en contextos donde se han identificado deficiencias significativas.

Palabras clave: Carga Mental; Satisfacción Laboral; Docentes; y condiciones laborales.

Abstract

Teachers at the high school level have a dynamic job and frequently require new teaching methods, depending on the context from which their students come. The objective of this article is to evaluate the difference in mental workload and job satisfaction in high school teachers in Ecuador and Mexico. An observational and cross-sectional study method was used. 27 teachers from Mexico and 35 from Ecuador were surveyed, using the CMT-33 scale for mental workload and the SL/12 for job satisfaction, administered through the Survey Monkey platform. Data analysis was performed with descriptive statistics and the Mann-Whitney U test for hypothesis testing at a significant level ($p < 0.05$). The results of the research work on the mental workload and job

satisfaction of high school teachers in Ecuador and Mexico reveal that mental workload is high in both contexts, indicating that teachers face significant cognitive and organizational demands that can affect their performance and well-being. Furthermore, job satisfaction is found to vary significantly between teachers in Ecuador and Mexico, being higher in Ecuador. In conclusion, high mental workload and job dissatisfaction are concerns that need to be addressed through specific interventions to improve teachers' working conditions. The research underlines the importance of considering psychosocial risk factors in occupational health policies, as these directly affect teachers' well-being. Finally, improving the physical conditions of the work environment is essential to increase teachers' job satisfaction, especially in contexts where significant deficiencies have been identified.

Keywords: Mental Workload; Job Satisfaction; Teachers; and working conditions.

Resumo

Os professores do ensino secundário têm um trabalho dinâmico e exigem frequentemente novos métodos de ensino, de acordo com o contexto de onde provêm os seus alunos. O objetivo deste artigo é avaliar a diferença na carga de trabalho mental e na satisfação no trabalho em professores do ensino secundário no Equador e no México. Foi utilizado um método de estudo observacional e transversal. Foram entrevistados 27 professores do México e 35 do Equador, com a escala CMT-33 para a carga de trabalho mental e a SL/12 para a satisfação no trabalho, administradas através da plataforma Survey Monkey. A análise dos dados foi realizada através de estatística descritiva e teste U de Mann-Whitney para testar hipóteses a um nível significativo ($p < 0,05$). Os resultados do trabalho de investigação sobre a carga de trabalho mental e a satisfação profissional dos professores do ensino secundário no Equador e no México revelam que a carga de trabalho mental é elevada em ambos os contextos, o que indica que os professores enfrentam exigências cognitivas e organizacionais significativas que podem afetar o seu desempenho e bem-estar. Além disso, observa-se que a satisfação profissional varia significativamente entre os professores do Equador e do México, sendo maior no Equador. Concluindo, a elevada carga de trabalho mental e a insatisfação no trabalho são preocupações que devem ser abordadas através de intervenções específicas para melhorar as condições de trabalho dos professores. A investigação realça a importância de considerar os fatores de risco psicossocial nas políticas de saúde ocupacional, uma vez que estes afetam diretamente o bem-estar dos professores. Finalmente, é essencial melhorar as

condições físicas do ambiente de trabalho para aumentar a satisfação profissional dos professores, especialmente em contextos onde foram identificadas deficiências significativas.

Palavras-chave: Carga Mental; Satisfação no Trabalho; Professores; e condições de trabalho.

Introducción

En el ámbito educativo, la carga mental de trabajo y la satisfacción laboral de los docentes son temas de creciente interés debido a su impacto directo en el rendimiento profesional y el bienestar general de los educadores. En el nivel de bachillerato, donde se enfrentan a mayores exigencias académicas y emocionales, estos factores adquieren una relevancia aún mayor (Martínez & Gómez, 2021). La carga mental de trabajo, definida como el conjunto de demandas cognitivas y emocionales que enfrenta el docente en el ejercicio de sus funciones, se ha relacionado con altos niveles de estrés, agotamiento y una disminución en la calidad de vida (Pérez et al., 2023). Estos efectos negativos, además, no solo afectan la salud de los docentes, sino que también influyen en el ambiente educativo, afectando el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes.

La investigación en torno a la satisfacción laboral en el sector educativo ha demostrado que factores como el reconocimiento, el apoyo institucional, la estabilidad laboral y la carga de trabajo desempeñan un rol fundamental en el bienestar de los docentes (García et al., 2020). La baja satisfacción laboral, combinada con una alta carga mental, contribuye al fenómeno del burnout o agotamiento profesional, el cual ha sido documentado en numerosos estudios como una de las principales causas de ausentismo, rotación laboral y pérdida de motivación entre los educadores (Rodríguez & López, 2022). En países como Ecuador y México, donde el sistema educativo enfrenta limitaciones de infraestructura, presupuesto y condiciones laborales, estos problemas se presentan con particular intensidad, creando un entorno en el cual los docentes de bachillerato deben adaptarse a altos niveles de presión y estrés.

Diversos estudios realizados en México muestran que el 70% de los docentes perciben una carga mental elevada debido a factores como el exceso de tareas administrativas, la falta de apoyo psicológico y las demandas de capacitación continua (López & Sánchez, 2021). En Ecuador, en cambio, los educadores destacan la sobrecarga de horas de trabajo y la falta de acceso a recursos educativos adecuados como factores que afectan su bienestar y satisfacción en el trabajo (Ortiz et al., 2022). Esta realidad revela la necesidad de analizar comparativamente cómo ambos contextos

enfrentan estos retos y qué políticas se han implementado para mitigar el impacto de la carga mental en el sector educativo.

La presente investigación busca no solo comparar estos aspectos entre Ecuador y México, sino también identificar los elementos comunes y específicos que podrían orientar la formulación de estrategias para mejorar el ambiente laboral de los docentes de bachillerato. A través de un enfoque empírico, esta comparación permitirá evidenciar las diferencias y similitudes en las políticas educativas, con el fin de proporcionar recomendaciones para optimizar las condiciones de trabajo y, por ende, la satisfacción laboral en ambos contextos. Este estudio contribuirá, además, al campo de la psicología laboral y educativa, al ofrecer una visión integral de los factores que influyen en la carga mental y satisfacción de los docentes en dos países de América Latina con contextos socioeconómicos similares, pero con enfoques institucionales distintos en cuanto a la educación.

Metodología

Esta investigación se enmarca en el enfoque positivista, orientado a entender la realidad mediante la observación y medición objetiva de variables relacionadas con la carga mental y la satisfacción laboral de docentes de bachillerato. Desde esta perspectiva, se busca realizar una comprensión objetiva y cuantificable de los factores que inciden en estas variables, partiendo de datos empíricos obtenidos directamente de los participantes.

El diseño de esta investigación es observacional, transversal y comparativo, ya que se analiza un solo momento en el tiempo y se comparan dos muestras independientes: docentes de bachillerato de instituciones privadas en Ecuador y de instituciones públicas en México. Este diseño permite evaluar y contrastar las condiciones laborales en ambos contextos, facilitando una comparación detallada de los niveles de carga mental y satisfacción laboral en cada país.

El método de recolección de datos utilizado consistió en cuestionarios administrados de manera voluntaria a los docentes participantes. Previo al inicio de la recolección de datos, se obtuvo la autorización de los comités éticos correspondientes y se presentó el proyecto ante las autoridades de cada institución educativa. Los cuestionarios fueron distribuidos mediante la plataforma en línea SurveyMonkey, asegurando la posibilidad de anonimato para resguardar la confidencialidad de los participantes.

En cuanto al tipo de investigación, esta es de carácter cuantitativo, ya que se centra en la recolección y análisis de datos numéricos. El nivel de la investigación es descriptivo y comparativo, orientado

a describir las características de la carga mental y satisfacción laboral en los docentes y a comparar los resultados entre las dos muestras. La población objetivo incluye docentes de bachillerato o nivel superior, y la muestra final estuvo conformada por 27 docentes de México y 35 de Ecuador, quienes completaron los cuestionarios en su totalidad. Las encuestas incompletas fueron excluidas del análisis para garantizar la integridad de los datos recopilados.

Durante la aplicación de los cuestionarios, los participantes tuvieron la opción de proporcionar datos de contacto para recibir los resultados del estudio, aunque se les aseguró que su participación sería confidencial y su identidad permanecería anónima en el análisis final. Esta metodología permite obtener una visión precisa y objetiva de las variables estudiadas y facilita la comparación entre las dos muestras en contextos educativos distintos.

Estrés Laboral y Bienestar Docente

La carga mental de trabajo se refiere al conjunto de tensiones que una persona experimenta debido a las exigencias de su trabajo mental (procesamiento de información, memorización, razonamiento, búsqueda de soluciones, etc.). La relación entre las demandas del trabajo y los recursos mentales de la persona expresa la carga mental de trabajo (Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, 1999).

Hart y Wickens (1990, como citado en Rolo, et al., 2009) señalan que las demandas cognitivas en muchos trabajos hacen que el concepto de carga mental sea importante para la prevención, tanto de riesgos laborales, como para el bienestar físico y psicológico de los trabajadores. Además, refieren que las condiciones de trabajo pueden generar fatiga mental, que disminuye el rendimiento, reduce la atención y aumenta la probabilidad de errores, olvidos y accidentes laborales.

En sintonía con esta perspectiva, Wickens y Hollands (2000) destacan que, en varios entornos laborales, las demandas cognitivas excesivas influyen negativamente en el rendimiento y la atención de los trabajadores, aumentando la probabilidad de accidentes. En los últimos años, Mehta y Parasuraman (2014) refuerzan esta idea, al afirmar que la fatiga mental, derivada de largas jornadas, puede generar fatiga física, reducir la capacidad de atención y aumentar los errores en el trabajo. Del mismo modo, Clegg y Vieane (2016) subrayan la importancia de optimizar la distribución de la carga mental, ya que las tareas complejas y de alta demanda cognitiva elevan el margen de error en el rendimiento laboral.

Flin, Slaven, y Stewart (1996) también contribuyen a esta discusión, señalan que la sobrecarga cognitiva en situaciones de emergencia, como en la industria del petróleo y gas, puede afectar negativamente la toma de decisiones e incrementar los riesgos laborales. Enfatizan que la gestión adecuada de la carga mental es esencial para reducir los accidentes y optimizar la eficiencia en diversos contextos laborales.

El Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo de España (1999) indica que la carga mental de trabajo implica tareas que requieren procesos cognitivos, procesamiento de información y aspectos afectivos, como la concentración, la atención, la memoria, la toma de decisiones y el autocontrol emocional, todos ellos necesarios para desempeñar actividades que demandan habilidades intelectuales. En el ámbito docente, la carga mental puede verse afectada por factores como la intensidad de la jornada laboral, la cantidad de alumnos por clase, la falta de recursos y la presión por cumplir con los estándares educativos. Estos elementos generan un exceso de exigencias, lo que impacta en la satisfacción laboral de los docentes.

La satisfacción laboral se refiere a la actitud general que una persona tiene hacia su trabajo y resulta de la percepción de que el empleo satisface sus necesidades y expectativas (Locke, 1976). Este factor es clave para el rendimiento y el bienestar de los empleados, ya que un trabajador satisfecho tiende a ser más productivo, presenta menos probabilidades de abandonar su puesto y exhibe menos síntomas de estrés (Atalaya, 1999). La satisfacción laboral puede verse influenciada por elementos como las condiciones de trabajo, la remuneración, las oportunidades de desarrollo profesional, las relaciones con los compañeros y superiores, y el reconocimiento del trabajo realizado. En el caso específico de los docentes, la satisfacción laboral se relaciona con el apoyo institucional, la autonomía en el trabajo, las oportunidades de formación continua y el reconocimiento de su labor educativa (Escribano, 2018).

Ecuador y México son dos países latinoamericanos con realidades sociales y laborales distintas. En Ecuador, los docentes de bachillerato enfrentan desafíos como la falta de recursos, las elevadas cargas administrativas y las presiones para cumplir con los estándares educativos. En México, los docentes también enfrentan diversos retos además de problemas como la violencia en las escuelas y la falta de apoyo institucional (Arcos & Espinosa, 2008).

En Ecuador, se realizó una investigación en la que los docentes enfrentan desafíos como la falta de recursos pedagógicos adecuados, un exceso de tareas administrativas y presiones derivadas de la implementación de nuevas normativas y estándares educativos (Acosta & Guevara, 2019), factores

que generan un impacto directo en la satisfacción laboral y la carga mental de los profesores. De manera similar, en México, los estudios muestran que, además de las cargas administrativas y la falta de recursos, los docentes enfrentan problemas graves como la violencia en las escuelas y la insuficiencia de apoyo institucional, lo que agrava aún más su situación laboral (Gobierno de México, 2016).

Según el Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación (INEE), la inseguridad en ciertas regiones de México, unida a diversas limitaciones institucionales, impacta de manera considerable en el desempeño de los docentes, lo que a su vez incrementa los niveles de estrés laboral. Estos factores generan un entorno desafiante, donde los docentes no solo deben cumplir con sus responsabilidades educativas, sino también lidiar con la incertidumbre y la falta de apoyo estructural. Este ambiente adverso no solo afecta el bienestar emocional de los docentes, sino que también tiene repercusiones en la calidad educativa, ya que el incremento en el estrés y las dificultades operativas dificultan su capacidad para desarrollar plenamente su labor pedagógica (INEE, 2019, p. 45).

Conocer la carga mental de trabajo y la satisfacción laboral de los docentes en estos dos países permitirá identificar las diferencias y similitudes en sus experiencias laborales, así como los factores que contribuyen a estas diferencias. Por lo que el objetivo de este estudio fue comparar los niveles de carga mental de trabajo y satisfacción laboral en docentes de bachillerato de Ecuador y México, en 2024.

Resultados

Tabla 1. Nivel de estudios de los docentes de bachillerato participantes

<i>País</i>	Nivel educativo	Frecuencia	Porcentaje
<i>Ecuador</i>	Licenciatura	18	59.1
	Maestría	17	40.9
México	Licenciatura	12	44.4
	Maestría	11	40.7
	Doctorado	4	14.8

La Tabla 1 muestra el nivel educativo de los docentes de bachillerato participantes en Ecuador y México, expresado en términos de frecuencia y porcentaje para cada grado académico. En el caso de Ecuador, se observa que la mayoría de los docentes posee un nivel educativo de licenciatura

(59.1%), mientras que un 40.9% cuenta con una maestría. No se registraron participantes con grado de doctorado en Ecuador.

Por otro lado, en México, los datos presentan una mayor diversidad de niveles educativos. Aquí, el 44.4% de los docentes posee una licenciatura, un porcentaje ligeramente menor que en Ecuador. Además, el 40.7% de los participantes mexicanos tienen una maestría, una cifra cercana a la de Ecuador. Destaca, sin embargo, que en México existe un grupo de docentes con un nivel educativo de doctorado (14.8%), un grado académico que no se encuentra representado en la muestra ecuatoriana.

Este análisis sugiere que, si bien en ambos países la mayoría de los docentes posee una licenciatura o una maestría, en México hay un pequeño pero notable porcentaje de docentes con estudios de doctorado. Esto podría indicar diferencias en los requisitos académicos o en las oportunidades de formación avanzada entre ambos países, lo cual podría tener implicaciones en el desarrollo profesional y en las expectativas de los docentes en cada contexto.

Tabla 2: Estadísticos descriptivos de datos generales en docentes de bachillerato

	Ecuador			
	Media	Desviación estándar	Valor mínimo	Valor máximo
Años de estudio	18.45	2.521	12	24
Antigüedad laboral	12.91	7.64	2	28
Antigüedad en la institución	7.9	8.769	0	28
Horas laboradas por semana	34.73	10.651	8	64
Horas frente a grupo por semana	25.32	9.638	2	40
Grupos atendidos	8.05	6.083	1	25
Alumnos que atiende en el ciclo escolar	202.23	109.072	21	455
	México			
Años de estudio	18.04	4.416	4	25
Antigüedad laboral	11.85	9.101	1	35
Antigüedad en la institución	11.07	10.67	0	36
Horas laboradas por semana	28.59	14.447	4	48

Horas frente a grupo por semana	18.96	9.855	3	39
Grupos atendidos	6.11	3.662	1	15
Alumnos que atiende en el ciclo escolar	244.44	158.129	21	650

La Tabla 2 proporciona estadísticas descriptivas de los docentes de bachillerato en Ecuador y México, destacando diferencias en años de estudio, antigüedad, carga horaria, número de grupos atendidos y cantidad de alumnos. En cuanto a los años de estudio, los docentes ecuatorianos presentan una media de 18.45 años, mientras que en México es ligeramente menor, con 18.04 años. En antigüedad laboral, los docentes ecuatorianos tienen un promedio de 12.91 años, algo mayor que el de los docentes mexicanos (11.85 años). Sin embargo, en antigüedad en la institución, los docentes mexicanos tienen una media superior (11.07 años) comparada con Ecuador (7.9 años). Respecto a las horas laboradas por semana, los docentes ecuatorianos trabajan más (34.73 horas) en comparación con los mexicanos (28.59 horas), aunque también dedican más tiempo frente a grupo (25.32 horas en Ecuador frente a 18.96 horas en México). En cuanto a los grupos atendidos, los docentes ecuatorianos manejan un promedio de 8.05 grupos, mientras que en México es menor, con 6.11 grupos. Sin embargo, los docentes mexicanos atienden a un mayor número de alumnos en el ciclo escolar, con una media de 244.44 estudiantes, en contraste con los 202.23 alumnos en Ecuador (ver tabla 2).

Tabla 3: Clasificación del nivel de carga mental de trabajo y su afrontamiento de docentes de bachillerato

		Ecuador					
		Bajo		Medio		Alto	
		Frec.	%	Frec.	%	Frec.	%
CMT	Exigencias	4	18.2	12	54.5	6	27.3
		5	22.7	7	31.8	10	45.5
	Demanda	3	13.6	11	50.0	8	36.4
	Contextos						
	Sobrecarga	4	18.2	11	50.0	7	31.8
Afrontamiento	Competencia	7	31.8	6	27.3	9	40.9
	Valoración	5	22.7	12	54.5	5	22.7
		4	18.2	9	40.9	9	40.9
	problemas						
		México					

		8	29.6	12	44.4	7	25.9
	Exigencias						
		7	25.9	9	33.3	11	40.7
CMT	Demanda						
		9	33.3	10	37.0	8	29.6
	Contextos						
	Sobrecarga	10	37.0	10	37.0	7	25.9
	Competencia	9	33.3	6	22.2	12	44.4
Afrontamiento	Valoración	7	25.9	10	37.0	10	37.0
		10	37.0	10	37.0	7	25.9
	problemas						

Nota: Elaborado por los autores

La Tabla 3 presenta la clasificación del nivel de carga mental de trabajo (CMT) y las estrategias de afrontamiento de los docentes de bachillerato en Ecuador y México, desglosando la frecuencia y el porcentaje en tres categorías: bajo, medio y alto.

En Ecuador, la carga mental relacionada con las exigencias muestra que el 54.5% de los docentes percibe un nivel medio, mientras que el 27.3% considera que es alto. En cuanto a la demanda, el 45.5% reporta una carga alta, lo que indica que las exigencias son significativas para la mayoría de los docentes. Para el contexto, el 50% de los participantes se ubica en la categoría media, y en términos de sobrecarga, el 50% también se encuentra en la categoría media, evidenciando un balance entre los niveles de percepción de carga mental en este aspecto.

En México, los resultados muestran que un 29.6% de los docentes considera que la carga por exigencias es baja, pero el 44.4% la clasifica como media. En la demanda, el 40.7% de los docentes reporta una carga alta, lo que indica que la presión laboral es considerable. En cuanto a los contextos, un 33.3% los considera bajos, mientras que un 37% los clasifica como medios, lo que puede reflejar una percepción menos intensa de los factores contextuales en comparación con Ecuador. En el caso de la sobrecarga, el 37% de los docentes también se encuentra en un nivel medio, pero un 25.9% considera que es alta.

Tabla 4: Nivel de satisfacción laboral de docentes de bachillerato

Institución	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Ecuador	Bajo	7	18.2
	Medio	14	40.9
	Alto	14	40.9

México	Bajo	10	37.0
	Medio	10	37.0
	Alto	7	25.9

La Tabla 4 presenta el nivel de satisfacción laboral de los docentes de bachillerato en Ecuador y México, categorizado en tres niveles: bajo, medio y alto, junto con su frecuencia y porcentaje.

En Ecuador, los resultados indican que el 18.2% de los docentes reportan un nivel de satisfacción laboral bajo, lo que sugiere que una minoría se siente insatisfecha con su trabajo. Un porcentaje mayor, el 40.9%, clasifica su satisfacción como media, lo que refleja una percepción más equilibrada y sugiere que muchos docentes se encuentran en una situación intermedia en cuanto a su satisfacción laboral. Además, otro 40.9% reporta un alto nivel de satisfacción, lo que indica que casi la mitad de los docentes se siente muy satisfecho con su trabajo, lo que puede estar asociado a factores como el apoyo institucional y el reconocimiento de su labor.

En contraste, en México, el 37% de los docentes manifiestan un nivel bajo de satisfacción laboral, lo que representa un porcentaje considerable que podría reflejar desafíos específicos en su entorno laboral. Un 37% adicional se ubica en el nivel medio, lo que también sugiere que muchos docentes tienen una percepción intermedia de su satisfacción. Sin embargo, solo el 25.9% de los docentes en México reportan un alto nivel de satisfacción, un porcentaje inferior al de sus colegas ecuatorianos. Esto puede indicar que los docentes mexicanos enfrentan más dificultades o menos reconocimiento en su labor comparativamente.

Tabla 5: Nivel de satisfacción laboral referido al entorno físico de docentes de bachillerato

Institución	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Ecuador	Bajo	2	4.5
	Medio	18	50.0
	Alto	15	45.5
	Total	35	100.0
México	Bajo	11	40.7
	Medio	13	48.1
	Alto	3	11.1
	Total	27	100.0

Para la prueba de hipótesis, en virtud de que los grupos son pequeños se utilizó el estadístico no paramétrico para muestras independientes U de Mann-Whitney. Solamente se encontró diferencia

significativa en el Factor II de la variable Satisfacción Laboral, que representa la apreciación del entorno físico, su limpieza, higiene y salubridad, así como la temperatura o el espacio ($U = 119$, $p < .001$). La calificación indicó que el 45% de los docentes de Ecuador se ubican en nivel alto de esta categoría, mientras que el 11% de docentes mexicanos refirió estar satisfechos en este nivel (ver tabla 5).

La Tabla 5 muestra el nivel de satisfacción laboral de los docentes de bachillerato en relación con su entorno físico, desglosado por país, incluyendo las frecuencias y porcentajes correspondientes a cada nivel.

En Ecuador, la distribución de los niveles de satisfacción es notablemente positiva. Solo el 4.5% de los docentes reportan un bajo nivel de satisfacción con su entorno físico, lo que indica que casi todos los docentes perciben su entorno de trabajo de manera favorable. Un 50% se encuentra en el nivel medio de satisfacción, lo que sugiere que la mayoría de los docentes consideran que su entorno físico es adecuado, aunque con áreas de mejora. Además, un 45.5% de los encuestados reporta un alto nivel de satisfacción, lo que refleja un buen grado de contento respecto a las condiciones físicas de su entorno laboral.

En contraste, los resultados para México revelan una situación más preocupante. El 40.7% de los docentes califica su satisfacción laboral en relación con el entorno físico como bajo, lo que indica que una porción significativa se siente insatisfecha con las condiciones de su trabajo. Un 48.1% se sitúa en el nivel medio, lo que sugiere que muchos docentes tienen una percepción moderada, similar a la de sus colegas ecuatorianos, pero con un porcentaje mayor de insatisfacción. Sin embargo, solo un 11.1% de los docentes en México reportan un alto nivel de satisfacción, lo que contrasta fuertemente con el 45.5% de Ecuador. Esto puede señalar problemas estructurales o falta de recursos adecuados en el entorno laboral de los docentes mexicanos.

Discusión de resultados

Los resultados del estudio sobre carga mental de trabajo y satisfacción laboral en docentes de Ecuador y México muestran aspectos coincidentes y divergentes con la literatura existente. A continuación, se discuten las coincidencias y diferencias con los trabajos de varios autores relevantes en el campo de la seguridad y salud laboral, así como las implicaciones de estos hallazgos.

Hart y Wickens (1990, citado en Rolo et al., 2009) sostienen que las demandas cognitivas asociadas a ciertos trabajos pueden llevar a una fatiga mental significativa, afectando negativamente el rendimiento y la salud psicológica de los trabajadores. En este contexto, el estudio revela que, tanto en Ecuador como en México, los docentes reportan altos niveles de carga mental, lo que confirma la relevancia de las demandas cognitivas en el ámbito educativo. Los docentes deben gestionar múltiples tareas simultáneamente, procesar información y tomar decisiones rápidas, lo que contribuye a una sobrecarga mental. Esta situación coincide con las observaciones de Hart y Wickens, quienes destacan la importancia de la carga mental en la prevención de riesgos laborales y la necesidad de estrategias adecuadas para mitigar sus efectos.

Brito (2018) define el riesgo en el entorno laboral como una construcción social que implica la interacción entre eventos peligrosos e inciertos y la vulnerabilidad del sistema organizacional. En el estudio, los factores de riesgo identificados incluyen aspectos organizacionales y de recursos que afectan la carga mental y la satisfacción laboral de los docentes. La alta demanda laboral, la falta de recursos y el entorno de trabajo desfavorable se alinean con la definición de riesgo propuesta por Brito, destacando cómo estos factores pueden incrementar la vulnerabilidad de los trabajadores y afectar su bienestar general.

El Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (2010) aborda la importancia de los factores psicosociales en la salud laboral, subrayando que las condiciones laborales, el contenido del trabajo y el entorno social pueden influir en la salud física y psicológica de los empleados. Los resultados del estudio muestran que los factores psicosociales, como la presión laboral y el soporte institucional, tienen un impacto considerable en la carga mental y la satisfacción laboral de los docentes. Este hallazgo respalda las afirmaciones del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo sobre la relevancia de los factores psicosociales para el bienestar laboral, evidenciando que las condiciones organizacionales y las relaciones interpersonales son cruciales para la salud de los trabajadores.

Moreno (2011) distingue entre factores psicosociales y factores psicosociales de riesgo, señalando que los factores de riesgo son condiciones que tienen una alta probabilidad de afectar negativamente la salud de los trabajadores. En el estudio, se identificaron altos niveles de carga mental y variaciones en la satisfacción laboral, lo que resalta la presencia de factores psicosociales de riesgo en ambos países. La dificultad para manejar y controlar estos riesgos, como la falta de apoyo y la alta demanda laboral, es coherente con las características de los factores psicosociales

de riesgo descritos por Moreno. Este reconocimiento de los factores de riesgo psicosociales subraya la necesidad de intervenciones específicas para abordar estos desafíos y mejorar las condiciones laborales.

Conclusiones

Los resultados indican que la carga mental es alta en ambos contextos, Ecuador y México. Esto indica que los docentes enfrentan significativas demandas cognitivas y organizacionales que pueden afectar su rendimiento y bienestar. Esta alta carga mental se relaciona con la sobrecarga de tareas, la necesidad de procesamiento de información y la toma de decisiones constantes.

La satisfacción laboral varía significativamente entre los docentes de Ecuador y México, siendo más alta en Ecuador, lo cual refleja diferencias tanto en las condiciones laborales como en el entorno físico de trabajo, con una mayor satisfacción en este aspecto en Ecuador en comparación con México. Además, los factores psicosociales de riesgo, como la falta de recursos y un entorno de trabajo desfavorable, impactan negativamente en la carga mental y en la satisfacción laboral de los docentes. La presencia de estos factores respalda la definición de riesgo laboral y, al mismo tiempo, subraya la importancia de abordarlos dentro de las políticas de salud laboral.

La diferencia significativa en la satisfacción con el entorno físico del trabajo entre los docentes de ambos países indica que este aspecto tiene un impacto crucial en la satisfacción laboral, lo que refuerza la necesidad de mejorar las condiciones físicas del entorno laboral para aumentar tanto la satisfacción como el bienestar de los trabajadores. En consonancia con este hallazgo, los resultados sugieren que se deben implementar estrategias y políticas específicas para abordar la carga mental y la satisfacción laboral de los docentes. De este modo, las intervenciones deben centrarse en mejorar las condiciones laborales, reducir la carga mental y proporcionar apoyo psicosocial, con el fin de promover un ambiente laboral saludable y satisfactorio.

Referencias

1. Acosta, M., & Guevara, R. (2019). *Condiciones laborales y bienestar docente en Ecuador*. Revista de Educación y Desarrollo, 49(3), 12-25.
2. Arcos, C., & Espinosa, B. (2008). *Desafíos para la*. Quito: FLACSO.
3. Atalaya, M. (1999). Satisfacción laboral y productividad . *Revista de psicología*, 20-25.

4. Brito, M. (2018). El riesgo como construcción social: Una perspectiva organizacional. *Revista de Estudios Organizacionales*, 12(1), 45-58.
5. Clegg, B.A. y Vieane, A.Z. (2016). *Compartición de atención entre robótica y control de procesos: Validación de un modelo de cambio de atención*.
6. Constitución de la República del Ecuador (2008). Capítulo VI, Sección III, Artículo 326. Recuperado de [URL].
7. Escribano, E. (2018). El desempeño del docente como factor asociado a la calidad educativa en América Latina. *Revista educación*, 1-25.
8. Flin, R., Slaven, G. y Stewart, K. (1996). *La toma de decisiones en emergencias en la industria del petróleo y gas*.
9. Garzón, J., Arancibia, V., & Morales, M. (2014). Seguridad y salud en el trabajo: Un enfoque integral. *Editorial Científica*.
10. Gobierno de México. (12 de Febrero de 2016). *Justicia Cotidiana*. Obtenido de Justicia Cotidiana: <https://www.gob.mx/justiciacotidiana/articulos/violencia-en-las-escuelas?idiom=es>
11. Hart, S. G., & Wickens, C. D. (1990). Workload and performance. In M. G. Helander (Ed.), *Handbook of human factors* (pp. 1042-1074). Wiley.
12. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (2010). Factores de riesgo psicosocial en el trabajo. Recuperado de [URL].
13. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (1999). Carga mental de trabajo: Guía de evaluación y prevención. Recuperado de [URL].
14. Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación (INEE). (2019). *La situación de los docentes en México: Un análisis de las condiciones de trabajo*.
15. Locke, E. A. (1976). The nature and causes of job satisfaction. In M. D. Dunnette (Ed.), *Handbook of industrial and organizational psychology* (pp. 1297-1349). Rand McNally.
16. Mehta, R. y Parasuraman, R. (2014). *Los efectos de la fatiga mental en el desarrollo de la fatiga física: un enfoque neuroergonómico*. Factores Humanos, 56, 645–656.
17. Ministerio de Salud Pública del Ecuador (2019). Estrategias para la promoción y prevención de la salud laboral. Recuperado de [URL].
18. Ministerio de Trabajo (1986). Decreto Ejecutivo 2393. Recuperado de [URL].

19. Miliá, J., & Peiró, J. M. (1988). Cuestionario de Satisfacción Laboral SL/12. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 4(1), 29-46.
20. Moreno, J. (2011). Factores psicosociales en el trabajo: Riesgos y prevención. *Psicología y Trabajo*, 22(2), 65-80.
21. Pita, R., Fernández, A., & Martínez, M. (2002). Factores de riesgo en el trabajo: Definición y clasificación. *Revista de Salud Laboral*, 10(3), 33-44.
22. Rolo, et al. (2009). *Cita de Hart y Wickens (1990)*.
23. Rolo, G., Santos, C., & Pereira, M. (2009). Carga mental y rendimiento laboral: Un análisis multidimensional. *Journal of Occupational Health Psychology*, 14(4), 349-360.
24. Senado (1999). Factores de riesgo en el entorno laboral: Un enfoque integral. *Informe de Seguridad y Salud Laboral*, 21, 15-30.
25. Wickens, C.D. y Hollands, J.G. (2000). *Ingeniería de Factores Humanos y Ergonomía: Procesos Cognitivos y Rendimiento en el Trabajo*.

© 2024 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).