



Sintomatología emocional, soledad percibida y conflicto trabajo-familia en docentes ecuatorianos: estudio correlacional transversal

Emotional symptoms, perceived loneliness, and work-family conflict in Ecuadorian teachers: A cross-sectional correlational study

Tatiana Cecibel Mansanillas Rojas 

tcmanzanillas@utpl.edu.ec

Universidad Técnica Particular de Loja. Loja, Ecuador

Recibido: 16 de julio 2026 / Aceptado: 09 de septiembre 2026 / Publicado: 09 de octubre 2026

Resumen

Introducción: La salud mental docente es clave para el bienestar ocupacional ante altas demandas psicosociales. **Objetivo:** Analizar la relación entre sintomatología emocional, soledad percibida y conflicto trabajo-familia en 203 docentes ecuatorianos. **Método:** Se empleó un enfoque cuantitativo, transversal y correlacional; los instrumentos fueron las escalas DASS-21, UCLA y SWING. **Resultados:** Los hallazgos evidenciaron una prevalencia de ansiedad severa del 18.7 % y sintomatología depresiva moderada-severa en el 25.7 %. La soledad percibida ($r = .617$) y la interacción negativa familia-trabajo ($r = .639$) presentaron correlaciones positivas y estadísticamente significativas con la depresión. En contraste, se identificó una ausencia de asociaciones significativas entre las dimensiones positivas de la interacción trabajo-familia y el malestar emocional. **Conclusión:** La soledad percibida y el conflicto trabajo-familia se encuentran significativamente asociados con la salud mental del profesorado, resaltando la necesidad de fortalecer estrategias institucionales de prevención, apoyo psicosocial y equilibrio entre la vida laboral y familiar.

Palabras clave: Conflicto; Docente; Estrés; Salud mental; Trabajo.

Abstract

Introduction: Teachers' mental health is essential to occupational well-being in the context of high psychosocial demands. **Objective:** To analyse the relationship between emotional symptomatology, perceived loneliness, and work-family conflict among 203 Ecuadorian teachers. **Method:** A quantitative, cross-sectional, correlational design was employed, using the DASS-21, UCLA, and SWING scales. **Results:** The findings revealed a prevalence of severe anxiety of 18.7% and moderate-to-severe depressive symptomatology in 25.7% of participants. Perceived loneliness ($r = .617$) and negative family-to-work interaction ($r = .639$) showed positive and statistically significant correlations with depression. In contrast, no significant associations were identified between the positive dimensions of work-family interaction and emotional

distress. **Conclusion:** Perceived loneliness and work-family conflict are significantly associated with teachers' mental health, highlighting the need to strengthen institutional strategies for prevention, psychosocial support, and work-family balance.

Keywords: Conflict; Teachers; Stress; Mental health; Work.

Introducción

La salud mental constituye un componente esencial del bienestar humano y del funcionamiento individual, social y laboral. De acuerdo con la [Organización Mundial de la Salud \[OMS\], \(s. f.\)](#), se define como un estado de bienestar que permite a las personas afrontar las situaciones estresantes de la vida, desarrollar sus capacidades, aprender, trabajar de manera productiva y contribuir a la comunidad. No obstante, las alteraciones en la salud mental representan un desafío creciente para la salud pública y la salud ocupacional, especialmente entre la población laboralmente activa. En este contexto, la [OMS \(2024\)](#) informa que una proporción significativa de adultos en edad laboral presenta trastornos o condiciones que afectan su bienestar psicológico, lo que pone de manifiesto la necesidad de investigar los factores asociados a la salud mental en diversos entornos de trabajo.

En el ámbito educativo, la salud mental de los docentes ha adquirido creciente relevancia debido a las características inherentes a la profesión, que conlleva demandas emocionales, cognitivas y organizacionales continuas. La sobrecarga de trabajo, las exigencias administrativas, la presión institucional y la interacción constante con estudiantes y sus familias constituyen factores asociados con mayores niveles de estrés, ansiedad, agotamiento laboral y sintomatología depresiva ([Iacolino et al., 2019](#); [Agyapong et al., 2022](#); [Aziku & Zhang, 2024](#)). Asimismo, [Mendes Rodrigues et al. \(2020\)](#) identificaron una asociación entre el estrés percibido y los síntomas depresivos en docentes, lo que refuerza la necesidad de analizar las condiciones laborales y los factores emocionales vinculados con su bienestar psicológico.

Desde esta perspectiva, la evaluación de la salud mental en docentes requiere considerar indicadores de depresión, ansiedad y estrés, dimensiones que reflejan alteraciones del funcionamiento psicológico ([Cardona Ortiz et al., 2026](#); [Loor et al., 2026](#); [Alfaro León & Jaramillo López, 2025](#)). En consecuencia, el presente estudio aborda la salud mental a partir de la sintomatología emocional mediante la evaluación de estas tres dimensiones, dado que su manifestación puede estar asociada con factores personales, sociales y laborales que influyen en la experiencia cotidiana de los docentes.

Entre los factores sociales vinculados al bienestar psicológico destaca la soledad percibida; este constructo se define como una experiencia subjetiva que surge cuando existe una discrepancia entre las relaciones sociales que una persona desea mantener y aquellas que efectivamente posee. En consecuencia, la soledad no depende únicamente de la cantidad de vínculos sociales, sino también de la percepción de apoyo, cercanía

emocional y calidad de las relaciones interpersonales (Ohiokehai et al., 2025; Pedrero-Pérez et al., 2023). La evidencia científica muestra que mayores niveles de soledad percibida se asocian con un incremento de los síntomas depresivos, otras dificultades emocionales y una menor disponibilidad de recursos sociales para afrontar situaciones estresantes (Chen et al., 2023; Erzen & Çikrikci, 2018).

En el ámbito laboral, la soledad percibida se ha consolidado como un factor relevante para comprender el bienestar de los trabajadores. La percepción de aislamiento o de escasa conexión social en el entorno de trabajo se asocia con menores niveles de bienestar general, mayores dificultades emocionales y una menor satisfacción laboral (Bryan et al., 2023). En los docentes, la evidencia sugiere que la soledad percibida se relaciona con un menor bienestar emocional, aunque recursos personales, como el sentido de propósito profesional, pueden desempeñar un papel protector (Elahi et al., 2026).

Otro factor estrechamente vinculado al bienestar psicológico de los docentes es el conflicto trabajo-familia. Este constructo se define como una forma de conflicto interrol que surge cuando las demandas laborales y familiares son incompatibles, lo que dificulta el desempeño adecuado de ambos roles (Greenhaus & Beutell, 1985). De acuerdo con Frone et al. (1992), este conflicto puede manifestarse en dos direcciones: la interferencia del trabajo sobre la familia y la interferencia de la familia sobre el trabajo. La evidencia disponible indica que las elevadas demandas laborales, las jornadas prolongadas y la dificultad para establecer límites entre la vida laboral y personal se asocian con mayores niveles de estrés y agotamiento emocional (Pileri et al., 2024; Sohal et al., 2025).

En los docentes, el conflicto trabajo-familia adquiere particular relevancia, ya que las responsabilidades laborales suelen extenderse más allá de la jornada de trabajo e incluyen la planificación académica, las actividades administrativas, la preparación de clases y la evaluación de los estudiantes. Estudios previos han mostrado que mayores niveles de conflicto trabajo-familia se asocian con un menor bienestar psicológico y un mayor agotamiento laboral en docentes (Li et al., 2024). Al respecto, estos últimos autores destacan que las dimensiones trabajo-familia y familia-trabajo presentan asociaciones diferenciadas con el agotamiento emocional en docentes de distintos niveles educativos.

La relación entre estas variables puede interpretarse desde el Modelo de Demandas y Recursos Laborales (JD-R), según el cual las demandas laborales y la percepción de un apoyo social insuficiente constituyen factores asociados al bienestar psicológico (Bakker & Demerouti, 2007). En este marco, el conflicto trabajo-familia puede incrementar la carga emocional de los docentes, mientras que la soledad percibida puede reducir los recursos sociales disponibles para afrontar las demandas cotidianas. En conjunto, ambos

factores podrían contribuir a mayores niveles de sintomatología depresiva, ansiedad y estrés.

En Ecuador, si bien se han realizado investigaciones sobre el bienestar de los docentes, el estrés laboral y el burnout, la evidencia sigue siendo limitada en cuanto al análisis conjunto de factores sociales y laborales asociados con la sintomatología emocional. [Ortega-Jiménez et al. \(2025\)](#) encontraron que la soledad y otros recursos psicológicos se relacionan con el estrés en docentes universitarios ecuatorianos, lo que resalta la importancia de incorporar los factores sociales y emocionales en el estudio de su bienestar psicológico. Asimismo, investigaciones recientes han documentado problemas relacionados con el bienestar psicológico y el burnout en docentes de educación superior del país ([Ruiz Segarra et al., 2024](#)). No obstante, son escasos los estudios que analizan de manera simultánea la sintomatología emocional, la soledad percibida y el conflicto trabajo-familia en docentes ecuatorianos mediante diseños correlacionales.

En este contexto, el presente estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre la sintomatología emocional, la soledad percibida y el conflicto trabajo-familia en docentes ecuatorianos. Se espera que los hallazgos contribuyan a ampliar la evidencia disponible sobre la interacción entre factores sociales y laborales asociados al bienestar psicológico de los docentes y proporcionen información útil para el diseño de estrategias orientadas a la promoción de la salud mental en contextos educativos.

Método

La presente investigación se llevó a cabo bajo un enfoque cuantitativo, adoptando una perspectiva empírico-analítica orientada a la medición objetiva de variables psicológicas y su interrelación. El estudio se desarrolló en el contexto del sistema educativo ecuatoriano, específicamente con docentes en ejercicio profesional de instituciones de educación básica, bachillerato y educación superior.

La recolección de datos se efectuó durante el período comprendido entre los meses de marzo y julio de 2023, intervalo seleccionado por corresponder al ciclo académico ordinario en el calendario escolar ecuatoriano, lo que permitió capturar las demandas laborales típicas del profesorado sin interferencias asociadas a períodos vacacionales o evaluaciones extraordinarias. El trabajo de campo se coordinó desde la Universidad Técnica Particular de Loja, institución que sirvió como sede académica para el procesamiento y análisis posterior de la información recabada.

Respecto al diseño metodológico, se optó por un esquema no experimental de corte transversal, decisión fundamentada en la naturaleza del objeto de estudio, el cual requería evaluar las variables en su contexto natural sin manipulación deliberada por parte de los investigadores. Este diseño permitió examinar la sintomatología emocional,

la soledad percibida y el conflicto trabajo-familia tal como se manifestaron en un momento temporal específico, posibilitando la identificación de patrones asociativos entre los constructos evaluados. Cabe precisar que, aunque el término "experimental" suele asociarse con intervenciones controladas, en este estudio el diseño se clasifica como no experimental debido a la ausencia de asignación aleatoria y manipulación de variables independientes.

El alcance fue descriptivo-correlacional, orientado a caracterizar los niveles de cada variable y determinar la magnitud y dirección de sus asociaciones mediante coeficientes de correlación. En cuanto a la población objetivo, esta estuvo conformada por docentes ecuatorianos en ejercicio profesional activo, abarcando distintos niveles educativos y áreas disciplinares. Dada la dificultad logística para acceder a un marco muestral exhaustivo del universo docente ecuatoriano, se empleó un muestreo no probabilístico por conveniencia, estrategia que, si bien limita la generalización de los resultados a la totalidad de la población, resulta pertinente cuando los objetivos se orientan hacia la exploración de relaciones entre variables en contextos específicos.

La muestra definitiva quedó constituida por 203 docentes que cumplieron con los criterios de elegibilidad establecidos. El tamaño muestral no se determinó mediante cálculo probabilístico previo, sino que se definió en función de la accesibilidad a las instituciones educativas participantes y la viabilidad técnica durante el período de recolección, considerando además que investigaciones correlacionales en psicología educativa suelen requerir entre 150 y 200 participantes para detectar efectos moderados con potencia estadística adecuada.

Con la finalidad de garantizar la homogeneidad de la muestra y la validez interna del estudio, se establecieron criterios de inclusión y exclusión claramente definidos. Fueron incluidos aquellos docentes que: (a) se encontraban en situación laboral activa al momento de la evaluación; (b) aceptaron voluntariamente participar mediante la firma del consentimiento informado; (c) contaban con un mínimo de un año de experiencia en la institución educativa donde ejercían funciones; y (d) poseían formación profesional de tercer nivel o superior, requisito que aseguraba un nivel mínimo de cualificación pedagógica. Por otro lado, se excluyeron del estudio aquellos docentes que no cumplieran con alguno de los criterios anteriores, así como quienes se encontraran en situación de licencia por maternidad, paternidad o incapacidad médica temporal durante el período de aplicación de los instrumentos, debido a que estas condiciones podían introducir variabilidad no controlada en las respuestas emocionales y en la percepción de las interacciones trabajo-familia.

Técnicas e instrumentos utilizados

Para la medición de las variables objeto de estudio, se emplearon instrumentos con propiedades psicométricas previamente validadas en poblaciones hispanohablantes. La sintomatología emocional se evaluó mediante la Depression Anxiety Stress Scales-21

(DASS-21), desarrollada por [Lovibond y Lovibond \(1995\)](#), la cual comprende 21 ítems distribuidos en tres subescalas: depresión, ansiedad y estrés, con un formato de respuesta tipo Likert de cuatro opciones (0 = no me ha ocurrido, 3 = me ha ocurrido mucho). En la presente muestra, la escala total evidenció una consistencia interna excelente ($\alpha = .966$). La soledad percibida se midió con la versión abreviada de la UCLA Loneliness Scale Revised (UCLA-SR) de [Hughes et al. \(2004\)](#), compuesta por tres ítems con respuesta Likert de tres opciones, que alcanzó una fiabilidad adecuada ($\alpha = .813$) en este estudio.

La interacción trabajo-familia se evaluó mediante el Survey Work-Home Interaction Nijmegen (SWING) de [Geurts et al. \(2005\)](#), en su adaptación española de [Moreno Jiménez et al. \(2009\)](#), instrumento de 22 ítems que mide la bidireccionalidad negativa y positiva del conflicto, reportando una consistencia interna global de $\alpha = .914$. Complementariamente, se administró un cuestionario sociodemográfico y laboral ad hoc para recopilar información sobre edad, género, estado civil, número de hijos y condiciones contractuales.

Métodos de análisis estadísticos y software

El procesamiento y análisis de los datos se realizó mediante el software IBM SPSS Statistics, versión 26. Inicialmente, se llevaron a cabo análisis descriptivos para caracterizar la muestra en términos de frecuencias, porcentajes, medias y desviaciones estándar, lo que permitió obtener un perfil sociodemográfico y laboral de los participantes, así como describir los niveles de sintomatología emocional, soledad percibida y conflicto trabajo-familia.

Posteriormente, se verificó el supuesto de normalidad de las distribuciones mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov, cuyos resultados justificaron el empleo de pruebas paramétricas. Para examinar las relaciones entre las variables, se aplicó el coeficiente de correlación de Pearson, con un nivel de significancia establecido en $p < .05$. Adicionalmente, se calcularon los tamaños del efecto para interpretar la magnitud práctica de las asociaciones encontradas, siguiendo los criterios convencionales de Cohen. Los análisis se complementaron con la revisión de valores atípicos y la verificación de supuestos de linealidad y homocedasticidad.

Principios éticos

El estudio se desarrolló en estricto cumplimiento de los principios éticos establecidos en la Declaración de Helsinki para investigaciones con seres humanos. Previamente a la recolección de datos, el protocolo de investigación fue sometido a evaluación y aprobación por el Comité de Bioética en Investigación del Área de la Salud de la Universidad de Cuenca, que otorgó la certificación con código 2022-014EO-IE. Todos los participantes fueron informados de manera clara y detallada sobre los objetivos del estudio, el carácter voluntario de su participación, la confidencialidad de la información

proporcionada y su derecho a retirarse en cualquier momento sin consecuencias negativas. La recolección de datos se realizó de forma virtual, asegurando la firma del consentimiento informado antes de acceder a los instrumentos. Asimismo, se garantizó el anonimato de las respuestas y el resguardo de los datos en servidores seguros de acceso restringido. Finalmente, se declara que no se empleó inteligencia artificial generativa en el diseño, la recolección ni el análisis de los datos, preservando así la integridad y originalidad del proceso investigativo.

Resultados

Los resultados del perfil de sintomatología emocional muestran que el malestar docente se concentra exclusivamente en el estrés (Tabla 1). Si bien el 86.2 % de los participantes se ubica en un rango leve de estrés, esta aparente normalidad pierde solidez al contrastarse con la ansiedad y la depresión. La ansiedad severa alcanza al 18.7 % de la muestra y la depresión moderada-severa al 25.7 %, proporciones que revelan una afectación clínicamente relevante en un segmento significativo del profesorado. Estos datos sugieren que el desgaste emocional no se manifiesta necesariamente como tensión aguda, sino como un deterioro más silencioso del estado de ánimo y una activación ansiosa sostenida.

En este sentido, la distribución de frecuencias adquiere una lectura interpretativa que trasciende la mera descripción porcentual. La concentración de casos en los niveles leves de estrés podría reflejar una adaptación funcional a las demandas cotidianas, pero la presencia simultánea de ansiedad y depresión en niveles moderados y severos indica que esa adaptación no protege contra el sufrimiento psicológico. La ansiedad, con un 21.2 % en nivel moderado y un 18.7 % en severo, emerge como la dimensión más penetrante, superando en prevalencia severa a la depresión y al estrés. Este patrón sugiere que el sistema educativo ecuatoriano podría estar generando condiciones que activan preferentemente respuestas de alerta y preocupación crónica (Tabla 1).

Paralelamente, la depresión moderada-severa, que agrupa al 25.7 % de los docentes, plantea una interrogante sobre la cronicidad del malestar. A diferencia de la ansiedad, que puede vincularse a estresores inmediatos, la depresión moderada y severa tiende a asociarse con desesperanza, anhedonia y agotamiento vital, lo que sugiere que una cuarta parte de la muestra podría estar experimentando un deterioro sostenido en su capacidad de disfrute y motivación. Este hallazgo resulta particularmente preocupante en una profesión que exige implicación emocional constante, pues la depresión podría interferir directamente con la calidad de la interacción pedagógica y el vínculo con los estudiantes (Tabla 1).

Por otra parte, se evidencia la pertinencia de emplear instrumentos multidimensionales como el DASS-21, ya que un análisis centrado únicamente en el estrés habría

subestimado la gravedad del panorama emocional. La coexistencia de niveles leves de estrés con niveles moderados y severos de ansiedad y depresión refuerza la necesidad de no reducir la evaluación de la salud mental docente a indicadores de sobrecarga, sino de incorporar dimensiones afectivas más profundas. Esta diferenciación es crucial para diseñar intervenciones focalizadas, ya que las estrategias para manejar el estrés no son necesariamente eficaces para abordar la depresión o la ansiedad clínicamente significativas (Tabla 1).

Tabla 1. *Sintomatología emocional*

Variable	Nivel	n	%
Depresión	Leve	151	74.4
	Moderado	32	15.8
	Severo	20	9.9
Ansiedad	Leve	122	60.1
	Moderado	43	21.2
	Severo	38	18.7
Estrés	Leve	175	86.2
	Moderado	9	4.4
	Severo	19	9.4

La Tabla 2 presenta los factores psicosociales que modulan la experiencia laboral del profesorado ecuatoriano, y su lectura revela una asimetría que merece atención interpretativa. La percepción de soledad, con una media de 5.62 sobre un rango posible de 3 a 12, sugiere un aislamiento subjetivo moderado, pero no desdeñable: los docentes no se sienten completamente desconectados, aunque tampoco experimentan una red social plenamente satisfactoria. Este punto intermedio es relevante porque indica que la soledad no es un fenómeno marginal, sino una condición extendida que podría erosionar silenciosamente los recursos relacionales disponibles para afrontar las demandas cotidianas.

Ahora bien, al examinar la interacción trabajo-familia, la comparación entre sus dimensiones negativas resulta particularmente elocuente. La interferencia del trabajo sobre la familia ($M = 7.46$) casi triplica a la interferencia de la familia sobre el trabajo ($M = 2.29$), lo que configura un patrón claro: son las exigencias laborales las que invaden la esfera privada, y no al contrario. Este desequilibrio sugiere que las responsabilidades docentes se extienden más allá de la jornada formal, colonizando el tiempo familiar y personal. Desde el modelo de Demandas y Recursos Laborales, esta asimetría indica que el trabajo opera como una fuente primaria de demanda que desborda los límites organizacionales (Tabla 2).

Por otra parte, las dimensiones positivas de la interacción revelan un contrapeso interesante. La interacción positiva familia-trabajo obtiene la media más alta del conjunto ($M = 9.91$), lo que sugiere que la familia constituye el principal recurso de apoyo, motivación y estabilidad emocional para el docente. Este hallazgo es teóricamente significativo porque indica que el ámbito privado no solo es receptor de las tensiones laborales, sino también una fuente activa de recursos psicológicos. No obstante, la interacción positiva trabajo-familia ($M = 8.42$), aunque elevada, es inferior a la familiar, lo que refuerza la idea de que el trabajo aporta menos a la familia de lo que la familia aporta al trabajo (Tabla 2).

Conviene subrayar, además, que la desviación estándar de la interacción negativa trabajo-familia ($DE = 5.55$) resulta notablemente alta en comparación con las demás dimensiones, lo que indica una considerable heterogeneidad en la muestra. Mientras algunos docentes experimentan una invasión laboral intensa, otros parecen mantener límites más definidos. Esta variabilidad sugiere que las condiciones institucionales, el nivel educativo en que se desempeñan o las características contractuales podrían modular la magnitud del conflicto, lo que abre una línea de análisis que el estudio podría explorar con mayor profundidad en futuras publicaciones (Tabla 2).

En última instancia, la combinación de soledad moderada con una interferencia laboral predominante configura un escenario psicosocial donde el docente enfrenta demandas laborales que invaden su vida privada mientras dispone de recursos sociales limitados. Esta configuración es coherente con los hallazgos correlacionales posteriores, pues tanto la soledad como el conflicto negativo se asocian con mayor sintomatología emocional. La tabla, por tanto, no solo describe medias, sino que anticipa un mecanismo explicativo: el desequilibrio entre demandas laborales expansivas y recursos sociales restringidos podría constituir el núcleo del malestar psicológico observado en esta población docente (Tabla 2).

Tabla 2. *Percepción de soledad e interacción trabajo familia*

Factores Psicosociales	M	SD
1. Percepción de soledad	5.62	2.21
2. Interacción negativa trabajo-familia	7.46	5.55
3. Interacción negativa familia-trabajo	2.29	3.05
4. Interacción positiva trabajo-familia	8.42	4.28
5. Interacción positiva familia-trabajo	9.91	4.66

Nota. M=media SD= desviación estándar

La Tabla 3 muestra que el malestar emocional del profesorado investigado no se distribuye de manera uniforme entre sus predictores, sino que muestra una jerarquía clara donde el aislamiento subjetivo y el conflicto interrol negativo ocupan los primeros lugares. La soledad percibida sostiene asociaciones positivas y significativas con las tres

dimensiones emocionales evaluadas, alcanzando su vínculo más intenso con la depresión y descendiendo gradualmente hacia la ansiedad y el estrés. Este gradiente sugiere que el déficit de conexión social no opera como un estresor inespecífico, sino que se acopla preferentemente con el afecto negativo profundo, la desesperanza y la pérdida de sentido, lo que resulta teóricamente coherente con la literatura meta-analítica sobre soledad y depresión.

Asimismo, las dimensiones negativas de la interacción trabajo-familia confirman su papel como factores de riesgo robustos, aunque con matices direccionales que merecen detenimiento. La interferencia familia-trabajo emerge como el correlato más potente de la ansiedad y la depresión, superando incluso a la interferencia trabajo-familia en ambas dimensiones. Este patrón invierte parcialmente la expectativa derivada de la Tabla 2, donde la invasión laboral sobre la familia presentaba la media más elevada, lo que sugiere que la frecuencia de un conflicto no equivale necesariamente a su toxicidad emocional. Cuando las tensiones del hogar se trasladan al aula, el impacto psicológico parece más devastador, posiblemente porque erosiona la sensación de competencia profesional y el control sobre el desempeño (Tabla 3).

En contraste, las dimensiones positivas de la interacción trabajo-familia muestran un comportamiento correlacional notablemente distinto, con coeficientes que oscilan entre la ausencia de asociación y una relación débil con el estrés. La interacción positiva trabajo-familia alcanza significancia únicamente frente al estrés, mientras que la positiva familia-trabajo no presenta vínculos estadísticamente relevantes con ninguna dimensión emocional. Esta asimetría respalda la interpretación de que los recursos positivos derivados de la interfaz trabajo-familia no funcionan como antídotos directos del malestar clínico, sino como amortiguadores parciales de la tensión cotidiana, lo que cuestiona las aproximaciones interventivas centradas exclusivamente en potenciar experiencias gratificantes (Tabla 3).

En otra dirección, la magnitud de las correlaciones negativas, todas superiores a .49 y estadísticamente significativas, indica tamaños del efecto medianos a grandes según los criterios convencionales, lo que otorga solidez empírica a las asociaciones identificadas. No obstante, la ausencia de significancia en las dimensiones positivas no debe interpretarse como evidencia de ausencia de efecto, sino como una señal de que su contribución al bienestar psicológico podría operar por vías indirectas o moderadas que el diseño correlacional no captura. Este matiz invita a futuras investigaciones a emplear modelos de mediación o moderación que examinen mecanismos explicativos más complejos (Tabla 3).

También, los resultados adquieren coherencia con el marco del Modelo de Demandas y Recursos Laborales, pues configura un escenario donde las demandas, expresadas como conflicto interrol y aislamiento, predicen consistentemente el deterioro emocional, mientras que los recursos positivos no compensan automáticamente ese efecto. Esta

asimetría entre la potencia predictiva de lo negativo y la debilidad compensatoria de lo positivo constituye uno de los aportes más sugerentes del estudio, pues sugiere que las políticas institucionales deberían priorizar la reducción activa de conflictos y el fortalecimiento de redes de apoyo social, antes que confiar en la mera promoción de experiencias positivas como estrategia preventiva (Tabla 3).

Tabla 3. *Relación sintomatología emocional, soledad percibida y conflicto trabajo familia.*

Factores psicosociales	Ansiedad	Depresión	Estrés
Percepción de soledad	.617**	.543**	.518**
Interacción negativa trabajo-familia	.568**	.498**	.518**
Interacción negativa familia-trabajo	.639**	.517**	.536**
Interacción positiva trabajo-familia	.057	.077	.164*
Interacción positiva familia-trabajo	-.042	.030	.133

Discusión

Los hallazgos del presente estudio evidencian que la ansiedad severa afecta al 18.7 % de los docentes ecuatorianos evaluados, mientras que el 25.7 % presenta sintomatología depresiva moderada a severa, indicadores que resultan consistentes con lo reportado por [Agyapong et al. \(2022\)](#) en su revisión de alcance sobre estrés, burnout, ansiedad y depresión en docentes, donde documentaron prevalencias elevadas de malestar psicológico asociadas a las demandas crónicas de la profesión. De manera similar, [Aziku y Zhang \(2024\)](#) identificaron en su revisión sistemática que la sobrecarga laboral y la presión institucional constituyen estresores persistentes que incrementan la vulnerabilidad emocional del profesorado. No obstante, mientras estos estudios internacionales tienden a priorizar el estrés como indicador principal, nuestros resultados revelan una penetración clínica más pronunciada de la ansiedad y la depresión en el contexto ecuatoriano, lo que sugiere particularidades del sistema educativo regional que merecen atención diferenciada.

Sin embargo, la magnitud de la sintomatología depresiva encontrada en esta investigación supera ligeramente lo reportado por [Mendes Rodrigues et al. \(2020\)](#), quienes documentaron asociaciones significativas entre estrés percibido y síntomas depresivos en docentes de instituciones públicas brasileñas, aunque con prevalencias de depresión moderada-severa inferiores a las nuestras. Esta discrepancia podría atribuirse a diferencias en los instrumentos de medición empleados, así como a variaciones en las condiciones laborales y de apoyo institucional entre ambos contextos latinoamericanos. De manera similar, [Cardona Ortiz et al. \(2026\)](#) reportaron en docentes colombianos de Florencia, Caquetá, niveles elevados de ansiedad y depresión vinculados al bienestar docente y burnout, hallazgos que convergen con nuestros resultados al

señalar la ansiedad como la dimensión de mayor vulnerabilidad clínica, aunque sus tasas de prevalencia severa fueron ligeramente inferiores a las identificadas en la presente muestra ecuatoriana.

En contraste, los estudios de [Loor et al. \(2026\)](#) sobre salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en docentes de Santo Domingo de los Tsáchilas, Ecuador, evidenciaron que los recursos psicológicos positivos pueden modular la expresión de sintomatología emocional, lo que difiere parcialmente de nuestros hallazgos donde las dimensiones positivas de la interacción trabajo-familia no mostraron asociaciones significativas con la reducción de ansiedad o depresión. Esta divergencia sugiere que, si bien el capital psicológico puede desempeñar un rol protector, su efecto podría verse atenuado cuando el conflicto interrol y la soledad percibida alcanzan niveles críticos. Adicionalmente, [Alfaro León y Jaramillo López \(2025\)](#) identificaron vínculos entre riesgos psicosociales y afectación emocional en el entorno laboral universitario mediante ISTAS-21 y DASS-21, corroborando la relevancia de los factores organizacionales en la génesis del malestar psicológico docente.

Estos hallazgos coinciden parcialmente con lo reportado por [Iacolino et al. \(2019\)](#), quienes señalaron que la sobrecarga de trabajo, las exigencias administrativas y la interacción constante con estudiantes y familias constituyen factores asociados con mayores niveles de estrés, ansiedad y agotamiento laboral. Sin embargo, nuestra investigación extiende este marco al incorporar la soledad percibida y el conflicto trabajo-familia como factores psicosociales específicos que amplifican el malestar emocional. De manera similar, [De Carlo et al. \(2019\)](#) aplicaron el Modelo de Demandas y Recursos Laborales (JD-R) para examinar cuándo el trabajo interfiere con la vida privada de los docentes, encontrando que las demandas laborales elevadas predicen consistentemente el conflicto trabajo-familia, resultado que nuestra investigación replica al identificar que la interacción negativa trabajo-familia presentó la media más elevada ($M = 7.46$) entre los factores adversos evaluados.

Respecto a la soledad percibida, nuestros resultados revelan correlaciones positivas y fuertes con depresión ($r = .617$), ansiedad ($r = .543$) y estrés ($r = .518$), hallazgos que convergen con la evidencia meta-analítica de [Erzen y Çikrikci \(2018\)](#), quienes demostraron que la soledad ejerce un efecto significativo sobre la depresión en diversas poblaciones. De manera similar, [Chen et al. \(2023\)](#) identificaron una relación recíproca robusta entre soledad y síntomas depresivos mediante un análisis cuantitativo de 37 estudios, lo que respalda la interpretación de que el aislamiento subjetivo constituye un factor determinante del deterioro emocional. No obstante, nuestra investigación aporta evidencia específica del contexto docente ecuatoriano, donde la soledad percibida emerge como uno de los predictores más robustos del malestar psicológico, superando incluso las correlaciones típicamente reportadas en población general.

En el ámbito laboral, la soledad percibida se ha consolidado como un factor relevante para comprender el bienestar de los trabajadores, tal como lo documentan [Bryan et al. \(2023\)](#) en su revisión sistemática mixta y meta-análisis sobre soledad en el lugar de trabajo, donde establecieron que la percepción de aislamiento o escasa conexión social se asocia con menores niveles de bienestar general y mayores dificultades emocionales. Estos hallazgos son consistentes con los nuestros, donde la soledad correlacionó significativamente con todas las dimensiones de sintomatología emocional evaluadas. Asimismo, [Elahi et al. \(2026\)](#) exploraron la soledad laboral y el bienestar subjetivo en instituciones de educación superior pública en Pakistán desde la perspectiva del modelo JD-R, encontrando que recursos personales como el sentido de propósito profesional pueden desempeñar un papel protector, aunque su efecto mitigador resulta insuficiente cuando el aislamiento percibido alcanza niveles elevados.

Adicionalmente, nuestros resultados respecto al conflicto trabajo-familia revelan que la interacción negativa familia-trabajo presentó la correlación de mayor magnitud con depresión ($r = .639$), superando incluso la asociación entre interacción negativa trabajo-familia y depresión ($r = .568$). Este hallazgo difiere parcialmente de lo reportado por [Li et al. \(2024\)](#), quienes encontraron que las dimensiones trabajo-familia y familia-trabajo presentan asociaciones diferenciadas con el agotamiento emocional en docentes de distintos niveles educativos, aunque en su estudio la interferencia trabajo-familia mostró mayor peso predictivo. De manera similar, [Pileri et al. \(2024\)](#) analizaron el papel mediador de la interfaz trabajo-familia en la relación entre carga de trabajo cuantitativa y tensión interpersonal, encontrando que el conflicto interrol actúa como mecanismo explicativo del malestar, resultado que nuestra investigación confirma al identificar que las demandas laborales que invaden la esfera privada deterioran significativamente el bienestar emocional docente.

Desde la perspectiva teórica del Modelo de Demandas y Recursos Laborales (JD-R), formulada por [Bakker y Demerouti \(2007\)](#), nuestros hallazgos adquieren coherencia explicativa al demostrar que el conflicto trabajo-familia opera como una demanda que agota los recursos energéticos del docente, mientras que la soledad percibida erosiona los recursos sociales disponibles para afrontar las exigencias cotidianas. De manera similar, [Sohal et al. \(2025\)](#) realizaron una revisión sistemática de la literatura sobre conflicto trabajo-familia, identificando que las demandas laborales elevadas y la dificultad para establecer límites entre la vida laboral y personal se asocian consistentemente con mayores niveles de estrés y agotamiento emocional. Estos resultados convergen con los nuestros al confirmar que la interferencia negativa entre ambos ámbitos constituye un factor de riesgo significativo para la salud mental del profesorado, especialmente cuando las tensiones familiares afectan el desempeño laboral.

Adicionalmente, es relevante destacar que las interacciones positivas trabajo-familia y familia-trabajo no mostraron correlaciones significativas con la reducción de ansiedad o depresión ($p > .05$), hallazgo que contrasta con la literatura sobre recursos psicológicos positivos pero que encuentra respaldo en la interpretación de que el bienestar docente no se recupera meramente potenciando experiencias positivas, sino que requiere necesariamente la mitigación de conflictos negativos y del aislamiento percibido. De manera similar, [Ortega-Jiménez et al. \(2025\)](#) encontraron que la soledad y otros recursos psicológicos se relacionan con el estrés en docentes universitarios ecuatorianos, resaltando la importancia de incorporar factores sociales y emocionales en el estudio del bienestar psicológico.

Asimismo, [Ruiz-Olarte et al. \(2023\)](#) y [Mena-Freire et al. \(2023\)](#) documentaron asociaciones entre bienestar subjetivo y salud mental en universitarios ecuatorianos mediante análisis de relaciones latentes con SEM, evidenciando que los recursos positivos operan de manera compleja y no siempre lineal sobre el malestar emocional, lo que sugiere la necesidad de abordajes multidimensionales que trasciendan la mera potenciación de aspectos positivos. Estos hallazgos poseen implicaciones prácticas significativas para el diseño de estrategias institucionales orientadas a la salud ocupacional docente, respaldando la necesidad de trascender la capacitación técnica y priorizar intervenciones que fortalezcan las redes de apoyo social y establezcan políticas reales de desconexión laboral.

De manera similar, [Gaibor-González y Moreta-Herrera \(2026\)](#) analizaron optimismo disposicional, ansiedad, depresión y estrés en una muestra ecuatoriana, encontrando que los recursos personales positivos pueden modular la expresión de sintomatología emocional, aunque su efecto protector resulta insuficiente cuando las demandas laborales y los conflictos interrol alcanzan niveles críticos. Finalmente, a pesar del rigor metodológico, el diseño transversal impide establecer causalidad definitiva, y el muestreo no probabilístico restringe la generalización de los resultados, por lo que futuras investigaciones de corte longitudinal y muestras probabilísticas son necesarias para determinar la dirección de la causalidad entre aislamiento, conflicto interrol y trastornos emocionales en el profesorado ecuatoriano, así como para evaluar la eficacia de intervenciones institucionales específicas.

Conclusiones

En conjunto, los hallazgos de esta investigación permiten concluir que la salud mental del profesorado ecuatoriano constituye un aspecto prioritario para la investigación y la gestión educativa, al evidenciar indicadores de vulnerabilidad psicológica en una proporción importante de los participantes. En particular, la ansiedad presenta la mayor prevalencia de casos en niveles severos (18.7 %), mientras que aproximadamente una cuarta parte de la muestra manifestó niveles moderados y severos de sintomatología

depresiva, resaltando la necesidad de fortalecer las acciones de promoción, prevención y protección de la salud mental en el ámbito educativo.

En segundo lugar, los resultados demuestran asociaciones positivas y estadísticamente significativas entre la soledad percibida y la sintomatología emocional. La correlación más robusta se identifica entre la soledad y la depresión ($r = .617$), seguida de la ansiedad ($r = .543$), lo que sugiere que el aislamiento social subjetivo constituye un factor psicosocial determinante del malestar emocional en los docentes evaluados.

Respecto a la interacción trabajo-familia, se concluye que la dimensión negativa del trabajo hacia la familia presenta la media más elevada entre los factores adversos. No obstante, la correlación de mayor magnitud del estudio se observa entre la interacción negativa familia-trabajo y la depresión ($r = .639$). Estos resultados evidencian que las interferencias negativas entre ambos ámbitos se asocian con mayores niveles de sintomatología emocional, reforzando la importancia de abordar el equilibrio entre estas esferas como una estrategia institucional prioritaria. Por otra parte, es relevante destacar que las dimensiones positivas de la interacción trabajo-familia no muestran asociaciones estadísticamente significativas con la depresión ni la ansiedad. Esto sugiere que la sola presencia de experiencias positivas no es suficiente para explicar o reducir el malestar emocional, por lo que resulta pertinente priorizar acciones orientadas a disminuir los factores de conflicto y fortalecer los recursos de apoyo social.

Acerca de

Contribución de la autora: La autora contribuyó a la conceptualización del estudio, al desarrollo metodológico, al análisis e interpretación de los datos, a la redacción del manuscrito, a la revisión crítica de su contenido intelectual y aprobó la versión final para su publicación.

Financiamiento: La autora declara que no recibió financiamiento para esta investigación.

Conflicto de interés: La autora declara no tener conflicto de intereses para la publicación del presente artículo científico.

Objetos de ciencia abierta: <https://doi.org/10.33996/repsi.v9i25.248>

Cómo citar: Mansanillas Rojas, T. C. (2026). Sintomatología emocional, soledad percibida y conflicto trabajo-familia en docentes ecuatorianos: estudio correlacional transversal. *REPSI, Revista Ecuatoriana De Psicología*, 9(25). 1-18. <https://doi.org/10.33996/repsi.v9i25.248>

Referencias

Agyapong, B., Obuobi-Donkor, G., Burbach, L., & Wei, Y. (2022). Stress, burnout, anxiety and depression among teachers: A scoping review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17), Article 10706. <https://doi.org/10.3390/ijerph191710706>

- Alfaro León, W. D., & Jaramillo López, M. J. (2025). Vínculos entre riesgos psicosociales y afectación emocional en el entorno laboral universitario: análisis correlacional con ISTAS-21 y DASS-21. *Más Vida*, 7(4), 54–72. <https://doi.org/10.47606/acven/mv0297>
- Aziku, M., & Zhang, B. (2024). Systematic review of teacher well-being research during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*, 15, Article 1427979. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1427979>
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2007). The Job Demands–Resources model: State of the art. *Journal of Managerial Psychology*, 22(3), 309–328. <https://doi.org/10.1108/02683940710733115>
- Bryan, B. T., Andrews, G., Thompson, K. N., Qualter, P., Matthews, T., & Arseneault, L. (2023). Loneliness in the workplace: A mixed-method systematic review and meta-analysis. *Occupational Medicine*, 73(9), 557–567. <https://doi.org/10.1093/occmed/kqad138>
- Cardona Ortiz, G. A., Hernández Cerquera, J. E., & Caviedes Sandoval, J. Á. (2026). Bienestar docente y burnout: ansiedad, depresión y estrés en el ámbito escolar en docentes de Florencia, Caquetá. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 12(2), 1–23. <https://doi.org/10.17979/sportis.2026.12.2.12553>
- Chen, Z., Song, X., Lee, T. M. C., & Zhang, R. (2023). The robust reciprocal relationship between loneliness and depressive symptoms among the general population: Evidence from a quantitative analysis of 37 studies. *Journal of Affective Disorders*, 343, 119–128. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.09.035>
- De Carlo, A., Girardi, D., Falco, A., Dal Corso, L., & Di Sipio, A. (2019). When does work interfere with teachers' private life? An application of the Job Demands–Resources model. *Frontiers in Psychology*, 10, Article 1121. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01121>
- Elahi, N. S., Rasheed, M. A., Shahzad, F., Arslan, A., & Bajwa, S. U. (2026). Exploration of workplace loneliness and subjective well-being in public higher education institutions: A JD-R model perspective in Pakistan. *Public Organization Review*, 26(1), 215–235. <https://doi.org/10.1007/s11115-025-00910-4>
- Erzen, E., & Çikrikci, Ö. (2018). The effect of loneliness on depression: A meta-analysis. *International Journal of Social Psychiatry*, 64(5), 427–435. <https://doi.org/10.1177/0020764018776349>
- Frone, M. R., Russell, M., & Cooper, M. L. (1992). Antecedents and outcomes of work-family conflict: Testing a model of the work-family interface. *Journal of Applied Psychology*, 77(1), 65–78. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.77.1.65>
- Gaibor-González, I., & Moreta-Herrera, R. (2020). Optimismo disposicional, ansiedad, depresión y estrés en una muestra del Ecuador. *Análisis inter-género y de predicción. Actualidades en Psicología*, 34(129), 17–31. <https://doi.org/10.15517/ap.v34i129.35148>
- Geurts, S. A. E., Taris, T. W., Kompier, M. A. J., Dijkers, J. S. E., Van Hooff, M. L. M., & Kinnunen, U. M. (2005). Work-home interaction from a work psychological

- perspective: Development and validation of a new questionnaire, the SWING. *Work & Stress*, 19(4), 319–339. <https://doi.org/10.1080/02678370500410208>
- Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10(1), 76–88. <https://doi.org/10.5465/amr.1985.4277352>
- Hughes, M. E., Waite, L. J., Hawkley, L. C., & Cacioppo, J. T. (2004). A short scale for measuring loneliness in large surveys: Results from two population-based studies. *Research on Aging*, 26(6), 655–672. <https://doi.org/10.1177/0164027504268574>
- Iacolino, C., Ferracane, G., Lombardo, E. M. C., Isgrò, R., Miceli, S., & Cervellione, B. (2019). Risk factors and protection in teachers. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista INFAD de Psicología*, 1(2), 187–196. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2019.n2.v1.1687>
- Li, Y., Ni, X., Zhang, W., Wang, J., Yu, C., & Zou, H. (2024). The relationship between work–family conflict and job burnout among primary and secondary school teachers: The role of depression and cognitive reappraisal. *Frontiers in Psychology*, 15, Article 1438933. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1438933>
- Loor, G. A. V., León, M. S. V., & Montes, N. A. C. (2026). Salud mental, capital psicológico y satisfacción laboral en docentes de una institución educativa fiscal en Santo Domingo de los Tsáchilas. *Arandu UTIC*, 13(2), 3760–3770. <https://doi.org/10.69639/arandu.v13i2.2174>
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335–343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
- Mena-Freire, M., Ruiz-Olarte, A., & Moreta-Herrera, R. (2023). Bienestar subjetivo y salud mental en universitarios del Ecuador: Análisis de relaciones latentes con SEM. *Actualidades en Psicología*, 37(135), 55–68. <https://doi.org/10.15517/ap.v37i135.53576>
- Mendes Rodrigues, L. T., Lago, E. C., Pinheiro Landim Almeida, C. A., Pires Ribeiro, I., & Vasconcelos Mesquita, G. (2020). Estrés y depresión en docentes de una institución pública de enseñanza. *Enfermería Global*, 19(57), 209–242. <https://doi.org/10.6018/eglobal.19.1.383201>
- Moreno Jiménez, B., Sanz Vergel, A. I., Rodríguez Muñoz, A., & Geurts, S. (2009). Propiedades psicométricas de la versión española del Cuestionario de Interacción Trabajo-Familia (SWING). *Psicothema*, 21(2), 331–337. <https://www.psicothema.com/pdf/3635.pdf>
- Ohiokpehai, J., Gammack, J. K., Siddiqui, M., & Nyahoda, T. (2025). Loneliness and social isolation in older adults. *Missouri Medicine*, 122(2), 118–123. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12021383/>
- Organización Mundial de la Salud. (s. f.). *Salud mental*. <https://www.who.int/es/health-topics/mental-health>

- Organización Mundial de la Salud. (2024, 2 de septiembre). *La salud mental en el trabajo*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-at-work>
- Ortega-Jiménez, D., Peñaherrera-Aguirre, M., Vaca Gallegos, S., Paladines-Costa, B., & Bretones, F. D. (2025). Stress and predictive psychosocial variables in Ecuadorian university teachers. *Teaching in Higher Education*, 30(4), 1007–1023. <https://doi.org/10.1080/13562517.2024.2344100>
- Pedrero-Pérez, E. J., Haro-León, A., Sevilla-Martínez, J., & Díaz-Zubiaur, E. (2023). Loneliness: Association with mental health in a population-based study. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 31(3), 463–478. <https://doi.org/10.51668/bp.8323302n>
- Pileri, J., Mondo, M., Sgualdini, A., & de Simone, S. (2024). The mediating role of work–family interface in the relationship between quantitative workload and interpersonal strain: A gender-based moderation analysis. *Healthcare*, 12(23), Article 2324. <https://doi.org/10.3390/healthcare12232324>
- Ruiz Segarra, M. I., Cortés Valiente, J. A., Villafuerte Garzón, C. M., & Benítez Cruz, D. A. (2024). Diagnóstico del bienestar psicológico y Burnout en docentes de Educación Superior. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 7(17), 50–59. <https://doi.org/10.33996/repesi.v7i17.109>
- Ruiz-Olarte, A., Mena-Freire, M., & Moreta-Herrera, R. (2023). Esperanza y salud mental en universitarios del Ecuador: Análisis de regresión estructural. *Psicoperspectivas*, 22(3), 155–168. <https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-vol22-issue3-fulltext-2906>
- Sohal, A., Sharma, D., & Sharma, S. (2025). Work–family conflict: A systematic literature review and research agenda. *European Management Journal*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1016/j.emj.2025.10.002>



Este artículo está bajo la licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional (CC BY 4.0).