

DOI: <https://doi.org/10.20453/rnp.v89i3.8184>

Consideraciones metodológicas sobre la evaluación de salud mental en profesores peruanos durante la pandemia de la COVID-19

Methodological considerations on the mental health assessment of Peruvian teachers during the COVID-19 pandemic

Marcelo Joaquín Pinto Galindo^{1, a} 

Señores editores:

Después de revisar el estudio titulado «Factores asociados a la autopercepción de estrés, ansiedad y depresión en docentes escolares durante la pandemia de COVID-19: análisis de una encuesta nacional peruana» (1), publicado en la *Revista de Neuro-Psiquiatría*, considero que el trabajo aborda una temática muy relevante con respecto a la pandemia de la COVID-19, la cual generó una serie de dificultades, especialmente sobre las repercusiones en las interacciones educativas y en el ámbito laboral de los profesores peruanos. Al contar con una muestra de 9765 profesores peruanos, la investigación fortalece la relevancia epidemiológica con respecto a los hallazgos esclarecidos.

No obstante, es muy importante discutir la omisión del empleo de ciertos elementos metodológicos que podrían influir en la manera de interpretar dichos resultados obtenidos. Para empezar, la investigación valoró la ansiedad, el estrés y la depresión a través de la autopercepción y con la realización de preguntas dicotómicas simples, pero sin el empleo de herramientas metodológicas, como es el caso del PHQ-9, GAD-7 o DASS-21. Por ello, la metodología empleada podría causar cierto grado de sesgo de información y un diagnóstico disminuido con respecto a los problemas mentales descritos.

Por lo general, numerosos estudios han señalado que las escalas mencionadas presentan una mayor fiabilidad para la identificación de la sintomatología, tanto depresiva como ansiosa. Así pues, la PHQ-9 es útil para el diagnóstico de trastornos depresivos, regido por criterios relevantes, convirtiéndose en una herramienta muy fiable que clasifica la gravedad de la depresión en diversos casos; también es breve y puede ser usada en la investigación como en la práctica clínica (2). Asimismo, el GAD-7 ha demostrado que es muy eficaz con respecto a la

Citar como:

Pinto MJ. Consideraciones metodológicas sobre la evaluación de salud mental en profesores peruanos durante la pandemia de la COVID-19. *Rev Neuropsiquiatr.* 2026; 89(3): 373-374. DOI: 10.20453/rnp.v89i3.8184

Recibido: 10-07-2026

Aceptado: 14-08-2026

En línea: 30-09-2026

Correspondencia:

Marcelo Joaquín Pinto Galindo

✉ marcelopinto@upsjb.edu.pe



Artículo de acceso abierto, distribuido bajo los términos de la Licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional.

© El autor

¹ Universidad Privada San Juan Bautista, Facultad de Ciencias de la Salud. Ica, Perú.

^a Estudiante de Medicina Humana.

evaluación de ansiedad, tanto en la parte clínica como en la investigación (3).

Otro aspecto fundamental es la falta de variables como el entorno digital educativo y la carga laboral. Se pone énfasis a esto porque, durante la pandemia, el gran cambio de la presencialidad a la virtualidad, el limitado acceso, la falta de conectividad y el aumento considerable de horas laborales se convirtieron en factores predisponentes en la afectación de la salud mental de los profesores. A propósito, estudios previos señalan que las horas extras de trabajo y la sobrecarga laboral generaron un aumento de estrés en los docentes; por ejemplo, el estudio realizado por Furihata et al. (4) reportó una asociación entre el estrés en maestros japoneses y el exceso de trabajo.

En el Perú, estudios realizados durante la pandemia sobre el teletrabajo en los profesores encontró una asociación entre los estilos de vida, el estrés laboral y la adaptación al mundo de la virtualidad. En este sentido, el trabajo en modalidad virtual altera la vida cotidiana de los docentes, ocasionando una sobrecarga académica, fatiga emocional y dificultades para equilibrar la vida familiar y laboral. Además, la obligada adaptación rápida a las nuevas plataformas y el desconocimiento de los aparatos electrónicos provocó altos niveles de estrés psicológico, lo que influyó en el bienestar general, especialmente en maestros con menor preparación digital (5).

Para reforzar lo mencionado, el aumento de las tareas laborales, la preparación de clases en los diversos aplicativos virtuales y la sobrecarga por parte de los centros educativos generan agotamiento emocional y físico en el docente. Por ello, se debe tener en cuenta las condiciones laborales que tuvieron los profesores durante la pandemia, las cuales pueden ser abordadas y estudiadas en futuras investigaciones relacionadas con la ansiedad, el estrés y la depresión (6).

Investigaciones realizadas en países europeos como España detectaron, durante las primeras olas de la pandemia, una alta tasa de ansiedad, agotamiento emocional y depresión. En un estudio, en el que se empleó el DASS-21 para medir la sintomatología de enfermedades mentales, se evaluó un total de 1633 profesores, en quienes se evidenció estrés (50,6 %), ansiedad (49,4 %) y depresión (32,2 %) (7).

Por último, la investigación realizada incluyó únicamente a profesores de los centros educativos del sector público, sin tomar en cuenta al sector privado, en donde los docentes pudieron estar expuestos a

situaciones como reducción salarial, mayor presión por parte del centro educativo y otros factores que hayan afectado su salud mental. Sin embargo, también se reconoce el trabajo realizado por la significativa recolección de datos a nivel nacional, los cuales pueden ser usados para investigaciones a gran escala (1).

Es importante seguir promoviendo este tipo de estudios, que incluyan variables específicas e instrumentos validados, con el propósito de formular estrategias de prevención e intervenciones dirigidas a mejorar progresivamente la salud mental de los profesores para que puedan ejercer una buena labor educativa.

REFERENCIAS

1. Tapia G, Roman LA, Valverde-Catacora G, et al. Factores asociados a la autopercepción de estrés, ansiedad y depresión en docentes escolares durante la pandemia de COVID-19: análisis de una encuesta nacional peruana. *Rev Neuropsiquiatr.* 2026;89(2):116-29. doi:[10.20453/rnp.v89i2.6380](https://doi.org/10.20453/rnp.v89i2.6380)
2. Kroenke K, Spitzer RL, Williams JBW. The PHQ-9: validity of a brief depression severity measure. *J Gen Intern Med.* 2001;16(9):606-13. doi:[10.1046/j.1525-1497.2001.016009606.x](https://doi.org/10.1046/j.1525-1497.2001.016009606.x)
3. Spitzer RL, Kroenke K, Williams JBW, et al. A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. *Arch Intern Med.* 2006;166(10):1092-7. doi:[10.1001/archinte.166.10.1092](https://doi.org/10.1001/archinte.166.10.1092)
4. Furihata R, Kuwabara M, Oba K, et al. Association between working overtime and psychological stress reactions in elementary and junior high school teachers in Japan: a large-scale cross-sectional study. *Ind Health.* 2022;60(2):133-45. doi:[10.2486/indhealth.2021-0069](https://doi.org/10.2486/indhealth.2021-0069)
5. Quíñones-Laveriano DM, Cervera-Ocaña MS, Porro-Díaz LV, et al. Correlation between stress and lifestyle in teachers at some schools in Lima, Peru, during telework in 2020. *Work.* 2022;72(2):409-19. doi:[10.3233/WOR-211224](https://doi.org/10.3233/WOR-211224)
6. Estrada-Araoz EG, Gallegos-Ramos NA, Paredes-Valverde Y, et al. Relationship between workload and psychological capital in a sample of Peruvian basic education teachers. *Salud Cienc Tecnol.* 2023;3:864. doi:[10.56294/saludcyt2024864](https://doi.org/10.56294/saludcyt2024864)
7. Ozamiz-Etxebarria N, Dosil M, Idoiaga N, et al. Estado emocional del profesorado de colegios y universidades en el norte de España ante la COVID-19. *Rev Esp Salud Pública [Internet].* 2021;95:e202102030. Disponible en: <https://ojs.sanidad.gob.es/index.php/resp/article/view/631>