



Estresores laborales durante el trabajo remoto de docentes peruanos y colombianos

Job stressors during remote work for Peruvian and Colombian teachers

Henry Santa-Cruz-Espinoza¹ , Jennifer Castañeda-Paredes¹ , Gina Chávez-Ventura² ,
Rossemary Santa Cruz Espinoza² , César Augusto Jiménez García³

RESUMEN

La labor docente fue una de las más afectadas por los cambios sufridos en las condiciones de trabajo durante la pandemia por la Covid-19. Estos efectos fueron aún mayores en Latinoamérica, por las carencias propias de los países en vías de desarrollo. El presente estudio tuvo por objetivo describir comparativamente las vivencias durante el trabajo remoto de docentes peruanos y colombianos. El estudio fue transversal con diseño comparativo y se desarrolló en una muestra no probabilística de 504 docentes (362 peruanos y 142 colombianos). Se utilizó la escala de estresores docentes en tiempos de pandemia, y una ficha sociodemográfica que se administraron de modo online. Los datos se analizaron con la *t* de Student y la *G* de Hedges como medida de efecto. Se encontró que los estresores laborales no difieren según sexo; sin embargo, se identificaron diferencias importantes en los estresores relacionados al entorno de trabajo y sobre carga laboral, uso de nuevas tecnologías y aspectos organizacionales de la institución educativa, según país. Estos hallazgos sugieren un mayor impacto negativo de los estresores en docentes que fueron más golpeados por la pandemia.

Palabras Clave: estrés, condiciones de trabajo, maestros, enseñanza remota, covid-19

ABSTRACT

The teaching work was one of the most affected in terms of the changes suffered in their working conditions, during the Covid-19 pandemic. These effects have been even greater in Latin America, due to the shortcomings of developing countries. The objective of this study was to comparatively describe the experiences during remote work of Peruvian and Colombian teachers. The study was cross-sectional with a comparative design and it was developed in a non-probabilistic sample of 504 teachers (362 Peruvians and 142 Colombians). The scale of teaching stressors in times of pandemic, and a sociodemographic record, which were administered online, were used. The data were analyzed with Student's *t*-test and Hedges' *G* as a measure of effect. It was found that labor stressors do not differ according to sex; however, significant differences were identified in the stressors Work environment and workload, Use of new technologies and Organizational aspect of the educational institution, by country. These findings suggest a greater negative impact of stressors on teachers who were hit hardest by the pandemic.

Keywords: stress, working conditions, teachers, remote teaching, covid-19

¹ Universidad Autónoma del Perú. Lima, Perú.

² Universidad César Vallejo. Lima, Perú.

³ Colegio La Presentación Duitama. Bocayá, Colombia.

INTRODUCCIÓN

La pandemia por la Covid-19 desató cambios drásticos en la vida cotidiana. Las principales medidas para frenar la propagación del virus fueron el cierre de sitios y eventos públicos, el aislamiento social (Hamouche, 2020), y el uso de la mascarilla facial. Debido al cumplimiento de estas medidas y el inminente miedo al contagio, se produjeron elevados niveles de malestar psicológico a lo largo del curso pandémico (Becerra & Becerra, 2020; Valiente et al., 2019) y se han intensificado potenciales desencadenantes de estrés (Esterwood & Saeed, 2020).

Una revisión sistemática señaló como principales factores estresantes en la población general durante la pandemia, el riesgo de contagio, la cuarentena y aislamiento, la exclusión social y la crisis financiera e inseguridad laboral (Hamouche, 2020). Además, en universitarios y en padres de familia con hijos en edad escolar, la interrupción educativa fue considerada un estresor (McGinty et al., 2020).

Los cambios se dieron en todos los niveles, y el ámbito educativo no fue la excepción. Con el fin de garantizar la continuidad educativa y en atención al aislamiento social y otras medidas de prevención, los centros educativos debieron reorganizarse (Oros et al., 2020), considerando como primera acción la implementación de la educación remota.

Es un hecho que los centros educativos son contextos complejos, si a ello se le adhiere las modificaciones debido al cambio en la modalidad educativa, es posible que los docentes experimenten estrés al percibir que las demandas laborales sobrepasan sus recursos (Bottiani et al., 2019).

Aunado a ello, la docencia es considerada una de las profesiones más estresantes (Saloviita & Pakarinen, 2021). Durante la pandemia, algunos aspectos del trabajo docente se modificaron, tales como lugar, tiempo y recursos que emplean los docentes para enseñar; situaciones que pueden llevarlos a experimentar mayores niveles de estrés (Oros et al., 2020). Al respecto, estudios realizados durante la pandemia identificaron que la ansiedad relacionada a la Covid-19, la ansiedad generada por las exigencias en la enseñanza y la comunicación con los padres y

personal administrativo precipitaron el agotamiento en docentes (Pressley, 2021). Además, un estudio peruano encontró que los estresores laborales en tiempo de pandemia tuvieron un impacto importante en el burnout de los docentes (Santa-Cruz-Espinoza et al., 2022).

Debido a las nuevas expectativas, los factores estresantes han aumentado. Desde la teoría transaccional de Lazarus y Folkman, el estrés es la experiencia emocional, cognitiva y fisiológica (Herman et al., 2020) que se manifiesta como resultado de la relación entre el sujeto y su entorno. Específicamente, cuando el sujeto percibe que las demandas de su medio amenazan su bienestar y desbordan sus recursos. La percepción de la amenaza se da cuando el individuo valora cognitivamente los estímulos externos como negativos y que pueden afectar su tranquilidad (Lazarus & Folkman, 1986).

La Teoría 3C del estrés docente (Herman et al., 2020) señala que tres caminos interconectados conducen al estrés: el afrontamiento, las competencias y el contexto. El afrontamiento es el proceso por el cual se movilizan técnicas y estrategias disponibles para hacer frente al estresor (MacIntyre et al., 2020) e incluye las características individuales del docente como sus cualidades y habilidades. Las competencias son aquellas relacionadas a las prácticas en el aula de clases, especialmente la gestión; y el contexto hace alusión a las políticas escolares y del sistema.

En el caso de los docentes, pueden percibir amenazado su bienestar debido a diferentes situaciones suscitadas por la pandemia. Como una de las principales razones se encuentra la educación virtual debido al gran reto que supone (Jakubowski & Sitko-Dominik, 2021). La virtualidad puede resultar complicada por la poca preparación de los docentes y alumnos, el acceso limitado al internet, la falta de motivación y la ineficacia en el manejo del tiempo.

Los estudios han documentado diferentes estresores docentes. En Eslovenia, se identificaron como principales estresores las horas extras de preparación para las clases, horas extra de trabajo, interacción con la dirección del centro educativo y la comunicación con los padres, tanto en la educación primaria como secundaria; sin embargo, en docentes de secundaria estos estresores tuvieron una mayor

intensidad (Loziak et al., 2020). De igual forma, en Argentina, los estresores predominantes durante el curso de la pandemia fueron la incertidumbre por la situación económica y el fin de la pandemia, la sobrecarga laboral respecto al horario de trabajo, la superposición del trabajo sobre las tareas del hogar y aspectos de la institución (Vargas & Oros, 2021).

En docentes de lenguas extranjeras de diferentes partes del mundo, se encontraron como principales estresores la preocupación por la salud familiar, sobrecarga laboral, horarios irregulares, sensación de pérdidas de control sobre las decisiones e incertidumbre financiera (MacIntyre et al., 2020). Otros estudios señalan a la educación en línea como el factor estresante más destacado (Baker et al., 2021) y, en tutores educativos, los estresores psicosociales laborales: conflicto trabajo-familia, sobrecarga de rol y relaciones con el superior disminuyeron la autoevaluación de salud (Goebel & Carlotto, 2019).

Por otro lado, se ha identificado que el estrés y sus manifestaciones pueden diferir según algunos aspectos sociodemográficos, como el tipo de contrato y el sexo (Michael et al., 2021; Tacca & Tacca, 2019). Es así que son las mujeres y los docentes contratados quienes presentan mayores niveles de estrés.

Al analizar los antecedentes citados, se hayan puntos en común en los estresores hallados. Esto es consecuente con la teoría señalada por Oros et al. (2020), quienes identificaron cinco grupos de estresores representativos en los docentes durante la pandemia por covid-19: Estresores referidos al entorno de trabajo y la sobrecarga laboral, estresores relacionados con el empleo de las nuevas tecnologías, estresores relacionados con la incertidumbre por la duración y consecuencias de la pandemia para el docente y los alumnos, estresores relacionados con el aspecto organizacional de la institución educativa y estresores relacionados con el entorno del alumno, el conflicto y la ambigüedad de rol.

El objetivo de este estudio fue describir comparativamente las vivencias durante el trabajo remoto de docentes peruanos y colombianos. En función de ello, se planteó como hipótesis: Los estresores laborales en docentes difieren según sexo y país.

MÉTODO

Diseño y participantes

Esta investigación se enmarca como aplicada y con diseño comparativo (Ato et al., 2013) porque analiza las diferencias entre grupos.

La muestra total estuvo constituida por 504 docentes: 142 colombianos y 362 peruanos, elegidos de modo no probabilístico. Los docentes colombianos fueron 97 mujeres y 45 varones, comprendidos entre los 21 y 61 años ($M= 36.4$, $DE= 9.51$). El 42.67% eran convivientes o casados, 49.48% solteros, 6.44% divorciados, y 1.41% viudos. Mientras que el 61.97% tenía hijos, el 38.03% no los tenía. El 56% era docente en instituciones privadas, mientras que el 44% de instituciones estatales, y contaban con 11.6 años de experiencia como promedio.

Los docentes peruanos fueron 249 mujeres y 113 varones, con edades entre los 21 y 69 años ($M= 44.3$, $DE= 9.71$), con respecto a su estado civil el 70.44% eran entre convivientes y casado, 24.86% era soltero, 3.57% divorciados, y 1.13% viudos. El 77.62% tenía hijos, y el 22.38% no los tenía. Finalmente, 39.23% trabajaba en instituciones estatales y el 60.77% en colegios privados, y tenían 14.2 años de experiencia como promedio.

Instrumento

Se usó la Escala de Estresores Docentes en tiempos de pandemia, creada en Argentina por Oros et al. (2020). Está compuesta por 21 ítems presentados en una escala Likert de cinco puntos (1=nada estresante hasta 5=muy estresante). Evalúa cinco tipos de estresores relacionados con: (1) el entorno de trabajo y sobrecarga laboral, (2) el uso de nuevas tecnologías, (3) la incertidumbre por la duración y consecuencias de la pandemia, (4) el aspecto organizacional de la institución educativa y (5) las relaciones con el entorno del alumno. El instrumento ha mostrado evidencias de validez y confiabilidad adecuadas en el contexto latinoamericano.

Para el presente estudio se realizó un análisis factorial confirmatorio con el que se encontraron índices de ajuste adecuados ($CFI= 0.92$, $TLI= 0.90$, $RMSEA= 0.07$) con cinco pares de errores correlacionados.

Tabla 1*Diferencias en los estresores laborales durante el trabajo remoto según sexo*

			N	M	DT	<i>t</i>	gl	<i>p</i>	G H
Est 1	Perú	F	249	15.35	4.69	3.91	360.00	< .001	0.44
		M	113	13.23	4.95				
	Colombia	F	97	12.35	4.04	0.37	140.00	.71	0.07
		M	45	12.07	4.67				
Est 2	Perú	F	249	11.14	3.31	2.88	360.00	< .001	0.33
		M	113	10.04	3.41				
	Colombia	F	97	9.09	2.89	0.42	140.00	.67	0.08
		M	45	8.87	3.14				
Est 3	Perú	F	249	16.70	4.35	2.75	360.00	.01	0.31
		M	113	15.31	4.70				
	Colombia	F	97	14.65	3.86	-0.60	140.00	.55	-0.11
		M	45	15.09	4.47				
Est 4	Perú	F	249	11.45	3.31	2.13	360.00	.03	0.24
		M	113	10.61	3.83				
	Colombia	F	97	8.74	2.74	-0.59	140.00	.56	-0.11
		M	45	9.07	3.62				
Est 5	Perú	F	249	7.95	2.71	2.60	360.00	.01	0.30
		M	113	7.16	2.62				
	Colombia	F	97	7.46	2.53	0.23	140.00	.82	0.04
		M	45	7.36	2.91				

Nota. Est 1 = Entorno de trabajo y sobrecarga laboral; Est 2 = Uso de nuevas tecnologías; Est 3 = Incertidumbre por la duración y consecuencias de la pandemia; Est 4 = Aspecto organizacional de la institución educativa; Est 5 = Relaciones con el entorno del alumno; F = femenino; M = masculino; N = muestra de grupo; M = media; DT = desviación típica; *t* = *t* de Student; gl = grados de libertad; *p* = significancia estadística, GH = Medida de tamaño de efecto.

Además, se determinó la consistencia interna de la escala general mediante Alpha de Cronbach (0.95); mientras que en las subescalas se identificaron valores que oscilaron entre 0.74 y 0.87. Los resultados corroboran la validez de estructura interna y confiabilidad de la información recogida.

Procedimientos

Para el recojo de información se solicitó permiso a los directores de ocho instituciones educativas: cinco peruanas y tres colombianas. Obtenidos los permisos, mediante correo electrónico se explicó a los docentes la finalidad del estudio, en qué

consistiría su participación, y la confidencialidad de la información recogida. Quienes accedían voluntariamente a participar del estudio, recibieron por correo electrónico y WhatsApp el formulario de Google que se diseñó con el fin de recabar la información.

Análisis de datos

Para el análisis de información se utilizó el programa estadístico de libre acceso JASP 0.16.2.0, con el cual se calcularon los estadísticos descriptivos y la validez y confiabilidad del instrumento. Para el análisis comparativo se usó la prueba *t* de Student, se obtuvo

Tabla 2

Diferencias en los estresores laborales durante el trabajo remoto según país

	Grupo	N	M	DT	<i>t</i>	gl	<i>p</i>	G H
Est 1	Colombia	142	12.261	4.234	-5.215	502	< .001	-0.516
	Perú	362	14.685	4.864				
Est 2	Colombia	142	9.021	2.962	-5.487	502	< .001	-0.543
	Perú	362	10.796	3.377				
Est 3	Colombia	142	14.789	4.054	-3.404	502	< .001	-0.337
	Perú	362	16.265	4.501				
Est 4	Colombia	142	8.845	3.037	-7.012	502	< .001	-0.693
	Perú	362	11.188	3.497				
Est 5	Colombia	142	7.43	2.648	-1.032	502	.303	-0.102
	Perú	362	7.704	2.706				

Nota. Est 1 = Entorno de trabajo y sobrecarga laboral; Est 2 = Uso de nuevas tecnologías; Est 3 = Incertidumbre por la duración y consecuencias de la pandemia; Est 4 = Aspecto organizacional de la institución educativa; Est 5 = Relaciones con el entorno del alumno; N = muestra de grupo; M = media; DT = desviación típica; *t* = *t* de Student; gl = grados de libertad; *p* = significancia estadística; GH = Medida de tamaño de efecto.

la significancia estadística ($p < 0.05$) y se usó la G de Hedges como medida de tamaño de efecto (> 0.50 ; Cohen, 1988).

RESULTADOS

Respecto al análisis según sexo, no se identifica ninguna diferencia con efecto importante (> 0.50). Sin embargo, en el comparativo del estresor (1) Entorno de trabajo y sobrecarga laboral, se visualiza una diferencia significativa estadísticamente con efecto próximo al mediano (0.44) en los docentes de nacionalidad peruana, con una media mayor para el sexo femenino. De igual forma, se observa que, en todos los casos, las diferencias son mayores en la población peruana, con puntuaciones superiores en las mujeres (Tabla 1).

En cuanto al comparativo según país, se evidencian diferencias importantes (> 0.50) en los estresores: (1) Entorno de trabajo y sobre carga laboral, (2) Uso de nuevas tecnologías y (4) Aspecto organizacional de la institución educativa, con medias mayores para los participantes peruanos en todos los casos (Tabla 2).

DISCUSIÓN

América Latina fue una de las regiones más golpeadas por el nuevo coronavirus, lo que amenazó fuertemente la economía y retrocedió décadas de progreso social. La secuencia de decisiones tomadas para lidiar con las olas de contagio fue heterogénea, pero en su mayoría insuficientes. Las medidas más sensatas como el uso obligatorio de la mascarilla, la identificación temprana de casos, el rastreo de contactos y el confinamiento selectivo, que fueron responsables de las bajas tasas de contagios y mortalidad en países asiáticos, fueron ignoradas (Lustig & Mariscal, 2020). Todo ello convirtió a Latinoamérica en el epicentro de la pandemia, con secuelas que tardarán años en desaparecer.

En este escenario, la pandemia por la Covid-19 generó una serie de cambios drásticos en diferentes aspectos de la vida. Las medidas para prevenir la propagación del virus, aunque necesarias, fueron tomadas de forma acelerada. La instauración de la educación remota permitió la continuidad educativa, pero también dejó notar una serie de

deficiencias. En docentes, la educación a distancia ha sido considerada uno de los mayores retos (Fojtik, 2018; Jakubowski & Sitko-Dominik, 2021).

La evidencia señala que los estresores laborales en el contexto educativo se han intensificado en el transcurso de la pandemia (Esterwood & Saeed, 2020), por ello el presente estudio buscó analizar comparativamente los estresores laborales en el trabajo remoto de docentes peruanos y colombianos.

El análisis comparativo según sexo no evidencia diferencias importantes en ningún estresor laboral. Sin embargo, parece relevante señalar que el estresor Entorno de trabajo y sobrecarga laboral alcanzó un efecto próximo al mediano, donde las mujeres evidencian mayores niveles de estrés en estas situaciones. Posiblemente se deba a que las docentes peruanas, en su mayoría, han tenido que responder a las demandas de su labor profesional sin descuidar sus responsabilidades de índole familiar y doméstico; este último aspecto dado el contexto cultural en el que se desarrolla el estudio.

Por otro lado, en el comparativo según país, las diferencias fueron importantes. Los docentes peruanos mostraron mayores niveles de estrés en situaciones relacionadas al Entorno de trabajo y sobre carga laboral, Uso de nuevas tecnologías y Aspecto organizacional de la institución educativa. La explicación de tales diferencias es multicausal, los factores pueden responder a aspectos personales, idiosincráticos, propios del aspecto educativo y problemas políticos y económicos propios de la pandemia, o que han sido exacerbados por ésta.

La educación peruana ya presentaba serias limitaciones antes de la llegada de la Covid-19. A ello, se le añade otros estresores como las preocupaciones e incertidumbre por la salud, la situación socioeconómica de país y la posible pérdida de personas significativas.

De igual forma, en el periodo inicial de la pandemia, la instauración de la educación remota en el Perú no demostró una eficacia sólida, y actuó más bien como una suerte de solución para no perder el año educativo. Los maestros tuvieron que adaptarse aceleradamente a una metodología desconocida para la mayoría de ellos, lo que puso a prueba sus competencias profesionales (Hidalgo, 2020). La

implementación de metodologías y didácticas educativas usando las nuevas tecnologías pudieron generar altos niveles de estrés en los docentes, al no contar estos con la formación necesaria para su uso. Al respecto, el modelo de demandas-recursos menciona que, en el contexto laboral, cuando las demandas exceden los recursos, los niveles de estrés aumentan (Sabagh et al., 2018).

Otro aspecto a tomar en cuenta son las consecuencias de la pandemia. En cuanto a la mortalidad, Lustig y Mariscal (2020) mencionan que Latinoamérica se puede dividir en dos grupos: los países con curvas de contagio y tasas de mortalidad similares a las de países en Asia y los países que multiplicaron tales índices. En el primer grupo se encuentra Colombia y en el segundo grupo, Perú. Considerando lo mencionado, se puede afirmar, con cierta cautela, un relativo éxito de la región colombiana en la contención de la pandemia, comparado con otros países latinoamericanos. Estas situaciones han generado niveles más altos de estrés en la población peruana, donde, según señala la evidencia, el nuevo coronavirus causó mayores perjuicios.

Se deben considerar las limitaciones en la presente investigación. En primera instancia, el tipo de muestreo usado no permite la generalización de los resultados a docentes que no guarden características similares a los participantes en el estudio; debido a que no se dio un proceso de aleatorización. En segundo lugar, los datos fueron recogidos mediante medidas de autoinforme y en un único momento, dado su carácter transversal.

Pese a las limitaciones, este estudio representa un gran aporte para comprender el impacto de la pandemia en la labor docente en Latinoamérica. Aun cuando las nuevas tecnologías de la información y comunicación han permitido la continuidad educativa, también se han evidenciado limitaciones en su uso, derivadas de una deficiente formación y falta de recursos; lo cual no fue contemplado en las políticas públicas. Aunado a las nuevas demandas educativas, se encuentran los rezagos de la Covid-19, que colocan a los docentes en una situación complicada respecto a su labor y su salud física y mental. Respecto a ello, se vislumbra la necesidad de crear entornos de apoyo e instrucción permanentes a los maestros, que les brinden las herramientas tanto

personales como logísticas para hacer frente a las demandas educativas.

En países en vías de desarrollo, donde ya se encontraba instaurada una problemática educativa en todos los niveles, los docentes sintieron un mayor impacto debido a las gestiones ineficientes. En este sentido, es necesario aumentar los esfuerzos por priorizar la salud mental de los maestros (Arbulu et al., 2023), considerando su labor como eje fundamental para el desarrollo de un país.

En conclusión:

- a) Se encontraron diferencias significativas según sexo en docentes peruanos y, aunque no se identificaron diferencias importantes en el análisis general según sexo, se destaca una excepción en el estresor “Entorno de trabajo y sobrecarga laboral” entre los docentes peruanos. Aquí, se observa una diferencia estadísticamente significativa con un efecto próximo al mediano, indicando que las mujeres docentes peruanas experimentan niveles mayores de estrés en este aspecto en comparación con los hombres.
- b) Se identificó impacto desigual en la población peruana, las diferencias entre los sexos son más pronunciadas en la población peruana, donde las mujeres docentes muestran puntuaciones superiores en todos los casos. Esto sugiere que, en el contexto peruano, las tensiones laborales, especialmente relacionadas con el entorno de trabajo y la sobrecarga, afectan más a las mujeres, posiblemente debido a responsabilidades familiares y culturales específicas.
- c) Se encontraron disparidades significativas entre docentes de Perú y Colombia. En el comparativo según país, se evidencian diferencias importantes en varios estresores, como el “Entorno de trabajo y sobrecarga laboral”, “Uso de nuevas tecnologías” y “Aspecto organizacional de la institución educativa”. En todos estos casos, los participantes peruanos muestran medias más altas, indicando niveles de estrés superiores en comparación con los docentes del otro país. Estas disparidades podrían estar influenciadas por factores culturales, estructurales o políticos específicos de cada nación.
- d) En el contexto peruano, las diferencias en los niveles de estrés son notables, especialmente para las mujeres y en aspectos relacionados con el entorno de trabajo y la sobrecarga laboral. Además, la comparación internacional resalta que los docentes peruanos experimentan niveles más altos de estrés en ciertos aspectos en comparación con sus pares del otro país, lo que indica la necesidad de abordar específicamente los desafíos del entorno educativo peruano.

REFERENCIAS

- Arbulu, J., Arbulú, M., Guzmán, M., Valle-Palomino, N., Mogollón, F., Montes, J., & Farias, J. (2023). Resilience and burnout syndrome as perceived by university faculty in Lambayeque, Peru. *Academic Journal of Interdisciplinary Studies*, 12(6), 251-260. <https://doi.org/10.36941/ajis-2023-0167>
- Ato, M., López, J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059. <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Baker, C., Peele, H., Daniels, M., Saybe, M., Whalen, K., Overstreet, S., & The New Orleans Trauma-Informed Schools Learning Collaborative. (2021). The experience of COVID-19 and its impact on teachers' mental health, coping, and teaching. *School Psychology Review*, 50(4), 491-504. <https://doi.org/10.1080/2372966X.2020.1855473>
- Becerra, B., & Becerra, D. (2020). Ansiedad ante la muerte en adultos peruanos, durante la pandemia de la COVID-19. *Revista Cubana de Enfermería*, 36, e3999. <http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/3999>
- Bottiani, J., Duran, C., Pas, E., & Bradshaw, C. (2019). Teacher stress and burnout in urban middle schools: Associations with job demands, resources, and effective classroom practices. *Journal of School Psychology*, 77, 36-51. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2019.10.002>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Erbaum
- Esterwood, E., & Saeed, S. (2020). Past epidemics, natural disasters, COVID-19, and mental health: learning from history as we deal with the present and prepare for the future. *Psychiatric Quarterly*, 91, 1121-1133. <https://doi.org/10.1007/s11126-020-09808-4>

- Fojtik, R. (2018). Problems of Distance Education. *ICTE Journal*, 7(1), 14-23. <https://doi.org/10.2478/ijcte-2018-0002>
- Goebel, D., & Carlotto, M. (2019). Preditores da autoavaliação da saúde geral em docentes de educação a distância. *RIED. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 22(1), 309-344. <https://doi.org/10.5944/ried.22.1.21885>
- Hamouche, S. (2020). COVID-19 and employees' mental health: stressors, moderators and agenda for organizational actions. *Emerald Open Research*, 1(2), 1-15. <https://dx.doi.org/10.35241/2Femeraldopenres.13550.1>
- Herman, K., Reinke, W., & Eddy, C. (2020). Advances in understanding and intervening in teacher stress and coping: The Coping-Competence-Context Theory. *Journal of School Psychology*, 78, 69-74. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2020.01.001>
- Hidalgo, L. (2020). Competencias profesionales docentes en la educación remota. *CIID Journal*, (1), 249-270. <http://ciidjournal.com/index.php/abstract/article/view/19/15>
- Jakubowski, T., & Sitko-Dominik, M. (2021). Teachers' mental health during the first two waves of the COVID-19 pandemic in Poland. *PLOS ONE*, 16(9), e0257252. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0257252>
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Martínez Roca.
- Loziak, A., Fedáková, D., & Copková, R. (2020). Work-related stressors of female teachers during Covid-19 school closure. *Journal of Women's Entrepreneurship and Education*, (3-4), 59-78. <https://doi.org/10.28934/jwee20.34.pp59-78>
- Lustig, N., & Mariscal, J. (2020). Latinoamérica en el centro de la pandemia. *Pensamiento Iberoamericano*, (9), 51-63. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7596936>
- MacIntyre, P., Gregersen, T., & Mercer, S. (2020). Language teachers' coping strategies during the Covid-19 conversion to online teaching: Correlations with stress, wellbeing and negative emotions. *System*, 94, 102352. <https://doi.org/10.1016/j.system.2020.102352>
- McGinty, E., Presskreischer, R., Anderson, K., Han, H., & Barry, C. (2020). Psychological distress and COVID-19-related stressors reported in a longitudinal cohort of US adults in April and July 2020. *JAMA*, 324(24), 2555-2557. <https://doi.org/10.1001/jama.2020.21231>
- Michael, R., Rabacal, J., Moralista, R., & Tamdang, K. (2021). Perceived stress due to COVID-19 pandemic among employed professional teachers. *International Journal of Educational Research and Innovation*, (15), 305-316. <https://doi.org/10.46661/ijeri.5284>
- Oros, L., Vargas, N., & Chemisquy, S. (2020). Estresores docentes en tiempos de pandemia: un instrumento para su exploración. *Revista Interamericana de Psicología*, 54(3), e1421. <https://doi.org/10.30849/ripijp.v54i3.1421>
- Pressley, T. (2021). factors contributing to teacher burnout during COVID-19. *Educational Researcher*, 50(5), 325-327. <https://doi.org/10.3102/2F0013189X211004138>
- Sabagh, Z., Hall, N., & Satoyan, A. (2018). Antecedents, correlates and consequences of faculty burnout. *Educational Research*, 60(2), 131-156. <https://doi.org/10.1080/00131881.2018.1461573>
- Saloviita, T., & Pakarinen, E. (2021). Teacher burnout explained: Teacher-, student-, and organisation-level variables. *Teaching and Teacher Education*, 97. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2020.103221>
- Santa-Cruz-Espinoza, H., Chávez-Ventura, G., Domínguez-Vergara, J., Castañeda, J., & Araujo, E. (2022). Burnout y estresores en docentes durante la pandemia por COVID-19. *BORDÓN Revista de Pedagogía*, 74(3), 67-80. <https://doi.org/10.13042/Bordon.2022.94236>
- Tacca, D., & Tacca, A. (2019). Factores de riesgos psicosociales y estrés percibido en docentes universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 323-338. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.304>
- Valiente, C., Contreras, A., Peinado, V., Trucharte, A., Martínez, A., & Vázquez, C. (2021). Psychological adjustment in Spain during the COVID-19 pandemic: Positive and negative mental health outcomes in the general population. *The Spanish Journal of Psychology*, 24, e8. <https://doi.org/10.1017/SJP.2021.7>
- Vargas, N., & Oros, L. (2021). Stress and burnout in teachers during times of pandemic. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.756007>
- Correspondencia:** Henry Santa-Cruz Espinoza. Email: henry.santa.cruz@autonoma.pe