

Estrés en Profesores de Educación Superior

Ivonne Torres Ibarra

Instituto Universitario Anglo Español

Resumen.

El estrés laboral es uno de los problemas de salud, más grave en la actualidad (UNESCO, 2004).

Este estudio pretende identificar los factores estresores que presentan los docentes de la Educación Superior.

En una primera revisión de literatura se registro una base de datos de 35 referencias con fechas del año 2000 al 2009, en donde se encontró que la mayoría se orientan a estudios de tipo cuantitativo en educación básica, destacando autores como Freubenberger (1974), Kyriacau (1987), Lazarus y Folkman (1986), Hans Selye(1936) sin embargo en profesores de educación superior se encuentra poco abordado el tema.

Las variables predominantes que se manejan en los estudios encontramos sociodemográficas, burnout, apoyo social, síntomas, personalidad típica, situacional, medio ambiente, persona entorno, satisfacción laboral, desempeño laboral 2 más fuertes.

Se busca identificar los tipos de estresores, los niveles, la diferencia con el burnout, factores de riesgo, la vulnerabilidad, el apoyo social, autoconcepto, técnicas de afrontamiento.

Chris Kyriacou (2003) menciona que un alto nivel de estrés en la profesión docente puede provocar una serie de consecuencias desagradables, puede bajar la moral del profesor y socavar su entusiasmo por la enseñanza y rebajar la calidad del trabajo en dos formas: en primer lugar, puede minar la satisfacción que siente el profesor por su trabajo, y hacerle perder el interés por él y en segundo lugar, puede influir negativamente en sus interacciones con los alumnos, de ahí la importancia de realizar una investigación en los profesores de educación superior.

Palabras clave:

Estrés, Estresores, Burnout

Introducción

El uso del término estrés se ha popularizado enormemente hoy en día, sin duda existen diferentes causas, síntomas y situaciones por las cuales las personas se ven afectadas por el mismo, ya sea en el ámbito laboral, familiar y/o social, sin embargo, la mayoría de las personas no conocen en qué consiste el mismo, podemos encontrar múltiples libros sobre el tema, definiciones, y diferentes perspectivas desde donde se aborda el estrés, ya sea como estímulo, como respuesta o como consecuencia.

La UNESCO (2004) menciona que el estrés laboral es uno de los problemas de salud, más grave en la actualidad, es por ello que esta investigación pretende realizar un estudio del estrés docente a nivel superior, ya que una de las preocupaciones en la actualidad en cualquier organización es el bienestar de su personal, el identificar los factores que puedan perjudicar al personal de estas organizaciones es vital, siendo uno de ellos el estrés.

Esta investigación se llevará a cabo en el Instituto Tecnológico de El Salto, Pueblo Nuevo, Dgo., y el Instituto Tecnológico del Valle del Guadiana, escuelas públicas de educación superior, en donde se pretende identificar los tipos de estresores y el nivel de estrés laboral que presentan los docentes de dichas instituciones, para ello las **preguntas de investigación** planteadas son las siguientes:

- ¿Cuáles son los estresores que se presentan con mayor o menor frecuencia de los profesores de educación superior (ITVG e ITES)?
- ¿Cuáles son estrategias de afrontamiento que utilizan en mayor o menor medida de los profesores de educación superior (ITVG e ITES)?
- ¿Cuáles son los indicadores con mayor o menor frecuencia del Burnout de los profesores de educación superior (ITVG e ITES)?
- ¿Qué relación existe entre los estresores, las técnicas de afrontamiento y el Burnout?

Objetivos de Investigación

Para contestar las preguntas de investigación planteadas en la siguiente investigación, se formulan los siguientes **objetivos**:

- Identificar los estresores que se presentan con mayor o menor frecuencia de los profesores de educación superior (ITVG e ITES)
- Identificar las estrategias de afrontamiento que utilizan en mayor o menor medida de los profesores de educación superior (ITVG e ITES)
- Identificar los indicadores con mayor o menor frecuencia del Burnout de los profesores de educación superior (ITVG e ITES)
- Establecer la relación que existe de los estresores, las técnicas de afrontamiento y el Burnout

Revisión de Literatura

En la actualidad han cobrado auge las teorías interaccionistas del estrés que plantean que la respuesta de estrés es el resultado de la interacción entre las características de la persona y las demandas del medio. Se considera que una persona está en una situación estresante o bajo un estresor cuando ha de hacer frente a situaciones que conllevan demandas conductuales que le resulta difícil poner en práctica o satisfacer. Es decir depende tanto de las demandas del medio como de sus propios recursos para enfrentarse a él (Lazarus y Folkman, 1984), o avanzando un poco más, de las discrepancias entre las demandas del medio externo o interno, y la manera en que el sujeto percibe que puede dar respuesta a esas demandas (Folkman, 1984).

¿Por qué es importante estudiar el estrés?, ¿En qué perjudica a las instituciones educativas?, ¿Qué nivel de estrés puede tener un docente?, ¿En qué aspectos afecta el estrés a un docente?, estas y otras son las preguntas que en un primer momento me fueron planteadas, fue entonces que surge la inquietud por investigar este interesantísimo tema, realizando para ello una revisión de literatura y recabando una base de datos de 154 investigaciones con fechas del año 2000 al 2009, donde me pude percatar que la mayoría de los estudios, se orientan a ser de tipo cuantitativo, destacando autores como Hans Selye(1936), Lazarus y Folkman (1986), así como a Kyriacou (1987) en lo que respecta a las diferentes definiciones del estrés. Esto abrió para mí un gran panorama, ya que pude darme

cuenta de que a la fecha estos autores son clásicos y los estudios recientes se apoyan en sus posturas e ideas para investigar afondo el estrés.

El ser docente es una de las profesiones más hermosas se tienen en la actualidad, ya que no basta con tener vocación, hay que tenerle amor, pasión y visión al trabajo que contribuye esta labor, pues ayuda a la formación de personas que deben enfrentarse a diferentes retos y aprendizajes en aspectos intelectuales y socioemocionales, pero ¿Qué sucede si el docente no se encuentra en optimas condiciones para cumplir esta meta?, ¿Si enfrenta a un nivel alto de estrés?, ¿Si tras el agotamiento o cansancio viene una desilusión ó depresión?, ¿Su trabajo se vuelve rutinario y monótono?, ¿Qué les provoca estrés?

Metodología

Participantes

El Instituto Tecnológico del Valle del Guadiana, cuenta actualmente con una planta docente de 89 personas, dentro de los cuales 53 son mujeres y 36 son hombres, como era de esperarse, en una institución de tipo tecnológica, predominan la formación docente ingenieril en diferentes áreas con un 95% y solo un 5% con formación normalista.

El Instituto Tecnológico de El Salto, Pueblo Nuevo, Dgo. (ITES), cuenta actualmente con una planta docente de 60 personas, dentro de los cuales 22 son mujeres y 38 son hombres, como era de esperarse, en una institución de tipo tecnológica, y en esta institución el 97% de los profesores tienen una profesión

ingenieril en lo que son las áreas forestales y solo el 3% tiene formación administrativa o de abogacía.

Delimitación del tema

Como ya se mencionó anteriormente, el objeto de estudio está centrado básicamente en lo que son los profesores de educación superior en los dos tecnológicos anteriormente mencionados (ITVG e ITES), para identificar los estresores que presentan los docentes en nivel superior, considerando los factores laborales, extralaborales e individuales de los docentes por cada una de las carreras que ofrecen estos tecnológicos en su modalidad presencial, para clasificar los niveles y síntomas de estrés que pudieran provocar una deficiencia en su labor docente, para establecer la relación que existe de los estresores que presentan los docentes con el desempeño laboral, ya que esta relación puede tener en mayor o menor medida un impacto en el área de conocimientos y en la oferta educativa.

Pero, ¿por qué es tan importante conocer los tipos de estresores que tienen los docentes?, ¿Si se conocen los tipos de estresores que tienen los docentes se mejorará el servicio que ofrece en sus instituciones? ¿Favorece identificar los estresores que tienen los docentes en su vida personal y profesional?, estas y otras interrogantes me llevan a una reflexión que hacia hace varios años un profesor de administración en una de mis clases “El elemento más importante de una organización, siempre es el factor humano”, por ello la necesidad de evitar los estresores en nuestros docentes.

MARCO TEÓRICO

Se dice que la palabra “estrés” se usó por primera vez en un sentido no técnico en el siglo XIV para referirse a las dificultades, luchas, adversidad o aflicción, casi al término del siglo XVII Robert Hook (citado por (Lazarus, 2000)) contribuyó significativamente formulando un análisis de ingeniería del estrés, este análisis produjo tres conceptos básicos, carga (fuerzas externas o peso), estrés (área donde se aplica la carga) y tensión (deformación de la combinación de la carga y el estrés), este modelo influyó en posteriores modelos de estrés del siglo XX, que ahondaron sobre la idea de la carga como fuerza externa ejercida sobre el sistema social, fisiológico o psicológico, considerando que la carga es equivalente a un estímulo externo estresante y la tensión es equivalente a la respuesta de estrés o reacción.

1. Conceptualización del Estrés Qué es el estrés

El estrés es una palabra que ha sido utilizada por diferentes autores en formas diferentes, la mayoría de las personas creen que es relacionado con algo negativo, desajustes, tensiones y/o retos.

Desde el aspecto en psicología tenemos a Selye (1956) que define el estrés como una **reacción** o **respuesta** del individuo (cambios fisiológicos, reacciones emocionales, cambios conductuales, etc.), a un **estímulo** (capaz de provocar una

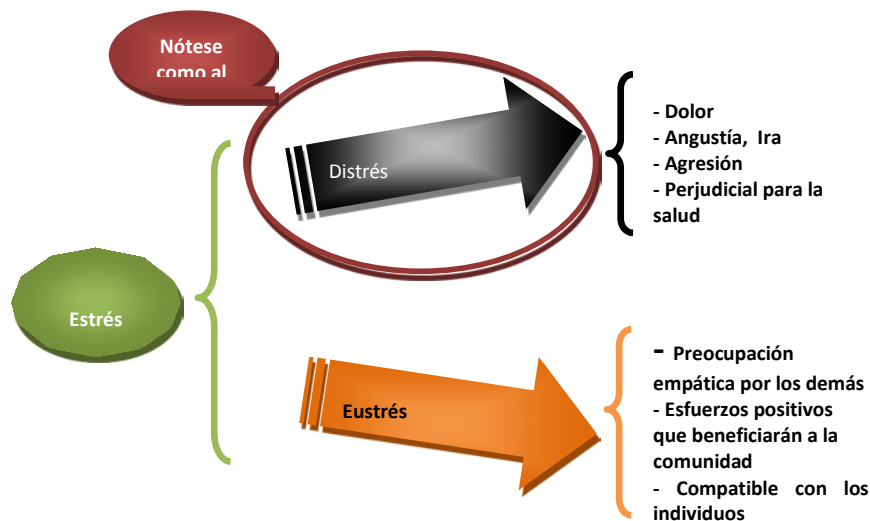
reacción de estrés) como interacción entre las características del estímulo y los recursos del individuo.

Como ya he comentado, el estrés es planteado de formas diferentes por diversos autores, una definición usada ampliamente es la de Kyriacou y Sutcliffe (1978) donde mencionan que el “estrés del profesor puede ser definido como la experiencia de emociones negativas y desagradables, tales como enfado, frustración, ansiedad, depresión y nerviosismo, que resultan de algún aspecto del trabajo del profesor”, asimismo Kyriacou define en su libro de Antiestrés para profesores los tres enfoques en lo que se centran más los autores (Kyriacou, 2003):



Es así como es percibible que un alto nivel de estrés en los docentes, puede provocar una serie de consecuencias desagradables, como: bajar la moral del profesor y desmejorar su capacidad de transmitir su entusiasmo por la enseñanza, la calidad del trabajo (ya sea por perder el interés por su trabajo, influir negativamente en las interacciones con sus alumnos e incluso alteraciones a la salud), es por ello que muchos profesores con experiencia abandonan precozmente su trabajo (Kyriacou, 2003).

Por otra parte Lazarus (2000) en su libro de Estrés y Emoción, manejo e implicaciones en nuestra salud, retoma a un distinguido fisiólogo Hans Selye (1974) como muchos de los investigadores que retoman los inicios y a los autores más citados dentro de las investigaciones, donde comenta que Selye sugería no solo una definición del estrés, sino sugería dos tipos:



2. Tipos de estrés

Lazarus y Folkman (1984), realizar diferentes taxonomías sobre el estrés, no como tipos de estrés, sino como los desencadenantes (estresores) del estrés en función de criterios meramente descriptivos:

1. **Los estresores únicos:** hacen referencia a cataclismos y cambios drásticos en las condiciones del entorno de vida de las personas y que, habitualmente, afectan a un gran número de ellas.
2. **Los estresores múltiples:** afectan sólo a una persona o a un pequeño grupo de ellas, y se corresponden con cambios significativos y de transcendencia vital para las personas.
3. **Los estresores cotidianos:** se refieren al cúmulo de molestias, imprevistos y alteraciones en las pequeñas rutinas cotidianas.
4. **Los estresores biogénicos:** son mecanismos físicos y químicos que disparan directamente la respuesta de estrés sin la mediación de los procesos psicológicos.

Estos estresores pueden estar presentes de manera **aguda** o **crónica** y, también, pueden ser resultado de la anticipación mental acerca de lo que puede ocurrir en el futuro. (Lazarus, 2000).

3. Diferencias entre estrés y Burnout

Para efectos de esta investigación debo aclarar que en la misma se diferenciará el estrés del Burnout, pues para el estrés manejaré una adaptación de la definición Chris Kyriacou (2003) y Selye (1956):

“El estrés es la reacción o experiencia de emociones negativas y/o positivas a un estímulo capaz de provocar una respuesta entre las características de estímulo y los recursos del individuo”

Mientras que para tomar una decisión del concepto a manejar en esta investigación, retomo a varios autores para analizar sus posturas y posterior a ello, comentar qué se entenderá por Burnout en la investigación.

4. Causas del estrés

Dada nuestra problematización del estudio del estrés docente, en la revisión de literatura, podemos encontrar estudios realizados por Chris Kyriacou (2003) donde señala las causas más comunes del estrés docente:

- a) Enseñar a alumnos con falta de motivación
- b) Mantener la disciplina
- c) Presiones de tiempo y exceso de trabajo
- d) Enfrentarse a cambios
- e) Ser evaluado por otros
- f) El trato con sus compañeros
- g) Autoestima y estatus

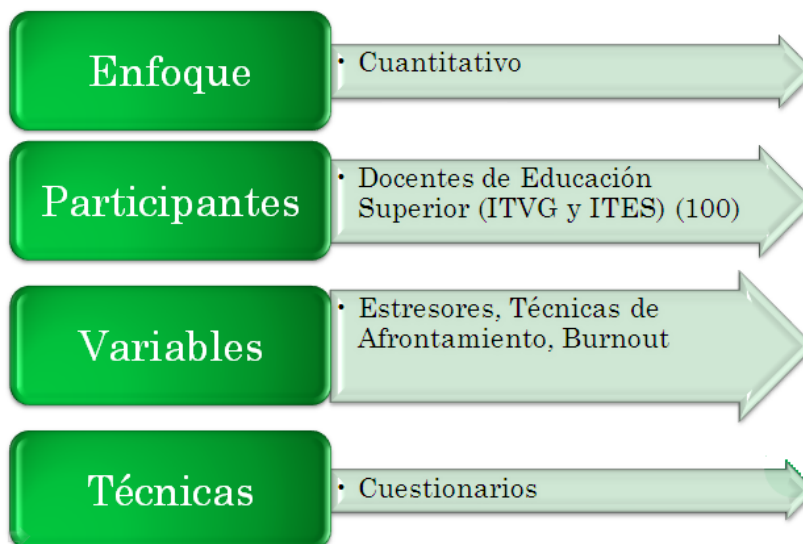
- h) Administración y gestión
- i) Indefinición de conflicto entre funciones
- j) Condiciones laborales precarias

5. Costos y consecuencias del estrés

El estrés tiene serias implicaciones sobre actitudes y conductas derivadas del estrés negativo o diéstrés a nivel individual, organizacional y mundial.

Las consecuencias pueden ser físicas provocando enfermedades, síntomas como dolor de cabeza, problemas de espalda, cervicales, fatiga o agotamiento, desmotivación, falta de compromiso laboral, etc., y en cuestión de costos podemos perder a nuestros docentes (por abandono), absentismo, jubilación anticipada, falta de docentes debido a enfermedades, intenciones de dejar la profesión, hasta la renuncia total. Si el docente percibe una falta de compromiso de la institución hasta su parte, la escuela deberá implementar medidas que reduzcan estos efectos y obviamente generan un costo.

METODOLOGÍA



RESULTADOS Y CONCLUSIONES HASTA EL MOMENTO

1.- Se realizó un piloteo para la construcción de los cuestionarios de Estrés y Afrontamiento del mismo, una vez realizado este piloteo conjunto con Fabiola de la Mora, se procedió a construir los instrumentos definitivos, obteniendo los siguientes resultados en el software SPSS:

○ Diseño de los instrumentos (Cuestionarios) para su piloteo.

➔ Análisis de fiabilidad

[Conjunto_de_datos1] K:\ASESORIAS-MEMORY\CUESTIONARIOS.sav

Escala: TODAS LAS VARIABLES

Resumen del procesamiento de los casos

		N	%
Casos	Válidos	100	100.0
	Excluidos ^a	0	.0
	Total	100	100.0

a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.977	73

Instrumento de
Estresores Laborales
(IEL)

De La Mora, Torres
(2011)

Diseño de los instrumentos (Cuestionarios) para su piloteo.

➔ Análisis de fiabilidad

[Conjunto_de_datos1] K:\ASESORIAS-MEMORY\CUESTIONARIOS.sav

Escala: TODAS LAS VARIABLES

Resumen del procesamiento de los casos

		N	%
Casos	Válidos	100	100.0
	Excluidos ^a	0	.0
	Total	100	100.0

a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.932	60

Instrumento de
Técnicas de
Afrontamiento del
Estrés (ITAE)

Torres (2011)

2.- El instrumento denominado Maslach Burnout Inventory (MBI) desarrollado por Maslach y Jackson (1981). Este instrumento supone el burnout como un constructo tridimensional constituido por la sensación de agotamiento emocional, una actitud de desinterés por las personas en el trato profesional y un sentimiento de improductividad o falta de logros en el desempeño profesional.

Su Alfa de Cronbach varía entre .600 y .800

Modificación de la escalamiento de 0 a 5

3.- Resultados de aplicar los cuestionarios ya validados:

PARTICIPANTES				
Género	68% Mujeres		32% Hombres	
Relación de Pareja	19% Sin pareja Estable		81% Con pareja Estable	
Nivel de Estudios	64% Lic. o Ing.	36% Maestría	0% Doctorado	
Institución	80% ITVG		20% ITES	
Desempeña algún puesto administrativo	79% Sí		21% No	
Tipo de nombramiento	83% Base	14% Horas de Asignatura	3% Interino	0% Honorarios

¿CUÁLES SON LOS ESTRESORES QUE SE PRESENTAN CON MAYOR O MENOR FRECUENCIA DE LOS PROFESORES DE EDUCACIÓN SUPERIOR (ITVG E ITES)?

Que los alumnos muestren poca motivación	58.2%	Moderado
Cuando los alumnos no entienden las clases impartidas	54.6%	Moderado
Que los alumnos no cumplan con sus funciones educativas (tareas, trabajos, estudiar para los exámenes)	52.2%	Moderado

0 al 33% como Leve 34 al 66% Moderado 67 al 100% Profundo

¿CUÁLES SON LOS ESTRESORES QUE SE PRESENTAN CON MAYOR O MENOR FRECUENCIA DE LOS PROFESORES DE EDUCACIÓN SUPERIOR (ITVG E ITES)?

La necesidad de tomar decisiones en el aula	21.6%	Leve
Mi horario de trabajo	21.4%	Leve
Crear y mantener relaciones con los alumnos	19.8%	Leve

0 al 33% como Leve 34 al 66% Moderado 67 al 100% Profundo

○ **¿Qué tan estresante encuentras al ser un maestro?**

% No es nada estresante	% Medio estresante	% Moderadamente estresante	% Muy estresante	% Extremadamente estresante
25	29	29	17	0

¿CUÁLES SON ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO QUE UTILIZAN EN MAYOR O MENOR MEDIDA DE LOS PROFESORES DE EDUCACIÓN SUPERIOR (ITVG E ITES)?

Intentar reconocer mis propias limitaciones	97.4	Casi Siempre
Mantener relaciones estables	95.4	Casi Siempre
Establecer prioridades y tratar los problemas en base a ellas	95	Casi Siempre

0 al 33% Casi Nunca 34 al 66% A veces 67 al 100% Casi Siempre

¿CUÁLES SON ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO QUE UTILIZAN EN MAYOR O MENOR MEDIDA DE LOS PROFESORES DE EDUCACIÓN SUPERIOR (ITVG E ITES)?

Intentar evitar la situación	47.8%	A veces
Asistir a consejeros psicológicos	47%	A veces
Llorar y/o gritar	39.2%	A veces

0 al 33% **Casi Nunca** 34 al 66% **A veces** 67 al 100% **Casi Siempre**

¿CUÁLES SON LOS INDICADORES CON MAYOR O MENOR FRECUENCIA DEL BURNOUT DE LOS PROFESORES DE EDUCACIÓN SUPERIOR (ITVG E ITES)

Trato muy eficazmente los problemas de los alumnos	33.6	Leve
Creo que estoy trabajando demasiado	25.4	Leve
Comprendo fácilmente cómo se sienten los alumnos	25.2	Leve

0 al 33% **como Leve** 34 al 66% **Moderado** 67 al 100% **Profundo**

¿CUÁLES SON LOS INDICADORES CON MAYOR O MENOR
FRECUENCIA DEL BURNOUT DE LOS PROFESORES DE EDUCACIÓN
SUPERIOR (ITVG E ITES)

Trato a algunos alumnos como si fueran objetos impersonales	13.4	Leve
Creo que influyo positivamente con mi trabajo en la vida de las personas	12.8	Leve
Me preocupa el hecho de que este trabajo me endurezca emocionalmente	11.8	Leve

0 al 33% como Leve 34 al 66% Moderado 67 al 100% Profundo

¿CUÁLES SON LOS INDICADORES CON MAYOR O MENOR
FRECUENCIA DEL BURNOUT DE LOS PROFESORES DE EDUCACIÓN
SUPERIOR (ITVG E ITES)

Trato a algunos alumnos como si fueran objetos impersonales	13.4	Leve
Creo que influyo positivamente con mi trabajo en la vida de las personas	12.8	Leve
Me preocupa el hecho de que este trabajo me endurezca emocionalmente	11.8	Leve

0 al 33% como Leve 34 al 66% Moderado 67 al 100% Profundo

¿QUÉ RELACIÓN EXISTE ENTRE LOS ESTRESORES, LAS TÉCNICAS DE AFRONTAMIENTO Y EL BURNOUT?

- Se realizó un Análisis de Correlación Bivariada tomando el promedio de los estresores, las técnicas de afrontamiento y el Burnout para sacar la Estadística P. de Pearce y la Regla de Decisión fue $P < 0.05$.

Correlaciones

[Conjunto_de_datos1] K:\ASESORIAS-MEMORY\CUESTIONARIOS.sav

Estadísticos descriptivos

	Media	Desviación típica	N
Promedio de los estresores	1.89	.807	100
Promedio de las técnicas de afrontamiento	3.92	.564	100
Promedio Maslash Inventory	.96	.437	100

Correlaciones

		Promedio de los estresores	Promedio de las técnicas de afrontamiento	Promedio Maslash Inventory
Promedio de los estresores	Correlación de Pearson	1	.000	-.064
	Sig. (bilateral)		.998	.529
	N	100	100	100
Promedio de las técnicas de afrontamiento	Correlación de Pearson	.000	1	.010
	Sig. (bilateral)	.998		.918
	N	100	100	100
Promedio Maslash Inventory	Correlación de Pearson	-.064	.010	1
	Sig. (bilateral)	.529	.918	
	N	100	100	100

4.- Aún se continúa realizando un análisis más profundo de los ítems de cada cuestionario, es por ello que el presente documento es un avance del reporte de esta investigación.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Understanding and preventing teacher burnout: A sourcebook of international research and practice*. 1999 Cambridge, Cambridge University Press. (Biblioteca Central-PUCP: LB 2840.2 U). Disponible en: <http://assets.cambridge.org>
- Estrés en docentes de educación básica: Estudio de caso en Guanajuato, México. *Salud de los Trabajadores*, 15(1), 5-16. 2008. Disponible en: <http://www2.scielo.org.ve>
- Arón, A. M. (2000). Desgaste profesional de los profesores y clima social escolar. *Revista latinoamericana de psicología*, 32(3), 447-466. Disponible en: <http://redalyc.uaemex.mx>
- Baggaley, R., Sulwe, J., Chilala, M. & Mashambe, C. (1999). Stress in primary school teachers in Zambia. *Bulletin of the World Health Organization*, 77(3), 1-4.
- Barraza Macías, A. & Cárdenas Águilar, T. J. (2009). Estresores Académicos: Una Aproximación Cualitativa a través de Narrativas de Alumnos de Maestría. *Psicogente*, 12(21), 55-64. Disponible en: <http://www.unisimonbolivar.edu.co>
- Barraza, A., Carrasco, R. & Arreola, M. (2007). Síndrome de burnout: Un estudio comparativo entre profesores y médicos de la ciudad de Durango. *Investigación Educativa Duranguense*, 6, 64-73. Disponible en: <http://dialnet.unirioja.es>
- KORNBLIT, Ana; Ana, MENDES y Pablo, Di LEO 2004. El estrés laboral en docentes de enseñanza media de la Ciudad de Buenos Aires Asociación Argentina de Especialistas en Estudios del Trabajo. <http://www.aset.org.ar>
- Maslach y Jackson (1986), Test de Estrés Laboral o Síndrome de Bournot; (1997), Personality research from manual. Research Psych. Press.
- MATT, Jarvis 2002. Teacher stress: a critical review of recent findings and suggestions for future research directions. Stress News. Vol.14 No.1 <http://www.isma.org.uk>
- MATUD, M.; M., GARCÍA y MATUD, M.J. 2002. "Estrés laboral y salud en el profesorado: Un análisis diferencial en función del género y del tipo de enseñanza". *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*. Granada, volumen 2, número 3, pp. 451-465. www.aepc.es
- Múñoz de Morales Ibáñez Maite, Prevención del Estrés Psicosocial del Profesorado Mediante el Desarrollo de Competencias Emocionales: El Programa P.E.C.E.R.A. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), (2005), 115-136
- NATIONAL UNION OF TEACHERS & SAFETY BRIEFING 1999. Tackling stress. <http://www.data.teachers.org.uk>
- Organización Mundial de la Salud OMS. 2004. La organización del trabajo y el estrés. Serie protección de la salud de los trabajadores N° 3. Francia. 2008. Sensibilizando sobre el estrés laboral en los países en desarrollo. Serie protección de la salud de los trabajadores N° 6. Francia
- Pou Polanco, L. (1998). Estudio epidemiológico del Estrés Psicosocial y el Bienestar Psíquico en la administración pública Canaria. Tesis Doctoral. Universidad Autónoma de Madrid.