

Salud mental de profesores universitarios: una revisión sistemática de la literatura

Saúde mental de docentes universitários: uma revisão sistemática da literatura

Mental health of university faculty: a systematic literature review

[Fabio Gotz de Lima](#)  [Livia Maria Vecchi](#)  [Luís Henrique Paloski](#) 

Destacados

Entre los funcionarios, los profesores son los que más abandonan su puesto de trabajo.

La enfermedad mental de los profesores se considera un problema de salud pública.

Los profesores permanecen en constante estado de alerta en sus actividades laborales.

Resumen

Este estudio investigó los indicadores de salud mental de profesores de educación superior y evaluó sus características sociodemográficas a través de una revisión sistemática de la literatura. Esta revisión se inspiró en las recomendaciones de la Declaración PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*). Se seleccionaron 10 artículos. Se encontró que las personas de género femenino presentaron niveles más altos de sintomatología depresiva en comparación con las del género masculino. Se observó que los indicadores de sintomatología depresiva, estrés y ansiedad están elevados en la población. Finalmente, se encontraron en la mayoría de los estudios altas tasas de enfermedad mental.

[Resumo](#) | [Abstract](#)

Palabras clave

Salud mental. Profesores. Síntomas.

Recibido: 17.09.2023
Aceptado: 16.10.2024
Publicado: 24.10.2024
DOI: <https://doi.org/10.26512/lc30202450850>

| Introducción

El proceso educativo representa una interacción entre individuos que exploran una realidad objetiva que puede ser comprendida. Al explorar el mundo y sus aspectos objetivos, desarrollamos la capacidad crítica, generando nuevas respuestas, preguntas y acciones reflexivas. Los profesores desempeñan el papel, según Paulo Freire, de facilitadores de la educación crítica, animando a los estudiantes a pensar de forma independiente y reflexionar racionalmente sobre sus realidades (Freire, 2015).

Un análisis de la experiencia humana aborda inevitablemente su naturaleza plural, considerando al ser humano como un ser existencial moldeado por una serie de contingencias, oportunidades y autoconstrucciones (Oliveira et al., 2022). La comprensión del mundo como un espacio común permea todo el curso del proceso educativo, en el que el profesor ocupa un papel de gran responsabilidad, ya que asume una posición central, porque proporciona un vínculo entre la novedad del mundo que ya existe y aquellos que no están familiarizados con él y que se insertan en él (Nascimento, 2020). Por lo tanto, el individuo actúa de forma inédita en un mundo desconocido, y el inicio de este proceso es su nacimiento, momento de expresión de la capacidad de comienzos inherente al ser humano: a partir del campo de sus acciones, las personas experimentan lo nuevo en un mundo común y compartido (Fernandes, 2021).

El proceso educativo, intrínsecamente ligado a las interacciones humanas, refleja la visión arendtiana de que vivir es estar entre los hombres, compartiendo un mundo común (Pequeno, 2021). Así, el aprendizaje no ocurre de forma aislada, sino a través del intercambio de experiencias en un contexto colectivo, donde las nuevas acciones individuales contribuyen a la vida pública (Dias, 2021). En este contexto, el papel del profesor es fundamental, ya que está constantemente inmerso en interacciones con sus alumnos, lo que requiere un alto nivel de implicación cognitiva y emocional (Campos & Viegas, 2021). Esta constante demanda de interacción y respuesta inmediata puede contribuir al desarrollo de síntomas psicopatológicos, especialmente dada la complejidad e intensidad del ambiente educativo (Avilés et al., 2020).

Desde esta perspectiva, los síntomas psicopatológicos son ampliamente reconocidos como problemas globales de salud pública, y su detección precoz puede ser de gran utilidad para llevar a cabo intervenciones psicológicas en el ámbito educativo (Coker et al., 2018). La escuela, como entorno dinámico con constantes interacciones sociales, es un escenario propicio para la manifestación del malestar psicológico (Wagner et al., 2021). Este puede ser entendido como un estado que implica la lucha constante del sujeto contra aquello que causa su sufrimiento mental, resultando en la ausencia de equilibrio y estabilidad emocional que solía ser común (Oliveira & Santos, 2021).

El estrés constante de la rutina laboral docente tiene un impacto significativo en la salud mental de los profesores. Entre los síntomas más comunes se encuentran el agotamiento emocional, la despersonalización y el bajo rendimiento profesional (Campos et al., 2020). En este contexto, la identificación temprana de síntomas psicopatológicos se torna crucial no sólo para intervenciones específicas, sino también para mitigar los efectos adversos de la carga emocional y el estrés inherentes al ambiente educativo.

Esta investigación tiene como objetivo investigar los indicadores de salud mental de los profesores de enseñanza superior y evaluar sus características sociodemográficas. El estudio tiene como objetivo examinar la salud mental de los profesores de enseñanza superior, un área que ha recibido cada vez más atención debido a los desafíos y exigencias que enfrentan los profesionales, con base en la literatura científica. Al investigar los indicadores de salud mental, se pueden comprender mejor los impactos del ambiente educativo en la salud de esos profesionales.

| Método

La búsqueda se inspiró en las recomendaciones de la Declaración PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*), que orienta la construcción de revisiones sistemáticas de la literatura, indicando una lista de ítems que deben estar presentes (Galvão & Ricarte, 2019). El proceso de búsqueda en la base de datos utilizó los siguientes descriptores: "*University Professor*" OR "*Faculty*" AND "*Mental Health*" para seleccionar los artículos, de modo que pudieran estar presentes en cualquier parte del texto. Utilizando estos descriptores, no se encontraron revisiones sistemáticas con este objetivo en la Plataforma Cochrane.

La pregunta central de la investigación fue: ¿cuáles son los indicadores de salud mental entre los profesores universitarios y sus características sociodemográficas? A partir de esta pregunta, las búsquedas se realizaron del siguiente modo: en primer lugar, las búsquedas se llevaron a cabo utilizando palabras clave encontradas en los Descriptores de Ciencias de la Salud (DeCS): "*University Professor*" OR "*Faculty*" AND "*Mental Health*". Con el fin de obtener una gama más amplia de resultados, se optó por utilizar términos alternativos del DeCS. Los criterios de elegibilidad fueron: Texto escrito en portugués, inglés, alemán o español; Estudios empíricos que aborden el tema de la salud mental y la enseñanza; Estudios realizados con profesores de enseñanza superior. Los criterios de exclusión fueron: Noticias sobre el tema, textos no revisados por pares y textos publicados hace más de cinco años.

Para garantizar que la revisión incorporaba la información más reciente y relevante, se decidió excluir los textos publicados hacía más de cinco años. Se eligió este marco temporal para garantizar que los resultados de la investigación reflejaran el estado más cercano del conocimiento actual sobre la salud mental entre los profesores de enseñanza superior, proporcionando así un análisis más actualizado y pertinente

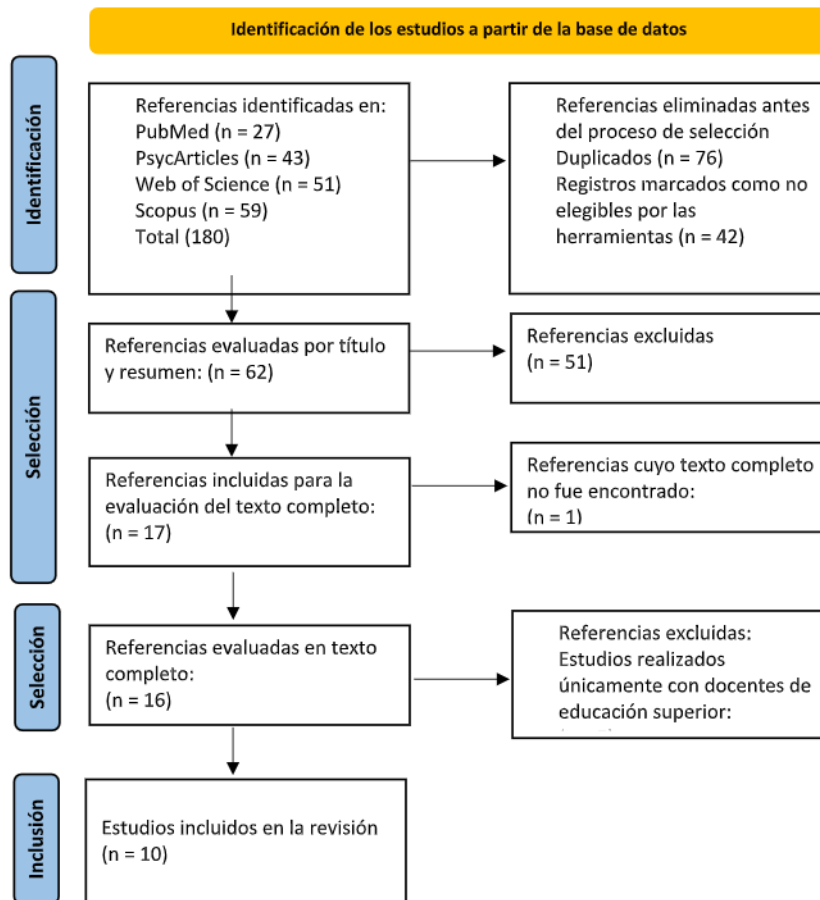
Las bases de datos utilizadas como fuentes de información fueron las plataformas *Psycinfo*, *Pubmed*, *Scopus* y *Web of Science*. Los investigadores buscaron estudios utilizando los siguientes descriptores: "*University Professor*" OR "*Faculty*" AND "*Mental Health*". Los estudios seleccionados se presentan en un diagrama de flujo que muestra los resultados de los estudios individuales y su síntesis.

Para proporcionar mayor relevancia y precisión en los resultados obtenidos en el proceso de búsqueda, la selección en las bases de datos fue exclusiva del campo "título". Este enfoque metodológico se utilizó para garantizar que los estudios seleccionados estuvieran relacionados con el tema central de la investigación, de modo que se priorizaron los estudios con una conexión objetiva con el foco de la investigación. Esta delimitación, restringiendo los descriptores al título, ayudó a seleccionar resultados más consistentes y coherentes con el alcance de la investigación propuesta.

Durante el proceso de recogida de datos, cada investigador analizó de forma independiente los artículos considerados pertinentes y emitió un dictamen sobre su inclusión o no en la revisión. En caso de desacuerdo, se recurrió a un tercer investigador. Tras seleccionar los estudios que se utilizarían en la revisión, se tabularon los datos. Los datos se recopilaron en enero de 2023. Se utilizaron tres jueces en el proceso de inclusión y exclusión de los artículos.

La figura 1, Identificación de estudios a partir de la base de datos, a continuación, muestra un diagrama de flujo en el que se presentan los resultados y el proceso de selección de artículos. Contiene información sobre el proceso de identificación, cribado e inclusión.

Figura 1
Identificación de estudios



Fuente: Identificación de estudios a partir de la base de datos (Page et al., 2021).

Resultados

Para destacar la información encontrada en los estudios mencionados en la revisión sistemática, presentamos la Tabla 1, Información del artículo, que resume los autores del estudio, su año de publicación, el número de participantes, su edad media, sexo y, por último, los objetivos y resultados alcanzados en cada uno de ellos. En la búsqueda de artículos en estas bases de datos se encontraron un total de 180 estudios, distribuidos de la siguiente manera: 27 en *Pubmed*, 43 en *PsycArticles*, 51 en *Web of Science* y 59 en *Scopus*. A pesar del considerable número de artículos encontrados (n= 180), se excluyeron varios. De ellos, 76 eran duplicados y 42 fueron clasificados como no aptos por las herramientas de búsqueda (estudios revisados por pares).

Cuadro 1

Información sobre el artículo

Autor y año de publicación	Muestra (n) Género	Edad media	Instrumento utilizado	Objetivo del estudio	Resultados obtenidos
Nascimento et al. (2021)	(n) 563 Hombres (322) Mujeres (241)	44,1	<i>Teacher Stress Inventory</i> (TSI)	Analizar las estrategias de afrontamiento de los profesores de Contabilidad y su impacto en el estrés percibido.	La tensión media registrada fue del 63% de la puntuación máxima de la ETI.
Smith et al. (2022)	(n) 9 Varón 6 Mujer 3	Datos no facilitados	Entrevistas semiestructuradas	Describir cómo los factores ambientales, las interacciones sociales, las experiencias personales y el estigma afectan a la salud mental y a la búsqueda de ayuda.	La competitividad y el individualismo pueden reforzar la idea de que la enfermedad mental es una debilidad intrínseca y que buscar ayuda es un obstáculo para el éxito académico.
Saw et al. (2023)	(n) 779 Hombres 453 Mujeres 307 Otras identidades de género 19	48,43	Escalas auto-informadas: retos tecnológicos en la transición al aprendizaje a distancia y (2) retos en la adaptación del diseño de los cursos al aprendizaje a distancia.	Examinar las diferencias de género en la preparación para la enseñanza a distancia y los problemas de salud mental entre los profesores universitarios.	Las mujeres han mostrado mayores niveles de ansiedad y depresión durante la pandemia de la <i>Enfermedad por Coronavirus</i> 2019 (Covid-19).
Ramesh et al. (2022)	(n) 165 Hombres 86 Mujeres 79	34,5	Cuestionario elaborado por los autores	Evaluar la concienciación, la actitud, la ansiedad y la salud mental percibida durante la pandemia de Covid-19 entre profesores de odontología, estudiantes y sus padres en el sur de la India.	Los profesores, en comparación con los padres, estaban un 32,1% más preocupados por eliminar pensamientos, más ansiosos y preocupados por la salud y la seguridad de su

					familia (49%) y por la situación económica (54,6%).
Kita et al. (2022)	(n) 537 Género no informado	Datos no facilitados	<i>World Health Organization-Five Well-Being Index (WHO-5)</i>	Examinar la salud mental de los profesores japoneses que impartieron cursos en línea durante la pandemia del covid-19.	El 33,5% del profesorado ha sido reconocido en riesgo de enfermedad mental durante la pandemia de Covid-19.
Victor et al. (2022)	(n) 452 Género no informado	35,1	Cuestionario elaborado por los autores	Caracterizar la prevalencia y las características de las dificultades de salud mental y los trastornos mentales no diagnosticados entre los profesores de psicología y los estudiantes en prácticas.	Trastornos mentales diagnosticados (40,49%) sin dificultades de salud mental entre el personal docente (29,20%).
Zarezadeh et al. (2020)	(n) 157 Hombres 95 Mujeres 62	No informado	Cuestionario de salud general de 28 ítems	Investigar la salud mental de los profesores y estudiantes de la Universidad de Ciencias Médicas del Kurdistán.	El 31% de los profesores presentaba síntomas de un trastorno mental.
Lal et al. (2020)	(n) 345 Hombres 211 Mujeres 134	41,9	<i>Questionnaire-12 (GHQ 12)</i> . <i>Maslach burnout inventory (MBI)</i> . <i>Empathy: The Jefferson Scale of Physician Empathy (JSPE)</i> .	Evaluar la prevalencia <i>del burnout</i> y la angustia mental.	El 23% de los encuestados declararon que su nivel de estrés era "extremo"; aun así, el 98% afirmaron que su trabajo les resultaba satisfactorio".
Melnik et al. (2021)	n (869) Hombres 645 Mujeres 215 No hay información	50.6	Questionário sócio-demográfico <i>The Patient Health Questionnaire 2 (PHQ-2)</i> . <i>The General-</i>	Describir las tasas de problemas de salud mental y los comportamientos de estilo de vida saludable	Entre el 5,5% y el 9,9% dieron positivo en depresión, y entre el 11,5% y el 25,5%, en ansiedad. La

	9		<i>ized Anxiety Disorder 2 scale (GAD-2). The Perceived Stress Scale 4 (PSS-4).</i>	entre los profesores e identificar los factores predictivos de la depresión, el estrés y la ansiedad.	edad, el sueño y la actividad física se asociaron a una menor depresión y ansiedad.
Docka-Filipek & Stone (2021)	n (342) Hombres (71) Mujeres (266) Transgénero, <i>genderqueer</i> , no binario (5)	42.84	<i>Depression scale (CES-D). State Trait Anxiety Inventory.</i>	Examinar los efectos de los factores relacionados con el trabajo en la salud mental del personal docente durante el "cierre" inicial de la primavera de 2020 y la transición al trabajo a distancia (Covid-19).	Las preocupaciones económicas de los profesores varones son ligeramente superiores a las de las profesoras. Las profesoras manifestaron síntomas depresivos significativamente más elevados.

Fuente: Docka-Filipek & Stone (2021), Kita et al. (2022), Lal et al. (2020), Melnyk et al. (2021), Nascimento et al. (2021), Ramesh et al. (2022), Saw et al. (2023), Smith et al. (2022), Victor et al. (2022) y Zarezadeh et al. (2020).

Se incluyeron un total de 62 artículos para su revisión, por lo que tras aplicar los criterios de inclusión y exclusión, se seleccionaron un total de 10 estudios. Los estudios incluidos sumaron un total de 4221 participantes, con edades medias de 42-47 años en los estudios que lo presentaron, dado que 3 de ellos no presentaron este dato: Kita et al. (2022), Smith et al. (2022) y Zarezadeh et al. (2020) – que oscilaron entre 34,1 y 50,6 años.

Con relación al género, es importante destacar que los estudios de Kita et al. (2022) y Victor et al. (2022) no presentaron los respectivos géneros de la población docente específica. Según los otros, el género femenino representó aproximadamente 40,48% de las muestras; el género masculino representó la mayoría con 58,50%, mientras que otras identidades de género representaron 1,02%.

A su vez, los instrumentos adoptados variaron e investigaron diferentes variables relacionadas con la salud mental. El estudio de Docka-Filipek y Stone (2021) investigó los síntomas depresivos y de ansiedad utilizando la *escala Depression scale (CES-D)* y el *State Trait Anxiety Inventory*, respectivamente. La investigación de Melnyk et al. (2021) trató de abordar los factores predictivos de la depresión, el estrés y la ansiedad utilizando escalas de salud mental (*The Patient Health Questionnaire 2 – PHQ-2* -, *The Generalised Anxiety Disorder 2 Scale – GAD-2* – y *The Perceived Stress Scale 4 – PSS-4*).

El estudio de Lal et al. (2020) utilizó el *General Health Questionnaire-12 (GHQ 12)*, el *Maslach burnout Inventory (MBI)* y la *Jefferson Scale of Physician Empathy*

(JSPE). El estudio de Zarezadeh et al. (2020) utilizó un Cuestionario de Salud General de 28 ítems, mientras que los estudios de Victor et al. (2022) y Ramesh et al. (2022) utilizaron cuestionarios desarrollados por los autores. Kita et al. (2022) utilizaron el *World Health Organization-Five Well-Being Index (WHO-5)*.

Saw et al. (2023) utilizaron dos escalas del autor: la primera sobre retos tecnológicos en la transición a la enseñanza a distancia y la segunda sobre retos en la adaptación del diseño de los cursos a la enseñanza a distancia. La investigación de Smith et al. (2022) es cualitativa y utilizó entrevistas semiestructuradas. Nascimento et al. (2021) utilizaron la escala *Teacher Stress Inventory (TSI)*.

Las variables de sintomatología depresiva y de ansiedad se investigaron en las investigaciones de Saw et al. (2023) y Melnyk et al. (2021), que también investigaron la variable del estrés. El primer estudio descubrió que las profesoras presentaban mayores niveles de síntomas de ansiedad y depresión durante la pandemia de Covid-19. El segundo estudio halló que de la muestra de 869 profesores que respondieron a la encuesta, 45 (5,5%) tenían síntomas depresivos, $n = 100$ (11,5%) tenían síntomas de ansiedad aumentados ($GAD-2 \geq 3$), y $n = 203$ (23,4%) tenían niveles de estrés de moderados a altos ($PSS-4 \geq 8$).

El estudio de Nascimento et al. (2021) descubrió que el estrés medio notificado por los profesores era el 63% de la puntuación máxima de la ETI. El estudio de Lal et al. (2020) halló que los niveles generales de estrés fueron calificados de "extremos" por 82/345 entrevistados (23%). A su vez, el estudio de Ramesh et al. (2022) descubrió que durante la pandemia, los profesores, en comparación con los padres, estaban un 32,1% más preocupados por eliminar pensamientos, más ansiosos y preocupados por la salud y la seguridad de su familia (49%) y por la situación financiera (54,6%).

Los estudios de Kita et al. (2022), Victor et al. (2022) y Zarezadeh et al. (2020) abordaron cuestiones relacionadas con la salud mental. El estudio de Zarezadeh et al. (2020) indicó que el 31% de los profesores investigados presentaban síntomas de un trastorno mental, mientras que el estudio de Kita et al. (2022) constató que el 5% de los profesores en cuestión se reconocían en riesgo de padecer una enfermedad mental durante la pandemia de Covid-19. La investigación de Victor et al. (2022) indicó que el 40,49% tenía trastornos mentales diagnosticados.

Un estudio cualitativo realizado por Smith et al. (2022) señaló que la competitividad y el individualismo presentes en el ámbito de la enseñanza superior pueden perpetuar los estereotipos de que la enfermedad mental es sinónimo de debilidad inherente, y que buscar ayuda se considera un obstáculo para el éxito académico. Por último, el estudio de Docka-Filipek y Stone (2021) indica que los profesores varones manifiestan una mayor preocupación económica que las profesoras. Las profesoras manifestaron síntomas depresivos significativamente mayores que los profesores.

| Debate

Este estudio pretendía investigar los indicadores de salud mental de los profesores de enseñanza superior. Uno de los principales hallazgos fueron los indicadores de sintomatología depresiva, estrés elevado y ansiedad, ampliamente reconocidos como problemas de salud pública a nivel mundial, cuya detección precoz puede ser de gran utilidad para las intervenciones psicológicas en el ámbito educativo (Coker et al., 2018). La universidad es un entorno dinámico en el que las interacciones sociales son constantes. La literatura destaca que el malestar emocional de los profesores es elevado (Wagner et al., 2021).

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019) define la salud mental como un estado de bienestar caracterizado por la conciencia de las propias capacidades y la habilidad para afrontar de forma productiva las tensiones de la vida, contribuyendo a la comunidad. Este equilibrio de las funciones psicológicas permite interacciones y comunicaciones adecuadas, capacitando al individuo para hacer frente a los desafíos. Sin embargo, los factores socioeconómicos, ambientales y conductuales pueden influir en la salud mental y pueden conducir al desarrollo de trastornos mentales cuando existe un desequilibrio en estas funciones (OMS, 2019).

En el contexto educativo, los profesores se enfrentan a un aumento significativo de episodios de depresión y trastornos de ansiedad, influidos por diversos factores como la ambigüedad de sus funciones, las presiones de tiempo y la sobrecarga de trabajo. Estos factores contribuyen al desarrollo de estrés psicológico y agotamiento físico y mental, repercutiendo negativamente en la salud de los docentes (Wagner et al., 2021).

La enfermedad mental de los profesores se considera un problema de salud pública, dado que se verifican tasas significativas de malestar psicológico en investigaciones que involucran a esta categoría profesional, de modo que los trastornos mentales y del comportamiento son las principales quejas de salud entre los profesores (Campos et al., 2020). La profesión docente está clasificada como una de las más estresantes que existen, y los profesores son uno de los servidores públicos que más abandonan su trabajo (Ramos et al., 2020).

Dos estudios indicaron que las mujeres presentaban tasas más elevadas de síntomas depresivos (Docka-Filipek & Stone, 2021; Saw et al., 2023). Según el estudio de Saw et al. (2023), la pandemia de Covid-19 puede haber acentuado las disparidades de género que ya existían en el ámbito académico, en los más diversos campos del saber, dado que las profesionales de la enseñanza pueden tender a tener más tareas docentes, además de ser responsables del cuidado de los hijos y de las tareas domésticas en comparación con los varones.

El estudio de Lal et al. (2020) evaluó la prevalencia del *burnout* entre los profesores.

En 2019, la OMS incluyó el síndrome de burnout en la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE), definiéndolo como un fenómeno ocupacional caracterizado por agotamiento, disminución de la realización profesional y

despersonalización (Areosa & Queirós, 2020). El término "burnout", originario del inglés y que significa "combustión completa", fue introducido por Herbert Freudenberger, psicoanalista estadounidense, en la década de 1970, inicialmente para describir el agotamiento mental y físico entre los profesionales de la salud que trataban con consumidores de drogas (Vieira & Russo, 2019).

Actualmente, el síndrome de burnout se observa en muchos ámbitos profesionales, ya que se entiende como un estado de agotamiento laboral que puede surgir en cualquier entorno ocupacional. En este contexto, se produce una pérdida significativa de la capacidad laboral, percibiendo el trabajador que su actividad agota su energía, dando lugar a una sensación continua de agotamiento (Vázquez et al., 2019).

La despersonalización, una característica definitoria del burnout, también se conoce en la literatura como cinismo, destacando la dimensión interpersonal del síndrome y refiriéndose a respuestas a menudo insensibles o impersonales. Esto puede incluir el distanciamiento de los compañeros de trabajo, los clientes o la institución en la que se trabaja (Costa et al., 2020).

El síndrome de burnout implica una respuesta prolongada al estrés laboral. Las estrategias para hacer frente a este síndrome incluyen modificaciones en el entorno de trabajo, la mejora de las condiciones de trabajo, la reorganización de las cargas de trabajo y también el tratamiento de aspectos individuales como el autoconocimiento y las relaciones interpersonales (Alencar et al., 2022).

En esta misma perspectiva de sobrecarga de trabajo, la literatura destaca que los profesores están involucrados en una serie de actividades extra-clase: como el desarrollo de actividades con la comunidad académica, reuniones e interacciones entre colegas, gestión/coordinación y estudiantes, planificación y corrección de actividades, tareas y pruebas, realización de informes, entre otros (Moura et al., 2019). Entre los factores que contribuyen al aumento de los índices de enfermedades mentales entre los profesores se encuentra el constante estado de alerta, el exceso de actividad, la competitividad, la pérdida de autonomía, el agotamiento físico y mental y las exigencias implícitas y explícitas, así como los bajos salarios (Wagner et al., 2021).

En el contexto educativo, la salud mental de los docentes emerge como un aspecto crítico a considerar. Tostes et al. (2018) destacan la importancia de las habilidades socioemocionales. Las habilidades socioemocionales son el conjunto de herramientas que permiten a las personas identificar, comprender, regular y transformar sus propias emociones y las de los demás, demostrar empatía, establecer y desarrollar relaciones positivas, tomar decisiones responsables y establecer y alcanzar metas personales (Cuevas et al., 2023; Goleman, 1995).

A la luz de las concepciones de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE, 2015) y de autores como Gardner (2016) y Goleman (1995), las habilidades socioemocionales emergen como fundamentales para el éxito personal, académico y profesional. Estas habilidades no solo influyen

en el rendimiento individual, sino que también promueven un entorno de trabajo saludable y colaborativo (Duckworth y Yeager, 2015). Por lo tanto, invertir en el desarrollo de estas habilidades es esencial para afrontar los retos del entorno educativo contemporáneo.

Además, la pandemia de Covid-19 ha puesto de relieve la necesidad urgente de apoyar la salud mental de los profesores. Estudios como el de Ferreira et al. (2021) muestran un aumento significativo de los síntomas de ansiedad, depresión y estrés entre los profesores durante la pandemia. Esto subraya aún más la importancia de las habilidades socioemocionales para promover la resiliencia y el bienestar psicológico, tanto de los profesores como de sus alumnos (Cuevas et al., 2023).

Ante este escenario, fortalecer las habilidades socioemocionales de los docentes se convierte en una prioridad no solo para promover su propio bienestar, sino también para crear entornos de aprendizaje positivos e inclusivos (West, 2016). Invertir en comunicación eficaz, resolución constructiva de conflictos y desarrollo de relaciones sanas es clave para afrontar los retos de la docencia y garantizar un entorno favorable para el crecimiento y desarrollo de los alumnos (Duckworth y Yeager, 2015; Heckman y Kautz, 2012).

Los programas de intervención dirigidos a afrontar el estrés y prevenir *el burnout* suelen incluir estrategias específicas de regulación emocional, como sugieren Guerra et al. (2021). Estas intervenciones pretenden ayudar a los profesores a hacer frente de manera más eficaz a las exigencias del trabajo y a mantener un equilibrio emocional saludable. Al reconocer la naturaleza dual de las experiencias emocionales asociadas a la docencia, que pueden ir desde la satisfacción a los sentimientos de impotencia, se hace evidente que las habilidades socioemocionales desempeñan un papel crucial en el afrontamiento de estos retos (Cuevas et al., 2023).

Identificar y cultivar las habilidades socioemocionales y la salud mental de los profesores de enseñanza superior es esencial para promover un entorno educativo más sano y productivo. Al reconocer y valorar estas habilidades, las instituciones educativas pueden contribuir a mejorar el bienestar de los profesores, lo que a su vez puede repercutir positivamente en el rendimiento académico de los estudiantes y en la calidad de la enseñanza en su conjunto. Por lo tanto, es crucial invertir en herramientas de evaluación eficaces y en programas de desarrollo profesional en el contexto de la enseñanza superior (Macías et al., 2021).

Una investigación reciente centrada en la salud mental y las competencias socioemocionales de los profesores universitarios ha desarrollado el Inventario de Competencias Socioemocionales y Salud Mental para Profesores (IHSM-P). Esta herramienta fue diseñada para evaluar de forma integral el estado de salud mental y las competencias socioemocionales de estos profesionales. Los resultados, obtenidos mediante un análisis factorial exploratorio con una muestra representativa de 282 profesores, mostraron un alto nivel de fiabilidad. Así, el IHSM-P se considera un instrumento psicométrico fiable y eficaz para evaluar y promover el bienestar del profesorado universitario (Macías et al., 2023).

En este contexto, es de gran importancia que los ojos de la ciencia se vuelvan hacia la enseñanza, con el fin de contribuir a la construcción del conocimiento, para que, con los resultados de la investigación, se puedan llevar a cabo intervenciones que puedan mejorar la situación actual (Coelho et al., 2021). Por lo tanto, es esencial que los profesores sepan cómo lidiar eficazmente con los desafíos que surgen en su día a día para que puedan llevar a cabo su trabajo de manera efectiva, creando espacios favorables para el bienestar y la salud mental (Gray et al., 2017).

La labor docente ha generado sufrimiento y, a menudo, enfermedades mentales. Los datos sobre la existencia de síntomas psicopatológicos en los docentes son significativos. La noble actividad de enseñar, que en términos socráticos hace que la enseñanza sea vista como una actividad que estimula el pensamiento crítico, que lleva a las personas a pensar por sí mismas (Freire, 2015), está plagada de sufrimiento psíquico (Tostes et al., 2018). Por lo tanto, es de gran importancia que los ojos de la ciencia se vuelvan hacia esta actividad con el fin de contribuir a la construcción del conocimiento para que, con los resultados de la investigación, se puedan llevar a cabo intervenciones que puedan mejorar la situación actual (Coelho et al., 2021).

Cabe señalar que esta revisión sistemática utilizó estudios realizados en diferentes países, por lo que debe tenerse en cuenta la existencia de diferentes contextos. Es importante destacar que las tasas de enfermedad mental entre los profesores son considerables en una gran variedad de contextos.

| Conclusión

Esta revisión sistemática analizó un total de 62 artículos, aplicando criterios de inclusión y exclusión, lo que resultó en la selección de 10 estudios, con 4.221 participantes, con una edad media de 42-47 años. El análisis reveló que las preocupaciones de los profesores estaban relacionadas principalmente con la eliminación de pensamientos, la ansiedad, la seguridad familiar y la situación financiera.

La investigación puso de relieve que, en general, el género masculino representaba la mayoría de las muestras (58,50%), mientras que el femenino correspondía al 40,48%, y otras identidades de género al 1,02%. La variabilidad de los instrumentos utilizados reflejó la diversidad de los temas de salud mental abordados.

En varios estudios se han detectado síntomas de depresión, ansiedad y estrés, lo que indica una gran preocupación entre los profesores. Además, el estudio puso de relieve la presencia de estereotipos negativos en relación con la búsqueda de ayuda para problemas de salud mental, perpetuados por la competitividad y el individualismo en el entorno académico.

Es importante señalar que también han surgido disparidades de género, ya que las mujeres muestran niveles más altos de síntomas depresivos y ansiedad, que

pueden verse agravados por las presiones adicionales durante la pandemia de Covid-19.

Los resultados refuerzan la necesidad de adoptar enfoques más eficaces para promover la salud mental de los profesores de enseñanza superior. El entorno académico se caracteriza por retos constantes y altas exigencias, lo que contribuye al malestar emocional de los profesores. Por lo tanto, las intervenciones dirigidas a reducir el estrés, promover el bienestar y cuestionar los estereotipos perjudiciales son fundamentales para mejorar la calidad de vida y la salud mental de los profesores.

Se reconoce que las tasas de enfermedad mental entre los profesores son significativas en diversos contextos, destacando la relevancia de futuras investigaciones e intervenciones específicas para esta población. Los autores de este estudio destacan que no hay conflictos de intereses en la construcción de esta investigación, ya que se defiende la producción de investigaciones que contribuyan a la construcción de un ambiente de enseñanza más saludable.

Referencias

- Alencar, B. E. R., Gomes, R. C. N. T., Ferro, I. T., Viana, A. B., Grangeiro, G. R., & Pereira, C. T. F. (2022). Compreendendo o adoecimento mental pelo esgotamento profissional da Síndrome de Burnout: uma revisão integrativa. *Brazilian Journal of Health Review*, 5(1), 2642-2658. <https://www.academia.edu/download/90079639/pdf.pdf>
- Areosa, J., & Queirós, C. (2020). Burnout: uma patologia social reconfigurada na era Covid-19? *International Journal on Work Condition*, (20), 71-90. <https://doi.org/10.25762/abh3-qh73>
- Avilés, A. E. B., Alava, L. A. R., Urra, R. G., & Rivadeneira, M. R. E. L. (2020). Reacciones psicosomáticas producidas por el estrés y la salud mental de los docentes universitarios. *Revista de Ciencias Humanísticas y Sociales (ReHuSo)*, 5(3), 18-30. <https://doi.org/10.33936/rehuso.v5i3.2596>
- Campos, M. F., & Viegas, M. F. (2021). Saúde mental no trabalho docente: um estudo sobre autonomia, intensificação e sobrecarga. *Cadernos de Pesquisa*, 28(2), 417-437. <https://doi.org/10.18764/2178-2229.v28n2.202132>
- Campos, T., Vêras, R. M., & Araújo, T. M. (2020). Trabalho docente em universidades públicas brasileiras e adoecimento mental: uma revisão bibliográfica. *Revista Docência do Ensino Superior*, 10. <https://doi.org/10.35699/2237>
- Coelho, E., da Silva, A., de Pellegrini, T., & Patias, N. (2021). Saúde mental docente e intervenções da Psicologia durante a pandemia. *PSI UNISC*, 5(2), 20-32. <https://doi.org/10.17058/psiunisc.v5i2.16458>
- Coker, A. O., Coker, O. O., & Sanni, D. (2018). Psychometric properties of the 21-item depression anxiety stress scale (DASS-21). *African Research Review*, 12(2), 135-142. <https://doi.org/10.4314/afrr.v12i2.13>
- Costa, V. H. L. B., Borsa, J. C., & Damásio, B. F. (2020). Relações entre burnout, traços de personalidade e variáveis sociodemográficas em trabalhadores Brasileiros. *Psico-USF*, 25, 439-450. <https://doi.org/10.1590/1413-82712020250304>
- Cuevas, G. M., Lozano, P. B., Dávila, H. P., Ramírez, L. M. G., & Cerda, P. A. G. (2023). Habilidades socioemocionales en la docencia universitaria. Em M. Sánchez Mendiola, A. M., P. Martínez Hernández, & R. Torres Carrasco (Eds.). *Formación docente en las universidades* (pp. 379-403). UNAM. <https://cuaieed.unam.mx/publicaciones/libro-formacion-docente-universidades/pdf/eBook-PDF-Formacion-Docente-en-las-Universidades.pdf>
- Dias, L. B. (2021). O aparecer da liberdade no pensamento de Hannah Arendt. *Perspectivas*, 6(2), 228-244. <https://doi.org/10.20873/rpv6n2-13>
- Docka-Filipek, D., & Stone, L. B. (2021). Twice a “housewife”: On academic precarity, “hysterical” women, faculty mental health, and service as gendered care work for the “university family” in pandemic times. *Gender, Work & Organization*, 28(6), 2158-2179. <https://doi.org/10.1111/gwao.12723>
- Duckworth, A., & Yeager, D. (2015). Measurement matters: Assessing personal qualities other than cognitive ability for educational purposes. *Educational Researcher*, 44(4), 237-251. <https://doi.org/10.3102/0013189X15584327>
- Fernandes, A. B. (2021). Natalidade e revolução em Hannah Arendt. *Perspectivas*, 6(2), 65-75. <https://doi.org/10.20873/rpv6n2-04>
- Ferreira, R., Santos, D., Ferreira, T., Rocha, G., Joviana, E., & DoCarmo, A. (2021). Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da Covid-19. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 70, 283-292. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000348>

- Freire, P. (2015). *Educação como prática da liberdade*. Editora Paz e Terra.
- Galvão, M. C. B., & Ricarte, I. L. M. (2019). Revisão sistemática da literatura: conceituação, produção e publicação. *Logeion: Filosofia da informação*, 6(1), 57-73. <https://doi.org/10.21728/logeion.2019v6n1.p57-73>
- Gardner, H. (2016). *Estructuras de la mente: la teoría de las inteligencias múltiples*. Fondo de cultura económica.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
- Gray, C., Wilcox, G., & Nordstokke, D. (2017). Teacher mental health, school climate, inclusive education and student learning: A review. *Canadian Psychology*, 58(3), 203. <https://doi.org/10.1037/cap0000117>
- Guerra, J. B. A., Gonzalez, L. R., Vera, L. V. P., Zevallos, I. J. V., & Meza, L. F. V. (2021). Programa educativo para la prevencion del Síndrome de Burnout y Estrés Laboral en docentes universitarios de la Universidad Técnica de Manabí, República del Ecuador. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional*, 6(11), 124-139. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8219352>
- Heckman, J. & Kautz, T. (2012). Hard evidence on soft skills. *National Bureau of Economic Research Working Paper*. <https://doi.org/10.3386/w18121>
- Kita, Y., Yasuda, S., & Gherghel, C. (2022). Online education and the mental health of faculty during the Covid-19 pandemic in Japan. *Scientific reports*, 12(1), 8990. <https://www.nature.com/articles/s41598-022-12841-x>
- Lal, A., Tharyan, A., & Tharyan, P. (2020). The prevalence, determinants and the role of empathy and religious or spiritual beliefs on job stress, job satisfaction, coping, burnout, and mental health in medical and surgical faculty of a teaching hospital: A cross-sectional survey. *La Revue de medecine interne*, 41(4), 232-240. <https://doi.org/10.1016/j.revmed.2019.12.005>
- Macías, I. U. J., Vázquez-González, G. C., Juárez-Hernández, L. G., & Bracamontes Ceballos, E. (2021). Inventario de habilidades socioemocionales y salud mental para profesores de educación superior: validez de contenido. *Revista Fuentes*, 23(2), 204-220. <https://doi.org/10.12795/revistafuentes.2021.12052>
- Macías, I. U. J., Vázquez-González, G. C., Juárez-Hernández, L. G., & Bracamontes-Ceballos, E. (2023). Identificación de habilidades Socioemocionales y salud mental en profesores de Educación Superior: Validez de constructo. *Revista San Gregorio*, 1(53), 144-166. <https://doi.org/10.36097/rsan.v0i53.2141>
- Melnyk, B. M., Hsieh, A. P., Tan, A., Gawlik, K. S., Hacker, E. D., Ferrell, D., & Badzek, L. (2021). The state of mental health and healthy lifestyle behaviors in nursing, medicine and health sciences faculty and students at Big 10 Universities with implications for action. *Journal of professional nursing*, 37(6), 1167-1174. <https://doi.org/10.1016/j.profnurs.2021.10.007>
- Moura, J. S., Ribeiro, J. C. D. O. A., Neta, A. A. C. de., & Nunes, C. P. (2019). A precarização do trabalho docente e o adoecimento mental no contexto neoliberal. *Revista Profissão Docente*, 19(40). <https://doi.org/10.31496/rpd.v19i40.1242>
- Nascimento, C. E. G. (2020). Fake news, mentira organizada e educação: uma reflexão a partir do pensamento de Hannah Arendt. *Revista Docência e Ciberultura*, 4(1), 243-263. <https://doi.org/10.12957/redoc.2020.47553>
- Nascimento, E. M., Garcia, M. C., & Cornacchione, E. (2021). Accounting Faculty mental health: coping strategies against stress. *Revista Contabilidade & Finanças*, 33, 150-166. <https://doi.org/10.1590/1808-057x202113960>

- Oliveira, D. B., Fortunato, I. R. S., & Abreu, W. F. (2022). Aproximações entre Paulo Freire e Theodor Adorno em torno da educação emancipatória. *Educação e Pesquisa*, 48, e239149. <https://doi.org/10.1590/S1678-4634202248239149>
- Oliveira, E. C. D., & Santos, V. M. (2021). Adoecimento Mental em professores brasileiros. *Anais do 10º Simpósio Internacional de Educação e Comunicação-SIMEDUC*.
- Organização Mundial da Saúde (OMS). (2019, outubro 3). Salud mental: un estado de bienestar. *Organización Mundial de la Salud*. <https://www.who.int/es/news-room/facts-in-pictures/detail/mental-health>
- Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE). (2015). *Skills for Social Progress: The Power of Social and Emotional Skills*. <https://doi.org/10.1787/9789264226159-en>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., & Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *International journal of surgery*, 88, 105906. <https://doi.org/10.1016/j.ijsu.2021.105906>
- Pequeno, J. E. D. S. J. (2021). O Significado da ação política em Hannah Arendt. *Perspectivas*, 6(2), 176-189. <https://doi.org/10.20873/rpv6n2-10>
- Ramesh, K. S. V., Swetha, P., Sruthima, N., KuMAR, P. M., KuMAR, C. N., Vivek, B., & Anusha, B. (2022). Mental Health Status of Dental Faculty, Students and their Parents during Covid-19 Pandemic in Southern India-A Cross-sectional Study. *Journal of Clinical & Diagnostic Research*, 16(2), ZC53-ZC57. <https://doi.org/10.7860/JCDR/2022/49029.16035>
- Ramos, L. S., Monteiro, R. C., Spinola, M. L., de Cerqueira Pretti, P., Marvila, R. P. M., Pancieri, C., & Mantiole, T. D. S. O. (2020). O ambiente escolar incapaz de assegurar a saúde mental do professor: uma revisão literária. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, (49), e3416. <https://doi.org/10.25248/reas.e3416.2020>
- Saw, G. K., Chang, C. N., & Lin, S. (2023). Gender disparities in remote teaching readiness and mental health problems among university faculty during the Covid-19 pandemic. *Educational and Developmental Psychologist*, 40(1), 131-140. <https://doi.org/10.1080/20590776.2022.2108697>
- Smith, J. M., Smith, J., McLuckie, A., Szeto, A. C., Choate, P., Birks, L. K., & Bright, K. S. (2022). Exploring Mental Health and Well-Being Among University Faculty Members: A Qualitative Study. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 60(11), 17-25. <https://doi.org/10.3928/02793695-20220523-01>
- Tostes, M. V., Albuquerque, G. S. C. D., Silva, M. J. D. S., & Petterle, R. R. (2018). Sofrimento mental de professores do ensino público. *Saúde em Debate*, 42, 87-99. <https://doi.org/10.1590/0103-1104201811607>
- Vazquez, A. C., Santos, A. S., Costa, P. V. da., de Freitas, C. P. P., De Witte, H., & Schaufeli, W. B. (2019). Trabalho e bem-estar: evidências da relação entre burnout e satisfação de vida. *Avaliação Psicológica: Interamerican Journal of Psychological Assessment*, 18(4), 372-381. <http://doi.org/10.15689/ap.2019.1804.18917.05>
- Victor, S. E., Devendorf, A. R., Lewis, S. P., Rottenberg, J., Muehlenkamp, J. J., Stage, D. R. L., & Miller, R. H. (2022). Only human: Mental-health difficulties among clinical, counseling, and school psychology faculty and trainees. *Perspectives on Psychological Science*, 17(6), 1576-1590. <https://doi.org/10.1177/17456916211071079>
- Vieira, I., & Russo, J. A. (2019). Burnout e estresse: entre medicalização e psicologização. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, 29, e290206. <http://doi.org/10.1590/S0103-73312019290206>

- Wagner, M. F., Dalbosco, S. N. P., Heck, C., Wagner, T. F., & de Oliveira, C. R. (2021). Ansiedade social e comorbidades em professores do ensino superior. *Revista Psicologia e Saúde*, 13(4), 3-13. https://doi.org/10.20435/pssa.v13i4.1163_
- West, R. M. (2016). Should non-cognitive skills be included in school accountability systems? Preliminary evidence from California's core Districts. *Evidence Speaks Reports*, 1(13). <https://www.brookings.edu/wp-content/uploads/2016/07/EvidenceSpeaksWest031716.pdf>
- Zarezadeh, Y., Mohamadi-Bolbanabad, A., Safari, H., Azadnia, A., & Piroozi, B. (2020). The mental health status of faculty members and students as the contemporary and future health system providers. *International Journal of Human Rights in Healthcare*, 15(1), 31-40. <https://doi.org/10.1108/IJHRH-05-2020-0028>

Sobre los autores

Fabio Gotz de Lima

Atitus Educação, Passo Fundo, Brasil
 <https://orcid.org/0000-0003-4522-2291>

Graduado en Pedagogía por el Centro Universitario Ítalo Brasileiro (2022). Estudiante de Máster en Psicología en Atitus Educação. Miembro del Centro de Intervenciones e Investigación en Evaluación, Salud y Carreras. Correo electrónico: fabiogotzdelima@gmail.com

Lívia Maria Vecchi

Atitus Educação, Passo Fundo, Brasil
 <https://orcid.org/0000-0002-8229-0165>

Graduada en Psicología por Atitus Educação (2023). Miembro del Centro de Intervenciones e Investigación en Evaluación, Salud y Carreras. Correo electrónico: vecchilivia@gmail.com

Luís Henrique Paloski

Atitus Educação, Passo Fundo, Brasil
 <https://orcid.org/0000-0001-6965-3139>

Doctor en Psicología por la Pontificia Universidad Católica de Rio Grande do Sul (2020). Profesor del Programa de Posgrado en Psicología Stricto Sensu de Atitus Educação. Coordinador del Centro de Intervenciones e Investigación en Evaluación, Salud y Carreras. Correo electrónico: luís.paloski@atitus.edu.br

Contribución a la redacción del texto: Autor 1 – Autor de las secciones Introducción, Trayectoria metodológica, Resultados, Discusión y Conclusión, Búsqueda de artículos para la revisión sistemática. Autor 2 – Análisis de datos, Búsqueda de artículos para la revisión sistemática, Revisión de la sección de resultados. Autor 3 – Revisión y consolidación del manuscrito, Análisis de datos.

Resumo

Este estudo investigou os indicadores de saúde mental de docentes do ensino superior e avaliou suas características sociodemográficas por meio de uma revisão sistemática da literatura. Esta revisão foi inspirada nas recomendações da Declaração PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*). Foram selecionados 10 artigos. Verificou-se que pessoas do gênero feminino apresentaram maiores níveis de sintomatologia depressiva em comparação com as do gênero masculino. Observou-se que os indicadores de sintomatologia depressiva, estresse e ansiedade se encontram elevados na população. Por fim, na maioria dos estudos foram encontrados elevados índices de adoecimento mental.

Palavras-chave: Saúde mental. Docentes. Sintomas.

Abstract

This study investigated the mental health indicators of higher education teachers and evaluated their sociodemographic characteristics through a systematic literature review. This review was inspired by the PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) Statement recommendations. Ten articles were selected. It was found that individuals of the female gender exhibited higher levels of depressive symptomatology compared to those of the male gender. It was observed that indicators of depressive symptomatology, stress, and anxiety are elevated in the population. Finally, in most of the studies, high rates of mental illness were found.

Keywords: Mental health. Teachers. Symptoms.

Linhas Críticas | Revista científica de la Facultad de Educación de la Universidad de Brasília, Brasil
ISSN eletrônico: 1981-0431 | ISSN: 1516-4896
<http://periodicos.unb.br/index.php/linhascriticas>

Referencia completa (APA): Lima, F. G. de, Vecchi, L. M., & Paloski, L. H. (2024). Salud mental de profesores universitarios: una revisión sistemática de la literatura. *Linhas Críticas*, 30, e50850.
<https://doi.org/10.26512/lc30202450850>

Referencia completa (ABNT): LIMA, F. G. de, VECCHI, L. M., PALOSKI, L. H. Salud mental de profesores universitarios: una revisión sistemática de la literatura. *Linhas Críticas*, 30, e50850, 2024. DOI:
<https://doi.org/10.26512/lc30202450850>

Enlace alternativo: <https://periodicos.unb.br/index.php/linhascriticas/article/view/50850>

Todas las informaciones y opiniones contenidas en este manuscrito son de exclusiva responsabilidad de sus autores, no representando necesariamente la opinión de la revista Linhas Críticas, sus editores o la Universidad de Brasília.

Los autores son los titulares de los derechos de autor de este manuscrito, con el derecho de primera publicación reservado a la revista Linhas Críticas, que lo distribuye en acceso abierto en los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Attribution (CC BY 4.0):
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

