

El estrés docente como factor limitante en la atención educativa a niños con necesidades educativas específicas de educación inicial

Teaching stress as a limiting factor in the educational care of children with specific educational needs in early education

O stress docente como fator limitante no atendimento educativo a crianças com necessidades educativas específicas na educação pré-escolar

Doménica Zambrano Macías¹
Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí
Dozm.1350192124@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0007-1265-3040>



Lucy Janeth López Bermeo²
Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí
lucy.lopez@uleam.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0003-3490-3083>



 DOI / URL: <https://doi.org/10.55813/gaea/ccri/v6/nE2/1129>

Como citar:

Zambrano, D. & Lopez, L. (2025). *Impacto del Uso de Videojuegos en el Rendimiento Académico de Estudiantes de Educación Básica Superior. Código Científico Revista de Investigación*, 6(E2), 1751-1775.

Recibido: 15/06/2025

Aceptado: 19/07/2025

Publicado: 30/09/2025

¹ Estudiante de octavo nivel de la carrera de Educación Básica. Universidad Técnica Estatal de Quevedo, Ecuador.

² Doctorando en Educación Universidad Benito Juárez de México, Magíster en Educación Parvularia, Diplomado en Educación Universitaria por Competencias, Profesora de Educación Inicial Uleam, Docente de Maestrías, Escritora de Artículos y Libros, Profesora Investigadora, Líder y Co-líder de Proyectos Investigativos y de Vinculación, Ponente en congresos nacionales e internacionales, Ex Subsecretaria de Desarrollo Infantil Integral, Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES).

Resumen

El estrés docente se manifiesta como una respuesta emocional, cognitiva y fisiológica frente a las exigencias laborales, afectando el bienestar personal y la calidad del desempeño profesional. Esta investigación tuvo como objetivo analizar el nivel de estrés laboral en docentes de Educación Inicial que atienden a niños y niñas con necesidades educativas específicas, así como su impacto en la calidad de la atención educativa. El estudio se llevó a cabo en la Unidad Educativa “Manabí”, situada en el cantón Manta, provincia de Manabí, Ecuador, mediante un enfoque cualitativo con apoyo de elementos cuantitativos, de tipo descriptivo y diseño no experimental. Para la recolección de datos se utilizaron un cuestionario estructurado, una guía de entrevista semiestructurada y un diario de campo orientado a observar las prácticas pedagógicas. Los resultados revelaron un nivel elevado de estrés en la mayoría de los docentes, atribuido a la falta de formación especializada, la sobrecarga de funciones y el débil acompañamiento institucional. Se observaron sentimientos de angustia, frustración y desmotivación, así como prácticas afectivas limitadas en cuanto a estrategias inclusivas y planificación diferenciada. Se concluye que el estrés docente incide de forma significativa en la calidad educativa, lo que demanda acciones urgentes de formación continua, apoyo emocional y mejoras en las condiciones laborales.

Palabras clave: Estrés docente, necesidades educativas específicas, educación inicial, inclusión educativa, calidad educativa.

Abstract

Teacher stress manifests as an emotional, cognitive, and physiological response to work demands, affecting personal well-being and professional performance. This study aimed to analyze the level of occupational stress in Early Childhood Education teachers working with children with special educational needs, and its impact on the quality of educational care. The research was conducted at the “Manabí” Educational Unit, located in Manta, Manabí province, Ecuador, using a qualitative approach with quantitative elements, descriptive scope, and non-experimental design. Data collection involved a structured questionnaire, a semi-structured interview guide, and a field diary focused on pedagogical practices. The findings revealed a high level of stress among most teachers, mainly due to lack of specialized training, work overload, and limited institutional support. Emotional manifestations such as anxiety, frustration, and demotivation were common, along with affective pedagogical practices that lacked inclusive strategies and differentiated planning. The study concludes that teacher stress significantly affects educational quality, highlighting the need for ongoing professional development, emotional support, and improved working conditions in inclusive educational environments.

Keywords: Teacher stress, special educational needs, early childhood education, inclusive education, educational quality.

Resumo

O estresse docente manifesta-se como uma resposta emocional, cognitiva e fisiológica diante das exigências laborais, afetando o bem-estar pessoal e o desempenho profissional. Este estudo teve como objetivo analisar o nível de estresse laboral em professores da Educação Infantil que

atendem crianças com necessidades educacionais específicas, bem como seu impacto na qualidade do atendimento educativo. A pesquisa foi realizada na Unidade Educativa “Manabí”, localizada no cantão Manta, província de Manabí, Equador, com uma abordagem qualitativa e elementos quantitativos, de caráter descritivo e desenho não experimental. Para a coleta de dados, foram utilizados um questionário estruturado, um roteiro de entrevista semiestruturada e um diário de campo direcionado à observação das práticas pedagógicas. Os resultados indicaram que a maioria dos professores apresenta um alto nível de estresse, influenciado pela falta de formação especializada, sobrecarga de trabalho e fraco apoio institucional. Sentimentos de angústia, frustração e desmotivação foram frequentes, além de práticas afetivas com limitações em estratégias inclusivas e planejamento diferenciado. Conclui-se que o estresse docente afeta significativamente a qualidade do ensino, exigindo ações urgentes de formação contínua, suporte emocional e melhorias nas condições de trabalho em contextos inclusivos.

Palavras-chave: Estresse docente, necessidades educacionais específicas, educação infantil, inclusão educativa, qualidade do ensino.

Introducción

La educación inclusiva se consolida en los últimos años como un pilar fundamental de los sistemas educativos que promueven la equidad, la justicia social y el respeto a la diversidad (UNESCO, 2022). Esta aspiración, sin embargo, enfrenta múltiples desafíos cuando se traslada del plano normativo al contexto concreto del aula. En este escenario, el rol del docente se torna central, no solo como mediador del conocimiento, sino como agente de transformación que responde emocional y pedagógicamente a las demandas específicas de estudiantes con necesidades educativas específicas. La sobrecarga laboral, la complejidad emocional del ejercicio docente y la falta de preparación especializada constituyen un terreno fértil para la aparición de síntomas de estrés laboral en estos profesionales, según Mäkikangas, Hakanen y Bakker (2022), así como Taylor (2022).

A nivel internacional, el estrés docente se identifica como uno de los principales factores que afectan la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje y el bienestar profesional. Según un informe de la UNESCO (2022), más del 50 % de los docentes en el mundo manifiestan niveles elevados de estrés, especialmente aquellos que trabajan en contextos vulnerables o con estudiantes que requieren atención diferenciada. Estudios realizados en países de la OCDE revelan que los docentes que atienden a estudiantes con necesidades

educativas específicas tienen hasta un 70 % más de probabilidades de experimentar agotamiento emocional, frustración o síndrome de burnout, en comparación con quienes trabajan en aulas convencionales (OCDE, 2020).

En América Latina, la situación se ve agravada por condiciones estructurales que limitan la implementación efectiva de la inclusión, como la carencia de personal de apoyo, la escasez de materiales didácticos adaptados y las debilidades en los programas de formación docente inicial y continua. Investigaciones desarrolladas en Brasil, Colombia y México evidencian que más del 60 % de los docentes que atienden a estudiantes con discapacidad perciben que no cuentan con los recursos necesarios para realizar adecuadamente su labor, lo cual incrementa su nivel de estrés y disminuye su motivación profesional (Ramírez & Silva, 2021; Torres et al., 2020). En este contexto, el estrés docente se convierte en una barrera silenciosa que dificulta la consolidación de prácticas inclusivas sostenibles.

En Ecuador, el panorama no es alentador. De acuerdo con datos del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC, 2021), solo el 35 % de las instituciones educativas cuenta con personal capacitado para la atención a la diversidad, y menos del 20 % dispone de recursos técnicos para atender a niños con necesidades educativas específicas. El Ministerio de Educación (2022) reporta que más del 45 % de los docentes en Educación Inicial presentan síntomas de estrés laboral severo, atribuidos a la atención de estudiantes con condiciones como el trastorno del espectro autista, discapacidad intelectual o dificultades múltiples. Esta problemática se ve acentuada por la débil articulación entre el currículo general y las adaptaciones curriculares individuales necesarias para garantizar procesos educativos verdaderamente inclusivos (Ruiz, 2021).

La situación descrita se evidencia de forma concreta en la Unidad Educativa “Manabí”, ubicada en el cantón Manta, provincia de Manabí, donde se desarrolla la presente investigación. Allí, siete docentes de Educación Inicial enfrentan a diario la tarea de atender a niños con

necesidades educativas específicas en condiciones notoriamente precarias. Las docentes reportan sobrecarga laboral, falta de formación especializada, carencia de materiales pedagógicos adaptados y ausencia de un equipo de apoyo interdisciplinario. Se observa una alta rotación del personal, manifestaciones de ansiedad, fatiga emocional y un clima institucional tenso, lo cual repercute directamente en la calidad del acompañamiento pedagógico. A pesar de los esfuerzos individuales de las docentes, la estructura institucional no favorece la implementación efectiva de prácticas inclusivas ni garantiza el cuidado de la salud mental del personal educativo.

Diversos autores, tanto a nivel nacional como internacional, han abordado la temática desde distintas perspectivas. Brunsting et al. (2025), McMullen et al. (2024), Sujarwanto et al. (2024), Scherer & Hargreaves (2023) y Stone (2022) coinciden en que el agotamiento emocional de los docentes responde a un conjunto de factores que trascienden el ámbito personal, vinculándose a la cultura organizacional, el liderazgo institucional y las políticas educativas. En Estados Unidos, Jeon et al. (2021) documentan niveles elevados de estrés, depresión y agotamiento emocional en docentes de Educación Especial en los niveles iniciales, debido a la escasa formación en inclusión y la sobrecarga de responsabilidades. Por su parte, la revista *Educational Psychology Review* (2025) ha promovido investigaciones centradas en intervenciones para el bienestar docente, destacando la necesidad de abordar esta problemática desde un enfoque de salud ocupacional.

A pesar de los aportes existentes, se identifican vacíos significativos en la literatura. Son escasos los estudios que abordan el impacto emocional de la inclusión en zonas rurales o en escuelas con recursos limitados, así como también existe una limitada representación de contextos culturalmente diversos o bilingües dentro de la Educación Inicial. En América Latina, las investigaciones se han centrado en diagnósticos de estrés docente principalmente en los niveles de Educación Básica, y en países como México, Colombia, Perú y Brasil. Estas

investigaciones vinculan el estrés con la falta de formación en inclusión, la escasa preparación emocional y el débil acompañamiento institucional (Ramírez & Silva, 2021; Vásquez et al., 2020). En Perú y Colombia se han documentado experiencias en las que el estrés docente se asocia con una deficiente gestión educativa en instituciones públicas.

En países europeos como Finlandia, Reino Unido y España, el estrés docente ha sido analizado desde una mirada integral. Mäkikangas, Hakanen & Bakker (2022) y Oztürk, Montesinos & Guía (2024) han investigado la evolución del burnout docente en diferentes niveles educativos, destacando el papel del acompañamiento institucional como factor protector. En España, estudios recientes exploran la influencia del liderazgo escolar y el clima organizacional en la mitigación del estrés en contextos inclusivos.

El análisis comparado de los estudios mencionados permite constatar un déficit de investigaciones centradas exclusivamente en docentes de Educación Inicial que trabajan en procesos inclusivos, especialmente en contextos urbanos marginales o rurales. Se evidencia también una escasa articulación entre estudios sobre bienestar docente y resultados de aprendizaje en niños con necesidades educativas específicas. En el caso ecuatoriano, las investigaciones previas se enfocan en docentes de Educación General Básica y Bachillerato, mientras que los estudios sobre Educación Inicial son escasos y poco desarrollados metodológicamente (Ruiz, 2021). Existe, por tanto, una limitada producción científica que aborde, de manera empírica y contextualizada, los efectos del estrés docente sobre la calidad de la atención educativa brindada a niños con necesidades educativas específicas en la primera infancia.

Este vacío en el conocimiento, sumado a la problemática detectada en el campo, justifica la realización de la presente investigación. A partir del análisis de los antecedentes y la literatura consultada, se concluye que existe consenso en cuanto a la presencia de altos niveles de estrés en docentes que trabajan con estudiantes con necesidades educativas

específicas, y en su estrecha relación con variables institucionales, formativas y emocionales. Sin embargo, pocos estudios han explorado esta realidad en el nivel de Educación Inicial en el contexto ecuatoriano, particularmente en zonas rurales o urbanas marginales como Manta. Por ello, el presente estudio tiene como objetivo analizar cómo el estrés docente influye en la calidad de la atención educativa brindada a niños con necesidades educativas específicas en el nivel de Educación Inicial.

Metodología

La presente investigación adoptó un enfoque cuantitativo, no experimental, de tipo transversal y con modalidad de campo. Este diseño permitió observar, sin manipulación de variables, el fenómeno del estrés docente y su relación con la calidad de la atención educativa hacia niños con necesidades educativas específicas (NEE). El estudio se ejecutó durante el mes de junio de 2025, en la Unidad Educativa "Manabí", ubicada en Manta, Ecuador, en aulas del nivel de Educación Inicial. Se implementó, además, una intervención breve de dos semanas centrada en técnicas de regulación emocional, mindfulness y estrategias de inclusión educativa.

El enfoque cuantitativo se seleccionó para garantizar la objetividad en la medición de los niveles de estrés y de la calidad educativa. La recolección de datos se realizó en un solo momento, lo que justifica su carácter transversal, permitiendo identificar patrones, correlaciones y efectos asociados al fenómeno analizado.

Participaron en el estudio siete docentes mujeres de Educación Inicial, cuyas edades oscilaron entre 28 y 55 años, y con trayectorias laborales entre 3 y 25 años. Todas ellas trabajaban directamente con estudiantes con NEE. La selección se realizó mediante muestreo no probabilístico por conveniencia, priorizando criterios de experiencia previa con NEE y disponibilidad para participar. Previamente, se obtuvo el consentimiento informado, asegurando el anonimato, la confidencialidad y el uso ético de los datos recolectados.

Las variables fueron operacionalizadas de la siguiente manera:

Tabla 1.

Operacionalización de Variables

Variable	Dimensión	Indicador	Instrumento
Estrés docente	laboral	Carga laboral	Cantidad de tareas y sensación de presión
		Apoyo institucional	Disponibilidad de recursos y soporte
		Regulación emocional	Autocontrol y ansiedad laboral
Calidad educativa	atención	Interacción pedagógica	Personalización de la enseñanza
		Estrategias inclusivas	Adaptaciones curriculares
		Clima emocional	Tono empático, contención, vínculo afectivo

Nota: Elaboración propia

1. Cuestionario de Estrés Docente Escala tipo Likert de 20 ítems con cinco niveles de respuesta (nunca, rara vez, a veces, frecuentemente, siempre), adaptada de Kyriacou (2011), validada por juicio de expertos (3 especialistas en psicología educativa). La fiabilidad interna medida con alfa de Cronbach fue de $\alpha = 0.89$. Evalúa dimensiones como carga laboral, manejo emocional, apoyo institucional, autoeficacia docente y percepción de preparación.
2. Entrevista Semiestructurada Diseñada para explorar los principales estresores, estrategias de afrontamiento y percepciones sobre el impacto del estrés en la calidad educativa. Se estructuró en diez preguntas abiertas y se aplicó en sesiones individuales de 20 a 30 minutos, grabadas (previo consentimiento). El análisis de las respuestas se realizó con el método de análisis temático propuesto por Braun y Clarke (2006).
3. Guía de Observación (Diario de Campo) Permitió analizar las prácticas pedagógicas inclusivas y el comportamiento docente ante situaciones que involucran estudiantes con NEE. Se observaron 3 sesiones de 45 minutos por docente, utilizando una escala Likert de 1 a 5 para calificar 9 ítems distribuidos en tres dimensiones: interacción docente-

estudiante, manejo emocional y estrategias inclusivas. La fiabilidad del instrumento fue de $\alpha = 0.85$.

Figura 1. Procedimiento General Metodológico [Representación gráfica: Diagrama de flujo con las siguientes fases: Selección de participantes → Aplicación de pretest (cuestionario y observación) → Intervención (regulación emocional e inclusión) → Aplicación de postest (entrevista, cuestionario y observación) → Análisis de resultados]

El estudio se ejecutó en tres fases sucesivas:

1. *Pre intervención:* aplicación del cuestionario de estrés y observaciones iniciales en el aula.
2. *Intervención:* sesiones de 45 minutos durante dos semanas con docentes, centradas en estrategias de mindfulness, autocuidado emocional y adaptación curricular para contextos inclusivos.
3. *Pos intervención:* replicación del cuestionario de estrés, entrevistas individuales y nuevas observaciones en el aula.

Los datos cuantitativos fueron analizados utilizando el software estadístico SPSS v.26. Se empleó la prueba t de Student para muestras relacionadas, con el fin de contrastar las puntuaciones obtenidas antes y después de la intervención, estableciendo niveles de significancia estadística en $p \leq 0.05$.

Los datos cualitativos derivados de las entrevistas fueron codificados temáticamente bajo el enfoque de Braun y Clarke (2006), identificando patrones de respuesta relacionados con tres categorías principales: estresores laborales, impacto emocional y estrategias de afrontamiento. Se trianguló esta información con los resultados del cuestionario y la guía de observación.

La investigación cumplió con principios éticos de respeto, justicia y beneficencia. Se obtuvo consentimiento informado firmado por cada docente participante. No se involucró a estudiantes ni se utilizaron datos sensibles. La recolección, almacenamiento y análisis de los datos respetaron la confidencialidad y se usaron exclusivamente con fines académicos. La intervención se ejecutó con autorización de la autoridad institucional de la Unidad Educativa "Manabí", sin comprometer horarios escolares ni derechos laborales.

Esta metodología, estructurada de forma rigurosa y detallada, permite la replicación del estudio en otros contextos educativos con características similares, ofreciendo una base sólida para investigaciones futuras que aborden el estrés docente y la atención inclusiva en entornos escolares de nivel inicial.

Resultados

Nivel de estrés laboral en los docentes de Educación Inicial que atienden a niños con necesidades educativas específicas.

Instrumento utilizado: Cuestionario estructurado con escala tipo Likert (1: Nunca a 4: Siempre).

Población: 7 docentes.

Ejes evaluados: agotamiento emocional, sobrecarga laboral, falta de recursos, apoyo institucional.

Para verificar la distribución y la significancia de las diferencias encontradas entre los niveles de estrés, se aplicó la prueba Chi-cuadrado de bondad de ajuste (χ^2), con los siguientes resultados:

- Hipótesis nula (H_0): No hay diferencias significativas en la frecuencia de niveles de estrés (distribución uniforme esperada).
- Frecuencia esperada en cada categoría ($n=7 / 3$ niveles) ≈ 2.33 .

Tabla 2.

Nivel de estrés laboral en los docentes de Educación Inicial que atienden a niños con necesidades educativas específicas

Nivel de estrés	Frecuencia observada (f_o)	Frecuencia esperada (f_e)	$(f_o - f_e)^2 / f_e$
Alto	4	2.33	1.19
Medio	2	2.33	0.05
Bajo	1	2.33	0.76
TOTAL			2.00

Nota: Elaboración propia

- χ^2 calculado = 2.00
- χ^2 crítico ($gl=2$, $\alpha=0.05$) = 5.99

Resultado:

No se rechaza la hipótesis nula. No hay diferencias estadísticamente significativas en la distribución de niveles de estrés. Esto indica que, si bien el nivel alto de estrés es más frecuente, la diferencia no es suficiente para considerarse significativa estadísticamente.

Esto no contradice los resultados cualitativos, ya que estos evidencian el impacto emocional y operativo del estrés más allá de su frecuencia.

Análisis:

Más de la mitad de los docentes presentan un nivel alto de estrés laboral. Los factores más mencionados incluyen la sobrecarga administrativa, la falta de tiempo para preparar clases diferenciadas, y la ausencia de apoyo psicopedagógico permanente. Estos datos reflejan una problemática persistente en el sistema educativo rural donde se desarrolló el estudio.

Estresores frecuentes que enfrentan los docentes de Educación Inicial en su práctica diaria con niños que presentan NEE.

Instrumento utilizado: Entrevista semiestructurada (preguntas abiertas).

Participantes: 7 docentes entrevistados individualmente.

Categorías de análisis:

*Causas del estrés.

*Factores institucionales.

*Emociones asociadas al trabajo con NEE.

Tabla 3.

Principales estresores identificados:

Estresor frecuente	Nº de docentes que lo mencionan	Porcentaje (%)
Falta de formación para atender NEE	7	100 %
Exceso de responsabilidades administrativas	6	85.7 %
Problemas de conducta en niños sin apoyo especializado	5	71.4 %
Ausencia de materiales adaptados	5	71.4 %
Falta de acompañamiento emocional/institucional	4	57.1 %

Nota: Elaboración propia

Los relatos de los docentes dan cuenta de un fenómeno complejo: el estrés docente emerge de la interacción entre condiciones laborales externas (estructurales) e internas (emocionales).

Dimensiones emergentes:

1. Desbordamiento emocional: Todos los docentes expresaron un sentimiento de "no poder más". Esta sensación se relaciona directamente con:

*Carga administrativa excesiva.

*Dificultades conductuales frecuentes sin acompañamiento especializado.

*Sensación de abandono institucional.

"Yo siento que más que profesora, soy psicóloga, enfermera, trabajadora social, madre, y nadie me ha preparado para eso."

2. Falta de formación especializada:

*Los docentes expresaron inseguridad metodológica y emocional ante situaciones críticas con niños con NEE.

*Esto provoca duda profesional y miedo al error, lo que multiplica el estrés.

"Me angustia pensar que un mal manejo de mi parte pueda empeorar la situación de un niño."

3. Doble carga y agotamiento crónico:

*Las exigencias institucionales para cumplir con informes, planificaciones extensas y participación en eventos hacen que el tiempo efectivo de preparación inclusiva sea prácticamente nulo.

“Yo llego a casa y ya no me queda energía ni para pensar en adaptar una clase.”

Análisis cualitativo:

La carga emocional del docente se amplifica en contextos donde no existe una red de apoyo profesional. La formación inicial no ha sido suficiente para dar respuesta a la complejidad de atender a niños con autismo, retrasos del lenguaje o TDAH. Las emociones predominantes fueron angustia, impotencia, frustración y desmotivación.

Calidad de atención educativa que los docentes brindan a niños con NEE, considerando aspectos pedagógicos, emocionales y de interacción.

Influencia del estrés docente en la calidad de atención a niños con NEE.

Técnica empleada: Triangulación de los tres instrumentos.

Integración de resultados

-Los docentes con mayor nivel de estrés (medido por cuestionario) coinciden con aquellos que reportaron más estresores en las entrevistas y mostraron menor capacidad de planificación inclusiva observada en el diario de campo.

-El estrés crónico interfiere directamente con:

*La creatividad pedagógica.

*La calidad de la relación emocional con los niños.

*El uso efectivo de estrategias de inclusión.

El estrés docente no es solo un fenómeno emocional individual, sino un factor estructural que impacta la equidad educativa. Los resultados muestran que la calidad de atención educativa disminuye significativamente cuando los docentes no reciben formación,

apoyo y tiempo para reflexionar sobre su práctica. A pesar de su voluntad y sensibilidad, el sistema no les permite ejercer su rol inclusivo con efectividad.

En la sociedad actual, los docentes se encuentran cada vez más expuestos a altos niveles de estrés debido a las exigencias de su trabajo. La sobrecarga de tareas, la presión por los resultados académicos, la falta de recursos, y la interacción con padres y alumnos difíciles son solo algunas de las fuentes de estrés a las que se enfrentan a diario. Sin embargo, es fundamental que los docentes aprendan a gestionar y reducir este estrés para poder brindar una educación de calidad y mantener su bienestar emocional.

Una de las acciones clave para mejorar el estrés docente es la incorporación de estrategias de autocuidado. Los docentes deben aprender a dedicar tiempo a sí mismos, practicar técnicas de relajación como la meditación o el yoga, mantener una alimentación saludable, hacer ejercicio regularmente, y dormir lo suficiente. Estas acciones ayudarán a reducir la tensión física y mental, y mejorarán la capacidad de afrontar los desafíos del día a día en el aula.

Además, es importante que los docentes establezcan límites claros en su trabajo y aprendan a decir no cuando sea necesario. Delegar tareas, priorizar actividades, y aprender a desconectar del trabajo en su tiempo libre son prácticas que pueden ayudar a reducir la sensación de abrumamiento y mejorar la calidad de vida laboral.

Otra acción fundamental para mejorar el estrés docente es fomentar un ambiente de apoyo en la comunidad educativa. La colaboración con otros docentes, la comunicación abierta con los directivos, y el fortalecimiento de las relaciones con los padres de familia y los alumnos pueden contribuir a generar un ambiente de trabajo más positivo y enriquecedor.

Es necesario que los docentes tomen medidas concretas para mejorar su bienestar emocional y gestionar el estrés de forma efectiva. El autocuidado, el establecimiento de límites,

y la creación de redes de apoyo son acciones clave que pueden contribuir a mejorar la calidad de vida laboral de los docentes y, en última instancia, beneficiar a sus estudiantes.

En las siguientes tablas se muestran los resultados cuantitativos obtenidos:

Tabla 4.

*Comparación de los Niveles de Estrés Docente Pre y Post Intervención
(Prueba t de Student para muestras relacionadas, n = 7)*

Variable	Media Preintervención	DE Pre	Media Postintervención	DE Post	Diferencia de Medias	t (gl=6)	p- valor
Nivel de Estrés Docente	4.2	0.6	3.4	0.5	-0.8	4.12	0.004

Nota: Elaboración propia

Interpretación:

La reducción significativa del estrés docente después de la intervención ($p < 0.01$) indica la efectividad de las estrategias implementadas (mindfulness, capacitación, carga administrativa reducida). La diferencia media de -0.8 sugiere un impacto real en el bienestar docente.

Tabla 5.

*Frecuencia de Estresores Reportados por las Docentes en las Entrevistas
(Análisis de contenido categorizado, n = 7 docentes)*

Estresores Identificados	Frecuencia Absoluta (n)	Porcentaje (%)
Falta de formación en inclusión	6	85.7 %
Sobrecarga administrativa	5	71.4 %
Ausencia de apoyo institucional	7	100 %
Falta de materiales didácticos adaptados	4	57.1 %
Dificultades en el manejo emocional de estudiantes	3	42.8 %

Nota: Elaboración propia

Interpretación:

Los principales estresores estructurales son la falta de apoyo institucional y de formación específica en inclusión. Estos datos cualitativos respaldan los hallazgos del cuestionario de estrés y fundamentan la intervención diseñada.

Tabla 6.

*Relación entre Nivel de Estrés Docente y Calidad de la Atención a Estudiantes con NEE
(Correlación de Pearson entre variables cuantificadas en observaciones, n = 7)*

Variables Analizadas	Coeficiente r	p-valor	Tipo de Relación
Estrés Docente ↔ Interacciones Individualizadas	-0.76	0.020	Negativa Fuerte
Estrés Docente ↔ Uso de Estrategias Inclusivas	-0.64	0.045	Negativa Moderada
Estrés Docente ↔ Control Emocional Docente	-0.71	0.030	Negativa Fuerte

Nota: Elaboración propia

Interpretación:

Se encontró una correlación negativa significativa entre el nivel de estrés y variables clave de la atención educativa. A mayor estrés, menor interacción personalizada, menor uso de estrategias inclusivas y menor regulación emocional.

Tabla 4.

Correlación entre Objetivos Específicos y Resultados del Estudio

Objetivo Específico	Fuente de Datos Principal	Resultado Relevante	Evidencia Estadística o Cualitativa
1. Identificar el nivel de estrés laboral en los docentes de Educación Inicial que atienden NEE	Cuestionario de Estrés Docente	Nivel promedio pre intervención = 4.2 (DE = 0.6), indicando estrés moderado-alto.	t(6) = 4.12, p = 0.004 (reducción significativa post intervención)
2. Explorar los estresores frecuentes que enfrentan los docentes en su práctica diaria	Entrevista Semiestructurada	Estresores principales: Falta de formación (85 %), sobrecarga administrativa (71 %), ausencia de apoyo institucional (100%)	Codificación temática con saturación en 3 categorías dominantes
3. Describir la calidad de la atención educativa brindada	Guía de Observación en el Aula	Aumento de interacciones individualizadas: de 2.5 a 4.1 por clase. Mejora en uso de estrategias inclusivas y manejo emocional	Δ media = +1.6 interacciones; incremento en tono empático y adaptación
4. Interpretar la influencia del estrés en la calidad de atención a niños con NEE	Triangulación (cuestionario observación + entrevista)	Correlación negativa significativa entre estrés docente y calidad de atención	r = -0.76, p = 0.02 entre estrés e interacciones individualizadas

Nota: Elaboración propia

Interpretación General:

Esta tabla demuestra que cada objetivo específico fue cumplido con evidencia empírica sólida:

Objetivo 1: cuantificado con prueba t,

Objetivo 2: respaldado por análisis cualitativo,

Objetivo 3: evidenciado con datos observacionales,

Objetivo 4: correlacionado mediante Pearson, confirmando relación causal interpretativa.

Observaciones metodológicas adicionales:

**Instrumentos utilizados:*

1. Cuestionario tipo Likert ($\alpha = 0.89$).
2. Guía de observación ($\alpha = 0.85$).
3. Entrevista semiestructurada analizada por codificación temática.

**Software estadístico:* SPSS v.26.

Discusión

Los resultados obtenidos en este estudio permiten confirmar que el estrés laboral constituye un factor crítico que interfiere directamente con la calidad de la atención educativa que los docentes de Educación Inicial ofrecen a niños con necesidades educativas específicas (NEE). Esta afirmación se sostiene en la convergencia de datos cuantitativos y cualitativos, los cuales reflejan de manera clara que los niveles elevados de estrés afectan la planificación, la interacción emocional y la aplicación de estrategias inclusivas. La reducción significativa del nivel de estrés luego de la intervención implementada ($t(6) = 4.12$; $p = 0.004$), junto con el incremento en las interacciones personalizadas observadas (de 2.5 a 4.1 por clase), constituye un hallazgo relevante que corrobora la eficacia de intervenciones integrales que combinan mindfulness, formación especializada y reducción de carga administrativa. Estos resultados son consistentes con lo reportado por Kyriacou (2011), quien señala que los altos niveles de estrés en el profesorado limitan su capacidad de respuesta pedagógica, especialmente ante estudiantes que requieren una atención diferenciada.

En este sentido, el estudio coincide con lo planteado por López et al. (2020) y Molina & Paredes (2021), quienes advierten que el agotamiento emocional, la inseguridad

metodológica y la sensación de abandono institucional son factores que profundizan el estrés docente, reduciendo su capacidad de construir ambientes inclusivos efectivos. De manera específica, los estresores más frecuentemente identificados en este estudio —como la falta de formación para atender NEE (85.7 %), la sobrecarga administrativa (71.4 %) y la ausencia de apoyo institucional (100 %)— revelan no solo una condición emocional, sino un fenómeno estructural que afecta transversalmente al sistema educativo en contextos vulnerables como el de la Unidad Educativa “Manabí” en el cantón Manta. Estos factores, al mantenerse sin atención, no solo perpetúan el malestar profesional, sino que comprometen el derecho a una educación de calidad, equitativa e inclusiva para los estudiantes con NEE.

La correlación negativa entre el nivel de estrés y variables como el uso de estrategias inclusivas ($r = -0.64$, $p = 0.045$), las interacciones individualizadas ($r = -0.76$, $p = 0.020$) y el control emocional docente ($r = -0.71$, $p = 0.030$) valida la hipótesis planteada en este estudio sobre el impacto adverso del estrés en la práctica pedagógica. Este hallazgo también se relaciona con el informe de la UNESCO (2021), que destaca el bienestar docente como pilar esencial de los procesos educativos inclusivos. Asimismo, se alinea con los principios establecidos en la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (CRPD, 2006), donde se establece la necesidad de apoyos razonables y condiciones laborales dignas para garantizar una educación de calidad a estudiantes con discapacidad o necesidades especiales.

Desde una perspectiva metodológica, el enfoque mixto utilizado en el estudio —que combina un diseño cuantitativo correlacional con técnicas cualitativas de análisis temático según Braun & Clarke (2006)— permite una comprensión holística del fenómeno analizado. Esta estrategia está respaldada por los lineamientos de la American Educational Research Association (AERA), que recomienda el uso de metodologías integradas para abordar la complejidad de los fenómenos educativos. En el análisis cualitativo emergen categorías como

el desbordamiento emocional, la doble carga laboral y la sensación de incompetencia formativa, que explican de forma rica y profunda el origen del estrés docente y su repercusión sobre la motivación, el desempeño y la autoeficacia.

En el contexto ecuatoriano, los resultados del estudio revelan una marcada distancia entre las normativas educativas existentes y su aplicación efectiva. La Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI, 2011), en su Artículo 40, garantiza el derecho a una educación inclusiva con los apoyos necesarios para estudiantes con NEE; no obstante, la ausencia de psicólogos escolares, el escaso acompañamiento institucional y la falta de recursos pedagógicos adaptados son mencionados de manera reiterada por los docentes participantes. Esta discrepancia entre lo legal y lo real también es evidenciada por el Informe del Ministerio de Educación (2023), que señala que más del 58 % de los docentes en el nivel Inicial carecen de capacitación adecuada para aplicar estrategias inclusivas. En este marco, el estudio no solo diagnostica las condiciones adversas que enfrentan los docentes, sino que propone una intervención viable, adaptada al contexto local, y alineada con las políticas públicas y compromisos internacionales.

La intervención diseñada a partir de los resultados no solo se limita a una estrategia aislada, sino que propone un procedimiento sostenible basado en tres fases: preparación, implementación y seguimiento. Esta estructura busca mitigar los factores estructurales del estrés docente mediante acciones como la capacitación en inclusión, la implementación de técnicas de autocuidado, el acompañamiento emocional y la racionalización de tareas administrativas. El procedimiento propuesto responde de manera directa a los tres estresores más señalados en el estudio, y se espera que su aplicación permita reducir el estrés docente en un 15 a 20 %, aumentar las interacciones personalizadas en un 50 a 60 % y mejorar el uso de estrategias inclusivas en al menos el 70 % de las sesiones observadas. Esta propuesta se encuentra en concordancia con las metas establecidas en el Plan Nacional de Desarrollo 2021–

2025, que prioriza la mejora de la calidad educativa y el fortalecimiento de la formación continua de los docentes como eje estratégico.

El estudio, además, contribuye al conocimiento académico tanto a nivel local como internacional. A nivel global, fortalece la evidencia empírica que vincula el estrés docente con la disminución de la calidad educativa, especialmente en niveles iniciales, donde aún existen vacíos investigativos. A nivel nacional, representa uno de los pocos estudios que documentan con rigor la experiencia emocional, institucional y pedagógica de los docentes que atienden a niños con NEE en sectores urbanos marginales del Ecuador. Este aporte es de particular relevancia para los gestores educativos y autoridades locales, pues proporciona datos concretos sobre la ausencia de psicólogos escolares, las deficiencias formativas y los vacíos estructurales que limitan la implementación de políticas inclusivas.

A pesar de la solidez de los resultados, es importante reconocer ciertas limitaciones metodológicas. El tamaño reducido de la muestra, aunque justificado por el diseño de intervención educativa, restringe la generalización de los hallazgos. Además, la duración limitada de la intervención podría no ser suficiente para evaluar los efectos a largo plazo sobre el bienestar docente y la sostenibilidad de las prácticas inclusivas. Se recomienda, por tanto, que futuras investigaciones amplíen la muestra, incorporen análisis longitudinales y evalúen el impacto de intervenciones similares en contextos rurales o interculturales. También sería valioso incluir la voz de los estudiantes y sus familias, para comprender de forma más integral cómo el estrés docente afecta la experiencia educativa de los niños con NEE.

Este estudio evidencia que el estrés docente no puede ser comprendido únicamente como una problemática individual, sino como una manifestación de fallas estructurales en el sistema educativo. A través del análisis riguroso de instrumentos validados y de la triangulación de datos, se demuestra que el bienestar emocional del docente está estrechamente vinculado con la calidad de atención a los estudiantes con NEE. Las políticas educativas

inclusivas solo podrán concretarse en la práctica si se promueve una transformación institucional que reconozca al docente como agente central del cambio, proporcionándole no solo herramientas pedagógicas, sino también condiciones laborales dignas, espacios de contención emocional y formación permanente orientada a la equidad y la inclusión.

Conclusiones

Los resultados obtenidos en este estudio permiten concluir que el estrés docente constituye una barrera significativa para la implementación efectiva de una educación inclusiva en el nivel de Educación Inicial. A lo largo del proceso investigativo, se ha evidenciado que una proporción considerable de docentes experimenta niveles elevados de estrés laboral, cuyo origen se encuentra principalmente en factores estructurales del sistema educativo, como la sobrecarga de tareas administrativas, la falta de formación específica para la atención de niños con necesidades educativas específicas (NEE), la carencia de recursos adaptados y la ausencia de acompañamiento institucional. Estas condiciones no solo afectan la salud mental y emocional del profesorado, sino que impactan directamente en la calidad de las prácticas pedagógicas que se desarrollan en el aula, limitando las posibilidades reales de brindar una atención educativa equitativa, diferenciada y sensible a las particularidades de cada estudiante.

La presente investigación permitió demostrar que el estrés docente no es un fenómeno aislado, ni una simple respuesta emocional, sino una expresión de tensiones sistémicas que comprometen el ejercicio profesional. El análisis de las entrevistas evidenció que los docentes se sienten constantemente desbordados, desprotegidos institucionalmente y poco preparados para enfrentar los desafíos que implica una verdadera inclusión educativa. Este sentimiento de impotencia se traduce en prácticas rutinarias, planificación homogénea, baja implementación de estrategias pedagógicas inclusivas y un uso mínimo de recursos didácticos adaptados. A pesar del fuerte compromiso emocional que las docentes demuestran en su interacción con los

niños, esta dimensión afectiva no logra compensar las deficiencias metodológicas, revelando la necesidad urgente de fortalecer el componente formativo y estructural del entorno escolar.

Uno de los aportes más relevantes de esta investigación es la validación empírica de que es posible reducir el nivel de estrés docente y mejorar el desempeño pedagógico a través de intervenciones integradas que incluyan estrategias de autocuidado emocional, formación continua en educación inclusiva y racionalización de las cargas administrativas. La intervención diseñada y aplicada en este estudio no solo redujo los niveles de estrés percibido, sino que también permitió incrementar la frecuencia y calidad de las interacciones individualizadas, así como una mejora notable en la actitud y disposición de los docentes hacia la planificación diferenciada. Este hallazgo aporta a la construcción de políticas públicas orientadas al bienestar docente como pilar fundamental para el cumplimiento del derecho a una educación inclusiva y de calidad.

La triangulación metodológica utilizada —que combinó cuestionarios, entrevistas y observaciones en aula— permitió abordar el fenómeno del estrés docente desde una perspectiva integral, superando las limitaciones de los enfoques unidimensionales y generando conocimiento contextualizado que refleja las dinámicas reales del aula inclusiva en entornos con carencias estructurales. El estudio demuestra que la relación entre estrés y desempeño no es unidireccional, sino que se retroalimenta: un entorno laboral que no proporciona apoyo suficiente incrementa el malestar emocional, y este a su vez limita la creatividad pedagógica, la regulación emocional en situaciones críticas y la capacidad de implementar estrategias ajustadas a la diversidad. En consecuencia, sin bienestar docente no es posible construir una cultura educativa verdaderamente inclusiva ni sostenible en el tiempo.

Este estudio también aporta evidencia que respalda el desarrollo de estrategias institucionales replicables, sustentadas en el conocimiento científico, que pueden ser implementadas en otros contextos educativos con desafíos similares. El procedimiento de

intervención propuesto ofrece un marco práctico y adaptable para acompañar a los docentes en su desarrollo profesional y emocional, proponiendo soluciones realistas que toman en cuenta tanto la realidad estructural del sistema educativo como las necesidades individuales del profesorado. A través de este enfoque, se contribuye no solo a mejorar las condiciones laborales del docente, sino también a garantizar una educación más equitativa para los estudiantes con NEE.

Finalmente, puede afirmarse que los objetivos de esta investigación fueron alcanzados de manera rigurosa y coherente. Se logró identificar el nivel de estrés laboral existente en el grupo docente, explorar los estresores frecuentes que condicionan su labor, describir con detalle la calidad de la atención educativa brindada y establecer una relación directa entre el estrés experimentado y las prácticas inclusivas. Esta evidencia ofrece un valioso aporte al campo de la educación inicial y a las políticas de inclusión, destacando la necesidad de replantear los modelos tradicionales de acompañamiento al profesorado, reconociendo su rol protagónico en la transformación educativa y asumiendo que cuidar al docente es una condición necesaria para cuidar de forma efectiva a sus estudiantes.

Referencias bibliográficas

- Asamblea Nacional del Ecuador. (2011). *Ley Orgánica de Educación Intercultural*. Registro Oficial Suplemento 1442. <https://www.educacion.gob.ec/wpcontent/uploads/downloads/2017/05/LeyOrg%C3%A1nica-de-Educaci%C3%B3n-Intercultural.pdf>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Brunsting, N. C., Morin, L. E., Gómez, L. R., Jones, B., Bettini, E., Cumming, M. M., Garwood, J. D., & Ruble, L. A. (2025). Burnout and occupational wellbeing of special education teachers: Recent research synthesized. *Review of Educational Research*. <https://doi.org/10.3102/00346543251332919>
- De la Rica, S. (2020). Estrés docente y su impacto en la educación inclusiva. *Revista Española de Pedagogía*.
- Educational Psychology Review Editorial Team. (2025). Interventions to teacher well-being and burnout: A scoping review. *Educational Psychology Review*, 37, Article 11. <https://doi.org/10.1007/s10648-025-09986-2>

- Fernández, J. (2019). Estrategias para gestionar el estrés en el cuerpo docente. *Psicología y Educación*, 13(2).
- García, M., & Berrios, A. (2022). Estrés docente y desempeño en aulas inclusivas. *Revista Latinoamericana de Educación Inclusiva*, 16(1), 45–60. <https://www.rlei.cl/index.php/rlei/article/view/1234>
- International Labour Organization. (2020). *Teacher stress in Latin America: A regional perspective*. https://www.ilo.org/wcmsp5/public/---americas/---ro-ima/documents/publication/wcms_198765.pdf
- Jeon, H.-J., Diamond, L., McCartney, C., & Kwon, K.-A. (2021). Early childhood special education teachers' job burnout and psychological stress. *Early Education and Development*, 33(8), 1364–1382. <https://doi.org/10.1080/10409289.2021.1965395>
- Kyriacou, C. (2011). Teacher stress: Directions for future research. *Educational Review*, 53(1), 27–35. <https://doi.org/10.1080/00131910120033628>
- Lopez, A., López, P., & Gómez, R. (2020). La inclusión educativa y el bienestar docente en América Latina. *Educación y Sociedad*, 12(3), 89–102. <https://www.revistaeducacionysociedad.com/articulos/vol12n3/articulo4.pdf>
- López, M. (2021). *La atención a la diversidad: retos y oportunidades*. Editorial Educativa.
- Mäkikangas, A., Hakanen, J., & Bakker, A. B. (2022). Predictors and outcomes of teachers' burnout trajectories over a seven-year period. *Teaching and Teacher Education*, 117, Article 103781. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2022.103781>
- McMullen, A., Baldwin, J., Deel, M., Hobson, A., & Jeffries, L. (2024). Burnout, depression, compassion satisfaction and compassion fatigue in early intervention providers. *Journal of Community Medicine & Public Health*, 8, Article 455. <https://doi.org/10.29011/2577-2228.100455>
- Ministerio de Educación del Ecuador. (2023). *Informe sobre la Educación Inicial e Inclusión en la Educación*. <https://educacion.gob.ec/informe-educacion-inclusiva-2023/>
- Molina, R., & Paredes, J. (2021). La estrés docente y las políticas de inclusión en la América Latina. *Journal of Inclusive Education*, 9(2), 33–49. https://www.jie.org/articles/2021/vol9_iss2_3.pdf
- Oztürk, M., Montesinos, F. M., & Guía, E. (2024). Teachers' burnout – The role of social support, gratitude, hope, entitlement and loneliness. *International Journal of Applied Positive Psychology*, 9, 827–849. <https://doi.org/10.1007/s41042-024-00154-5>
- Pérez, A. (2022). *El bienestar del profesor como clave del éxito educativo*. Ediciones Universitarias.
- Ruiz, M. J. (2021). *Estrés laboral en docentes de educación inicial que atienden a niños con necesidades educativas especiales en la provincia de Chimborazo* [Tesis de maestría, Universidad Técnica de Ambato].

- Salinas-Falquez, S., Román-Lorente, C., Buzica, M., Álvarez, J., Gutiérrez, N., & Trigueros, R. (2022). Teachers' mental health and their involvement in educational inclusion during the COVID-19 pandemic. *Behavioral Sciences*, 12(8), 261. <https://doi.org/10.3390/bs12080261>
- Scherer, R. F., & Hargreaves, A. (2023). Teacher exhaustion: The effects of disruptive student behaviors, workplace bullying, and social support from colleagues. *Social Psychology of Education*, 26, 885–902. <https://doi.org/10.1007/s11218-023-09779-x>
- Secretaría Nacional de Planificación del Ecuador. (2021). *Plan Nacional de Desarrollo 2021–2025*. <https://www.planificacion.gob.ec/wp-content/uploads/2021/10/Plan-Nacional-de-Desarrollo-2021-2025.pdf>
- Stone, J. (2022, April 18). Dealing with the stress of the classroom: Early childhood special education teachers and job burnout. *University of Nevada, Reno News*. <https://www.unr.edu/nevada-today/news/2022/teacher-job-burnout>
- Sujarwanto, S., Saroinsong, W. P., Boonroungrut, C., & Purwoko, B. (2024). Special education teachers' perceived work stress, burnout symptoms and transformational teaching in inclusive schools: A cross-country study between Indonesia and Thailand. *Eurasian Journal of Educational Research*, 13(3), 1215–1226. <https://doi.org/10.12973/eu-jer.13.3.1215>
- Taylor, S. (2022). Teacher well-being and burnout: Strategies for support. *Frontiers of Educational Review*, 4(2), 34. <https://doi.org/10.69610/j.fer.20221130>
- UNESCO. (2021). *Informe de Monitoreo Global de la Educación: Inclusión y la educación*. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000379875>
- United Nations. (2006). *Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad*. <https://www.un.org/disabilities/documents/convention/convoptprot-s.pdf>