



*Asesorías y Tutorías para la Investigación Científica en la Educación Puig-Salabarría S.C.
José María Pino Suárez 400-2 esq a Lerdo de Tejada, Toluca, Estado de México. 7223898476*

RFC: ATI120618V12

Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores.

<http://www.dilemascontemporaneoseducacionpoliticayvalores.com/>

Año: XIII Número: 3 Artículo no.:22 Período: 1 de mayo del 2026 al 31 de agosto del 2026

TÍTULO: Diseño y análisis psicométrico exploratorio del Inventario de Estrés Laboral para docentes universitarios.

AUTORES:

1. Est. Cynthia Natalia Contreras Torres.
2. Est. Paulina Padilla Ávila.
3. Est. Uriel Martínez Hernández.
4. Est. Yoari López Salado.
5. Dr. Javier Fernández de Castro.

RESUMEN: El objetivo de esta investigación fue diseñar un instrumento para medir el estrés laboral en docentes universitarios y realizar un análisis psicométrico exploratorio; para ello, se desarrolló un estudio con diseño instrumental. El instrumento se constituyó por 27 reactivos de escala tipo Likert de cinco niveles, organizados en tres dimensiones: D1. Factores ambientales, D2. Factores organizacionales y D3. Factores individuales. Participaron 45 docentes universitarios, a quienes se les aplicó la escala mediante un formulario electrónico. Los resultados evidenciaron adecuadas propiedades psicométricas, con indicios de validez de contenido, confiabilidad y validez de constructo. En conjunto, el instrumento constituye un aporte relevante para la evaluación del estrés laboral en el ámbito universitario.

PALABRAS CLAVES: estrés laboral, docente universitario, instrumento de medición, validez, confiabilidad.

TITLE: Design and exploratory psychometric analysis of the Job Stress Inventory for university professors.

AUTHORS:

1. Stud. Cynthia Natalia Contreras Torres.
2. Stud. Paulina Padilla Ávila.
3. Stud. Uriel Martínez Hernández.
4. Stud. Yoari López Salado.
5. PhD. Javier Fernández de Castro.

ABSTRACT: The objective of this study was to design an instrument to measure occupational stress in university faculty and to conduct an exploratory psychometric analysis. To this end, an instrumental research design was employed. The instrument consisted of 27 items rated on a five-point Likert scale, organized into three dimensions: D1. Environmental factors, D2. Organizational factors, and D3. Individual factors. A total of 45 university faculty members participated to whom the scale was administered through an electronic questionnaire. The results provided evidence of adequate psychometric properties, including indications of content validity, reliability, and construct validity. Overall, the instrument represents a relevant contribution to the assessment of occupational stress in the university context.

KEY WORDS: work stress, university professor, measurement instrument, validity, reliability.

INTRODUCCIÓN.

El estrés se define como un cambio en el estado mental y físico del individuo en respuesta a situaciones ambientales o personales que representan un desafío, denominadas estresores (Buitrago-Orjuela et al., 2021). Se configura a partir de un conjunto de procesos y respuestas neuroendocrinas, inmunológicas, emocionales y conductuales ante situaciones que exigen una adaptación mayor a la habitual para el

organismo y que son percibidas como peligrosas o amenazantes, ya sea para la integridad física o psicológica (Jerez-Mendoza & Oyarzo-Barría, 2015).

El nivel de estrés puede variar entre individuos o en un mismo sujeto a lo largo del tiempo, en función de variables como la duración y la frecuencia, lo que permite distinguir tres categorías: estrés agudo, agudo-episódico y crónico (Lazarus y Folkman, en Palima-González et al., 2024). En la Tabla 1 se presentan las características más relevantes de cada uno de estos niveles, así como algunas manifestaciones.

Tabla 1. Niveles de estrés.

Estrés agudo	Estrés agudo-episódico	Estrés crónico
Se genera como reacción a las exigencias o la presión puntual. Su duración es corta y fácil de manejar y tratar. Sus principales manifestaciones son el cansancio, la sobreexcitación, ligeros sentimientos de ansiedad y depresión, así como sensación de pies y manos frías.	Se da cuando un individuo sufre situaciones de estrés agudo de forma repetitiva, manifestándose en una vida desordenada, con presión autoimpuesta y crisis continua. Quien lo padece suele tener carácter irritable, nervioso, ansioso. Asimismo, suelen culpar a otras personas de los problemas propios.	Produce un desgaste físico y emocional continuo. Quien lo padece, regularmente no encuentra la salida y deja de buscar soluciones. En ocasiones, el origen puede estar arraigado en hechos traumáticos vividos durante la infancia. Puede inducir la ideación suicida o influir en el origen de un infarto al miocardio u otras enfermedades sistémicas.

Nota: Basado en Palima-González et al, 2024.

El estrés no es un fenómeno homogéneo, sino que se manifiesta en distintos tipos y contextos, entre los que destaca el estrés laboral, definido como la respuesta psicológica y fisiológica que ocurre cuando las demandas del trabajo exceden las capacidades, recursos o necesidades del individuo. El estrés laboral puede expresarse a través de diferentes subdimensiones, tales como los estresores de la tarea, la respuesta al estrés y el apoyo social en el entorno laboral, lo que refleja la complejidad multifacética de este constructo en contextos ocupacionales (Sun et al., 2022).

Se han identificado múltiples combinaciones de factores de riesgo que contribuyen al estrés laboral, incluidos factores individuales, de carga de trabajo y de flexibilidad psicológica, evidenciando que diferentes tipos de estrés pueden coexistir y requerir estrategias de intervención diferenciadas (Quan et al., 2022).

La Organización Internacional del Trabajo (OIT) (en Salamanca-Velandia & Garavito-Santander, 2021) sugiere que el estrés laboral no sólo afecta al trabajador, sino que también amenaza el bienestar de la organización, así como la productividad de un país; de ahí, la importancia de su detección temprana, a fin de evitar las consecuencias negativas que le acompañan.

El estrés laboral en el profesorado universitario es una preocupación creciente, debido a que la profesión docente en educación superior implica demandas relevantes de tiempo, carga de trabajo y adaptación tecnológica, que inciden negativamente en la salud mental y el bienestar de los docentes. Un estudio realizado en una universidad pública de México comparó niveles de estrés laboral con variables como la salud mental y la disponibilidad tecnológica, hallando diferencias significativas entre disciplinas, lo que sugiere que las condiciones contextuales y recursos disponibles modulaban la percepción de estrés entre los profesores (Avalos-Latorre et al., 2022).

La pandemia por COVID-19 también intensificó estos factores estresantes en el profesorado universitario mexicano. Una investigación centrada en docentes de una Universidad pública del Estado de México reportó que el teletrabajo asociado al confinamiento generó predominantemente niveles leves de estrés laboral y niveles medios de agotamiento, con síntomas físicos como molestias gastrointestinales y cefaleas, además de diferencias por género, donde las mujeres docentes presentaron mayores niveles de estrés (Benítez-Salinas, 2024). Estos hallazgos subrayan la necesidad de estrategias institucionales que atiendan de manera integral el estrés laboral en el personal académico.

La medición del estrés laboral ha sido abordada desde diversas perspectivas metodológicas. En la literatura se identifican múltiples estudios orientados al análisis de esta variable o de constructos relacionados. Entre

los instrumentos más utilizados a nivel internacional se encuentra el Maslach Burnout Inventory (MBI), desarrollado por Maslach y Jackson (Ponce-Díaz et al., 2005; Aranda-Beltrán et al., 2016), el cual evalúa las dimensiones del síndrome de burnout: agotamiento emocional, despersonalización, baja realización personal en el trabajo e implicación laboral. Dicho instrumento ha sido validado en el contexto mexicano (Aranda-Beltrán et al., 2016) y también ha sido ampliamente utilizado en investigaciones realizadas en otros países de Latinoamérica (Ponce-Díaz et al., 2005).

En el contexto latinoamericano, el Cuestionario de Estrés Laboral de la OIT-OMS ha sido adaptado y validado en diversos países, mostrando propiedades psicométricas adecuadas para la evaluación del estrés en distintos contextos ocupacionales (Suárez, 2013); asimismo, el cuestionario SUSESO/ISTAS21, empleado en Chile y en otros países de la región, permite identificar y evaluar riesgos psicosociales en el trabajo, incluyendo dimensiones específicas del contexto laboral. Este instrumento abarca cinco dimensiones: exigencias psicológicas, trabajo activo y desarrollo de habilidades, apoyo social en la empresa y calidad del liderazgo, compensaciones y doble presencia (Alvarado et al., 2012).

A pesar de la disponibilidad de estos instrumentos, persiste la necesidad de desarrollar herramientas de evaluación que respondan a las características específicas del contexto educativo mexicano actual y que consideren las particularidades del estrés laboral en docentes universitarios, especialmente en el escenario postpandemia. En este sentido, la evaluación del estrés laboral docente requiere instrumentos que contemplen las condiciones del entorno educativo, las demandas propias de la profesión y los factores contextuales que pueden modular la experiencia de estrés. La validación de instrumentos en población mexicana resulta particularmente relevante, dado que los factores socioculturales influyen de manera significativa en la percepción y manifestación del estrés laboral (Juárez-García et al., 2014).

Considerando lo anterior, la presente investigación atiende esta necesidad mediante el diseño de un instrumento que integra las dimensiones más relevantes del estrés laboral docente identificadas en la literatura, adaptadas al contexto sociocultural y organizacional de las instituciones de educación superior

en México; en congruencia con ello, el objetivo general del estudio es diseñar un instrumento para la medición del estrés laboral en docentes universitarios y realizar un análisis psicométrico exploratorio.

DESARROLLO.

En esta sección se presenta el método de investigación considerado para atender el objetivo de investigación. Contempla la descripción del diseño de investigación, el instrumento de medición, los participantes y el procedimiento.

Diseño de investigación.

En atención al objetivo de investigación, se desarrolló un estudio con diseño instrumental (Ato et al., 2013), ya que el estudio valora la calidad científica del instrumento diseñado, a través del análisis de sus propiedades psicométricas; particularmente, la validez de contenido, la confiabilidad y la validez de constructo.

Instrumento de medición.

La construcción y validación de instrumentos psicométricos requiere el cumplimiento de criterios científicos rigurosos que garanticen su calidad y utilidad. Según Muñiz y Fonseca-Pedrero (2019), los instrumentos de evaluación psicológica deben demostrar evidencias suficientes de validez y confiabilidad para ser considerados herramientas científicamente sólidas; por tal motivo, el diseño del Inventario de Estrés Laboral para Docentes Universitarios (INELDU) se desarrolló a través de un procedimiento cuidadoso, siguiendo las directrices establecidas por la International Test Commission (ITC) para el desarrollo de pruebas psicológicas (Muñiz et al., 2013).

Se inició con una revisión exhaustiva de la literatura sobre estrés laboral docente y el análisis de instrumentos existentes validados en contextos similares. A partir de este marco conceptual, se generó un banco inicial de 30 reactivos, distribuidos en tres dimensiones torales; no obstante, a la luz de un juicio de

expertos, la versión definitiva se constituyó por 27 ítems. La Tabla 2 presenta la operacionalización de variable alusiva a la versión definitiva del INELDU.

Tabla 2. Operacionalización de la variable estrés laboral para el diseño del INELDU.

Dimensiones	Indicadores	Reactivos
D1. Factores ambientales	1.1. Instalaciones y espacio de trabajo.	1, 2
	1.2. Relaciones interpersonales con compañeros de trabajo y jefes.	3, 4, 5, 6
	1.3. Clima organizacional.	7, 8
D2. Factores organizacionales	2.1. Respuesta y manejo ante la carga de trabajo.	9
	2.2. Presión temporal.	10, 11, 12
	2.3. Complejidad de las tareas.	13
D3. Factores individuales	3.1. Equilibrio entre la vida laboral y personal.	14, 15
	3.2. Desarrollo y desempeño profesional.	16, 17, 18
	3.3. Resiliencia, autoeficacia y manejo y gestión del tiempo.	19, 20
	3.4. Apoyo social percibido y situaciones familiares y económicas.	21, 22, 23
	3.5. Sintomatología y psicomatización.	24, 25, 26, 27

Como puede apreciarse, el INELDU se constituye por 27 ítems. Éstos se diseñaron con naturaleza de escala tipo Likert de cinco niveles, en el que los docentes deben indicar su grado de acuerdo con las afirmaciones incluidas. De la totalidad de reactivos, ocho forman parte de la dimensión 1 (Factores ambientales), cinco de la dimensión 2 (Factores organizacionales) y catorce de la dimensión 3 (Factores individuales). El tiempo promedio para contestarlos es de 5-10 minutos. Para fines del estudio, la escala se subió en un formulario electrónico (Google Forms), en el que se antecedió con un apartado alusivo al consentimiento informado. En la Tabla 3 se presenta el instrumento.

Tabla 3. Inventario de Estrés Laboral para Docentes Universitarios (INELDU).

Reactivos	1	2	3	4	5
1. El ambiente físico de mi trabajo (ruido, iluminación, temperatura) me resulta confortable.					

Reactivos	1	2	3	4	5
2. Mi espacio de trabajo es cómodo y adecuado para realizar mis tareas.					
3. Mantengo relaciones armoniosas con mis compañeros de trabajo.					
4. La comunicación con mis superiores es clara y respetuosa.					
5. Siento que recibo el apoyo necesario por parte de mis compañeros de trabajo.					
6. Las interacciones con mis compañeros de trabajo son constructivas.					
7. Percibo un ambiente de trabajo agradable y positivo en mi organización.					
8. Siento que la cultura de la empresa en la que trabajo promueve la colaboración equilibrada.					
9. Me siento capaz de manejar la carga de trabajo que tengo que realizar.					
10. Logro completar mis responsabilidades laborales dentro de mi horario regular de trabajo.					
11. Cumpro con los plazos de entrega de manera oportuna.					
12. Dispongo del tiempo suficiente para realizar mi trabajo con la calidad que deseo.					
13. Las tareas que debo realizar en mi trabajo tienen un nivel de complejidad adecuado.					
14. Mantengo un equilibrio entre mi vida personal y laboral.					
15. Logro desconectarme mentalmente del trabajo al terminar mi jornada laboral.					
16. Me gusta mi trabajo.					
17. Siento que mi trabajo me ofrece oportunidades de crecimiento profesional.					
18. Me siento satisfecho con las exigencias y responsabilidades de mi trabajo actual.					
19. Me siento seguro sobre mis habilidades para manejar las exigencias de mi trabajo.					
20. Puedo mantener una actitud positiva en situaciones laborales difíciles.					

Reactivos	1	2	3	4	5
21. Siento que las personas que son importantes para mí me apoyan en mi vida profesional.					
22. Mantengo la calidad de mis relaciones familiares independientemente de los desafíos laborales que enfrento.					
23. Mis ingresos del trabajo cubren mis necesidades económicas.					
24. Mantengo mi bienestar emocional intacto al finalizar mi jornada laboral.					
25. Se me facilita conciliar el sueño por las noches.					
26. Con frecuencia experimento dolores de cabeza.					
27. A menudo experimento indigestiones o molestias gastrointestinales.					

Participantes.

Se trabajó con una muestra de 45 docentes universitarios de diversas áreas disciplinares de una Universidad privada de Aguascalientes (México), con edades comprendidas entre 25 y 50 años (Media = 42.3, Desviación estándar = 8.7), de los cuales 58% fueron mujeres y 42% hombres. El muestreo fue por conveniencia, en términos de accesibilidad al profesorado.

Procedimiento.

Antes de la administración del instrumento, el inventario fue sometido a revisión por tres expertos en psicología, con especialización en estrés académico, quienes evaluaron cada ítem en términos de congruencia con sus respectivas dimensiones, así como de suficiencia. A partir de este proceso, fue posible realizar un análisis de validez de contenido, cuyos resultados se presentan en la sección correspondiente de Resultados. De éste, se desprendieron algunos ajustes, contemplando la eliminación de tres ítems, quedando así la versión de 27 reactivos presentada en la Tablas 2 y 3.

Previo autorización de las autoridades universitarias, el instrumento fue difundido entre el profesorado, explicando el objetivo del estudio y garantizando el anonimato, la confidencialidad y el uso exclusivo de

los datos recabados con fines de investigación. La administración se llevó a cabo de manera individual durante los meses de octubre y noviembre del 2024, con los docentes que aceptaron participar voluntariamente. Una vez concluido este periodo, se generó una base de datos que fue procesada mediante el software SPSS Statistics versión 27 (IBM).

El análisis de datos se orientó a la evaluación de tres propiedades psicométricas: validez de contenido, confiabilidad, y validez de constructo. Para la validez de contenido, se calculó el coeficiente Kappa de Cohen, con el fin de estimar el grado de acuerdo entre dos jueces que participaron en el juicio de expertos y generar conclusiones a partir de sus valoraciones.

En cuanto a la confiabilidad, se aplicó el método de consistencia interna mediante el cálculo del coeficiente Alpha de Cronbach, tanto por dimensión como para la escala total. Finalmente, para la validez de constructo, se utilizó el método de correlación ítem-dimensión, calculando coeficientes de correlación entre las respuestas a cada reactivo y los puntajes correspondientes a sus respectivas dimensiones.

A lo largo de toda la investigación se atendieron los principios éticos promovidos por el Comité para la Publicación Ética (COPE), destacando el consentimiento informado, el anonimato, la confidencialidad y el uso de los datos exclusivamente con fines de investigación.

Resultados.

En esta sección se presentan los resultados alusivos al análisis psicométrico del INELDU, en alineación al objetivo de investigación.

Validez de contenido.

La validez de contenido se refiere al grado en que los reactivos de un instrumento son representativos del constructo que se pretende medir (Escobar-Pérez & Cuervo-Martínez, 2008). Este tipo de validez se establece mediante el juicio de expertos, quienes evalúan la pertinencia, relevancia y claridad de cada ítem en relación con las dimensiones teóricas del constructo.

En este caso, se solicitó la participación de tres expertos en psicología, especializados en estrés laboral, a quienes se les proporcionó la tabla de operacionalización (Tabla 2), el instrumento de medición (Tabla 3) y un formato para la realización de sus valoraciones. Dicho formato incluyó una lista de cotejo en la que cada juez debía determinar si cada ítem era congruente o no con la dimensión a la que pertenecía. En un segundo apartado, se incluyó una pregunta abierta orientada a valorar la suficiencia de los reactivos para medir la variable. Finalmente, se incorporó un espacio destinado a la formulación de sugerencias respecto a la redacción de los ítems.

El análisis de la validez de contenido se llevó a cabo considerando las valoraciones de los dos expertos que presentaron el mayor grado de acuerdo en sus respuestas, estimado mediante el cálculo del coeficiente Kappa de Cohen. Dichos expertos correspondieron a los jueces 2 y 3. En relación con la suficiencia de los reactivos, ambos emitieron una valoración positiva del instrumento. Respecto a la congruencia ítem-dimensión, un reactivo fue valorado negativamente por ambos jueces (R20), mientras que tres reactivos fueron evaluados negativamente por uno de ellos (R11, R22 y R29). A partir de estos resultados, se reunió evidencia suficiente para suponer que el instrumento contaba con validez de contenido, dado que el 86.7% de los reactivos fue valorado positivamente por los jueces en cuanto a la congruencia ítem-dimensión, con un grado de acuerdo aceptable entre ellos (Kappa = .35) (Landis & Koch, 1977).

Considerando las observaciones realizadas por los expertos, se ajustó la redacción de algunos ítems y se decidió eliminar tres reactivos, con el propósito de fortalecer la validez de contenido. Como resultado de este proceso, la versión definitiva del INELDU quedó conformada por 27 reactivos.

Confiabilidad.

La confiabilidad se refiere al grado de consistencia y estabilidad de las mediciones obtenidas mediante un instrumento. El coeficiente Alpha de Cronbach es uno de los índices más utilizados para estimar la consistencia interna, considerando valores superiores a .70 como aceptables, entre .80 y .90 como buenos, y superiores a .90 como excelentes (Nunnally & Bernstein, 1994; Campo-Arias & Oviedo, 2008; Cabezas-

Gómez et al., 2022); no obstante, es importante señalar, qué valores excesivamente altos, superiores a .95, pueden ser indicativos de redundancia entre los ítems.

El análisis de los datos permitió calcular el coeficiente Alpha de Cronbach tanto para cada una de las dimensiones como para el inventario en su conjunto. Los resultados correspondientes se presentan en la Tabla 4.

Tabla 4. Confiabilidad de las dimensiones y el inventario en general.

Aspecto	Alpha de Cronbach	Interpretación
D1. Factores ambientales	.84	Buena
D2. Factores organizacionales	.87	Buena
D3. Factores individuales	.87	Buena
Inventario en general	.94	Excelente

A partir de los valores obtenidos, existe evidencia suficiente para suponer que el INELDU presenta un adecuado nivel de confiabilidad, dado que todos los coeficientes observados se ubican en rangos considerados buenos o excelentes (Nunnally & Bernstein, 1994; Campo-Arias & Oviedo, 2008; Cabezas-Gómez et al., 2022).

Validez de constructo.

La validez de constructo examina si un instrumento mide efectivamente el constructo teórico que pretende evaluar. Este tipo de validez suele analizarse mediante análisis factorial exploratorio (AFE) o confirmatorio (AFC), técnicas estadísticas que permiten identificar la estructura subyacente de las variables y verificar su correspondencia con el modelo teórico propuesto (Lloret-Segura et al., 2014); no obstante, en el presente estudio, debido al tamaño reducido de la muestra y al carácter exploratorio del análisis psicométrico, se optó por el método de correlación ítem-dominio; para ello, se calculó el coeficiente de correlación ítem-dimensión Rho de Spearman, considerando la naturaleza ordinal de los reactivos y numérica de los puntajes de las dimensiones. En cada caso, el puntaje de cada ítem se

correlacionó con el puntaje total de su dimensión correspondiente, excluyendo dicho reactivo, con el propósito de evitar la inflación artificial de los coeficientes de correlación. Los resultados de este análisis se presentan en la Tabla 5.

Tabla 5. Correlación ítem-dimensión corregida.

Dimensión 1			Dimensión 2			Dimensión 3		
Ítem	r	Sig.	Ítem	r	Sig.	Ítem	r	Sig.
R1	.20	.190	R9	.75	.000	R14	.67	.000
R2	.42	.004	R10	.78	.000	R15	.43	.003
R3	.57	.000	R11	.78	.000	R16	.67	.000
R4	.57	.000	R12	.82	.000	R17	.59	.000
R5	.79	.000	R13	.63	.000	R18	.72	.000
R6	.76	.000				R19	.54	.000
R7	.71	.000				R20	.57	.000
R8	.62	.000				R21	.55	.000
						R22	.72	.000
						R23	.32	.031
						R24	.88	.000
						R25	.70	.000
						R26	.11	.452
						R27	.25	.097

Para la interpretación de los coeficientes de correlación, se asumió que los reactivos con valores iguales o superiores a 0.40, considerados de fuerza moderada, o iguales o superiores a 0.70, considerados de fuerza alta, aportaban evidencia de validez de constructo (Dancey & Reidy, en Akoglu, 2018). Con base en los resultados obtenidos, se identificó que la mayoría de los reactivos presentaron correlaciones moderadas a altas con los puntajes de sus respectivas dimensiones, lo que respalda empíricamente la validez de constructo del instrumento. Estos hallazgos sugieren que los reactivos se encuentran adecuadamente

alineados con las dimensiones teóricas propuestas y que el instrumento permite evaluar de manera consistente los componentes del estrés laboral en docentes universitarios.

Si bien algunos reactivos mostraron coeficientes de menor magnitud (R1, R23, R26 y R27), su comportamiento resulta congruente con la naturaleza exploratoria del estudio y señala la pertinencia de realizar análisis factoriales en investigaciones posteriores con muestras más amplias, que permitan fortalecer y confirmar la estructura del instrumento.

CONCLUSIONES.

El objetivo de la presente investigación fue diseñar un instrumento para la medición del estrés laboral en docentes universitarios y analizar de manera exploratoria sus propiedades psicométricas. Los resultados obtenidos aportan evidencia preliminar favorable sobre la calidad psicométrica del Inventario de Estrés Laboral para Docentes Universitarios (INELDU), particularmente en términos de validez de contenido, confiabilidad y validez de constructo, lo que respalda su utilidad inicial en contextos de educación superior.

En relación con la validez de contenido, el juicio de expertos permitió confirmar que la mayoría de los reactivos presentan una adecuada congruencia con las dimensiones teóricas propuestas, así como suficiencia para la medición del constructo. El grado de acuerdo obtenido mediante el coeficiente Kappa de Cohen fue aceptable, de acuerdo con los criterios establecidos por Landis y Koch (1977), y se alinea con lo reportado en otros estudios de validación instrumental en contextos educativos y organizacionales. La revisión y eliminación de algunos reactivos a partir de las observaciones de los expertos contribuyó a fortalecer la coherencia conceptual del instrumento, en consonancia con las recomendaciones metodológicas para el desarrollo de pruebas psicológicas (Muñiz & Fonseca-Pedrero, 2019).

Respecto a la confiabilidad, los coeficientes Alpha de Cronbach obtenidos para cada una de las dimensiones y para el inventario en general se ubicaron en rangos considerados buenos y excelentes, lo que indica una adecuada consistencia interna del INELDU. Estos resultados coinciden con los reportados

en instrumentos utilizados para la evaluación del estrés laboral y el burnout en docentes universitarios, tanto en el contexto mexicano como en otros escenarios latinoamericanos (Avalos-Latorre et al., 2022; Sun et al., 2022).

En cuanto a la validez de constructo, el análisis de correlación ítem-dimensión mediante el coeficiente Rho de Spearman mostró que la mayoría de los reactivos presentaron correlaciones moderadas a altas con los puntajes de sus respectivas dimensiones, lo que aporta evidencia empírica a favor de la estructura teórica propuesta para el instrumento.

La utilización de correlaciones ítem-dimensión corregidas resultó metodológicamente adecuada, considerando la naturaleza ordinal de los reactivos y el tamaño reducido de la muestra. Si bien algunos reactivos mostraron coeficientes de menor magnitud (R1, R23, R26 y R27), este comportamiento es congruente con el carácter exploratorio del estudio. En este sentido, se proyecta que ante futuros análisis psicométricos, se desarrollen análisis factoriales exploratorios (AFE) y confirmatorios (AFC), a fin de robustecer el análisis de la validez de constructo (Lloret-Segura et al., 2014).

En conjunto, los hallazgos del estudio evidencian la pertinencia de contar con instrumentos contextualizados para la evaluación del estrés laboral en el profesorado universitario mexicano, particularmente en un escenario postpandemia caracterizado por mayores exigencias organizacionales, tecnológicas y psicosociales. El INELDU se perfila como una herramienta útil para la identificación de factores ambientales, organizacionales e individuales asociados al estrés laboral docente, lo que puede contribuir a la generación de diagnósticos institucionales y al diseño de estrategias preventivas y de intervención orientadas al bienestar del personal académico.

Es necesario reconocer algunas limitaciones del estudio. El tamaño reducido de la muestra y el muestreo por conveniencia restringen la generalización de los resultados, por lo que se recomienda que futuras investigaciones consideren muestras más amplias y diversas, así como la aplicación de análisis factorial exploratorio y confirmatorio, que permitan fortalecer y confirmar la estructura del instrumento. A pesar

de estas limitaciones, el INELDU constituye una contribución relevante al campo de la psicología educativa y organizacional, al ofrecer un instrumento diseñado específicamente para evaluar el estrés laboral en docentes universitarios del contexto mexicano.

Los hallazgos de la presente investigación se vinculan de manera directa con el Objetivo de Desarrollo Sostenible 3 (ODS 3) (Organización de las Naciones Unidas, 2015), orientado a garantizar una vida sana y promover el bienestar en todas las edades. La evaluación del estrés laboral en docentes universitarios constituye un componente clave para la identificación temprana de factores de riesgo psicosocial que pueden afectar la salud mental y el bienestar del profesorado. En este sentido, el INELDU se perfila como una herramienta útil para apoyar acciones preventivas y de promoción de la salud en las instituciones de educación superior, al facilitar diagnósticos basados en evidencia que contribuyan al diseño de estrategias orientadas al bienestar psicológico, la prevención del desgaste profesional, y la mejora de las condiciones laborales del personal académico, en consonancia con los principios del ODS 3.

El conocimiento generado a partir del diseño y análisis psicométrico exploratorio del INELDU ofrece diversas posibilidades de aplicación en el ámbito institucional y académico. En primer lugar, el instrumento puede ser utilizado como una herramienta diagnóstica para identificar niveles y fuentes de estrés laboral en docentes universitarios, lo que permitiría a las instituciones de educación superior diseñar estrategias preventivas y correctivas orientadas al bienestar del profesorado; asimismo, el INELDU puede emplearse en evaluaciones periódicas para monitorear el impacto de cambios organizacionales, políticas de gestión académica o programas de apoyo psicosocial, contribuyendo a la toma de decisiones basadas en evidencia y al fortalecimiento de entornos laborales más saludables.

En cuanto a los escenarios futuros de investigación, se recomienda continuar con el proceso de validación del instrumento mediante estudios con muestras más amplias y diversas, que incluyan docentes de distintas regiones, tipos de institución y modalidades educativas, lo que permitiría fortalecer la generalización de los resultados. Ello posibilitaría la aplicación de análisis factorial exploratorio y confirmatorio para

robustecer la estructura del instrumento, así como la evaluación de su invariancia factorial en función de variables sociodemográficas y contextuales.

Futuras investigaciones podrían profundizar en la validez de criterio del INELDU, analizando su relación con variables como el burnout, la satisfacción laboral, el compromiso organizacional y la salud mental, con el fin de ampliar la comprensión del estrés laboral docente y sus efectos; asimismo, su utilización en estudios longitudinales podría aportar evidencia relevante sobre la evolución del estrés laboral a lo largo del tiempo y la eficacia de las intervenciones implementadas en el contexto universitario.

Finalmente, se proyecta la adaptación del instrumento a otros contextos de Latinoamérica, con el propósito de que pueda ser utilizado por diversas instituciones de educación superior y contribuya al fortalecimiento de la salud integral del profesorado.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

1. Akoglu, H. (2018). User's guide to correlation coefficients. *Turkish Journal of Emergency Medicine*, 18, 91-93. DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.tjem.2018.08.001>
2. Alvarado, R., Pérez-Franco, J., Saavedra, N., Fuentealba, C., Alarcón, A., Marchetti, N., & Aranda, W. (2012). Validación de un cuestionario para evaluar riesgos psicosociales en el ambiente laboral en Chile. *Revista médica de Chile*, 140(9), 1154-1163. <http://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872012000900008>
3. Aranda-Beltrán, C., Pando-Moreno, M., & Salazar-Estrada, J.G. (2016). Confiabilidad y validación de la escala Maslach Burnout Inventory (Hss) en trabajadores del occidente de México. *Salud Uninorte*, 32(2), 218-227. <https://doi.org/10.14482/sun.32.2.8828>
4. Ato, M., López, J. y Benavente, A. (2013). A classification system for research designs in psychology. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>

5. Avalos-Latorre, M. L., Ramírez-Cruz, J. C., & Colunga-González, M. J. (2022). Estrés laboral, salud mental y disponibilidad tecnológica en una muestra mexicana de docentes universitarios. *Uaricha*, 20, 43-57. Recuperado de: <https://www.revistauaricha.umich.mx/index.php/urp/article/view/643>
6. Benítez-Salinas, D. (2024). Impacto del teletrabajo en el estrés laboral de docentes universitarios por el covid-19. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 14(28), 1-17. <https://doi.org/10.23913/ride.v14i28.1781>
7. Buitrago-Orjuela, L. A., Barrera-Verdugo, M. A., Plazas-Serrano, L. Y., & Chaparro-Penagos, C. (2021). Estrés laboral: una revisión de las principales causas consecuencias y estrategias de prevención. *Revista Investigación en Salud Universidad de Boyacá*, 8(2), 149-172. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8367372>
8. Cabezas-Gómez, D., Gerolin-Pelucchi, M., Canto-Cobarro, A. y Vidorreta-Gutiérrez, I. (2022). Propiedades psicométricas del Cuestionario Goratu “Percepciones sobre las personas con discapacidad intelectual” del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato. *Revista Complutense de Educación*, 33(2), 311-324. <https://doi.org/10.5209/rced.74294>
9. Campo-Arias, A., & Oviedo, H. C. (2008). Propiedades psicométricas de una escala: la consistencia interna. *Revista de Salud Pública*, 10 (5), 831-839. Recuperado de: <https://www.scielo.org/pdf/rsap/2008.v10n5/831-839/es>
10. Escobar-Pérez, J., & Cuervo-Martínez, Á. (2008). Validez de contenido y juicio de expertos: una aproximación a su utilización. *Avances en Medición*, 6(1), 27-36. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/302438451_Validez_de_contenido_y_juicio_de_expertos
[Una aproximacion a su utilizacion](https://www.researchgate.net/publication/302438451_Validez_de_contenido_y_juicio_de_expertos)
11. Jerez-Mendoza, M. & Oyarzo-Barría, C. (2015). Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. *Revista Chilena de Neuro Psiquiatría*, 53 (3), 149-157. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272015000300002>

12. Juárez-García, A., Idrovo, Á. J., Camacho-Ávila, A., & Placencia-Reyes, O. (2014). Síndrome de burnout en población mexicana: una revisión sistemática. *Salud Mental*, 37(2), 159-176. Recuperado de https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252014000200010
13. Landis, J.R. & Koch, G.G. (1977). The measurement of observer agreement for categorical data. *Biometrics*, 33, 159-175. <https://doi.org/10.2307/2529310>
14. Muñoz, J., Elosua, P., & Hambleton, R. K. (2013). International Test Commission Guidelines for test translation and adaptation: Second edition. *Psicothema*, 25(2), 151-157. <https://doi.org/10.7334/psicothema2013.24>
15. Muñoz, J., & Fonseca-Pedrero, E. (2019). Ten steps for test development. *Psicothema*, 31(1), 7-16. <https://doi.org/10.7334/psicothema2018.291>
16. Nunnally, J. C. & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory*. McGraw-Hill.
17. Organización de las Naciones Unidas (2015). Resolución aprobada por la Asamblea General el 25 de septiembre de 2015. <https://docs.un.org/es/a/res/70/1>
18. Palima-González, Z. M., Campo-Gutiérrez, K. P., y Marín-Rivero, D. (2024). Niveles de estrés y tipos de bruxismo en los estudiantes del área de odontología de la Universidad Rómulo Gallegos durante el primer semestre del año 2022. *Más Vida. Revista de Ciencias de la Salud*, 6 (1), 41-47. <https://doi.org/10.47606/acven/mv0225>
19. Ponce-Díaz, C. R., Bulnes-Bedón, M. S., Aliaga-Tovar, J. R., Atalaya-Pisco, M. C., & Huerta-Rosales, R. E. (2005). El síndrome del "quemado" por estrés laboral asistencial en grupos de docentes universitarios. *Revista de Investigación en Psicología*, 8(2), 87-112. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v8i2.4050>
20. Quan, L., Zhang, Y., Jiang, F., Liu, Y., Lan, Y. & Huang, L. (2022). Influence of Workload, Personality, and Psychological Flexibility on Occupational Stress Among Medical Staff: A Fuzzy-Set

Qualitative Comparative Analysis. *Frontiers in Public Health*, 10, 1-7.
<https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.929683>

21. Salamanca-Velandia, S. R., & Garavito-Santander, Y. S. (2021). Análisis sistemático sobre estrés laboral en Colombia. *Análisis*, 53(99), 1-14. <https://doi.org/10.15332/21459169.6806>
22. Suárez, A. (2013). Adaptación de la Escala de Estrés Laboral de la OIT-OMS en trabajadores de un Contact Center. *Revista PsiqueMag*, 2(1), 33-50. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/363843070_Adaptacion_de_la_Escala_de_estres_Laboral_de_la_OIT-OMS_en_trabajadores_de_un_Contact_Center
23. Sun, R., Lv, K, He, Z., Liao, L., Wang, H., & Lan, Y. (2022). The Mediating Role of Worker-Occupation Fit in the Relationship Between Occupational Stress and Depression Symptoms in 1988 Medical Workers: A Cross-Sectional Study. *Frontiers in Public Health*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.843845>
24. Lloret-Segura, S., Ferreres-Traver, A., Hernández-Baeza, A., & Tomás-Marco, I. (2014). Exploratory Item Factor Analysis: A practical guide revised and up-dated. *Anales de Psicología*, 30(3), 1151-1169. <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.30.3.199361>

DATOS DE LOS AUTORES.

1. **Cynthia Natalia Contreras Torres.** Universidad Panamericana. Escuela de Pedagogía. Licenciatura en Psicología. 3° año. México. Correo electrónico: 0262373@up.edu.mx
2. **Paulina Padilla Ávila.** Universidad Panamericana. Escuela de Pedagogía. Licenciatura en Psicología. 3° año. Correo electrónico: 0262232@up.edu.mx
3. **Uriel Martínez Hernández.** Universidad Panamericana. Escuela de Pedagogía. Licenciatura en Psicología. 3° año. Correo electrónico: 0269226@up.edu.mx
4. **Yoari López Salado.** Universidad Panamericana. Escuela de Pedagogía. Licenciatura en Psicología. 3° año. Correo electrónico: 0262369@up.edu.mx

5. **Javier Fernández de Castro de León.** Doctor en Educación: Medida y Evaluación de la Intervención Educativa. Secretario de Investigación de la Escuela de Pedagogía y Psicología. Universidad Panamericana. Escuela de Pedagogía. México. Correo electrónico: jfernandezc@up.edu.mx

RECIBIDO: 28 de enero del 2026.

APROBADO: 4 de marzo del 2026.