

Salud Mental en docentes: relación entre cortisol salival y estrés percibido (1747)

Galvez Ojeda.L ⁽¹⁾, **Lizana Arce. P** ⁽¹⁾, **Julio Pieper. M** ⁽²⁾, **Kuehnel Carreño. I** ⁽²⁾

(1) Laboratorio de Epidemiología y Ciencias Morfológicas, Instituto de Biología, Facultad de Ciencias, Pontificia Universidad Católica de Valparaíso

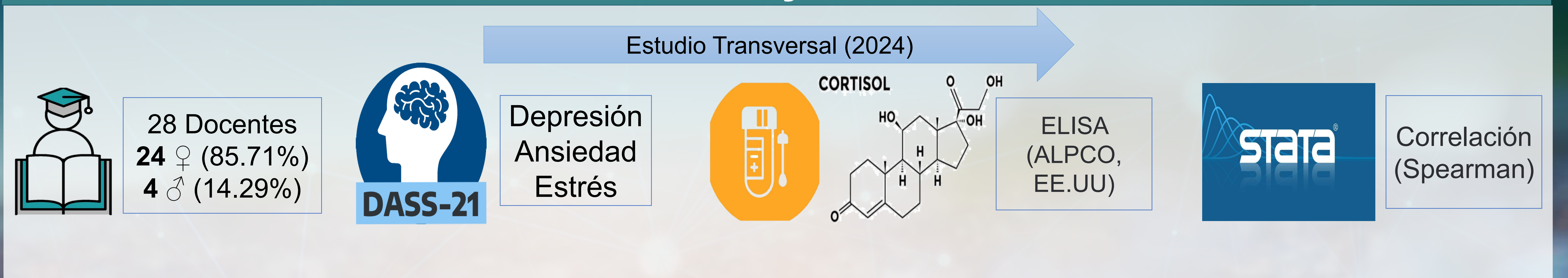
(2) Laboratorio de Química Biológica, Instituto de Química, Grupo de NeuroGastroBioquímica, Facultad de Ciencias, Pontificia Universidad Católica de Valparaíso

Introducción

El estrés laboral en docentes es un fenómeno que impacta negativamente en su bienestar físico y mental, afectando tanto su desempeño profesional como la calidad de vida. Desde una perspectiva neuroendocrina, el estrés activa el eje hipotálamo hipófisis adrenal, regulando la liberación de cortisol, biomarcador clave en la respuesta al estrés. La medición de cortisol junto con cuestionarios validados para la población chilena, podrían permitir evaluar integralmente la relación entre estrés biológico y percepción de salud.

Objetivo: Analizar la relación entre cortisol salival PM medido como biomarcador de estrés biológico y la percepción de salud mental a través del cuestionario DASS-21 en docentes.

Materiales y Métodos

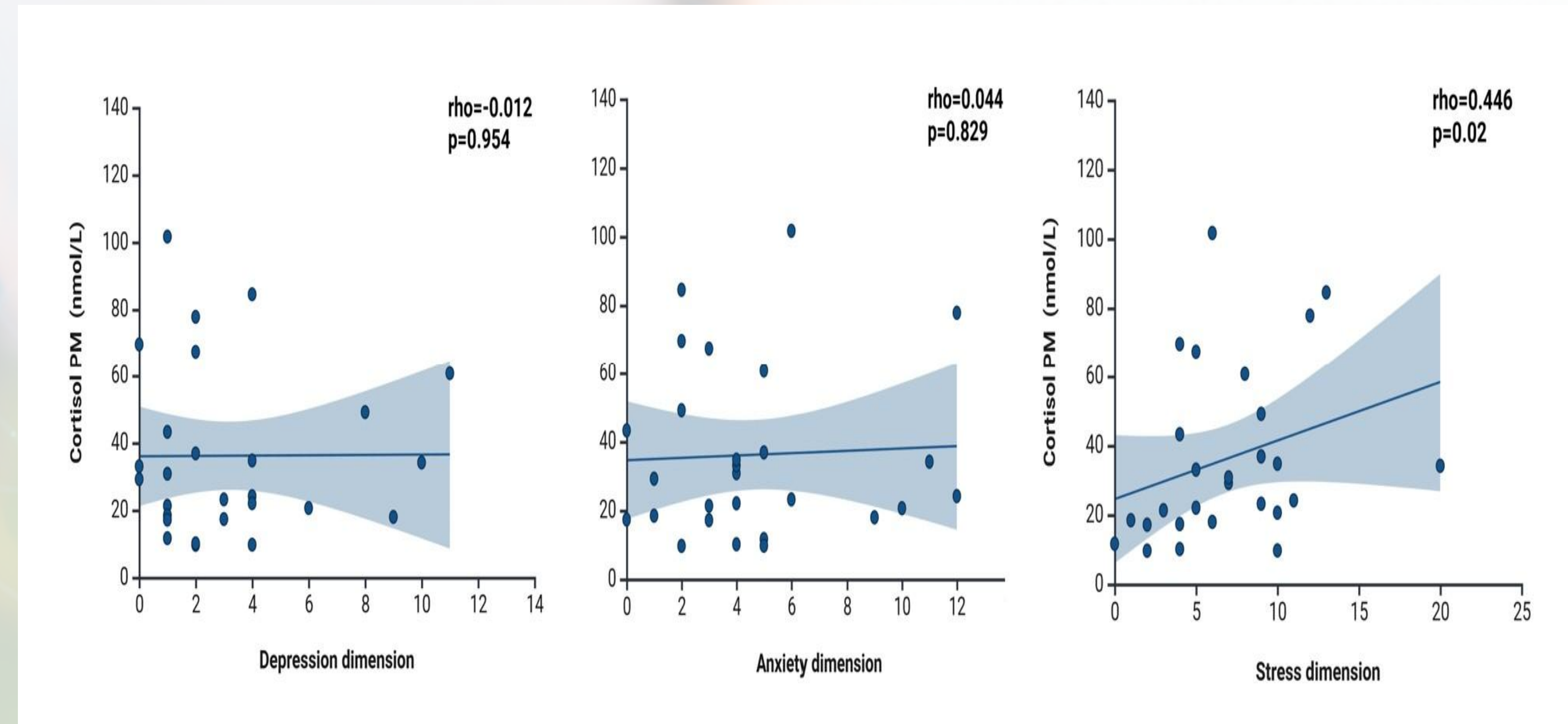


Resultados

Tabla 1. Características sociodemográficas, salud mental y cortisol salival

	Promedio	DS	Inferior CI95%	Superior CI95%
Edad (años)	39.63	14.38	33.94	45.35
Depresión	3.22	3.08	2.00	4.44
Ansiedad	4.63	3.44	3.27	5.99
Estrés	6.89	4.33	5.18	8.60
Cortisol PM (nmol/L)	36.2	25.1	26.2	46.1

Figura 1. Correlación entre cortisol salival PM y dimensiones DASS-21



Conclusión

A pesar de los hallazgos valiosos, el presente estudio presenta limitaciones inherentes a su diseño transversal, lo que impide establecer relaciones de causalidad definitivas entre las variables analizadas. Asimismo, la selección no probabilística de la muestra podría limitar la generalización de los resultados a toda la población docente, requiriendo estudios futuros con muestras más amplias y representativas.

Adicionalmente, el hecho de que las muestras de cortisol salival se hayan recogido en un único punto temporal (antes de acostarse) no permite capturar la dinámica circadiana ultradiana completa del cortisol, lo cual es crucial para una evaluación exhaustiva de la actividad del eje HPA. Sin embargo, este estudio está capturando el estado basal de cortisol nocturno que se relaciona con la percepción del estrés de los participantes.

Este estudio proporciona evidencia de una relación significativa entre el estrés percibido y los niveles de cortisol salival PM en docentes, lo que sugiere que la percepción subjetiva del estrés se asocia con una respuesta fisiológica medible. Este hallazgo subraya la importancia de abordar el estrés en el ámbito educativo y de implementar estrategias de prevención, vigilancia e intervención que tengan en cuenta tanto los aspectos psicológicos como fisiológicos del estrés en docentes.

Referencias



ORGANIZAN

AUSPICIAN