

# Creencias de autoeficacia, satisfacción y salud física como predictores de la Calidad de vida de docentes universitarios mexicanos

Self-efficacy beliefs, satisfaction and physical health as predictors of Quality of life in Mexican university teachers  
Crenças de autoeficácia, satisfação e saúde física como preditores da qualidade de vida de professores universitários mexicanos



AFFECTIVE STATES

Jesús Alberto García-García  
Felipe de Jesús Trejo-García  
Daniella Carrizales-Berlanga

VICARIOUS EXPERIENCES

[Gizain](#)

Photo By/Foto:

**Rip**  
**16<sup>2</sup>**

Volumen 16 #2 may-ago  
16 Años

ID: [10.33881/2027-1786.rip.16204](https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.16204)

**Title:** Self-efficacy beliefs, satisfaction and physical health as predictors of Quality of life in Mexican university teachers.

**Título:** Crenças de autoeficácia, satisfação e saúde física como preditores da qualidade de vida de professores universitários mexicanos.

**Título:** Creencias de autoeficacia, satisfacción y salud física como predictores de la Calidad de vida de docentes universitarios mexicanos

**Alt Title / Título alternativo:**

**[en]:** Self-efficacy beliefs, satisfaction and physical health as predictors of Quality of life in Mexican university teachers.

**[pt]:** Crenças de autoeficácia, satisfação e saúde física como preditores da qualidade de vida de professores universitários mexicanos.

**[es]:** Creencias de autoeficacia, satisfacción y salud física como predictores de la Calidad de vida de docentes universitarios mexicanos

**Author (s) / Autor (es):**

García-García, Trejo-García & Carrizales-Berlanga

**Keywords / Palabras Clave:**

**[en]:** Quality of life, Self-efficacy beliefs, Teachers, Planning, Physical health, Teacher satisfaction

**[pt]:** Qualidade de vida, Crenças de autoeficácia, Professores, Planejamento, Saúde física, Satisfação

**[es]:** Calidad de vida, Creencias de autoeficacia, Docentes, Planificación, Salud física, Satisfacción

**Submitted:** 2022-10-20

**Accepted:** 2023-03-22

## Resumen

El presente estudio tiene como objetivo describir y analizar la incidencia de las creencias de autoeficacia, la satisfacción y la salud física en la calidad de vida de los docentes de educación superior en México. La metodología fue observacional, transeccional, con alcance descriptivo, correlacional y predictivo. Se utilizaron tres escalas, los cuestionarios de salud física SF-12, de creencias de autoeficacia y de satisfacción docente. En el estudio participaron 547 docentes, 58.1% fueron mujeres y 41.9% hombres. Resultados: se encontró que tienen una buena calidad de vida, una percepción alta de todas las dimensiones de las creencias de autoeficacia: interacción, planificación, implicación y evaluación; así como de su satisfacción docente. Las variables predictoras de la calidad de vida fueron creencias de autoeficacia, salud física y satisfacción docente. Conclusión: la salud física y mental de los docentes son un componente central para el logro de un desempeño óptimo en su trabajo, siendo las creencias de autoeficacia, su percepción de salud y su satisfacción los principales rasgos de su actividad docente. Lo anterior, debe ser considerado para la creación de nuevas políticas públicas en educación que atiendan la salud integral del docente y a su vez mejorar su desempeño profesional y la calidad educativa.

## Resumo

Este estudo tem como objetivo aumentar a conscientização sobre a incidência de crenças de autoeficácia, satisfação e saúde física sobre a qualidade de vida de professores de ensino superior no México. A metodologia foi observacional, transeccional, com escopo correlacional e preditivo. Foram utilizadas três escalas, os questionários de saúde física SF-12, crenças de autoeficácia e satisfação do professor. O estudo envolveu 547 professores, sendo 58,1% do sexo feminino e 41,9% do sexo masculino. Resultados: verificou-se que apresentam boa qualidade de vida, alta percepção de todas as dimensões das crenças de autoeficácia: interação, planejamento, envolvimento e avaliação; bem como a satisfação do professor. As variáveis predictoras de qualidade de vida foram crenças de autoeficácia, saúde física e satisfação do professor. Conclusão: a saúde física e mental dos professores é um componente central para alcançar o desempenho ideal em seu trabalho, sendo as crenças de autoeficácia, sua percepção de saúde e satisfação as principais características de sua atividade docente. O exposto deve ser considerado para a criação de novas políticas públicas em educação que abordem a saúde integral do professor e, por sua vez, melhorem sua atuação profissional e qualidade educacional

## Abstract

This study aims to raise awareness of the incidence of self-efficacy beliefs, satisfaction and physical health on the quality of life of higher education teachers in Mexico. The methodology was observational, transeccional, with descriptive, correlational and predictive scope. Three scales were used, the SF-12 physical health questionnaires, self-efficacy beliefs and teacher satisfaction. The study involved 547 teachers, 58.1% were women and 41.9% men. Results: it was found that they have a good quality of life, a high perception of all dimensions of self-efficacy beliefs: interaction, planning, involvement and evaluation; as well as their teacher satisfaction. The predictor variables of quality of life were beliefs of self-efficacy, physical health and teacher satisfaction. Conclusion: the physical and mental health of teachers are a central component for achieving optimal performance in their work, with beliefs of self-efficacy, their perception of health and satisfaction being the main features of their teaching activity. The foregoing should be considered for the creation of new public policies in education that address the integral health of teachers and in turn improve their professional performance and educational quality

## Citar como:

García-García, J. A., Trejo-García, F. d. & Carrizales-Berlanga, D. (2023). Creencias de autoeficacia, satisfacción y salud física como predictores de la Calidad de vida de docentes universitarios mexicanos. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 16 (2), 33-42. Obtenido de: <https://reviberopsicologia.iberu.edu.co/article/view/2522>

Dr Jesús Alberto **García-García**, Dr MA Lic  
ORCID: [0000-0003-1369-311X](https://orcid.org/0000-0003-1369-311X)

**Source | Filiación:**  
*Universidad Autónoma de Coahuila*

**BIO:**  
*Doctor en Ciencias de la Educación. Maestro con perfil PRODEP y miembro del SNI NIVEL 1 DE CONAHACYT*

**City | Ciudad:**  
*Saltillo [mx]*

**e-mail:**  
[jegarciag@uadec.edu.mx](mailto:jegarciag@uadec.edu.mx)

Dr Felipe de Jesús **Trejo-García**, Dr MA Fil  
ORCID: [0000-0001-7488-8581](https://orcid.org/0000-0001-7488-8581)

**Source | Filiación:**  
*Docente*

**BIO:**  
*Licenciado en Filosofía, Maestro en Educación Familiar, Doctor en Educación. Docente investigador*

**City | Ciudad:**  
*México [mx]*

**e-mail:**  
[felipe.trejo@uadec.edu.mx](mailto:felipe.trejo@uadec.edu.mx)

Daniella **Carrizales-Berlanga**, MA Edu  
ORCID: [0000-0002-4241-3052](https://orcid.org/0000-0002-4241-3052)

**Source | Filiación:**  
*Universidad Autónoma de Coahuila*

**BIO:**  
*Licenciada en Ciencias de la Educación y Master en Investigación Social*

**City | Ciudad:**  
*Saltillo [mx]*

**e-mail:**  
[dcarrizales@uadec.edu.mx](mailto:dcarrizales@uadec.edu.mx)

# Creencias de autoeficacia, satisfacción y salud física como predictores de la Calidad de vida de docentes universitarios mexicanos

Self-efficacy beliefs, satisfaction and physical health as predictors of Quality of life in Mexican university teachers.

Crenças de autoeficácia, satisfação e saúde física como preditores da qualidade de vida de professores universitários mexicanos

Jesús Alberto **García-García**  
Felipe de Jesús **Trejo-García**  
Daniella **Carrizales-Berlanga**

## Introducción

Las creencias de autoeficacia, la satisfacción y la salud física de los docentes son variables que deben investigarse con mayor profundidad. La mejora del desarrollo del profesorado es un conjunto de factores que incidirá de forma negativa o positiva al progreso en el ejercicio de su trabajo, en su bienestar y en el aprendizaje del educando (Imbernón, 2020). El desarrollo profesional es una de las claves de la mejora de la calidad de la enseñanza, así como del aprendizaje y desarrollo del estudiante (Azpillaga et al., 2021).

Los diseñadores de las políticas públicas educativas y de salud deberían considerar la autoeficacia, la satisfacción y la salud física de los profesores y profesoras en los procesos de la planificación de la educación. No es poco común que cuando los profesores buscan atención médica, obtengan algún diagnóstico vinculado a la falta de energía (Alves et al., 2019) y al deterioro de su salud mental (Tellez, 2022), lo que impactará en el desarrollo de su vida profesional, personal y social.

De tal modo, es importante reconocer los elementos que influyen en la salud y el desempeño laboral de los docentes. Entre los aspectos que afectan la salud mental se encuentran; los procesos de planificación de las clases y el exceso de trabajo administrativo; la poca satisfacción que percibe desde distintas fuentes: los grupos colegiados, los logros con sus estudiantes, su desempeño y el aprecio que tiene por su trabajo; finalmente, otro elemento es la salud física, que comúnmente descuidan los docentes al llevar una vida demasiado sedentaria (Garces et al., 2023), además del estrés al que están sometidos (Pinedo et al., 2021).

La autoeficacia es un concepto ampliamente difundido en el ámbito de la psicología, integra las creencias que se tienen de las propias capacidades para realizar alguna tarea y lograr ciertos resultados (Rodríguez et al., 2023), posee magnitud, que refiere el grado de complejidad de las acciones realizadas, así como un nivel de seguridad para desarrollarlas y capacidad de transferir la percepción de la autoeficacia a otras tareas, permitiendo que las personas puedan tener una mayor confianza generalizada (Prieto, 2005).

La autoeficacia se ha estudiado en distintos ámbitos, entre ellos la educación, dando lugar al constructo creencias de autoeficacia que hace referencia a las creencias que los profesores tienen sobre la dependencia de los resultados de su actividad de enseñanza, a sus acciones didácticas (Prieto, 2005), lo que tiene un impacto mayor en los resultados de su enseñanza que en los factores contextuales y puede transmitirse al grupo docente al cual pertenece (González, 2013).

Prieto (2005) establece cuatro dimensiones: a) planificación de los procesos de enseñanza-aprendizaje, b) la implicación de los alumnos en su aprendizaje, c) la interacción y generación de un clima positivo en el aula, d) la evaluación de los aprendizajes de los estudiantes y las acciones que el docente desarrolla como ejercicio de autoevaluación.

El estudio realizado por Hernández y Ceniceros (2018) sobre la autoeficacia docente y el desempeño en profesores mexicanos arrojó que existe un nivel alto en ambas variables, además se encontró una relación positiva entre el nivel de autoeficacia docente percibida por el profesor y el nivel de desempeño a través de la evaluación docente realizada por los estudiantes.

El estudio de Ahmad et al. (2023) encontró que la autoeficacia y la satisfacción laboral se correlacionó positivamente. La autoeficacia también afecta la satisfacción de los maestros con su trabajo. Dependiendo de su género y nivel de experiencia en la enseñanza, los niveles de autoeficacia y satisfacción laboral de los maestros difirieron sustancialmente.

Otro estudio ha informado que la docencia y las emociones tienen una función mediadora en la relación entre creencias de autoeficacia y satisfacción laboral. Concretamente, las creencias de alta autoeficacia de los docentes inciden positivamente en la satisfacción laboral si las emociones negativas sobre la enseñanza y el rol emocional se encuentran bajas (Vettori et al., 2022). Otras investigaciones han analizado los medios académicos en línea, la carga académica como predictores de la autoeficacia de los profesores (Minaya et al., 2022), los factores formativos formales y no formales vinculados con el desarrollo de creencias de autoeficacia y su incidencia en los procesos de aprendizaje (Arreola, 2022).

Song y otros (2020) encontraron una correlación entre la satisfacción laboral y la salud mental de los docentes. Otros estudios reportaron la relación entre las creencias de autoeficacia y la satisfacción laboral (Sokmen y Kilic, 2019; Granziera & Perera, 2019). Arslan (2019) encontró que la satisfacción laboral es predictora de las creencias de autoeficacia y ambas inciden en la salud mental de los docentes.

Las investigaciones en torno a la satisfacción docente han encontrado una correlación positiva entre factores como el salario, el valor intrínseco y el reconocimiento social de su desempeño (Franco-López et al., 2019). De acuerdo con Coronado et al. (2019) la satisfacción docente influye en la satisfacción del alumnado, a pesar de que en su estudio encontraron un nivel de satisfacción media, lo que coincide con otras investigaciones (Castañeda-Santillán y Sánchez-Macías, 2022). Según Del Pilar et al. (2023) descubrieron que las variables que inciden en la satisfacción de los maestros fueron las interacciones con el liderazgo del departamento, el reconocimiento de los logros en la investigación,

las posibilidades de crecimiento profesional, la convivencia de los estudiantes fuera del aula, la apreciación de la instrucción efectiva, las opciones para la participación en la escuela extracurricular y el tiempo libre remunerado para los maestros.

A partir de lo anterior, surgen las siguientes preguntas de investigación ¿Cómo las Creencias de Autoeficacia Docente (CAD) y la Satisfacción se relacionan con en el desempeño de los docentes? ¿Cuáles dimensiones de la autoeficacia docente se relacionan con la salud? ¿Qué tan satisfechos están los docentes? ¿Cuál es la incidencia de las CAD, la satisfacción y la salud física en la calidad de vida de docentes de educación superior?

Diversos estudios realizados en el contexto internacional sobre calidad de vida analizaron factores que intervienen en el desarrollo profesional de los docentes universitarios (Muñoz-Muñoz et al., 2022; Coronel et al., 2023), como puede notarse, aunque sí existen investigaciones sobre el tema hace falta ampliarlas para tener una mejor explicación de la realidad. Otros estudios destacan la asociación de la calidad de vida con la carga laboral (Castilla-Gutiérrez et al., 2021), con la autoeficacia profesional (García-Restrepo et al., 2021) con la actividad física (Barbosa-Granados y Aguirre-Loaiza 2020) y la satisfacción docente (Raso y Santana, 2022; Reséndiz et al., 2023).

La calidad de vida (CV) es un concepto dinámico y subjetivo, respecto del que existen múltiples posturas teóricas. La Organización Mundial de la Salud (OMS) solicitó a un grupo de expertos que presentaran una definición sobre ella: la percepción de una persona respecto de la vida, acorde con su cultura, objetivos, expectativas, estándares y preocupaciones (Orley & Saxena, 1996). Sin embargo, para el estudio de la CV se han incorporado aspectos relacionados con la salud (CVRS) que permiten integrar la perspectiva de la persona como paciente y agregando a la definición elementos del grado de bienestar social, psíquico y físico, así como la valoración general de la vida (Schwartzmann, 2003).

De este modo, la CVRS incluye distintos factores, que van desde lo psicológico y físico hasta lo social y de procesos vitales de acompañamiento, lo que deriva en un bienestar físico, emocional y social (Botero y Londoño, 2013); la OMS precisó que, además de subjetivo y multidimensional, el constructo incluye aspectos positivos y negativos e integra seis esferas: física, psicológica, grado de independencia, relaciones sociales, entorno y espiritual, dentro de cada una incluye distintas dimensiones que las integran (Orley & Saxena, 1996).

El modelo de Estudios de Resultados Médicos considera ocho aspectos de la salud: función física, rol físico, dolor corporal, salud general, vitalidad, función social, rol emocional y salud mental, los cuales se agrupan para definir los componentes de salud física y salud mental (Alonso, 2008; Vilagut et al., 2008).

A partir del análisis de la literatura, se encontró que existen pocas investigaciones (Chamani et al., 2023; García-Lázaro et al., 2022; Capone & Petrillo, 2020) que profundizan en el efecto que tienen las creencias de autoeficacia, la satisfacción y la salud física en la calidad de vida relacionada con la salud de las(os) profesoras(es) universitarias(os). A diferencia de las investigaciones previas, este estudio indaga en las variables predictoras de la calidad de vida y realiza comparaciones de las dimensiones de las creencias de autoeficacia y CRVS según la edad y el sexo de los docentes.

Por lo anterior, los objetivos del estudio fueron dos: describir las dimensiones de la calidad de vida, las creencias de autoeficacia y la satisfacción de los profesores y analizar la incidencia de las Creencias de Autoeficacia, la Satisfacción y la Salud Física en la Calidad de vida de los docentes de educación superior en México.

# Método

## Participantes

La muestra fue no probabilística, por conveniencia y se conformó por 547 docentes de educación superior, con edades que van de 25 a 61 años, con una media de 44.3 años; con un promedio de 18 años de servicio; 58.1% fueron mujeres y 41.9% hombres; el 45.9% tiene una formación en el área de humanidades, 30.7% en las ciencias sociales, 14.3% en las ciencias biológicas y de la salud y 9% en el área de las físico matemáticas e ingenierías; 89% trabajan en áreas urbanas, 7.3% en áreas semirurales y 2.9% en áreas rurales; 85.4% desarrolla tareas exclusivamente de docente, el 7.9% se desempeña como administrativo/docente y sólo el 6.8% como investigador/docente.

Los criterios de inclusión de la muestra fueron dos: ser docentes con al menos 1 año de antigüedad y contar con horas frente a grupo. Como criterios de exclusión se consideró tener una enfermedad crónica degenerativa.

## Diseño

Se trata de un estudio de tipo cuantitativo, observacional, transversal y con alcance descriptivo, correlacional y predictivo (Hernández Sampieri & Mendoza, 2018).

## Instrumentos de recolección de datos

**Cuestionario de Salud Física SF-12** (Alonso, 2008; Vilagut et al., 2008), compuesto por 12 ítems en una escala tipo Likert, con tres o seis opciones de respuesta que evalúan la percepción de salud a partir de las siguientes subescalas: función física, rol físico, dolor corporal, salud general, vitalidad, función social, rol emocional salud mental y dos componentes sumarios; el de salud física y salud mental. Cada pregunta recibe un valor que posteriormente se transforma en una escala de 0 a 100. Las puntuaciones tienen una media de 50 con una desviación estándar de 10, por lo que valores superiores o inferiores a 50 indican un mejor o peor estado de salud. Las propiedades de medición reportadas en la literatura indican que el  $\alpha$  de Cronbach es alto y oscila entre .74 y .89 (Vilagut et al., 2008). Para este estudio se calculó la confiabilidad a través de McDonald's Omega, el cual arrojó un coeficiente de  $w=0.84$ , lo que se considera como adecuado.

**La encuesta de Autoeficacia Docente del Profesor Universitario** versión abreviada diseñada por Prieto (2005) y adaptada por Cruz (2017), consta de 20 ítems con opciones de respuesta en escala tipo Likert de seis puntos, siendo 1 el valor más bajo (poco capaz) y 6 el valor más alto (muy capaz). La encuesta evalúa 4 dimensiones de la autoeficacia docente: a) Planificación del proceso de enseñanza-aprendizaje, b) Implicación de los estudiantes en el aprendizaje, c) Intervención y creación de un clima positivo en el aula y d) Evaluación del aprendizaje de los alumnos y autoevaluación de la función docente. La interpretación de las puntuaciones fue de la siguiente manera, valores entre 24 y 28 se consideran como niveles adecuados de autoeficacia, valores entre 19 y 23 como valores regulares de autoeficacia y menos de 18 como puntajes bajos de autoeficacia. El instrumento ha reportado buenos niveles de confiabilidad en otras investigaciones, que van desde 0.923 hasta 0.992 (Cruz, 2017; Hernández y Cenicerros, 2018). En este estudio

se llevó a cabo el cálculo de la confiabilidad a través de McDonald's Omega el cual tuvo un coeficiente de  $w=0.92$ , lo que significa que la escala es adecuada.

**La escala de satisfacción docente** (Cruz, 2017), compuesta por cinco ítems con seis opciones de respuesta en una escala tipo Likert de seis puntos, el valor 1 (nada) y el valor 6 (mucho), la cual mide la percepción de la satisfacción docente respecto de la institución donde labora, con los compañeros de los colegiados, con el propio ejercicio docente, con los estudiantes y con la percepción de valoración y reconocimiento como docente. La escala se subdivide en 5 dimensiones: Universidad, Compañeros de trabajo, Ejercicio docente, Estudiantes, Reconocimiento docente. Para este estudio se calculó la confiabilidad a través de McDonald's Omega, el cual arrojó un coeficiente de  $w=0.84$ , lo que se considera como adecuado.

## Procedimiento

Se realizó un envío a través de un formulario electrónico autoadministrable que no recopilaba datos, lo que garantizaba la confidencialidad. La invitación fue abierta, a través de redes de docentes y también enviada de manera institucional, especificando que la participación era voluntaria. Se recuperaron los datos y se organizaron en una base de datos.

La participación implicaba el consentimiento informado del que se daba cuenta a través del mismo formulario, en su forma breve, y con un vínculo para quien quería revisarlo en su formato amplio, en el cual se planteaban los objetivos de la investigación, los responsables y se brindaba la garantía de confidencialidad de los participantes.

## Estrategias de análisis de datos

Se realizó el análisis estadístico con el Statistical Package for the Social Sciences versión 25 (SPSS). Se aplicaron análisis de frecuencias y porcentajes de los datos sociodemográficos, se calcularon estadísticos descriptivos para las dimensiones de Calidad de Vida, para las creencias de autoeficacia y la satisfacción docente, también se calculó la prueba  $t$  para muestras independientes y Anova de un factor para las variables de comparación (Sexo y rangos de edad). Posteriormente se calculó el coeficiente de correlación de las variables creencias de autoeficacia, satisfacción, salud física, salud mental y calidad de vida. Por último, se realizó el análisis de regresión lineal múltiple para identificar las variables predictoras de la calidad de vida. La distribución normal de los datos, la aleatoriedad de los métodos de recolección de datos, la relación lineal entre las variables predictoras y la variable criterio, y el estudio de la independencia de los errores (Durbin-Watson) fueron algunos de los supuestos necesarios para implementar la prueba de regresión lineal múltiple. El cálculo del índice de bondad de ajuste se realizó mediante el coeficiente  $R^2$ .

## Consideraciones éticas

Para garantizar el cumplimiento de los aspectos éticos, respeto y autonomía de los participantes, se les presentó un consentimiento informado señalando los objetivos del estudio y la protección de sus datos, el cual cada participante firmó. Además, el proyecto cuenta con el aval del comité de ética de la Facultad de Ciencia, Educación y Humanidades de la Universidad Autónoma de Coahuila. Este estudio incorpora los estándares éticos de la declaración de Helsinki.

## Resultados

En la Tabla 1 se muestran los resultados de las dimensiones de la CVRS, las puntuaciones muestran que los docentes desarrollan todas las funciones sociales y no se ven afectados laboralmente por problemas emocionales, ni presentan sensación de nerviosismo derivada de su salud mental, tampoco presentan agotamiento permanente; respecto de su salud física, los docentes perciben que desarrollan todas las actividades físicas incluso las más exigentes, perciben poco dolor corporal severo o limitante, ni afectaciones a su rol físico y evalúan su salud general como buena.

Existen dos variables (Rol emocional, DE=42.06 y Rol físico, DE=42.96) con puntajes muy altos en sus valores de la desviación estándar, lo cual indica poca estabilidad en la media de las variables.

**Tabla 1.**  
Estadística descriptiva de los componentes y dimensiones de la calidad de vida

	M	Mínimo	Máximo	DE
Componente de Salud Mental	71.39	8	100	23.06
Función Social	75.32	0	100	27.87
Rol Emocional	71.76	0	100	42.06
Salud mental	71.32	20	100	20.48
Vitalidad	67.21	0	100	22.81
Componente de salud física	74.43	0	100	20.85
Función física	87.07	0	100	22.96
Dolor corporal	80.07	0	100	25.10
Rol físico	67.09	0	100	42.96
Salud general	63.48	0	100	21.18

Notas: N = 547 participantes; Fuente: elaboración propia

La Tabla 2 presenta los resultados de los estadísticos de las Creencias de Autoeficacia Docente, las cuales son evaluadas como excelentes para todas las dimensiones, con mejor puntaje para la interacción y la capacidad de crear un clima positivo en el aula; en segundo lugar, se encuentran los procesos de planificación y la implicación; y por último, la dimensión evaluación, que muestra que los docentes se perciben capaces de hacer buenos procesos de evaluación del aprendizaje de los estudiantes y de realizar su propia evaluación.

**Tabla 2.**  
Estadística descriptiva de las dimensiones de las Creencias de Autoeficacia Docente

Dimensiones	M	Mínimo	Máximo	DE
Interacción	27.81	15	30	2.39
Planificación	26.91	14	30	2.67
Implicación	26.76	15	30	2.86
Evaluación	25.80	13	30	3.24

Notas: N = 547 participantes; Fuente: elaboración propia

Como se muestra en la tabla 3, los resultados indicaron que existe una percepción excelente de su satisfacción; en primer lugar, con su ejercicio como docentes, luego con los resultados que alcanzan sus estudiantes, posteriormente con la escuela donde trabajan, así como con sus compañeros y, por último, con el reconocimiento y la valoración recibida por su trabajo.

**Tabla 3.**  
Estadística descriptiva de la satisfacción docente

Dimensiones	M	Mínimo	Máximo	DE
Con ejercicio docente	5.54	3	6	0.67
Con los estudiantes	5.47	3	6	0.68
Con la escuela	5.23	1	6	1.06
Con la academia o colegiado	4.82	1	6	1.21
Valorado y reconocido como docente	4.65	1	6	1.27

Notas: N = 547 participantes.; Fuente: elaboración propia

En la tabla 4 se observan las dimensiones de la calidad de vida y la edad. El grupo de 25 a 30 años obtuvo el puntaje más alto, seguido del grupo de 31 a 36 años, luego el grupo de 37 a 42 años, el grupo de 43 a 48 años y el grupo de 49 a 54 años, por último, el grupo de 55 a 61 años mostró un ligero aumento en comparación con el grupo de edad anterior. En la medida en que aumenta la edad disminuye la percepción de salud general. En cuanto a la dimensión salud mental, se observó que los rangos de edad con puntaje más bajo fueron el de 31-36 años, el de 43-48 años, y el de 25-30 años.

**Tabla 4.**  
Estadística descriptiva de las dimensiones de la calidad de vida por rangos de edad

Dimensiones	25-30			31-36			37-42			43-48			49-54			55-61			F	Valor p
	N	M	DE																	
Salud general	30	69.17	25.16	48	66.67	17.36	100	64.25	21.98	88	63.35	20.39	77	61.04	24.50	204	62.50	19.87	0.972	0.434
Dolor corporal	30	82.50	23.81	48	72.92	31.30	100	82.50	24.75	88	78.41	25.48	77	78.90	24.69	204	81.43	23.64	1.261	0.279
Función física	30	91.67	23.97	48	86.46	24.17	100	91.75	20.12	88	88.35	21.43	77	83.77	27.44	204	84.71	22.69	1.882	0.096
Rol físico	30	61.67	46.76	48	65.63	41.46	100	70.50	41.50	88	63.64	44.67	77	60.39	44.68	204	69.90	42.39	0.889	0.488
Rol emocional	30	61.67	46.76	48	54.17	47.08	100	73.00	41.69	88	66.48	45.31	77	73.38	41.03	204	78.16	38.04	3.357	0.005*
Vitalidad	30	64.00	22.53	48	65.42	24.66	100	66.40	23.59	88	62.50	23.26	77	64.68	25.53	204	71.46	20.26	2.603	0.024*
Función social	30	67.33	34.63	48	66.25	34.06	100	80.80	23.94	88	70.23	29.08	77	77.40	27.02	204	77.38	25.89	3.253	0.007*
Salud mental	30	67.33	20.67	48	66.88	23.08	100	72.10	20.95	88	67.16	19.35	77	69.87	21.61	204	74.76	19.22	2.709	0.020*

Notas: N = número de participantes, \* p<0.05; Fuente: elaboración propia

En cuanto a la comparación de las dimensiones de CVRS por sexo, se encontró evidencia de diferencias estadísticas significativas, se observó que las medias son más altas en los hombres en: salud general,

dolor corporal, función física, rol físico, rol emocional, vitalidad, función social y la salud mental. Las mujeres no presentaron ninguna puntuación mayor que los hombres en las dimensiones de calidad de vida.

**Tabla 5.**  
Estadística comparativa de las dimensiones de la calidad de vida por sexo

Dimensiones	Mujeres		Hombres		t	Valor p
	M	DE	M	DE		
Salud general	60.11	20.74	68.15	20.88	-4.47	0.00
Dolor corporal	77.59	25.22	83.59	24.5	-2.78	0.01
Función física	84.72	23.78	90.11	21.73	-2.71	0.01
Rol físico	63.01	44.1	72.17	41.1	-2.47	0.01
Rol emocional	67.24	43.98	77.83	38.64	-2.92	0.00
Vitalidad	63.82	23.29	71.91	21.37	-4.15	0.00
Función social	72.73	28.59	78.96	26.41	-2.60	0.01
Salud mental	67.37	20.39	76.7	19.43	-5.39	0.00

Notas: N = 317 mujeres y 230 hombres; Fuente: elaboración propia

En la tabla 6 se puede observar que existe una relación positiva débil entre las creencias de autoeficacia y la calidad de vida. A su vez, se observó correlación positiva moderada entre las creencias de autoeficacia y la satisfacción docente. También se identificó que la salud física y mental tuvieron una correlación positiva débil con las creencias de autoeficacia.

**Tabla 6.**  
Estadística correlacional entre las variables del estudio

Variables	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.-Puntaje total de Creencias de Autoeficacia	1								
2.-Calidad de vida	.205**	1							
3.-Satisfacción	.511**	.322**	1						
4.-Salud física	.215**	.616**	.255**	1					
5.-Salud mental	.225**	.784**	.329**	.474**	1				
6.-Planificación	.913**	.218**	.469**	.248**	.219**	1			
7.-Implicación	.921**	.159**	.474**	.153**	.182**	.780**	1		
8.-Interacción	.875**	.138**	.443**	.159**	.158**	.747**	.808**	1	
9.-Evaluación	.890**	.212**	.453**	.210**	.240**	.768**	.734**	.648**	1

Fuente: elaboración propia

La tabla 7 muestra los resultados del análisis de regresión, con el propósito de determinar cuáles son las variables predictoras de la Calidad de Vida, se procedió a realizar un análisis mediante el método introducir, entendiendo la Calidad de Vida como la variable dependiente e incluyendo como predictoras las variables Creencias de Autoeficacia,

Satisfacción y Salud física. La varianza explicada del modelo fue de 82% ( $R^2 = .827$ ) a partir de considerar a las Creencias de Autoeficacia, la Salud Física y la Satisfacción Docente como predictoras de la CV, lo que indica que esas variables influyen en la salud de los docentes.

**Tabla 7.**  
Análisis de regresión lineal con valores de variables predictoras de la Calidad de Vida

Modeloa	CNE		CE	t	Sig.	Correlaciones			Estadísticas de colinealidad	
	$\beta$	Desv. Error	$\beta$			Orden cero	Parcial	Parte	Tolerancia	VIF
(Constante)	-2.67	3.93		-0.68	0.50					
CAD	0.01	0.04	0.00	0.17	0.86	0.205	0.007	0.003	0.737	1.357
Satisfacción docente	0.13	0.03	0.08	3.86	0.00	0.322	0.163	0.069	0.706	1.416
Componente Salud física	0.21	0.00	0.88	47.63	0.00	0.906	0.898	0.849	0.925	1.081

Nota:  $R^2 = .827$ , DW=1.98, CNE= Coeficientes no estandarizados, CE= Coeficientes estandarizados  
Variable dependiente: Calidad de vida

Predictores: (Constante), CAD, Satisfacción docente, Componente Salud Física.

La tabla 8 muestra los resultados del análisis de regresión lineal, la varianza explicada del modelo fue del 11% ( $R^2 = .827$ ) cuando se toma en cuenta tres variables predictoras (Creencias de autoeficacia según

la implicación, Creencias de Autoeficacia según la evaluación y la Satisfacción Docente). Lo que indica que esas variables influyen en la salud mental de los docentes.

Tabla 8. Análisis de regresión lineal con valores de variables predictoras de la Salud mental

Modeloa	CNE		CE	t	Sig.	Correlaciones			Estadísticas de colinealidad	
	B	Desv. Error	Beta			Orden cero	Parcial	Parte	Tolerancia	VIF
(Constante)	70.193	36.960		1.899	0.058					
CAD implicación	-3.134	1.975	-0.097	-1.587	0.113	0.151	-0.068	-0.064	0.436	2.293
CAD Evaluación	4.188	1.723	0.147	2.431	0.015	0.210	0.104	0.098	0.447	2.237
Variable Satisfacción	7.451	1.171	0.297	6.362	0.000	0.317	0.263	0.257	0.752	1.331

Nota: R2 =.110, DW=1.93, CNE= Coeficientes no estandarizados, CE= Coeficientes estandarizados  
Variable dependiente: Salud mental  
Predictores: (Constante), CAD implicación, CAD evaluación, Variable Satisfacción.

## Discusión

El objetivo del presente estudio fue describir y analizar la incidencia de las creencias de autoeficacia, la satisfacción y la salud física en la calidad de vida de los docentes de educación superior en México. Un hallazgo del estudio fue que dichas variables fueron predictoras de la calidad de vida en profesores mexicanos, lo cual coincide con Chamani et al. (2023) quienes encontraron que la autoeficacia, la satisfacción y el significado en el trabajo eran predictores del bienestar subjetivo de profesores.

Un resultado importante de esta investigación fue que los docentes reportaron buena calidad de vida, al igual que lo encontrado por Akram & Amir (2020) en su estudio en docentes pakistaníes. Sin embargo, en el estudio de Muñoz-Muñoz et al, (2022) identificaron que en general la calidad de vida en el trabajo se encontraba en un nivel medio, y sus dimensiones tendían hacia niveles bajos y medios.

Lo anterior permite reflexionar sobre la necesidad de promover estilos de vida saludables en los docentes, debido a que también son susceptibles al sedentarismo y a hábitos poco saludables. Según Garcés et al. (2023) la realización de actividad física en los docentes no es suficiente para dar cumplimiento con los niveles mínimos recomendados para proteger la salud.

Las estrategias implementadas para elevar el bienestar de los profesores deben considerar factores como la autoeficacia de los docentes, la eficacia grupal, así como la percepción de satisfacción laboral de los docentes, y el impacto adverso que la condición de docente temporal podría tener en el trabajo (Capone & Petrillo, 2020).

En nuestro estudio se encontraron diferencias estadísticas significativas entre las dimensiones de la calidad de vida según el sexo, en general los profesores tienen una mejor calidad de vida que las profesoras. Lo cual coincide con lo reportado por Alves et al., (2019) en donde los hombres presentaron puntuaciones más altas de calidad de vida que las mujeres en los dominios salud física, psicológica y relaciones sociales.

En nuestro estudio se encontró que los docentes se auto perciben con excelentes niveles de creencias de autoeficacia, lo cual coincide con otros estudios (Hernández y Cenicerros, 2018; Vizcaino et al., 2018). Respecto a las dimensiones estudiadas todas las obtuvieron un nivel de excelente, estos resultados coinciden con los reportados por Song et al., (2020), quienes afirman que los docentes se perciben capaces, en general, de desarrollar todas las tareas encomendadas; otro estudio reveló que los docentes peruanos presentaron niveles que van de regular a alto, con prevalencia en este último, en su autoeficacia general (Herrera & Baldeón, 2020).

Otro resultado significativo fue que los profesores presentaron niveles excelentes de satisfacción, la dimensión reconocimiento de la labor docente obtuvo una buena puntuación, lo anterior coincide con los resultados que presenta Pérez (2018) quien encontró que la satisfacción en sus dimensiones de condiciones físicas, beneficios laborales, políticas administrativas, relaciones sociales, desarrollo personal y desempeño de tareas estableció una buena satisfacción general.

Otro resultado relevante de este estudio fue que las creencias de autoeficacia y la satisfacción docente presentan una correlación positiva moderada, lo cual es coherente con lo reportado por Ahmad et al. (2023). Por otro lado, Arslan (2019) analizó las fuentes de autoeficacia y encontró una correlación altamente positiva entre los estados emocionales, entre los que se encuentra la satisfacción y las creencias de autoeficacia.

El presente estudio recomienda la realización de futuras investigaciones sobre la relación entre autoeficacia, satisfacción y calidad de vida de los docentes universitarios, con la finalidad de brindar información actualizada y basada en el contexto cultural de cada región para que los docentes y autoridades educativas tomen decisiones que mejoren, inicialmente, las condiciones en que los docentes realizan su labor y, por ello, tengan mejores resultados manifiestos en los aprendizajes y desempeño de los estudiantes, un orden inverso a la perspectiva actual. No dudamos que existen otros elementos contextuales que contribuyen a la mejora o resultan un obstáculo para que la satisfacción docente, las creencias de autoeficacia y su calidad de vida mejoren, pero atender lo que este estudio propone resulta impostergable.

## Referencias bibliográficas

Ahmad, T, Siddique, Tahir, A, Chaudhry, A & Sarfraz, A. (2023). La autoeficacia y su efecto en la satisfacción laboral de los docentes a nivel universitario en Pakistán. *Journal of Policy Research*, 9(2), 346-353 <https://doi.org/10.5281/zenodo.8210960>

Akram, M., & Amir, M. (2020). Comparing the Quality of Work Life among University Teachers in Punjab. *Bulletin of Education and Research*, 42(2), 219-234. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1280789.pdf>

Arreola, R. L. (2022). Creencias de autoeficacia estudiantiles y docentes. *Revista académica UCMAULE*, 62, 103-131. <https://doi.org/10.29035/ucmaule.62.106>

Alonso, J. (2008). Cuestionario de salud SF-12. [http://www.ser.es/wp-content/uploads/2015/03/SF12\\_CUESTIONARIO.pdf](http://www.ser.es/wp-content/uploads/2015/03/SF12_CUESTIONARIO.pdf)

- Alves, P. C., Oliveira, A. de F., & Paro, H. B. M. da S. (2019). Quality of life and burnout among faculty members: How much does the field of knowledge matter? PLOS ONE, 14(3), 1–12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0214217>
- Arslan, A. (2019). The Mediating Role of Prospective Teachers' Teaching Self-Efficacy between Self-Efficacy Sources and Attitude towards Teaching Profession. International Journal of Educational Methodology, 5(1), 87–96. <https://doi.org/10.12973/ijem.5.1.101>
- Azpillaga, V, Bartau, I, Barandiaran, A y Intxausti, N. (2021). Formación y desarrollo profesional docente en función del grado de eficacia escolar. Revista Educación, 39(3), 155-179. <https://recyt.fecyt.es/index.php/Redu/article/view/89848>
- Barbosa-Granados, S y Aguirre-Loaiza, H. (2020). Actividad física y calidad de vida relacionada con la salud en una comunidad académica. Pensamiento Psicológico, 18(2), 1-13. <https://revistas.javerianacali.edu.co/index.php/pensamientopsicologico/article/view/590/505>
- Botero, P., y Londoño, C. (2013). Factores psicosociales predictores de la calidad de vida en personas en situación de discapacidad física. Acta Colombiana de Psicología, 16(2), 125–137. <https://actacolombianapsicologia.ucatolica.edu.co/article/view/186/227>
- Capone, V & Petrillo, G. (2020). Mental health in teachers: Relationships with job satisfaction, efficacy beliefs, burnout and depression. Current Psychology, 39, 1757-1766. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9878-7>
- Castañeda-Santillán, L. L. y Sánchez-Macías, A. (2022). Satisfacción laboral y burnout en personal docente. Retos Revista de Ciencias de la Administración y Economía, 12(24), 230-246. <https://doi.org/10.17163/ret.n24.2022.03>
- Castilla-Gutiérrez, S., Colihuil-Catrileo, R., Lagos-Hernández, R., & Bruneau-Chávez, J. (2021). Carga laboral y efectos en la calidad de vida de docentes universitarios y de enseñanza media. Chakiñan, Revista De Ciencias Sociales y Humanidades, (15), 166–179. <https://doi.org/10.37135/chk.002.15.11>
- Chamani S, Safaeizadeh F & Xodabande I (2023) Investigating the relationship between language teachers' occupational self-efficacy, satisfaction and meaning at work, and their subjective wellbeing. Front. Psychol. 14,1219130. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1219130>
- Cruz, S. (2017). Autoeficacia docente, en los profesores de la licenciatura de medicina, nutrición y enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud. (Tesis de posgrado). Universidad Rafael Landívar. Guatemala. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2017/05/83/Perez-Silvia.pdf>
- Coronado, M. S., López Arroyo, P., Trejo Martín, C., & González Ballester, S. (2019). Satisfacción docente y su influencia en la satisfacción del alumnado. International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista INFAD de Psicología., 3(1), 37. <https://www.redalyc.org/journal/3498/349860896003/html/>
- Coronel, A, Jacobsen, G & Busanello-Sella. (2023). University professors' quality of life and posture during the COVID-19 pandemic. Fisioterapia en Movimiento, 36, 1-12. <https://www.scielo.br/j/fm/a/5tRphFhCb3dvXCGDFCJQ4v/?format=pdf&lang=en>
- Del Pilar, A, Alcalde, A & Modina, E. (2023). An Analysis of the Variables Influencing Job Satisfaction and the Self-Efficacy of the Teachers. International Journal of Research and Innovation in Social Science. 7(6), 772-782. <https://dx.doi.org/10.47772/IJRIS.2023.7661>
- Franco-López, J. A., Lopez-Arellano, H., & Arango-Botero, D. (2019). La satisfacción de ser docente: un estudio de tipo correlacional. Revista Complutense de Educación, 31(1), 55–67. <https://doi.org/10.5209/iced.61775>
- Garces, M., Lezcano Aguirre, C., Hernández García, K. V., & Muñoz Rodríguez, D. I. (2023). Inactividad física en docentes de una facultad de salud. Revista CES Salud Pública y Epidemiología, 1(2), 32–50. <https://doi.org/10.21615/cesspe.6872>
- García-Lázaro, I, Colás-Bravo, M.P y Conde-Jiménez, J. (2022). The Impact of Perceived Self-Efficacy and Satisfaction on Preservice Teachers' Well-Being during the Practicum Experience. Sustainability. 14(16), 10185. <https://doi.org/10.3390/su141610185>
- García-Restrepo, L., Giraldo Agudelo, D., Aguirre-Loaiza, H., Núñez, C., & Quiroz-González, E. (2021). Calidad de vida laboral y autoeficacia profesional en docentes de educación superior. Praxis, 17(1), 85–98. <https://doi.org/10.21676/23897856.3539>
- Granziera, H., & Perera, H.N. (2019). Relations among teachers' self-efficacy beliefs, engagement, and work satisfaction: A social cognitive view. Contemporary Educational Psychology. 58, 75-84. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2019.02.003>
- González, M. (2013). Influencia de la autoeficacia docente colectiva en el profesorado universitario. Psicología Educativa, 19(1), 3–12. <https://doi.org/10.5093/ed2013a2>
- Hernández, L., & Ceniceros, D. (2018). Autoeficacia docente y desempeño docente, ¿una relación entre variables? Innovación Educativa, 18/78, 171-192. <http://www.scielo.org.mx/pdf/ie/v18n78/1665-2673-ie-18-78-171.pdf>
- Hernández Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. McGraw Hill
- Imberón, F. (2020). Desarrollo personal, profesional e institucional y formación del profesorado. Algunas tendencias para el siglo XXI. Revista Currículum, 33, 49-67. <https://doi.org/10.25145/j.qurricul.2020.33.04>
- Minaya, M. E, Requena, G, Mamani-Benito y Landa-Barzola, M. (2022). Predictores de la autoeficacia profesional en docentes universitarios de salud durante la pandemia COVID-19. Revista Cubana de Enfermería, 38, 1-14 <https://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/4560>
- Muñoz-Muñoz, D., Montero, C., Matabanchoy, S., & Zambrano, C. (2022). Calidad de vida en el trabajo en docentes universitarios. Revista Boletín Redipe, 11(6), 110–124. <https://doi.org/10.36260/rbr.v11i6.1841>
- Orley, J., & Saxena, S. (1996). La gente y la salud, ¿Qué calidad de vida?. Foro Mundial de La Salud, 17, 385–387. [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/55264/WHF\\_1996\\_17\\_n4\\_p385-387\\_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/55264/WHF_1996_17_n4_p385-387_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Pérez, G. (2018). Nivel de satisfacción laboral de los docentes y percepción de la calidad del servicio en siete instituciones educativas adventistas del norte de Colombia. Revista Internacional de Estudios En Educación, 18(2), 65–77. <https://doi.org/https://doi.org/10.37354/rie.2018.181>
- Pinedo, I., Gerometta, R., Slobayen, A., Scheiber, M., & Villalba, C. (2021). Estrés académico en docentes universitarios durante el año 2021. Revista de Investigación Científica y Tecnológica, 5(2), 45–49. [https://doi.org/10.36003/Rev.investig.cient.tecnol.V5N2\(2021\)6](https://doi.org/10.36003/Rev.investig.cient.tecnol.V5N2(2021)6)
- Prieto, L. (2005). Las creencias de autoeficacia docente del profesor universitario. Alfaomega-Narcea Editores.
- Raso, F., y Santana, D. (2022). Satisfacción del profesorado rural de Granada (España) respecto a su desarrollo profesional. Aula Abierta, 51(3), 275–284. <https://doi.org/10.17811/rifie.51.3.2022.275-284>
- Reséndiz Martínez, J., Garfias Sánchez, J. C., Velázquez Vargas, A. K., & Morales Pulido, M. I. (2023). Análisis de la capacitación docente para el bienestar y satisfacción laboral en la educación superior. Transdigital, 4(8), 1-24. <https://doi.org/10.56162/transdigital214>
- Rodríguez Vera, M., Figueroa-Varela, M., & Muñoz Salazar, L. P. (2023). Autoeficacia académica, desempeño y acceso a la educación superior en contexto de pandemia. Revista Costarricense De Psicología, 42(1), 9–24. <https://doi.org/10.22544/rcps.v42i01.01>
- Schwartzmann, L. (2003). Calidad de vida relacionada con la salud: aspectos conceptuales. Ciencia y Enfermería, 9(2), 9–21.
- Sokmen, Y., & Kilic, D. (2019). The Relationship between Primary School Teachers' Self-Efficacy, Autonomy, Job Satisfaction, Teacher Engagement and Burnout: A Model Development Study. International Journal of Research in Education and Science (IJRES), 5(2), 709–721. [www.ijres.net](http://www.ijres.net)

- Song, H., Gu, Q., & Zhang, Z. (2020). An exploratory study of teachers' subjective wellbeing: understanding the links between teachers' income satisfaction, altruism, self-efficacy and work satisfaction, *Teachers and Teaching: Theory and Practice*, 26(1), 3–31. <https://doi.org/10.1080/13540602.2020.1719059>
- Tellez, C. (2022). Salud mental en profesores de educación superior. *Revista de Investigación e Innovación en Salud*, 6(5), 36-47. <https://doi.org/10.23850/rediis.v6i5.3796>
- Vettori, G, Bigozzi, L, Vezzani, C & Pinto, G. (2022). The mediating role of emotions in the relation between beliefs and teachers' job satisfaction, *Acta Psychologica*, 226, <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103580>.
- Vilagut, G., Valderas, J., Ferrer, M., Garin, O., López, E., & Alonso, J. (2008). Interpretación de los cuestionarios de salud SF-36 y SF-12 en España: componentes físico y mental. *Medicina Clínica*, 130(19), 726–735. <http://public-files.prbb.org/publicacions/e92966f0-cead-012b-a7a8-000c293b26d5.pdf>
- Vizcaino, A., López, K., & Klimenko, O. (2018). Creencias de autoeficacia y desempeño docente de profesores universitarios. *Katharsis*, 25, 75–93. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6259836>