



Fecha de presentación: enero, 2021 Fecha de aceptación: febrero, 2021 Fecha de publicación: abril, 2021

Síndrome de Burnout: impacto en el desempeño laboral de los educadores

3

Burnout síndrome: impact on their job performance in teachers

Lic. Eugenia Ibei Huacón Reyes¹

ibeyhuacon@hotmail.com

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-5646-4467>

Lic. Oralia del Rocío Hidalgo Ochoa²

horaliadelrocio@yahoo.com

ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-2205-4790>

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Huacón Reyes, E. I. y Hidalgo Ochoa, O. R. (2021). Síndrome de Burnout: impacto en el desempeño laboral de los educadores. Revista Mapa, 3(23), 53-72.

<http://revistamapa.org/index.php/es>

¹ Lic. en Ciencias de la Educación mención Educación Básica, docente de la escuela de educación básica "Rafael Morán ValverdeCantón". Estudiante de la Maestría en Gestión educativa del Centro Internacional de Estudio Superior (CIESSA). Guayaquil. Ecuador.

² Lic. en Ciencias de la Educación mención Educación Básica, docente de la escuela de educación básica "Rafael Morán ValverdeCantón". Estudiante de la Maestría en Gestión educativa del Centro Internacional de Estudio Superior (CIESSA). Guayaquil. Ecuador.



RESUMEN

La sobrecarga en el trabajo induce el Síndrome de desgaste profesional o Burnout, caracterizado por la fatiga emocional y sensación de bajo logro personal que aparecen como respuesta de tensiones emocionales. El propósito de este trabajo fue analizar el grado de síndrome de burnout que presentan los profesores de las escuelas de Educación Básica de la Parroquia de Cantón Salitre. Se contó con una muestra poblacional de 304 profesores con estudiantes de 13 a 15 años. Se estudió mediante un cuestionario que contenía datos socio-demográficos, los principales factores que inciden en la presencia de Burnout en docentes y los síntomas que lo evidencian. Los datos se correlacionaron con los factores en un diseño no experimental, explicativo, y para medir el burnout se aplicó el test de Maslach para servicios humanos adaptado a educación. Se concluyó que 15% de la población de la muestra presentó niveles altos y 55% niveles medios de Burnout.

Palabras Claves: actividades escolares, aprendizaje escolar, profesores, síndrome de burnout

ABSTRACT

Overload at work induces the burnout syndrome, characterized by emotional fatigue and a feeling of low personal achievement that appear as a response to emotional stress. The purpose of this work seeks to carry out an analysis about the degree of burnout syndrome presented by the teachers of the Parish of Cantón Salitre. There was a population sample of 304 teachers with students from 13 to 15 years old. It was studied through a questionnaire that contained socio-demographic data, as well as the participation of teachers in school activities. The data were analyzed by correlating the factors in a non-experimental, explanatory design, and to measure burnout, the Maslach test for human services adapted to education was applied. It was detected that 15% of the sample population presented high levels and 55% medium levels of Burnout. A low negative relationship was found between the degree of burnout detected in teachers and their participation in school activities.

Keywords: emotional education, basic education, socio-emotional ability, academic performance

INTRODUCCIÓN

A propósito, toda persona en ejercicio de su labor profesional, enfrenta tensiones psicológicas, sociales, locativas y ambientales relacionadas con los mencionados factores. Desde finales de la década pasada los factores psicosociales (FP) asociados al trabajo han sido ampliamente estudiados por la comunidad académica (Sauter, Murphy Hurrell & Levi, 2001), “éstos problemas no solo pueden afectar a los trabajadores en su vida profesional, sino también familiar y de manera directa a las organizaciones en las cuales se desempeñan”. De hecho, en los últimos años los FP se han vuelto más

frecuentes, conocidos y diagnosticados, tomando importancia a tal grado que la Organización Mundial para la Salud (OMS) “los ha catalogado como de riesgo laboral” (Gutiérrez, Celis, Moreno, Farías, & Suárez, 2006, p3)

El síndrome de Burnout fue descrito en 1974 por el psiquiatra Herbert J. Freudenberger (1974), quien trabajaba en una clínica para toxicómanos en Nueva York, observando que la mayoría de los voluntarios que atendían drogadictos después de un año, sufrían pérdida progresiva de energía que los conducía hasta el agotamiento y provocaba síntomas de ansiedad y depresión, así como desmotivación en el trabajo y agresividad con los pacientes (Gutiérrez et al., 2006; p9 López, 2004, 13).

A raíz de estos hallazgos explicó que el Burnout es fallar, desgastarse o sentirse exhausto debido a las demandas excesivas de energía, fuerza espiritual o recursos. “Eran médicos, psicólogos y enfermeras, que se sacrificaron por los pacientes que asistieron, profesionales que recibieron poco reconocimiento por sus esfuerzos, y en última instancia sacrificaron su propia salud en este proceso”. (Alles, 2013, p17)

En ese mismo año, la psicóloga social Cristina Maslach (1976), en estudios de respuestas emocionales de profesionales, consideró que estos eran afectados por “Sobrecarga emocional”, síndrome de Burnout o síndrome del quemado, “señalando que éste hace referencia a un agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal, que se da en sujetos que trabajan con personas” (Maslach & Jackson, 1981, p. 1).

La psicóloga social estadounidense Christina Maslach (1976), fue la primera en darse cuenta de que las personas con el síndrome de Burnout tenían actitudes negativas e indiferentes. De este modo, Maslach fue pionera y popularizó el concepto al legitimarlo como un problema social importante. Ella caracterizó el síndrome como una respuesta a la tensión emocional causada por la exposición a factores de estrés en el lugar de trabajo.

El investigador Freudenberg (1974), elaboró el concepto reconociendo solo dos dimensiones: el agotamiento emocional y la despersonalización. Maslach (1976) agregó una tercera dimensión, que abarcó el logro profesional. (Aranda & Pando, 2015)

El concepto actual de síndrome de Burnout, se basa en la perspectiva socio- psicológica de Maslach (1976) y ubica tres dimensiones para caracterizar el Burnout: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal.

- El **agotamiento emocional** se define como cansancio o fatiga que puede manifestarse física, psíquicamente o como una combinación de ambos. Es la sensación de no poder dar a los demás más de sí mismo.
- La **despersonalización** se entiende como el desarrollo de sentimientos, actitudes y respuestas negativas, distantes y frías hacia otras personas, especialmente hacia los beneficiarios del propio trabajo. Se acompaña de un incremento en la irritabilidad y una

pérdida de motivación.

- El **bajo logro o realización personal** o profesionales un sentimiento que surge cuando se verifica que las demandas que se le hacen exceden su capacidad para atenderlas de forma competente. Supone respuestas negativas hacia uno mismo y hacia su trabajo, evitación de las relaciones personales y profesionales, bajo rendimiento laboral, incapacidad para soportar la presión y una baja autoestima.

Al principio diversos autores consideraron que el Burnout era un síndrome exclusivo de profesionales en servicios sociales, o de aquellos que trabajaban en contacto directo con personas a las que se prestan servicios. Hoy día “se considera como resultado de las investigaciones precedentes que éste se presenta también en trabajos que no exigen dicho contacto” (Rojas, Zapata & Grisales, 2009).

En la última década, la Comisión Europea (2007) en su agenda social para la promoción de la salud y la seguridad en el trabajo para el período 2007 – 2012, ha seguido insistiendo en la necesidad de la evaluación y prevención de riesgos psicosociales, prioridad que ya fue establecida en la anterior agenda social europea (Comisión Europea, 2002) para el período anterior 2002 – 2006.

El burnout como riesgo psicosocial emergente, su adecuada prevención requiere diagnosticarlo, determinar sus causas y desarrollar tecnologías y metodologías apropiadas para su evaluación e intervención.

Estamos ante un fenómeno complejo, cuya complejidad no está dada por su difícil comprensión, sí por su trama causal, la cual no responde a un modelo determinista unicausal, sino, a una multiplicidad de causas que interactúan entre sí.

Las mismas pueden encontrarse desde un nivel más general en las condiciones sociales y económicas del contexto histórico de donde emergen, y con la mayor concreción, en los recursos individuales de la personalidad para regular el comportamiento, pasando por las condiciones del ambiente laboral, los medios y recursos disponibles para el desempeño de la tarea, la organización del trabajo, las características del alumnado, y el ambiente psicosocial propio del aula, la escuela y la comunidad donde se encuentra. En el ámbito educativo Díaz, López & Varela (2010), manifestaron que:

...en diversos estudios los docentes mostraron una alta vulnerabilidad al Burnout, debido a la realización simultánea de múltiples actividades y funciones que implican asegurar que los estudiantes reciban una educación de calidad, así como exigencias grandes y conflictivas, no solo por parte de los alumnos, sino también de las familias, redes sociales y la administración... (Aldrete, Pando, Aranda

& Balcázar, 2003; Ponce, Bulnes, Aliaga, Atalaya & Huertas, 2005; Redó, 2017).

En la República de Ecuador Ricardo Ulloa & Emilia Lazcano (2018), realizaron un estudio de investigación en varias áreas, con profesionales de la salud, educación, la policía, los bomberos y los estudiantes, y se encontró que la categoría de maestro es el que tiene el segundo mayor desarrollo del síndrome de agotamiento profesional.

De hecho, los maestros son más propensos al síndrome en comparación con otros profesionales, debido a esta ocupación consiste en interactuar con la gente en un ambiente cargado de emociones los entornos de estos trabajos contradictorios y muy exigente.

El sector educacional contribuye a los índices más importantes de calidad de vida de una población, pero esto no se corresponde con su estatus social, lo que provoca la falta de docentes, realidad de la cual la República de Ecuador no está exenta.

En los últimos años ha ocurrido una transformación de la educación ecuatoriana como uno de los preceptos del Plan Nacional del Buen Vivir que impulsa el Gobierno Nacional, es allí donde el Ministerio de Educación del Ecuador (MINEDUC) logra protagonismos, al proporcionar las garantías necesarias para que los niños y niñas del territorio nacional puedan optar por una educación de calidad y calidez.

El protagonista de estos cambios es el propio docente y es necesario que sus demandas armonicen con la preparación profesional y los recursos intelectuales de éste. Lamentablemente cuando ésta u otras condiciones de trabajo que requieren los cambios no están presentes, las demandas laborales no pueden ser cumplidas como se espera o su cumplimiento implica un elevado costo a la salud y al bienestar.

Como puede apreciarse, las investigaciones a nivel mundial han demostrado la presencia del síndrome de Burnout en docentes, analizando factores causales y grado de prevalencia. Con base en lo anterior, se planteó la necesidad de investigar acerca del Síndrome de Burnout en profesores de la Educación Básica del Cantón Salitre Zona 5 y su impacto en su desempeño laboral por ser una población poco estudiada.

En ello se consideró que el docente que se encuentra sin sentimientos de logro personal, agotado físicamente y con una actitud de despersonalización tendría un desempeño laboral deficiente.

DESARROLLO

La investigación se realizó a través de un diseño no experimental, explicativo y correlacional (Hernández, Fernández & Baptista, 2001), para estimar la relación que la presencia del síndrome de burnout guarda con las variables estudiadas. Se eligió este diseño dado que permite hacer inferencias sobre las variables a medir.

El estudio se lleva a cabo con la población de 304 docentes que cumplieron con los requisitos de ser profesor(a) de educación básica frente a grupo, de escuelas de la Educación Básica del Cantón Salitre Zona 5, Ecuador y que aceptaron de forma voluntaria a colaborar en la investigación.

Se diseñó una presentación y un tríptico para dar a conocer la investigación. Se acudió a las diferentes escuelas a presentar la investigación y a solicitar la participación voluntaria de los profesores. Cuando éstos aceptaban, se les repartía la batería de pruebas y, una vez contestadas, se recogía el instrumento.

Los instrumentos de evaluación que se emplean están constituidos por una batería de cuestionarios que incluye:

- a) Cuestionario sociodemográfico, que abarcó datos generales (edad, sexo, estado civil, número de hijos, escuela de referencia) y laboral (situación de plaza, grado que imparte, turnos)
- b) Cuestionario de preguntas que se contestaban en términos de frecuencia (Nunca=0, A veces=1, Casi siempre=2, Siempre=3); se sumaron los puntajes totales clasificándose en baja ($0 > 6$), media (7-12) y alta (< 13) participaciones relacionadas con:

- Su actividad laboral como docente como son; tareas, relación con sus compañeros comunicación con superiores, salario suficiente, trabajar horas extras, reconocimiento social, faltas y sanciones, apoyo de superiores, pausas durante la jornada, valoración del trabajo, tareas

acordes a la profesión docente, relación con sus compañeros, horario laboral, afiliación sindical y oportunidades de capacitación

- Los síntomas analizados a través del instrumento fueron: pérdida del apetito, dificultad de comunicación, dolor de cabeza, problemas gástricos, sensación de depresión, consulta médica por lesiones, desesperación, sensación de fatiga, consulta por salud mental, sueño irregular, sensación de tristeza, irritabilidad y consulta por lesiones de voz.

RESULTADOS

A continuación, se muestran los principales resultados obtenidos con la aplicación de los instrumentos aplicados a los 304 profesores voluntarios frente a grupos provenientes del 100 % de la Educación Básica de la Parroquia de Cantón Salitre, zona 5, Ecuador.

Tabla 1

Datos sociodemográficos

Datos sociodemográficos		%
profesores	Sexo	250
	femenino	82
	Sexo	54
	masculino.	18
total		304
		100
De 24 a 35		107
		35

Edad	De 36 a 45	103	34
	De 46 a 55	88	29
	Más de 56	6	2
total		304	100
Estadocivil	solteros	91	30
	casados	167	55
	viudos	5	2
	divorciados	23	7
	unión libre	18	6
	total	304	100

Nota: La tabla muestra los datos sociodemográficos que se tienen en cuenta para la investigación. (Huacón Reyes & Hidalgo Ochoa, 2021)

Como puede apreciarse según los datos obtenidos es muy representativo el hecho de que el 82 % de los profesores sean mujeres, lo cual en las condiciones histórico sociales de Ecuador, significa que están expuestas a una doble jornada laboral y otras exigencias familiares que las sobrecargan y responsabilizan con un gran cúmulo de actividades domésticas, con el cuidado de los hijos y de todos los miembros del núcleo familiar, lo que representa factores permanentes causales de agotamiento emocional.

Tabla 2
Factores laborales y síntomas del cuestionario

Factores laborales y síntomas del cuestionario	Según frecuencia expresada en %			
	Nunca	Casi	A	Siempre
		nunca	veces	
Tareas acordes	9	22	53	16
Comunicación con Jefes	6	11	48	35
Relación con sus compañeros	0	36	55	9
Pausas durante la jornada	19	32	44	5
Sensación de fatiga	6	6	59	29
Apoyo de los jefes	0	4	56	40
Dolor de cabeza	8	33	53	6
Irritabilidad	15	18	57	10
Sensación de tristeza	25	25	41	9
Pérdida del apetito	56	10	27	7
Sueño irregular	29	17	52	2
Depresión	12	28	58	2
Desesperación	24	49	25	2
Dificultad de comunicación	26	37	31	6
Consulta de salud mental	57	38	7	5
Consulta lesiones músculo esqueléticas	33	39	22	8
Consulta por lesiones de voz	32	39	23	8
Consulta por problemas gástricos	9	50	29	12
Oportunidades de capacitación	14	23	48	15
Salario suficiente	11	20	49	20
Valoración del trabajo realizado	12	24	59	5

Debe Trabajar horas extras	41	5	47	7
Sanciones por los jefes	0	31	69	0
Reconocimiento social	8	29	56	7
Afiliación Sindical	7	27	26	42

Nota: La tabla recoge la frecuencia en que se comportan los factores laborales y síntomas del cuestionario que se aplica en la investigación. (Huacón Reyes & Hidalgo Ochoa, 2021)

Tabla 3

Puntuación del MBI en cada una de sus dimensiones

Dimensión	Punto	Nivel	%
Burnout	0 -10	bajo	30
	11- 20	medio	55
	21-30	alto	15
Agotamiento Emocional	0>8	bajo	18
	9-26	medio	60
	<27	alto	22
Despersonalización	0>8	bajo	50
	9-17	medio	46
	<18	alto	4
Realización personal	0>10	bajo	15
	11>20	medio	42
	<21	alto	43

Nota: La tabla recoge la puntuación del MBI en cada una de sus dimensiones del cuestionario que se aplica en la investigación. (Huacón Reyes & Hidalgo Ochoa, 2021)

Se determinó que el 30 % de los docentes 91 y evidencian una baja prevalencia del síndrome de Burnout, el 55 % de los docentes 168 presentan una prevalencia media, mientras que el 15 %, 45 docentes tienen una prevalencia alta (Tabla 3). Los resultados señalaron que los tres principales síntomas que evidenciaron el síndrome de Burnout en docentes de la educación básica en Cantón Salitre fueron: presentar fatiga al terminar la jornada laboral, sueño irregular y depresión. (Tabla 2)

- En cuanto a la fatiga al terminar la jornada laboral de los 304 profesores el 59 % 179 refirieron tener a veces éstas sensaciones de fatigas y el 29 %, 88 docentes manifestaron terminar siempre fatigados. (tabla 2)
- El 52 % de los docentes presenta algunas veces sueño irregular y el 2 % siempre, correspondiéndose a 164 y 6 profesores respectivamente. (tabla 2)
- La depresión es significativa ya que el 58 % manifestó sentirse a veces deprimido, 176, y un 2 % siempre 6 docentes. (tabla 2)

En la tabla 3, se observa que en la dimensión Agotamiento emocional 18% presentó un nivel nulo o bajo, 60% un nivel medio y 22% un nivel alto.

Lo que permite inferir que el 82 % de los docentes tienen un nivel medio o alto de agotamiento emocional representado por 249 docentes. En la

dimensión de Despersonalización, 50% de la muestra presenta un nivel bajo, 46% presenta el nivel medio y 4% presenta un nivel alto.

Finalmente, en la dimensión de Realización personal, 15% de la muestra presenta un nivel bajo, 42% presenta el nivel medio y 43% presenta un nivel alto. Para medir la participación en las actividades escolares, los indicadores fueron los siguientes: asistencia al consejo técnico, reuniones con padres, participación en cursos promovidos por la escuela, actividades organizadas en la escuela, carrera magisterial, cursos de escalafón vertical.

En lo que respecta al desempeño del grupo, se seleccionó a los profesores que atendían a un mismo grupo de séptimo, octavo y noveno grado, y se integró la puntuación obtenida por el grupo en la prueba ENLACE. Las puntuaciones quedaron en la siguiente forma: 304 profesores contaban con calificación de la prueba, 36% obtuvo las puntuaciones más bajas del total de la muestra, 63% una puntuación media y 1% la puntuación más alta (véase tabla 4).

Tabla 4

Calificación ENLACE

Calificación Enlace	Frecuencia	%
413 a 510.7	108	36
510.8 a 608.5	189	63
608.6 a 706	6	1

Nota: La tabla recoge la calificación ENLACE según la frecuencia que se tiene en cuenta en la investigación. (Huacón Reyes & Hidalgo Ochoa, 2021)

A fin de observar la relación entre las variables estudiadas (calificación ENLACE, participación en actividades escolares y el MBI), se realizó una correlación entre variables. En la tabla 5 se observa que el puntaje de burnout se correlaciona en forma significativa negativa baja con participación en actividades escolares $r(304) = -0.085$ $p < 0.05$, y no se correlacionó con ENLACE, mientras que la dimensión de despersonalización se correlaciona en forma significativa negativa baja con la calificación de ENLACE $r(304) = -0.115$ $p < 0.05$, y la dimensión de Agotamiento emocional se correlaciona también de manera significativa negativa baja, con participación en actividades escolares

Tabla 5

Correlaciones entre variables estudiadas

Variables	Burnout	Dimensiones del Burnout		
		Agotamiento Emocional	Realización Personal	Despersonalización
Calificación Enlace	-.085	-.073	-.023	-.115(*)
Participación en actividades escolares	-.144(*)	-.141(*)	-.076	-.074

Nota: La tabla recoge la correlación entre las variables objeto de estudio: la calificación

ENLACE y Participación en actividades escolares. (Huacón Reyes & Hidalgo Ochoa, 2021)

* Correlación significativa a 0.05 (2-colas).

** Correlación significativa a 0.01 (2-colas).

CONCLUSIONES

- El Síndrome de burnout está manifestándose en los docentes de la Educación Básica del Cantón Salitre, Zona 5
- El 15 % de los docentes de la muestra estaba cursando el síndrome de burnout con niveles altos
- El 55 % de los profesores tenían manifestaciones del síndrome con niveles medios
- Sólo el 30 % de los profesores tenían nivel bajo del síndrome.
- Los principales síntomas de afectación por el síndrome de burnout entre los docentes son: la sensación de fatiga al terminar la jornada laboral, el sueño irregular y la depresión.
- Entre los factores laborales que inciden de forma negativa condicionando la afectación por el Síndrome de burnout en los docentes se encuentra el poco reconocimiento social, el salario insuficiente y el exceso de tareas a realizar por los profesores.
- Que las afectaciones de los docentes por el síndrome de Burnout, no inciden en la participación de los profesores en las actividades escolares realizadas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aldrete, R., Pando M., Aranda, B., & Balcázar, P. (2003). Síndrome de Burnout en maestros de educación básica, Nivel Primaria de Guadalajara. *Revista de Investigación y Salud*, V, (1), 11-16.
- Aris, N. (2008). El síndrome de Burnout en los docentes de educación infantil y educación primaria en la zona del Valles Occidental. Barcelona, *Electronic Journal of research in Educational Psychology*. 7(2), 829-848, 2009 (No 18). Recuperado el 18 de marzo de 2011, de: http://www.investigacion-psicopedagogica.org/revista/articulos/18/english/Art_18_303.pdf
- Atance, M. J. C. (1997). Aspectos epidemiológicos del síndrome de burnout en personal sanitario. *Salud Pública*, 71(3), 293-303.
- Backhoff, E., Bouzas, A., González, M., Andrade, E., Hernández, E., & Contreras, C. (2008b). Factores asociados al aprendizaje de estudiantes de 3º de primaria en México. México: INEE.
- Berger, I. (1957). Le malaise socioprofessionnel des instituteurs français, *Revue Internationale de Pédagogie*, 3, 335-346.
- Cifre, E., & Llorens, S. (2002, mayo). Burnout en profesores de la UJI: Un estudio diferencial. *Fòrum de Reveca* 7. Universidad Jaume I. España. Recuperado el 8 de junio de 2010, de: <http://pepsic.bvs-psi.org.br/scielo>



Cordeiro, C., Guillén, G. y Gala, L. F. (2003). Prevalencia del síndrome de burnout en los maestros. Resultados de una investigación preliminar.

Psiquiatría.com, 7(1). Recuperado el 2 de junio de 2010, de:

<http://www.psiquiatria.com> Esteve, M. J. (1997). El malestar docente (3a. Ed.). España: Paidós. Original 1987.

Evaluación Nacional de Logro Académico en Centros Escolares, ENLACE

(2011). Resultados 2011. Secretaria de Educación Pública SEP.

Recuperado el 22 de septiembre de 2010, de:

<http://www.enlace.sep.gob.mx>

Fernández M, (2008). Burnout, Autoeficacia y Estrés en Maestros Peruanos:

Tres Estudios Fácticos. Ciencia y Trabajo. 10 (30): 20-125

Fidalgo, V. M. (2004). NTP. Síndrome de estar quemado por el trabajo o

“burnout” (1): definición y proceso de generación. Centro Nacional de Condiciones de Trabajo. España.

Freudenberg, H. (1974). Staff burn-out. Journal of Social Issues. 30, 159-166.

Gantiva Díaz, C., Jaimes Tabares, S., & Villa Orozco, M. (2010). Síndrome de

Burnout y estrategias de afrontamiento en docentes de primaria y bachillerato. Psicología desde el Caribe, 36-50.

Gil-Monte, P. (2002). Validez factorial de la adaptación al español del

Maslach Burnout Inventory-General Survey. Salud Pública de México, 44(1), 33-40.



Guerrero, E. (2003). Una investigación con docentes universitarios sobre el afrontamiento del estrés laboral y el síndrome del “quemado”. Campo Abierto: revista de educación. 21, 1-22.

Guerrero, E., & Rubio, J. J. C. (2005) Estrategias de prevención e intervención del burnout en el ámbito educativo. Salud Mental.