

## Presencia de burnout en docentes de una escuela secundaria

**Enrique Navarrete Sánchez**

Universidad Autónoma del Estado De México

[navarrete\\_le@hotmail.com](mailto:navarrete_le@hotmail.com)

**María del Carmen Farfán García**

Universidad Autónoma del Estado De México

[mcfarfang@uaemex.mx](mailto:mcfarfang@uaemex.mx)

### Resumen

Entre las enfermedades profesionales asociadas al estrés, es posible distinguir el síndrome con características particulares, llamado “Burnout o Síndrome de Quemarse en el Trabajo” (Gil Monte y Peiro, 1999a, Alderete y otros 2003). Este tiende a presentarse mayormente en aquellos profesionales que prestan servicio directo a personas, tales como docentes, asistentes sociales, psicólogos, entre otros.

Cuando múltiples estresores son encontrados en la situación laboral del docente, se da una serie de reacciones que dañan seriamente la habilidad del profesor para ejecutar su trabajo, los sentimientos de éste se vuelven negativos, se desarrolla una actitud poco positiva, se pierde el interés con los alumnos, compañeros, autoridades, padres de familia, con el trabajo, aumentan las enfermedades físicas y mentales, así como el ausentismo y en ocasiones el consumo de drogas y alcohol (Clavete, Villa y Kareaga, 1997). De esta manera se plantea la pregunta de investigación: ¿El síndrome Burnout se encuentra presente en los docentes de nivel secundaria de una escuela pública en el Estado de México?

El objetivo fue: Determinar si los docentes de Secundaria de una Escuela Pública del Estado de México, presentan el síndrome de Burnout. La variable fue el síndrome de Burnout, integrada por los indicadores; Agotamiento Emocional, despersonalización, falta de logro personal. Se aplicó a 22 docentes de una secundaria, la traducción al español del Maslach Burnout Inventory (MBI) por Gil-Monte (2002). Los resultados más significativos fueron; la mayor parte de la muestra presentó un puntaje alto en los tres factores estudiados: agotamiento emocional, despersonalización y falta de logro personal, por lo que se puede decir que los docentes de una Escuela Secundaria Pública del Estado de México, presentan un nivel significativo de Burnout.

**Palabras clave:** burnout, docentes, estrés, escuela, secundaria

---

## Introducción

Los recientes 20 años se han caracterizado por un ritmo de vida cambiante y acelerado, con un incremento pronunciado de las exigencias laborales. Esto responde a los requerimientos de la economía y demandas de la sociedad en general. Las personas insertas en este sistema se ven obligadas a satisfacer dichas demandas y adaptarse a las nuevas condiciones.

Las condiciones laborales deficientes son una amenaza para el trabajador, dado que entonces no están con la seguridad y protección necesarias, provocando enfermedades laborales. Así mismo, el no permitir que tengan injerencia y algún nivel de control sobre su trabajo, influye en el aumento del nivel de tensión psicológico del trabajador.

En general los más vulnerables a padecer este síndrome son aquellos profesionales que se caracterizan por un buen desempeño, son comprometidos con su trabajo y tienen expectativas altas sobre las metas que se proponen.

Usualmente este tipo de personas realiza reconocidos aportes dentro de la organización o institución. Sin embargo, cuando el resultado de su gestión no cumple las expectativas propias ni la de sus clientes y la organización no es capaz de entregar el apoyo necesario, estas personas se ven expuestas a un nivel alto de estrés y frustración. Si esto sigue un curso crónico, finalmente se termina deteriorando su capacidad para lograr desempeñarse adecuadamente y las condiciones son óptimas para el desarrollo del Burnout (Maslach y otros, 2001).

Desde finales de la década de los setenta, este síndrome ha suscitado gran interés tanto el ámbito organizacional, como en el académico. La mayor parte de las investigaciones hechas sobre el tema han utilizado como instrumento de medición el Maslach Burnout Inventory (MBI) desarrollado por Maslach y Jackson (1981, citado en Maslach y otros, 2001). Este instrumento asume que el Burnout es un constructo compuesto por tres dimensiones llamados Agotamiento Emocional, Despersonalización y Realización Personal. En la actualidad los profesionales dedicados a la docencia se encuentran en un riesgo constante ya que el Burnout es un síndrome específico del estrés asociado a profesiones que requieren estar en contacto con relaciones interpersonales demandantes según el estudio realizado por el Colegio de Profesores A.G. (2000), en conjunto con la Universidad Católica Chilena. El origen de este es atribuido principalmente a la sobrecarga laboral y al hecho de ser blanco recurrente de agresividad por parte de autoridades, compañeros, padres de familia y alumnos. Esto llevaría a los profesores a mostrarse irritables e intolerantes, lo que además de deteriorar la relación con los alumnos, se traduciría en ausentismo reiterado y aumento en el pedido de licencias médicas (Junaeb, 1998)

Por otro lado, los estudios que han abordado este fenómeno entre los profesores proviene desde el ámbito de la psicología, por lo que contribuir con una investigación desarrollada en los docentes resulta un desafío y una puesta de entrada para emprender este fenómeno desde la mirada pedagógica.

## **PLANEAMIENTO DEL PROBLEMA**

La cultura está dotada de múltiples agentes educativos como lo son los medios de comunicación, la familia, las instituciones sociales, entre otros; sin embargo, la institución escolar y aún más los profesores son considerados en ocasiones como los principales responsables de los logros educativos de la sociedad.

Es así como al docente se le otorga una de las principales funciones para la conservación y mejoramiento de la sociedad, es decir, la transmisión del conocimiento a las futuras generaciones con el fin de que puedan conservarlo y utilizarlo para el progreso de la sociedad y el desarrollo integral de cada persona.

El desarrollo tecnológico y científico de la educación no ha significado para el docente una suficiente mejora en el desarrollo de su función, sino que el desconcierto ante la falta de métodos eficaces, el incremento acelerado de las demandas, la insuficiencia de recursos y medios para responder a las mismas.

Todo ello, unido a un descenso en el reconocimiento y apoyo social, hacen de la profesión del docente una tarea compleja, contradictoria y escasamente valorada, lo cual agrava un problema que lleva cierto tiempo preocupando a la comunidad científica y a la sociedad en general, este problema es el malestar físico, psicológico y emocional del docente.

Cuando múltiples estresores son encontrados en la situación de enseñanza continua, sin solución, se da una serie de reacciones que daña seriamente la habilidad del profesor para ejecutar su trabajo, los sentimientos de éste se vuelven negativos, se desarrolla una actitud poco positiva, se pierde el interés con los alumnos, compañeros, autoridades, padres de familia, con el trabajo, aumentan las enfermedades físicas y mentales, así como el ausentismo y en ocasiones el consumo de drogas y alcohol (Clavete, Villa y Kareaga, 1997).

Cuando se presentan estas conducta los profesores se describen a sí mismos como “consumidos, vacíos y quemados” (Gold, 1985). Si el malestar del docente se prolonga en el tiempo da lugar a un síndrome conocido como Burnout, el cual además puede ser contagioso (desde una perspectiva social), es decir, cuando hay en la institución educativa profesores insatisfechos y deprimidos, los demás pueden llegar a estarlo con mayor probabilidad.

Los docentes juegan un rol determinante en la efectividad del proceso enseñanza-aprendizaje, por lo que resulta imperativo identificar los factores que afectan directa e indirectamente su desempeño profesional.

## **OBJETIVO**

Determinar si los docentes de Secundaria de una Escuela Pública del Estado de México, presentan el síndrome de Burnout.

## **PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN**

¿El síndrome Burnout se encuentra presente en los docentes de nivel secundaria de una escuela pública en el Estado de México?

## **VARIABLE**

La variable fue el síndrome de Burnout,; Es el estado de agostamiento físico, emocional y mental causado por involucrarse por largos periodos en situaciones emocionalmente demandantes (Pines y Aronson, 1989). Maslach y Jackson (1981), de Pablo y Superviola (1988), Pinelo y Salgado, (2002), Zaquett y Wood (1997) y Leyva, et al. (2003), establecen

que el Burnout está compuesto por tres factores; Agotamiento Emocional, despersonalización, falta de logro personal.

## **MUESTRA**

Se toma una muestra de la población de la zona numero VI, Valle de Toluca del Estado de México, considerando un muestreo no probabilístico accidental o incidental, debido a que los participantes, fueron elegidos de acuerdo al número de profesores que imparten clases en una secundaria pública del Estado de México.

Los sujetos que participaron de manera voluntaria en el presente estudio pertenecen a la plantilla docente de una secundaria en una Escuela Pública del Estado de México, participando 22 docentes.

## **INSTRUMENTO**

Traducción al español del Maslach Burnout Inventory (MBI) por Gil-Monte (2002). La versión original del instrumento fue desarrollada por Maslach y Jackson (1981) en idioma inglés. Se utilizó este cuestionario ya que según Schaufeli, Daamen y Van Mierlo, (1994), es un instrumento válido y confiable para el estudio de Burnout en maestros, en países donde no se habla inglés. En la actualidad no existen traducciones "Oficiales" comercialmente disponibles (Zalaquett, C. y Wood, R., 1997), por lo que se recomienda una versión que haya sido sometida a estimación psicométrica, como es el caso de la utilizada para esta investigación.

El inventario consta de 22 reactivos tipo Likert en forma de afirmaciones sobre los sentimientos personales y actitudes del profesional en su trabajo y hacia las personas a

quienes brinda atención. Los reactivos son evaluados de acuerdo con su frecuencia, con un continuo de 0 a 6, donde 0 equivale a nunca y 6 a todos los días.

Maslach y Jackson (1981), De Pablo y Superviola (1988), en Pinelo y Salgado, (2002), Zaquett y Wood (1997) y Leyva, et al. (2003), establecen que los reactivos se encuentran divididos en tres factores: Agotamiento Emocional, Despersonalización y Falta de Logro Personal.

Las puntuaciones de cada subescala se obtienen al sumar los valores de los reactivos. Para establecer los puntos de corte en las puntuaciones con el fin de determinar el nivel de Burnout por subescala, se tomo en cuenta la investigación de Gil-Monte (2002).

Las investigaciones de Iwanicki y Schwab, (1982); sustentan validez y confiabilidad de Maslach Inventory en población docente al sostener que al ser usado con maestros, miden los mismos constructos básicos de agotamiento emocional, despersonalización y logro personal descritos por Maslach y Jackson. Debido a que el MBI fue elaborado inicialmente para profesionales de la salud, desarrollando más adelante una versión para maestros, conocida como MBI forma Ed. Schwab e Iwanicki, (1982) o MBI- Educator's Survey Wood, (1997), en la cual únicamente se sustituye la palabra "clientes" por "alumnos" o "estudiantes".

El MBI tiene un tiempo estimado para ser contestado de entre 10 y 15 minutos y se responde de forma anónima y confidencial, siguiendo las instrucciones marcadas en el cuadernillo.

## **DESCRIPCIÓN DE RESULTADOS**

### **a) Agotamiento Emocional**

El contexto laboral se refiere a la percepción que la persona tiene cuando su facultad de sentir o sensibilizarse se disipa o disminuye. Para Babakus, Cravens, Johnston y Moncrief (1999), el agotamiento emocional se caracteriza por la sensación de encontrarse vacío y falta de energía. De acuerdo a los datos obtenidos se demuestra que los docentes presentan un nivel alto de Agotamiento Emocional, en referencia a los rangos ya preestablecidos en el instrumento de evaluación

### **b) Despersonalización**

Este factor alude al intento de las personas que proveen servicios a otros, de poner distancia entre sí misma y al usuario por medio de ignorar activamente las cualidades y necesidades que los hace seres humanos únicos, (Maslash, Schaufeli y Leiter, 2001), de acuerdo a los puntajes altos obtenidos indican una tendencia marcada de percibir o pensar en otros como cosas u objetos, con un comportamiento insensible, en otras palabra, los individuos se sienten que no se desempeñan tan bien como lo hacían en un comienzo y con una autopercepción de endurecimiento emocional.

### **c) Falta de Logro Personal**

La falta de logro personal en el trabajo se caracteriza por una dolorosa desilusión e impotencia para dar sentido al mismo. Se experimentan sentimientos de fracaso personal, la impuntualidad, la abundancia de interrupciones, la evitación del trabajo, el ausentismo y el abandono de la profesión y una generalizada insatisfacción, lo que describe al nivel alto de falta de Logro personal en docentes de acuerdo a los datos obtenidos.

## Conclusión

El tema de Burnout en docentes ha sido estudiado en México en los últimos años, pues recientemente se han realizado investigaciones al respecto, sin embargo, aún no es muy conocido por la población, ya que existe confusión entre los términos de estrés y Burnout.

Dado que gran parte de los estudios sobre este tema provienen de otros países y han utilizado instrumentos extranjeros, resulta difícil creer que el Burnout se manifiesta y se mide de la misma manera en diferentes países. Es importante considerar esto debido a que las características socioculturales, económica e incluso políticas de un país son determinantes en el comportamiento de sus habitantes, lo cual destaca la relevancia de contar con investigaciones que permitan tener un conocimiento más amplio y específico de este síndrome en nuestro país.

Los resultados de la investigación no se refieren al síndrome Burnout como un todo, sino a cada factor, ya que cada uno mide una característica diferente. El analizar el Burnout como un constructo unidimensional, como establece Gil Monte y Peiró (1997); Zalaquett y Wood (1997) y Merrit (2001), supondría perder la variedad de manifestaciones del síndrome. Sin embargo varios autores se refieren a los resultados de sus estudios reportando “alto nivel de Burnout” o “bajo nivel de Burnout, considerando a estas subescalas, las que se plantean en esta investigación.

El presente estudio tomo una muestra de 22 docentes, realizado en una escuela secundaria pública del estado de México, se concluye lo siguiente:

De manera general, la mayor parte de la muestra presentó un puntaje alto en los tres factores estudiados: agotamiento emocional, despersonalización y falta de logro personal,

por lo que se puede decir que los docentes de una Escuela Secundaria Pública del Estado de México, presentan un nivel significativos de Burnout en las subescalas.

## Bibliografía

Acosta, M. (2005). Síndrome de Burnout en los maestros del CCH. Disponible en: [www.monografias.com](http://www.monografias.com)

Álvarez, D. M.; Cantú, V.A.; Gayol, L.M.; Leal, K. G.; y Sandoval, K. I. (2005). El síndrome de Burnout y el profesional de la educación. Disponible en: [www.monografias.com](http://www.monografias.com).

APA Help Center. (2004). Estrés. Health and Emotional Wellness. Disponible en: [www.apahelpcenter.org/articles](http://www.apahelpcenter.org/articles).

Aranda, C.; Pando, M. y Pérez, M. B. (2004). Apoyo social y síndrome de quemarse en el trabajo o Burnout: una revisión. *Psicológica y Salud* 14, 1, pp. 79- 87.

Ardid, C y Zarco, V. (1999). El estrés laboral. En: Rodríguez, A. (Coordinador).

Arita, B. Y. (2004). Modelo para la investigación del proceso del síndrome de Burnout. *Psicología y salud* 11, 1, pp. 73-80.

Arita, B. Y. y Arauz, J. (1999). Afrontamiento, estrés y ansiedad asociados al síndrome de Burnout en enfermeras. *Psicología y salud* 14, 1, pp. 87-94.

Baños, A. L. (2006). Estrés, enemigo de las empresas. Disponible en: [www.losrecursoshumanos.com](http://www.losrecursoshumanos.com).

Barba, M. (1998). Estrés Laboral. Tesis de Licenciatura en Psicología UNAM/ENEP-Iztacala.

Buendía, J. (Coordinador), (1993). Estrés y psicología. Madrid: Ediciones Pirámide.

Buendía, J y Mira, J.M (1993). Eres desarrollo y adaptación. En: Buendía, J. (Coordinador).Eres y psicopatología. Madrid: Ediciones Pirámide.

Buseta, J M.; Bueno, A. M. Y Mas, B. (2001). Intervención psicología y salud, control del estrés y conductas de riesgo. Madrid: Dykinson.

- Chacón, M. y Grau, J. A. (2004). Burnout y variables personales moduladoras en enfermeros que trabajan en hospitales oncológicos. *Psicología y salud* 14, 1, pp. 67-78.
- Cordes, C. Y Dougherty, T. (1993) "A Review and An Integration of Research on Job Burnout" *The Academy of Management Review*, Vol. 18, No 4 Pgs. 621-657
- Corraliza, J. A. (1998). Emoción y ambiente. En: Aragonés, J. I. y Américo, M. *Psicología Ambiental*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Day, C. (2006). *Pasión por enseñar: la identidad personal y profesional del docente y sus valores*. España: Narcea.
- De Pablo, C. (2004). *Estrés y Hostigamientos Laboral*. Madrid: Formación Alcalá.
- Domínguez, B. y Olvera, Y. (2002). Inhibición emocional, estrés y salud. Su impacto en los cambios psicofisiológicos, emocionales e inmunológicos. *Psicología y Salud* 12, 1, pp. 83-93.
- Elizondo, J. A. (2006). El estrés. Disponible en: [www.mediks.com /salud y vida](http://www.mediks.com/salud_y_vida).
- Esteve, J. M. (1984). *Profesores en Conflicto*. Madrid: Narcea.
- Esteve, J. M. (1987). *El Malestar Docente*. Barcelona: Laia.
- Fernández, M. (2001). *El estrés humano: Un problema individual con solución*.
- Fontana, D. (1995). *Control del estrés*. México: Manual Moderno. Friedman, I.A. (1995). *School Principal Burnout: The concept and its components*.
- Friesen, D. y Sarros, J.C. (1989). Sources of burnout among educators. *Journal of Organizational Behavior* 10, p.p. 179 – 188.
- Gairing, M. (1991). *Como superar el estrés*. México: Everest.
- García, M. (1993). El estrés en contextos laborales: efectos psicológicos de los nuevos estresores. En: Buendía, J. (Coordinador). *Estrés y psicopatología*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Gil, M. y Peiró, J. M. (1997). *Desgaste psíquico en el trabajo: el síndrome de quemarse*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Gil – Monte, P. R. (2005). *El síndrome de quemarse por el trabajo (Burnout): Una enfermedad laboral en la sociedad del bienestar*. Madrid: Ediciones Pirámide.

Goleman, D. (1998). La inteligencia emocional en la empresa. Disponible en: [www.inteligencia-emocional.org](http://www.inteligencia-emocional.org).

Guerrero, E. y Vicente, F. (2001). Síndrome de “Burnout” o desgaste profesional y afrontamiento del estrés en el profesorado. España: Unidad de Extremadura, Servicios de Publicaciones.

Gutiérrez, N. (2007). El estrés laboral afecta la calidad de vida. Disponible en: [www.correo-gto.com.mx](http://www.correo-gto.com.mx)

Hill, C. y Ostrov, R. (2000). Guía práctica para superar el estrés. Comprender el estrés para combatirlo con éxito: estrategias, relajación y pensamiento positivo. Barcelona: Plaza & Janes Editores.

Holahan, C. J. (1996). Psicología Ambiental: Un enfoque general. México: Limusa.

Illescas, R. (2004). Sufre estrés 80% de población en grandes ciudades. Disponible en: [www.cimacnoticias.com](http://www.cimacnoticias.com)

Journal of Organizational Behavior 16, p.p. 191 – 198.

Lazarus, R. S. y Folkman, S. (1986). Estrés y procesos cognitivos. Barcelona: Ediciones Martínez Roca.

Looker, T. y Gregson, O. (1997). Superar el estrés. Madrid: Ediciones Pirámide.

Manassero, M. A.; Ferrer, V. A.; Fornés, J y Fernández, M. C. (2003). Estrés y Burnout en la enseñanza. Brasil: Palma.

Marrero, E. (2005). Desordenes de personalidad. Disponible en: <http://academic.uprm.edu/psic3002/id78.htm>

Martínez, J. M. (2004). Estrés laboral: Guía para empresarios y empleados. Madrid: Prentice Hall.

Moreno, B.; Meda, R. M. ; Rodríguez, A. ; Palomera, A. y Morales, M. M. (2006). El síndrome de Burnout en una muestra de psicólogos mexicanos: prevalencia y factores sociodemográficos asociados. Psicología y salud 16, 1, pp. 5-13.

Moriona, J.A. y Herrusco, J.(2004). Estrés y Burnout en profesores. *International Journal of Clinical and Health psychology* 4, 3, pp. 597 -621.

Muchinski, (2002). *Psicología aplicada al trabajo*. México: International Thompson Editores.

Néstor, A. (2005). Burnout, síndrome de agotamiento profesional. Disponible en: [www.monografias.com/trabajos11/burn/burn.shtml](http://www.monografias.com/trabajos11/burn/burn.shtml).

Nieto, J.M. (2006). *Como evitar o superar el estrés docente*. Madrid:CCS

Padilla, V.M.; Peña, J.A. y Arriaga, A.E. (2006). Patrones de Personalidad tipo A o B, estrés laboral y correlatos psicológicos. *Psicología y salud* 16, 1 , pp. 79-85.

Peiro, J. M. (2005). *Desencadenantes del estrés laboral*. Madrid: Psicología pirámide.

Peterson, C.L (1999). *Stress at work: A sociological perspective*. Nueva York: Baywood Publishing Company.

Pretty, G.; McCarthy, M. E. y Catano, V. M. (1992) Psychological environments and Burnout: gender consideration within the corporation. *Journal of organization Behavior* 1, pp. 701-711.

Rice, P. L. (1999) *Stress and health*. EUA: Brooks/Cole publishing company.

Salanova, M. y Cifre, E. (1999) El proceso de "tecnoestrés" y estrategias para su prevención. *INSHT* 1, PP. 18- 28. Disponible en : [www.mtas.es/insht/revista](http://www.mtas.es/insht/revista)

Sandi, C.; Venero, C.y Cordero, M.I. (2000). estrés, memoria y trastornos asociados: implicaciones en el daño cerebral y el envejecimiento. México: Ariel, Colección Ariel neurociencias.

Sandín, B. (1993). Estrés y salud: Factores que intervienen en la relación entre el estrés y la enfermedad física. En: Buendía, J. (Coordinador). *Estrés y psicopatología*. Ediciones Pirámide.

Santiago, A. (2006). Estrés: vida urbana, vida de estrés. disponible en: [www.netdoctor.es](http://www.netdoctor.es).

Senn, S. ; Wehbe, P. y Gubiani, A. (2002). *El Malestar Docente en Profesores Universitarios*. Disponible en: [www.monografias.com](http://www.monografias.com)

Sinclair, R. y Lavis, C. (2006,). Trabajadores tristes, los más productivos. El Universal, p. F4.

So-Kum Tang, C., Au, W., Schwarzer, R. y Schmitz, G. (2001). Mental health outcomes of job stress among Chinese teachers: role of stress resource factors and burnout. *Journal of Organizational Behavior* 22, 887 – 901.

Suárez, E. (1998). Problemas ambientales y soluciones conductuales. En: Aragonés, J. I. y Américo, M. *Psicología Ambiental*. Madrid: Ediciones Pirámide.

Travers, C. J. y Cooper, C. L. (1997). El estrés de los profesores: la presión en la actividad docente. España: Paidós.

Valadez, A. (2002). Comparación de la importancia de estresores ambientales y estresores sociales en dos diferentes muestras. Tesis de doctorado en investigación Psicológica. Universidad Iberoamericana.

Wainwright, D. y Calnan, M. (2002). *Work stress: the making of a modern epidemic*. Gran Bretaña: St. Edmundsbury Press.

WHO European Ministerial Conference on mental Health. (2005). *Mental health and working life*. Disponible en: [www.who.int](http://www.who.int)

Williams, S. y Cooper, L (2004). *Manejo del estrés en el trabajo. Plan de acción detallada para profesionales*. México: Manual Moderno.

Zabalza, M. A. (2002). *La enseñanza universitaria. El escenario y sus protagonistas*. España: Narcea.