

### *Burnout, factores estresantes, demográficos y labores en docentes de educación primaria y secundaria*

### *Burnout, stressors, demographics and tasks in primary and secondary education teachers*

**Santiago Resett**

resettsantiago@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-7337-0617>

**Universidad Austral CONICET,  
Buenos Aires, Argentina**

**María Emilia Oñate**

emiliaonate@yahoo.com.ar

<https://orcid.org/0000-0003-3277-4011>

**Universidad Austral CONICET,  
Buenos Aires, Argentina**

**María Soledad Menghi**

solemenghi@hotmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-6941-3482>

**Universidad Austral CONICET,  
Buenos Aires, Argentina**

Recibido: 03 de junio 2024 / Arbitrado: 15 de julio 2024 / Aceptado: 03 de octubre 2024 / Publicado: 05 de enero 2025

#### RESUMEN

Esta investigación tenía como objetivo describir el burnout y los factores estresantes en docentes de educación primaria y secundaria, como predecir los niveles de burnout a partir de variables demográficas y laborales. A partir de una muestra intencional de 310 docentes de Argentina. Se utilizó el Inventario de Burnout de Maslach y un cuestionario sociodemográfico y laboral. Se hallaron niveles altos de realización personal en el trabajo, niveles altos en despersonalización y medios de agotamiento emocional; el factor más estresante era la falta de apoyo parental. Se detectó que se predecía un 9% de la varianza en realización personal, un 13 % de agotamiento y un 9% de despersonalización. Realización personal se predecía por los factores estresantes, mayor edad, mayor antigüedad, mayor burnout- y ser suplente. Agotamiento emocional se predecía por los factores estresantes, ser mujer, mayor edad y antigüedad. Despersonalización se predecía por los factores estresantes y ser mujer. Estos resultados destacan que son variados los factores que predicen las dimensiones del burnout, pero que se debe prestar atención especial a la falta de apoyo parental, el ser mujer, mayor antigüedad y a los docentes de mayor edad a la hora de su prevención.

**Palabras clave:** Burnout; Factores; Estrés; Docentes; Educación

#### ABSTRACT

This research aimed to describe burnout and stressors in primary and secondary education teachers, as well as predict burnout levels from demographic and work variables. Based on an intentional sample of 310 teachers from Argentina. The Maslach Burnout Inventory and a sociodemographic and work questionnaire were used. High levels of personal fulfillment at work, high levels of depersonalization and medium levels of emotional exhaustion were found; The most stressful factor was the lack of parental support. It was detected that 9% of the variance was predicted in personal achievement, 13% in exhaustion and 9% in depersonalization. Personal fulfillment was predicted by the stressors, older age, greater seniority, greater burnout, and being a substitute. Emotional exhaustion was predicted by stressors, being female, older age, and seniority. Depersonalization was predicted by stressors and being female. These results highlight that various factors predict the dimensions of burnout, but special attention should be given to the lack of parental support, being female, greater seniority and older teachers when considering prevention efforts.

**Keywords:** Burnout; Factors; Stress; Teachers; Education

## INTRODUCCIÓN

El trabajo es una importante experiencia para la vida y uno de los contextos del desarrollo más importante de la adultez. En este sentido, la satisfacción con el trabajo y tener un empleo estable son un importante marcador psicosocial para evaluar si un adulto está transitando dicha etapa exitosamente (Arnett, 2004). Más que un modo de ganar la vida, esta actividad brinda conexión social, reconocimiento y satisfacción (Blunstein, 2008). De este modo, puede considerarse algo esencial para el ser humano, siendo una actividad que le permite incrementar su bienestar e incluso le otorga sentido a su vida (Savvides & Stavrou, 2020). A pesar de esto, el trabajo también puede generar tensión y conllevar riesgos y malestar tanto físico como psicológico (Bakker & de Vries, 2021), debido a la presión laboral, a conflictos en las relaciones, a la burocracia o por la tarea que se realiza (LePine et al., 2005).

Desde el aspecto psicosocial, una de las consecuencias negativas que puede emerger del trabajo es el de padecer burnout o síndrome de quemarse por la actividad laboral (Oñate et al., 2016). Se trata de un proceso en el que se va perdiendo lentamente, pero de manera considerable, la implicación y el compromiso en la tarea que se efectúa. Especialmente sucede en aquellas ocupaciones o labores de servicio, que requieren un nivel de contacto elevado con otras personas (Luken & Sammons, 2016).

El burnout es producto de la perpetuación del estrés laboral y es vivenciado con una afectividad predominantemente negativa debido a los costes nocivos que este implica para sí mismo y para su trabajo. Gradualmente la persona comienza a perder sus expectativas positivas con respecto al trabajo y comienza a experimentar que esforzarse por mejorar o hacer bien su trabajo no tiene sentido (Gil-Monte & Peiró, 1997).

El sentirse quemado por el trabajo, suele desencadenarse por diversos aspectos, algunos de ellos pueden ser las características personales del sujeto, las características de su entorno laboral o incluso por situaciones externas a su labor, por

ejemplo, conflictos entre la familia y el trabajo (Gil-Monte, 2003).

Este síndrome se caracteriza por tres manifestaciones principales, uno es el agotamiento a nivel emocional, otro es la vivencia de alejarse de los demás, principalmente con quienes se trabaja, experimentando una actitud negativa hacia ellos, y por último la persona no siente que se realiza personalmente en su trabajo o no le halla el sentido (Gil-Monte, 2003). Es por eso, que algunos investigadores indican que las dimensiones centrales del burnout son el agotamiento físico y emocional, la despersonalización o el cinismo y la falta de compromiso (Demerouti et al., 2010; Lubbadeh, 2020).

A nivel general, las investigaciones sobre el síndrome de burnout tienen como unidades de análisis a aquellas personas que se dedican a la atención de otros. Este tema ha sido recurrente en el área de las profesiones asistenciales debido a que vivenciar de manera permanente situaciones de angustia, miedo, malestar o muerte puede traer consigo la posibilidad de suscitar gradualmente la disfuncionalidad y el deterioro (Hernández Zamora et al., 2003).

El burnout y sus secuelas no terminan cuando la persona vuelve a su casa y deja el entorno laboral, sino que continúa afectando los diversos ámbitos de la vida de la persona. Las consecuencias negativas afectan a la persona y su calidad de vida ya que hay una tendencia a aislarse, la comunicación falla y las relaciones interpersonales se vuelven tensas, razón por la cual la red social, su familia y amigos empieza a presentar mayores problemas (Gil-Monte, 2007), como también repercuten sobre la organización laboral. Esto se debe a que el endurecimiento emocional y las actitudes negativas hacia el otro afectan su vida privada y sobre sus amigos y familiares (Gil Monte y Peiró, 1997).

Por otra parte, una de las grandes consecuencias del síndrome de quemarse por el trabajo y que lo distingue de otros cuadros patológicos vinculados al estrés, es que afecta la sensación de realización personal, es decir que va en desmedro del sentido de propósito, de los ideales personales y de la ilusión por el trabajo (Mussi, 2006).

Otra de las consecuencias negativas del burnout es la tendencia a experimentar más enfermedades físicas y mentales (Luken & Sammons, 2016). Algunos estudios han demostrado su correlación positiva con la presión arterial elevada y problemas cardiovasculares (von Känel et al., 2020) también con mayores niveles de depresión y ansiedad (Agyapong et al., 2022; Koutsimani et al., 2019). Quintero Idárraga y Hernández Calle (2021) encontraron que el agotamiento emocional es la dimensión del burnout que tiene mayor incidencia sobre los síntomas depresivos en docentes, advirtiendo que la depresión tiene una prevalencia elevada entre los educadores. Menghi, Rodríguez y Oñate (2019) analizaron las tres dimensiones del síndrome de burnout en dos grupos de docentes que estaban en actividad laboral en el nivel educativo primario, siendo que un grupo había experimentado diversos problemas de salud en los últimos 12 meses y el otro grupo no refirió experimentar síntomas en ese mismo período de tiempo. El análisis estadístico realizado reveló discrepancias significativas entre aquellos docentes que habían experimentado problemas de salud versus aquellos docentes que no reportaron padecer problemáticas referidas a la salud en el último año. Específicamente aquellos que informaron mayor sintomatología presentaban también valores elevados de cansancio a nivel emocional y mayor despersonalización.

La docencia es una de las profesiones asistenciales más afectadas por el síndrome de burnout, y uno de los factores que ayudan o potencian su aparición está relacionado con el ambiente u organización laboral y con los problemas con sus estudiantes (Byrne, 1991; Dalagasperina & Monteiro, 2014). Además, la falta de apoyo social y los conflictos interpersonales han sido unos de los principales predictores de burnout (Carlotto & Câmara, 2017). Por otra parte, en la Argentina la docencia es una profesión que en las últimas décadas ha sufrido un importante proceso de precarización laboral, económica y falta de reconocimiento social (Carrizo, 2012), que podría incrementar los niveles de estrés laboral en una profesión de por sí demandante.

Tabares-Díaz et al. (2020) analizaron indicadores del ámbito sociolaboral e interpersonal de la tarea docente y hallaron que los predictores más potentes del síndrome de burnout se vinculaban a la falta de autonomía, a no tener el suficiente apoyo social percibido y a las dificultades que pueden emerger del vínculo con los alumnos. Otros factores negativos que empeoran el clima laboral docente son las dificultades en los vínculos interpersonales entre pares, la burocracia, los cambios educativos constantes, la falta de reconocimiento del rol docente por parte de los padres y de la sociedad, la carencia de la profesionalización académica de calidad del profesorado (Álvarez-Arregui et al., 2023).

Con respecto al género y la antigüedad laboral de los educadores, no se ha llegado aún a resultados concluyentes respecto al estrés crónico. En algunos estudios (Estrada Araoz & Gallegos Ramos, 2020; Redondo-Flórez et al. 2020; Teles, Valle & Rodríguez, 2020) las mujeres presentaron mayores niveles de estrés percibido por burnout y estaban más agotadas emocionalmente que los hombres. En otras investigaciones se observó que los hombres tenían mayores niveles de despersonalización (Torres-Hernández, 2023) y falta de realización personal, mientras que las mujeres vivenciaban mayores niveles de agotamiento emocional (Grayson & Alvarez, 2008; Purvanova & Muros, 2010). En cambio, Prasojo y otros (2020) no hallaron diferencias en las dimensiones del burnout según el género y la experiencia docente, aunque aquellos docentes con mayor experiencia mostraban mayores niveles de despersonalización que los considerados principiantes. En otros estudios hallaron que los docentes con menos experiencia estaban más agotados emocionalmente que los más experimentados (Bernhard, 2016; Estrada Araoz & Gallegos Ramos, 2020; Gavish y Friedman, 2010).

En relación con otros aspectos sociodemográficos, se ha informado que los profesores mayores de 40 años experimentaban niveles de burnout más elevados que aquellos docentes de más de 30 años, sobre todo falta de realización personal y despersonalización (Mousavy & Nimehchisalem, 2014). En cuanto a la

experiencia académica y su vínculo con el síndrome de burnout no se han hallado diferencias estadísticamente significativas (Mesurado & Laudadio, 2019). Mientras que según el nivel educativo en el que impartían sus clases, los maestros de nivel primario se manifestaban más agotados emocionalmente que los profesores de educación secundaria (Estrada Araoz & Gallegos Ramos, 2020), pero estos últimos tenían mayores niveles de despersonalización que los primeros (Kokkinos, 2006). Sin embargo, en un metaanálisis sobre 45 artículos se observó que los profesores de nivel secundario presentan un riesgo elevado de padecer burnout y es uno de los grupos ocupacionales que tiene más bajas o licencias por estrés laboral (García-Carmona et al., 2019).

En relación con los factores estresantes que afectan a los docentes, se han identificado diversas áreas de preocupación en investigaciones previas. En primer lugar, se destaca la realización de horas extras, la falta de oportunidades para la comunicación con los superiores, los salarios insuficientes y la ausencia de apoyo por parte de los superiores al enfrentar desafíos con los padres de los estudiantes (Posada Quintero et al., 2019). Asimismo, otros estudios también han señalado factores estresantes en la enseñanza, tales como la exposición a situaciones de violencia, la escasa valoración social de la profesión docente, la falta de respaldo por parte de los padres, madres y tutores hacia el personal docente, así como la carga de trabajo excesiva que con frecuencia involucra atender las necesidades educativas especiales y cumplir con tareas administrativas (Herrera Herrera et al., 2023).

Se ha observado que las dimensiones del agotamiento emocional y la despersonalización en los docentes pueden ser atribuidas a diversos factores estresantes, tales como el entorno laboral, la sobrecarga de trabajo, la introducción de nuevas tecnologías, la estructura organizativa de la institución educativa y las interacciones con el entorno estudiantil (Santa-Cruz-Espinoza et al., 2022). En cuanto a los predictores del agotamiento emocional docente, se han identificado la insatisfacción laboral y la antigüedad en el empleo. Por otro lado, los predictores de la

despersonalización incluyen la insatisfacción en el trabajo y problemas en la relación entre el profesor y el estudiante. Finalmente, en lo que respecta a la realización personal, se ha encontrado que está relacionada con la satisfacción de los profesores en su vínculo con los padres y con sus estudiantes (Pedditzi, 2021). Asimismo, en variables asociadas a la vocación como el compromiso con la educación y satisfacción con la enseñanza se ha observado un efecto predictor en cuanto al burnout, siendo que a mayor puntaje en estas variables menor es el valor observado en el burnout (Torres-Hernández, 2023).

Por lo expuesto anteriormente es que esta investigación intenta responder la siguiente pregunta: ¿son los factores estresantes mencionados por los docentes de educación primaria y secundaria y variable demográficas predictores de la dimensiones del burnout?

### **Objetivos**

Describir los niveles de burnout y factores estresantes en docentes de educación primaria y secundaria.

Determinar si los factores estresantes, género, edad, condición de titularidad, antigüedad y ser docente de nivel primario o secundario predicen los puntajes de burnout en docentes de educación primaria y secundaria.

## **MÉTODO**

### **Diseño**

Se trataba de un estudio de tipo cuantitativo, según sus objetivos es un trabajo descriptivo-correlacional, según la temporalidad es transversal y según la fuente de la información es de campo.

### **Muestra**

Se conformó una muestra intencional no probabilística de 310 docentes que se desempeñaban en escuelas públicas y privadas de Paraná, Entre Ríos, Argentina. Todos ellos firmaron un consentimiento informado en el que se explicitaba los fines de la investigación. Un 31% trabajaba en primaria y en secundaria, un 68% eran mujeres y el resto varones (31%), con edades entre 25 y 52 años ( $M = 35.5$ ,  $SD = 7.3$  años). Contaban con siete años de antigüedad en promedio. Un 37% era de condición titular un 63% era suplente. Los criterios de inclusión eran ser docente de nivel

primario o secundario, residir en la ciudad de Paraná, Argentina, ser argentino, tener entre 22 años y 65, estar trabajando desde docente con una antigüedad mínima de seis meses y no estar bajo licencia médica.

### ***Instrumentos***

Maslach Burnout Inventory (MBI) de Maslach y Jackson (1986). Este instrumento (MBI) es el utilizado con mayor frecuencia para medir el burnout, independientemente de las características ocupacionales de la muestra y de su origen. Aquí se empleó la versión docente que es similar a la original, con la excepción de algunos cambios de palabras para adaptarlo al ámbito educativo, por ejemplo, cambiar el término paciente por el de alumno, etc. El MBI consta de 22 reactivos cuya forma de respuesta es con un escalamiento tipo Likert de 7 puntos que van desde *Nunca* (0) a *Todos los días* (6) según la asiduidad con la que se experimentan algunos de los sentimientos del burnout. Los estudios que han analizado factorialmente el instrumento han hallado que emergen tres factores a los que se denomina “agotamiento emocional”, “despersonalización” y “realización personal”. El dominio de agotamiento emocional tiene 9 ítems que describen la sensación de estar agotado emocionalmente y abrumado por el trabajo (por ejemplo: “Trabajar con alumnos todos los días es una tensión para mí”). El dominio despersonalización se compone de 5 ítems que consultan sobre la falta de sentimientos o la respuesta impersonal hacia los alumnos (por ejemplo: “Creo que trato a algunos alumnos como si fueran objetos”). Por último, el dominio de realización personal en el trabajo menciona los sentimientos de competencia y realización exitosa en el trabajo (por ejemplo: “Me enfrento muy bien con los problemas que me presentan los pacientes”). Sus buenas propiedades psicométricas han sido ampliamente documentadas (Byrne, 1993). Aquí se empleará la adaptación al español de Seisdedos (1997). En el presente estudio las alfas de Cronbach fueron .84 para agotamiento emocional, .71 para despersonalización y .79 para realización personal.

Cuestionario sobre factores estresantes en docentes. Se confeccionó un cuestionario en base a

tests anteriores, como el del Cuestionario del Nivel de Ambiente Escolar (Fraser y Rentoul, 1982; Fisher y Fraser, 1991), con siete preguntas que se respondían con cinco alternativas que iban de *no lo son a grandes* a partir de la consigna en qué medida consideras que las siguientes situaciones con un problema en tu trabajo que se puntuaron de 1 a 5. Cuando se calculó el Alfa de Cronbach para las ocho preguntas de los problemas, se obtuvo un alfa de .85. La media era 18.65 y el desvío 6.39.

Cuestionario sociodemográfico. Se realizó una serie de preguntas estructuradas para interrogar a los sujetos evaluados sobre datos sociodemográficos esenciales como género, edad y algunas relativas a antigüedad en el trabajo, si trabajaba en el nivel primario o secundario y si era titular o no.

### ***Procedimiento de recolección***

La recolección de datos fue llevada a cabo en formar presencial. Primeramente, se obtuvo el consentimiento de los directivos de las instituciones educativas. Una vez obtenido este, los datos se recogieron asegurando el anonimato, la confidencialidad y la participación voluntaria de los docentes mediante un consentimiento escrito. Los datos se recogieron en las horas libres de trabajo y tardaron en completar los cuestionarios alrededor de 25 minutos en promedio.

### ***Análisis de datos***

La información obtenida fue procesada utilizando el Paquete Estadístico para Ciencias Sociales (Statistical Package for the Social Sciences, SPSS) 25 para Windows. Primero se llevaron a cabo análisis de estadística descriptiva básica como medias, desvíos típicos, entre otros. Para determinar si determinar si los factores estresantes, el género, la edad, la antigüedad, nivel primario o secundario y situación titular o suplente eran predictores del burnout, se llevaron a cabo regresiones lineales múltiples con dichas variables como predictores y las dimensiones del burnout como variables dependientes. Con respecto a la distribución de los datos, para la asimetría, los valores de las preguntas iban de .02 a 3.76, y para la curtosis iban de .18 a 10.03. Para las regresiones lineales múltiples, los estadísticos de multicolinealidad eran aceptables, ya que la

tolerancia de los predictores se hallaban por encima de .897 y el VIF (factor de inflación de la varianza) por debajo de .101

## RESULTADOS

En lo relativo al primer objetivo de describir los niveles de factores estresantes y de burnout, en la tabla 1 y 2 se muestran los resultados. Como se muestra en la tabla 1, el factor estresante de mayor gravedad señalado era falta de apoyo de los padres, mientras el que era considerado menos grave o “grande” era de agresiones de los alumnos a los docentes.

**Tabla 1.** *Porcentajes de respuestas a las preguntas sobre factores estresantes en docentes*

Problema	No lo son	Pequeños	Medianos	Serios	Grandes
P1 problemas de indisciplina de los alumnos	7%	19%	37%	21%	16%
P2 agresiones de los alumnos hacia los docentes	35%	31%	15%	15%	4%
P3 problemas de drogas o alcohol en los alumnos	35%	23%	17%	15%	10%
P4 bullying, agresiones entre los alumnos	6%	31%	34%	18%	11%
P5 falta de apoyo de los padres	7%	7%	30%	26%	30%
P6 falta de apoyo de los directivos	54%	21%	14%	6%	4%
P7 problemas de comunicación entre los docentes/directivos	47%	22%	18%	6%	7%
P8 otros tipos de problemas	37%	26%	20%	0%	17%
N = 310					

**Tabla 2.** *Estadísticos descriptivos para las dimensiones de burnout*

	Mínimo	Máximo	M	SD
Agotamiento	.00	5.11	1.71	1.21
Realización personal	.75	6.00	4.95	1.00
Despersonalización	.00	5.00	1.24	1.18
N = 310				

Con respecto a los niveles de agotamiento, un 38% presentaba niveles bajos, un 43% niveles medios y 19%, bajos. Con respecto a realización personal, un 17% mostraba bajos niveles, un 24% niveles medios y 59% niveles altos. Con respecto a despersonalización, un 13% mostraba niveles bajos, un 29%, medios y 58% niveles altos.

En lo relativo al segundo de determinar si los puntajes de los factores estresantes, el género, la edad, la antigüedad, nivel primario o secundario y

**Tabla 3.** Predicción de las dimensiones del burnout en docentes

Dimensiones	Factores estresantes	Género	Edad	Antigüedad	Nivel	Titularidad
Realización personal	$B=-.23$		$B=.29$	$B=.15$		$B=.12$
	$t=-3.80$	ns	$t=3.94$	$t=1.94$	ns	$t=1.86$
	$p<.001$		$p<.001$	$p<.05$		$p<.07$
Agotamiento emocional	$B=.35$	$B=.14$	$B=-.15$	$B=-.15$		
	$t=5.98$	$t=2.45$	$t=-2.12$	$t=-1.98$	ns	ns
	$p<.001$	$p<.02$	$p<.04$	$p<.05$		
Despersonalización	$B=.34$	$B=.19$				
	$t=5.82$	$t=3.27$	ns	ns	ns	ns
	$p<.001$	$p<.001$				

Nota. ns = no significativo

Como se ve en la tabla 3, un 9% de la varianza en realización personal se predecía por los factores estresantes, la edad –a mayor edad, mayor burnout-, la antigüedad –mayor antigüedad, mayor burnout- y la situación (ser suplente se asociaba con mayor nivel de esta dimensión-. Un 13 % de agotamiento se predecía por los factores estresantes –mayores niveles, más burnout-, el género –ser mujer-, la edad –mayor edad- y la antigüedad –mayor antigüedad. Un 9% de despersonalización se predecía por los factores estresantes –mayores puntajes- y el género –ser mujer-.

### DISCUSIÓN

El propósito que guió nuestra investigación fue analizar si los factores estresantes percibidos en docentes de educación primaria y secundaria de la Argentina y distintas variables demográficas eran predictores del burnout. Para este fin se constituyó una muestra de 310 docentes, en la cual un 68%

situación titular o suplente eran predictores del burnout, se llevaron a cabo regresiones lineales múltiples con dichas variables como predictores y cada una de las dimensiones del burnout como variables dependientes. El género se categorizó como varón = 0 y mujer = 1, el nivel como secundario = 1 y primario = 0 y titular = 0 y suplente = 1.

eran mujeres y el resto varones (31%), con edades entre 25 y 52 años quienes respondieron al Maslach Burnout Inventory (MBI) de Maslach y Jackson (1986), a un Cuestionario sobre factores estresantes en su trabajo y unas preguntas sociodemográficas.

En lo referente al primer objetivo de la presente investigación, el factor estresante de mayor gravedad señalado era la falta de apoyo por parte de los progenitores. En el último tiempo muchos docentes señalan este inconveniente, principalmente debido a la pérdida del valor de la educación que se ha producido en el último tiempo. Mientras el que era considerado menos grave era de agresiones de los alumnos a los docentes. Incluso las pocas agresiones que se producen a los docentes generalmente son de los padres o madres hacia los docentes. Estos hallazgos pueden cotejarse con una investigación llevada a cabo en Argentina también, pero en educadores de nivel inicial y primario

(Menghi, 2015), donde se realizó un análisis de contenido de los estresores más frecuentes vivenciados por 226 docentes. De dicho análisis emergieron cinco categorías: estresores relacionados a los problemas con los colegas; a los problemas con los estudiantes; a problemas con las familias; al descontento con las condiciones laborales y los estresores propios del cargo. En este caso los estresores que mencionaron en mayor medida se agruparon en las categorías que abordan los problemas con los estudiantes (situaciones de enseñanza aprendizaje, conflictos y hechos de violencia) el 40 %, problemas con otros colegas (insultos, maltrato, destrato, falta de apoyo) el 29 % y problemas con las familias de sus alumnos el 16% (poco acompañamiento, situaciones de violencia y confrontaciones).

La falta de apoyo de los padres y tutores al profesorado junto a otros factores estresantes también han sido destacados en otros estudios recientes (Herrera Herrera et al., 2023). Nuevos hallazgos han detectado que la mejora del clima laboral docente se relaciona con el vínculo interpersonal entre pares, mientras que la burocracia que intensifica la labor, los cambios educativos constantes provenientes de decisiones gubernamentales, la falta de reconocimiento del rol docente por parte de los padres y de la sociedad, la carencia de la profesionalización académica de calidad del profesorado, son aspectos negativos que empeoran el clima de trabajo (Álvarez-Arregui et al., 2023).

Con respecto a determinar los niveles de burnout en los docentes, en función a los niveles de agotamiento, un 38% presentaba niveles bajos, un 43% niveles medios y 19%, altos. Con respecto a realización personal, un 17% mostraba bajos niveles, un 24% niveles medios y 59% niveles altos. Con relación a despersonalización, un 13% mostraba niveles bajos, un 29%, medios y 58% niveles altos. Llamativamente, lo más frecuente era niveles medios de agotamientos, altos de despersonalización y altos también de satisfacción. Esto implica que para los docentes el trabajo en la escuela genera un gran desgaste, pero también una gran satisfacción o, a pesar de los problemas, los docentes mantienen su vocación. Que los niveles de

despersonalización sean elevados en la actualidad puede deberse a las precarias condiciones del trabajo docente, como bajos salarios, precarización laboral, falta de capacitación docente, estrategias de afrontamiento al estrés inadecuadas, entre otros. Muchos estudios señalan que la docencia es considerada como una de las profesiones más estresantes en varias culturas y países. En el Reino Unido, la enseñanza fue una de las 26 ocupaciones más estresantes (Johnson et al., 2005). En Finlandia, los docentes experimentaron estrés y agotamiento con mayor frecuencia (12 %) que en otras profesiones (8 %) (Kauppinen et al., 2020). Los docentes también sufrieron el nivel más alto de agotamiento en comparación con otros trabajadores en los servicios humanos y trabajos administrativos (Kalimo et al., 2003).

En una investigación realizada por Menghi (2015) en docentes argentinos, se observó que aquellos docentes con mayor antigüedad eran quienes vivenciaban niveles más elevados de cansancio emocional a la vez que utilizaban peores estrategias de afrontamiento para lidiar con las situaciones estresantes. En otras palabras, a medida que pasan los años en el ejercicio docente hacen uso de estrategias de afrontamiento poco saludables, lo que nos lleva a pensar en la perpetuación y progresión del burnout a través del tiempo si la forma de combatir el estrés ante situaciones laborales complejas no es bien capitalizada. Además, en el estudio mencionado, tampoco hallaron diferencias significativas en función de la antigüedad para la dimensión de realización personal.

Con respecto a la predicción de las distintas dimensiones del burnout se predecía una varianza mediana para cada una de las dimensiones, pero a partir de distintos predictores: realización personal se predecía por los factores estresantes, mayor edad, mayor antigüedad, mayor burnout- y ser suplente. Agotamiento emocional se predecía por los factores estresantes, ser mujer, mayor edad y mayor antigüedad. Despersonalización se predecía por los factores estresantes y ser mujer. No obstante, en todos los casos los factores estresantes y ser mujer eran predictores para el burnout. Estos resultados están en línea con los de Tabares-Díaz et al. (2020)



que los predictores más potentes del síndrome de burnout se vinculaban a la falta de autonomía, a no tener el suficiente apoyo social percibido y a las dificultades que pueden emerger del vínculo con los alumnos.

Algunos estudios señalan que las mujeres presentan mayor nivel de este síndrome (Estrada Araoz & Gallegos Ramos, 2020; Redondo-Flórez et al. 2020; Teles, Valle & Rodríguez, 2020), pero en otras investigaciones se observó que los hombres tenían mayores niveles de despersonalización (Torres-Hernández, 2023) y falta de realización personal (Grayson & Alvarez, 2008; Purvanova, & Muros, 2010). Sin embargo, los estudios en general coinciden que las mujeres muestran mayor nivel de agotamiento emocional. Esto también puede explicarse advirtiendo que estudios previos han corroborado que los docentes presentan mayores niveles de desregulación emocional, pero sucede más entre las mujeres que entre los hombres, hallando una diferencia estadísticamente significativa entre ambos grupos (Fuentes-Vilugrón et al., 2022).

Este trabajo tiene una serie de limitaciones que deben ser mencionadas. En primer lugar, la muestra fue recolectada en forma no aleatoria, por lo cual los resultados no son generalizables a toda la población. Por otra parte, se trataba de una muestra no muy grande en tamaño, con menor cantidad de varones. Por lo tanto, los resultados no son generalizables a toda la población. Otra limitación es que se trató de un estudio que realizó únicamente una sola medición en el tiempo, motivo por el cual no se puede apreciar si el fenómeno se modifica a través del tiempo, como tampoco se puede captar la direccionalidad de las variables con el fin de establecer cuál es la causa y cuál la consecuencia; por ejemplo, son los conflictos con los progenitores de los alumnos los que afectan el burnout o este síndrome incrementa la percepción de conflictiva con ellos. Además, se utilizó el autoinforme para recabar los datos, el cual presenta reconocidas limitaciones, como el ocultar información, dar respuestas extremas, brindar respuestas socialmente deseables, entre otras, principalmente en una variable como el burnout. Finalmente, el hecho de

que las variables estudiadas se hayan medido utilizando una misma forma de recolección de datos hace que las correlaciones entre variables se eleven de manera artificial.

Futuros estudios deberían trabajar con muestras recogidas en forma aleatoria con el fin de poder generalizar los resultados. Se deberían usar otras técnicas para recoger los datos, además del autoinforme, como otros informantes que aporten datos de los participantes, como directivos, alumnos u otro personal de la escuela. Sería relevante que se lleven a cabo estudios longitudinales para determinar la estabilidad del burnout, como para inferir, por ejemplo, si los factores estresantes son los que generan el burnout o este síndrome el que conlleva a percibir más factores estresantes. Asimismo, se deberían incorporar otras variables de relevancia a este respecto, como rasgos de personalidad, estilos de afrontamiento, motivación laboral, clima institucional, entre otras. Por otra parte, también se debería examinar esta problemática en docentes de educación tanto primaria, secundaria y universitaria con el fin de observar también si el empleo de la teleeducación para dictar clases es un factor que introduce diferencias en el burnout o no, ya que en la actualidad el estrés generado por las nuevas tecnologías también está identificado como un factor relevante a este respecto.

## **CONCLUSIONES**

Esta investigación concluye que la actividad docente, aunque estresante, conserva la satisfacción de dicha población. La falta de colaboración por parte de los progenitores es el factor más estresante. Se predice una varianza de tamaño mediano para la realización personal, el agotamiento y la despersonalización a partir de diferentes predictores demográficos y de las condiciones laborales. Finalmente, se debería trabajar en la pronta identificación y prevención del burnout en esta población, principalmente a los costos psicosociales y económicos que genera, no solamente en los docentes, sino para toda la comunidad. En este sentido, los resultados del presente trabajo señalan que los factores estresantes, fundamentalmente la falta de apoyo parental, son un

predictor significativo de los niveles de burnout en docentes. Aunque se detectó niveles elevados se satisfacción laboral, también se encontró que existen diversos factores estresantes del ambiente escolar que afectan al incremento del burnout. Esto resalta la importancia de abordar dichos factores en las políticas educativas y de gestión para mitigar el impacto del estrés en el bienestar y la tarea docente, principalmente en docentes de género mujer y llevan trabajando mayor cantidad de años mediante estrategias de apoyo que tengan en cuenta estos perfiles al diseñar estrategias de acción para detectar prontamente los síntomas de este síndrome.

#### REFERENCIAS

- Agyapong, B., Obuobi-Donkor, G., Burbach, L., & Wei, Y. (2022). Stress, burnout, anxiety and depression among teachers: a scoping review. *International journal of environmental research and public health*, 19(17), 2-42, 10706. <https://doi.org/10.3390/ijerph191710706>
- Álvarez-Arregui, E., Rodríguez-Martín, A., Belver Domínguez, J. L. ., & Rodríguez Díaz, J. (2023). Clima profesional docente en los institutos de educación secundaria. Bordón. *Revista De Pedagogía*, 75(1), 15-33. <https://doi.org/10.13042/Bordon.2023.94628>
- Arnett, J.J. (2004). *Emerging adulthood. The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford.
- Bakker, A. B., & de Vries, J. D. (2021). Job Demands-Resources theory and self-regulation: New explanations and remedies for job burnout. *Anxiety, Stress, & Coping*, 34(1), 1-21. <https://doi.org/10.1080/10615806.2020.1797695>
- Bernhard, H. C. (2016). Investigating burnout among elementary and secondary school music educators: A replication. *Contributions to Music Education*, 8, 145-156.
- Blustein, D. L. (2008). The role of work in psychological health and well-being: A conceptual, historical, and public policy perspective. *American Psychologist*, 63, 228-240. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.63.4.228>
- Byrne, B. M. (1991). Burnout: Investigating the impact of background variables for elementary, intermediate, secondary, and university educators. *Teaching and Teacher education*, 7(2), 197-209. [https://doi.org/10.1016/0742-051X\(91\)90027-M](https://doi.org/10.1016/0742-051X(91)90027-M)
- Carlotto, M. S., & Câmara, S. G. (2017). Riscos psicossociais associados à síndrome de burnout em professores universitários. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 35(3), 447-457. <https://doi.org/10.12804/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.4036>
- Dalagasperina, P., & Monteiro, J. K. (2014). Preditores da síndrome de burnout em docentes do ensino privado. *Psico-USF*, 19, 263-275. <https://doi.org/10.1590/1413-82712014019002011>
- Demerouti, E., Mostert, K., & Bakker, A. B. (2010). Burnout and work engagement: a thorough investigation of the independency of both constructs. *Journal of occupational health psychology*, 15(3), 209-222. 1076-8998/10/\$12.00 DOI: 10.1037/a0019408
- Estrada Araoz, E. G., & Gallegos Ramos, N. A. (2020). Síndrome de burnout y variables sociodemográficas en docentes peruanos. *Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*, 39(6), 714-720.
- Fisher, D. L., & Fraser, B. J. (1991). School climate and teacher professional development. *South Pacific Journal of Teacher Education*, 19(1), 17-32. <https://doi.org/10.1080/0311213910190103>

- Fraser, B. J., & Rentoul, A. J. (1982). Relationships between school-level and classroom-level environment. *Alberta Journal of Educational Research*, 28(3), 212-225.
- Fuentes-Vilugrón, G., Lagos Hernández, R., & Fuentes Merino, P. (2022). Dificultades para la regulación emocional del profesorado chileno en tiempos de SARS-CoV-2. *Bordón. Revista De Pedagogía*, 74(2), 31-44. <https://doi.org/10.13042/Bordon.2022.89794>
- García-Carmona, M., Marín, M. D., & Aguayo, R. (2019). Burnout syndrome in secondary school teachers: A systematic review and meta-analysis. *Social Psychology of Education*, 22, 189-208. <https://doi.org/10.1007/s11218-018-9471-9>
- Gavish, B., & Friedman, I. A. (2010). Novice teachers' experience of teaching: A dynamic aspect of burnout. *Social psychology of education*, 13, 141-167. <https://doi.org/10.1007/s11218-009-9108-0>
- Gil-Monte, P. R. (2003). Burnout syndrome: ¿síndrome de quemarse por el trabajo, desgaste profesional, estrés laboral o enfermedad de Tomás? *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 19(2), 181-197.
- Gil-Monte, P. R. (2007). El síndrome de quemarse por el trabajo (burnout) como fenómeno transcultural. *Información psicológica*, 91-92, 4-11.
- Gil-Monte, P. R. y Peiró, J.M. (1997). *Desgaste psíquico en el trabajo: el síndrome de quemarse*. Editorial Síntesis.
- Grayson, J. L., & Alvarez, H. K. (2008). School climate factors relating to teacher burnout: A mediator model. *Teaching and teacher education*, 24(5), 1349-1363. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2007.06.005>
- Hernández Zamora, G., Olmedo Castejón E. & Ibáñez Fernández, I. (2003) Estar quemado (burnout) y su relación con el afrontamiento. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 4 (2), 323-336.
- Herrera Herrera, K., Jiménez Zumbado, K., & Méndez Anchía, V. (2023). *Desencadenantes del contexto laboral que tienen mayor probabilidad de generar el Síndrome de Burnout en docentes de ciencias en secundaria de cinco instituciones educativas de las provincias de Heredia y Alajuela*. Tesis de Licenciatura. Licenciatura en Enseñanza de las Ciencias. Universidad Nacional de Costa Rica.
- Johnson, S., Cooper, C., Cartwright, S., Donald, I., Taylor, P., & Millet, C. (2005). The experience of work-related stress across occupations. *Journal of Managerial Psychology*, 20(2), 178-187. <https://doi.org/10.1108/02683940510579803>
- Kalimo, R., Pahkin, K., Mutanen, P., & Topipinen-Tanner, S. (2003). Staying well or burning out at work: work characteristics and personal resources as long-term predictors. *Work & Stress*, 17(2), 109-122. <https://doi.org/10.1080/0267837031000149919>
- Kauppinen, M., Kainulainen, J., Hökkä, P., & Vähäsantanen, K. (2020). Professional agency and its features in supporting teachers' learning during an in-service education programme. *European Journal of Teacher Education*, 43(3), 384-404. <https://doi.org/10.1080/02619768.2020.1746264>

- Kokkinos, C. M. (2006). Factor structure and psychometric properties of the Maslach Burnout Inventory-Educators Survey among elementary and secondary school teachers in Cyprus. *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*, 22(1), 25-33. <https://doi.org/10.1002/smi.1079>
- Koutsimani, P., Montgomery, A., & Georganta, K. (2019). The relationship between burnout, depression, and anxiety: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in psychology*, 284. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00284>
- LePine, J. A., Podsakoff, N. P., & LePine, M. A. (2005). A meta-analytic test of the challenge stressor-hindrance stressor framework: An explanation for inconsistent relationships among stressors and performance. *Academy of Management Journal*, 48(5), 764-775. <https://doi.org/10.5465/AMJ.2005.18803921>
- Lubbadeh, T. (2020). Job burnout: A general literature review. *International Review of Management and Marketing*, 10(3), 7-15. <https://doi.org/10.32479/irmm.9398>
- Luken, M., & Sammons, A. (2016). Systematic review of mindfulness practice for reducing job burnout. *American Journal of Occupational Therapy*, 70, 7002250020. <http://dx.doi.org/10.5014/ajot.2016.016956>
- Marrau, M. C. (2009) El síndrome de quemarse por el trabajo (burnout), en el marco contextualizador del estrés laboral. *Fundamentos en Humanidades*, 1, 167-177.
- Maslach, C. (1986). Stress, burnout, and workaholism. En R. R. Kilburg, P. E. Nathan, & R. W. Thoreson (Eds.), *Professionals in distress: Issues, syndromes, and solutions in psychology* (pp. 53-75). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10056-004>
- Menghi, M. S. (2015). *Recursos psicosociales y manejo del estrés en docentes*. Tesis doctoral en Psicología. Argentina: Universidad Católica Argentina.
- Menghi, M. S., Rodríguez, L.M., & Oñate, M. E. (2019). Diferencias en los valores de las dimensiones del burnout en educadores con y sin síntomas o problemas de salud. *Propósitos y Representaciones*, 7(3). <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.338>
- Mesurado, B., & Laudadio, J. (2019). Experiencia profesional, capital psicológico y engagement. Su relación con el burnout en docentes universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 12-40. <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.327>
- Mousavy, S., & Nimehchisalem, V. (2014). Contribution of gender, marital status, and age to English language teachers' burnout. *Advances in language and literary studies*, 5(6), 39-47. <http://dx.doi.org/10.7575/aiac.all.v.5n.6.p.39>
- Mussi, C. M. (2006). *Entrenamiento en habilidades terapéuticas. Cómo mejorar los resultados en psicoterapia*. Editorial del Autor.
- Oñate, M. E., Resett, R., Soledad Menghi, M., & Iglesia, M. F. (2016). Burnout y Autoconcepto en Psicólogos Clínicos. *Revista De Psicoterapia*, 27(103), 215-229. <https://doi.org/10.33898/rdp.v27i103.53>

- Pedditz, M. L., Nonnis, M., & Nicotra, E. F. (2021). Teacher satisfaction in relationships with students and parents and burnout. *Frontiers in Psychology, 12*, 703130. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.703130>
- Posada Quintero, J. I.; Molano Vergara, P. N.; Parra Hernández, R. M.; Brito Osorio, F. Y. & Rubio Orozco, E. A. (2019). Prevalencia del Síndrome de Burnout en docentes: Factores asociados al estatuto de vinculación laboral en Colombia. *Revista Interamericana de Psicología Ocupacional, 37*(2), 119-133. <https://doi.org/10.21772/ripo.v37n2a04>
- Prasojo, L. D., Habibi, A., Yaakob, M. F. M., Pratama, R., Yusof, M. R., Mukminin, A., & Hanum, F. (2020). Teachers' burnout: A SEM analysis in an Asian context. *Heliyon, 6*(1), e03144. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2019.e03144>
- Purvanova, R. K., & Muros, J. P. (2010). Gender differences in burnout: A meta-analysis. *Journal of vocational behavior, 77*(2), 168-185. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2010.04.006>
- Quintero Idárraga, S., & Hernández Calle, J. A. (2021). Síntomas de depresión asociados al síndrome de burnout ya condiciones socio laborales de docentes de colegios públicos de Envigado (Colombia). *Psicología desde el Caribe, 38*(1), 133-147. <https://doi.org/10.14482/psdc.38.1.158.724>
- Redondo-Flórez, L., Tornero-Aguilera, J. F., Ramos-Campo, D. J., & Clemente-Suárez, V. J. (2020). Gender differences in stress-and burnout-related factors of university professors. *BioMed Research International, 20*, 6687358. <https://doi.org/10.1155/2020/6687358>
- Santa-Cruz-Espinoza, H., Chávez-Ventura, G., Domínguez-Vergara, J., Castañeda Paredes, J. y Araujo Robles, E. (2022). Burnout y estresores en docentes durante la pandemia por COVID-19. *Bordón. Revista de Pedagogía, 74*(3), 67-81. <https://doi.org/10.13042/Bordon.2022.94236>
- Savvides, E., & Stavrou, E. (2020). Purpose, meaning, and wellbeing at work. En (Ed.) S. Dhiman, *The Palgrave handbook of workplace well-being* (pp 1-27). Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-02470-3\\_36-2](https://doi.org/10.1007/978-3-030-02470-3_36-2)
- Tabares-Díaz, Y. A., Martínez-Daza, V. A., & Matabanchoy-Tulcán, S. M. (2020). Síndrome de Burnout en docentes de Latinoamérica: Una revisión sistemática. *Universidad y Salud, 22*(3), 265-279. <https://doi.org/10.22267/rus.202203.199>
- Teles, R., Valle, A., & Rodriguez, S. (2020). Burnout among teachers in higher education: an empirical study of higher education institutions in Portugal. *International Journal of Management Science and Business Administration, 6*(5), 7-15. <https://doi.org/10.18775/ijmsba.1849-5664-5419.2014.65.1001>
- Torres-Hernández, E.F. (2023). Vocation and burnout in mexican teachers. *Educación XXI, 26* (1), 327-346. <https://doi.org/10.5944/educxx1.32954>
- Von Känel, R., Princip, M., Holzgang, S. A., Fuchs, W. J., van Nuffel, M., Pazhenkottil, A. P., & Spiller, T. R. (2020). Relationship between job burnout and somatic diseases: a network analysis. *Scientific reports, 10*(1), 18438. <https://doi.org/10.1038/s41598-020-75611-7>