



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA  
ÁREA DE LA SALUD HUMANA  
NIVEL DE PREGRADO  
CARRERA DE ENFERMERÍA**

**TÍTULO**

**“SÍNDROME DE BURNOUT Y SU INFLUENCIA  
EN EL DESEMPEÑO LABORAL DE LOS  
DOCENTES DEL DÉCIMO AÑO DE  
EDUCACION BÁSICA DEL COLEGIO  
BEATRIZ CUEVA DE AYORA”**

Tesis previa a la obtención  
del título de Licenciada en  
Enfermería.

**AUTORA:**

Srta. María Belén Procel Rivera

**DIRECTORA:**

Lic. Balbina Enith Contenido Fierro, Mg. Sc

**Loja - Ecuador**

**2015**

## CERTIFICACIÓN

Lic. BALBINA ENITH CONTENTO FIERRO, Mg. Sc  
**DOCENTE DEL NIVEL DE PREGRADO DEL ÁREA DE LA SALUD HUMANA  
DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA**

### **CERTIFICA:**

Haber asesorado, revisado detenida y minuciosamente durante todo su desarrollo, la tesis titulada. **“SÍNDROME DE BURNOUT Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO LABORAL DE LOS DOCENTES DEL DÉCIMO AÑO DE EDUCACION BÁSICA DEL COLEGIO BEATRIZ CUEVA DE AYORA”** Realizada por la estudiante **MARÍA BELÉN PROCEL RIVERA**.

Esta tesis ha sido formulada bajo los lineamientos del Nivel de Pregrado del Área de la Salud Humana, y estructurada de acuerdo a la normatividad de la Universidad Nacional de Loja.

Por lo tanto, autorizo proseguir los trámites legales, pertinentes para su presentación ante los organismos de la institución.

Loja, Marzo del 2015



.....  
**LIC. BALBINA ENITH CONTENTO FIERRO**  
**DIRECTORA**

## AUTORÍA

Yo, **María Belén Procel Rivera**, egresada de la Carrera de Enfermería, perteneciente al Área de Salud Humana de la Universidad Nacional de Loja, declaro bajo juramento que el presente trabajo de grado **“SÍNDROME DE BURNOUT Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO LABORAL DE LOS DOCENTES DEL DÉCIMO AÑO DE EDUCACION BÁSICA DEL COLEGIO BEATRIZ CUEVA DE AYORA”** Es de autoría propia y no ha sido previamente presentado para ningún grado y calificación profesional, además he consultado las referencias bibliográficas que se incluyen en este documento, como tal será protegido por las leyes establecidas por el Estado Ecuatoriano de derecho tal como se establecen en los artículos 1, 2, 3, 4, 5, 6 y 7 de la ley de propiedad intelectual.

Por lo tanto la falta de permisos correspondientes o su mal uso serán penalizados por la ley; así mismo se asume todas las consideraciones y responsabilidades que correspondan al mismo.

Adicionalmente aceptó y autorizó a la Universidad Nacional de Loja, la publicación de mi tesis en el Repositorio Institucional – Biblioteca Virtual

**Autor:** María Belén Procel Rivera

**Firma:** 

**Cedula:** 1104801244

**Fecha:** Loja, Marzo del 2015



## CARTA DE AUTORIZACIÓN

Yo **María Belén Procel Rivera** declaro ser autor de la tesis titulada: **“SÍNDROME DE BURNOUT Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO LABORAL DE LOS DOCENTES DEL DÉCIMO AÑO DE EDUCACION BÁSICA DEL COLEGIO BEATRIZ CUEVA DE AYORA.”** Como requisito para optar el grado de **LICENCIADA EN ENFERMERIA**; autorizo al Sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que con fines académicos muestre al mundo la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido de la siguiente manera en el repertorio Digital Institucional.

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en el RDI, en las redes de información del país y del exterior, con las cuales tenga convenio la universidad. La Universidad Nacional de Loja no se responsabiliza por el plagio o copia de la tesis que realice el tercero.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Loja a los tres días del mes de marzo del dos mil quince.



.....  
**María Belén Procel Rivera**

**Cedula:** 1104801244

**Correo electrónico:** mabel\_procel@hotmail.com

**Teléfono:** 2326507

**Celular:** 0994109517

**Directora de tesis:** Lic. Balbina Enith Contento Fierro, Mg. Sc.

**Tribunal de grado: Presidenta:** Lic. Estrellita Arciniegas Gutiérrez, Mg. Sc.

**Vocal:** Lic. Miriam Esperanza Analuca Cajamarca, Mg. Sc.

**Vocal:** Lic. Rosa María Arévalo González, Mg. Sc.

## **DEDICATORIA**

A Dios y a la Virgen Santísima del Cisne, a quien encontré en los momentos más complicados en todo este proceso de la realización de la presente tesis, por ser los que guían mi camino y mi vida.

Dedico este trabajo a toda mi familia, y a todos quienes me apoyaron en este período de formación profesional, constituyéndose en el pilar fundamental de mi vida, quienes con su ejemplo de superación, lucha, constancia y trabajo fueron claves esenciales para el logro de los objetivos, para hoy ver mis sueños hechos realidad; gracias por creer en mí.

A una persona muy dedicada en el desarrollo de mi tesis como es la Lic. Balbina Enith Contento Fierro quien escuchó inquietudes personales, y acompañó sistemáticamente en la construcción del trabajo; con pertinencia y solvencia profesional en los momentos oportunos.

## AGRADECIMIENTO

Al final de esta etapa de formación académica profesional, quiero dejar constancia de una sincera gratitud a Dios y a la Virgen Santísima del Cisne por permitirme la existencia y entregarme fortaleza y sabiduría necesaria para vencer dificultades, permitiéndome alcanzar con éxito la meta trazada, a las autoridades de la Universidad Nacional de Loja, al Área de la Salud Humana.

De manera especial a mis padres **Bolívar** y **Martha**, por su constancia hacia mí para seguir adelante, por ser esa motivación que posee el ser humano para vivir y poder lograr lo que se proponen, sin objetar cada fracción de esos momentos robados, que le correspondían solo a ellos, con aprecio y cariño, a mis hermanos **Betty**, **Jairo**, **Andrea** y en especial a mis queridos sobrinos **Kevin**, **Mirelys**, **Johanna** y **Montserrat**, por comprenderme en este difícil trayecto de estudiante y en sí a toda mi linda familia por compartir conmigo éxitos alcanzados.

Así mismo un agradecimiento especial y sincero al director de tesis Lic. Balbina Enith Contento Fierro, por su paciencia y entrega en su labor como docente, por compartir momentos difíciles, por su ejemplo, dedicación, perseverancia y solidaridad humana.

**MARÍA BELÉN PROCEL RIVERA**

## **1. TÍTULO**

**“SÍNDROME DE BURNOUT Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO  
LABORAL DE LOS DOCENTES DEL DÉCIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA  
DEL COLEGIO BEATRIZ CUEVA DE AYORA”**

## 2. RESUMEN

El síndrome de agotamiento profesional o síndrome de Burnout, significa estar o sentirse quemado, agotado, sobrecargado, exhausto. Este padecimiento presenta tres componentes esenciales: el agotamiento emocional, la despersonalización y la falta de realización profesional. Suele afectar especialmente a docentes, personal de salud, trabajadores sociales y en general en aquellas profesiones que implican un trato directo con las personas.

El estudio propuso determinar la presencia del síndrome Burnout y su influencia en el desempeño laboral de los docentes del décimo año de educación básica del Colegio Beatriz Cueva de Ayora, además identificar mediante el Test de Maslach la presencia de síndrome de Burnout en los docentes de acuerdo al sexo, edad y años de trabajo y finalmente difundir los resultados obtenidos a las autoridades del Colegio Beatriz Cueva de Ayora y entregar un tríptico. El tipo de estudio fue descriptivo, utilizando la técnica e instrumento: test estandarizado de Maslach para los docentes y el cuestionario de desempeño laboral aplicado a los alumnos de décimo año, en donde se encontró que el 60% de los docentes padecen de síndrome de Burnout, afectando ligeramente más al sexo femenino que se encuentran en el grupo etario mayor de 50 años y que laboran como docentes más de 30 años, la presencia de síndrome de Burnout está repercutiendo en el ejercicio de la docencia, lo que es percibido por los estudiantes como malo y regular. Finalmente se difundió los resultados de la investigación con las autoridades del Colegio Beatriz Cueva de Ayora y se hizo la entrega de un tríptico. Al personal de Salud Ocupacional del establecimiento que se preocupe por los docentes que presentan síndrome de Burnout, lo cual está repercutiendo en su desempeño laboral, ya sea promoviendo talleres educativos sobre prevención y terapias de relajación, con el fin de disminuir o incluso evitar que se siga propagando este padecimiento a otros maestros.

**Palabras Claves:** Síndrome de Burnout, desgaste profesional, estrés crónico, aprendizaje escolar.



## **SUMMARY**

The syndrome of professional depletion or Burnout's syndrome means to be or to feel burnt, exhausted, overloaded, exhausted. This suffering presents three essential components: the emotional depletion, the depersonalization and the lack of professional accomplishment. It usually affects specially teachers, health staff, social workers and in general in those professions that imply a direct interaction with people. The study proposed to determine the presence of the syndrome Burnout and its influence in the labor performance of the teachers of the Tenth Year of Basic Education at the "Beatriz Cueva de Ayora" high school; in addition, to identify by means of Maslach's Test the presence of Burnout's syndrome in the teachers according to the sex, age and years of work; and finally to spread the results obtained to the authorities of the "Beatriz Cueva de Ayora" high school and the delivery of a brochure was done. The type of study was descriptive, using the technique and instrument: Maslach's standardized test for the teachers and the questionnaire of labor performance applied to the pupils of Tenth Year. It was found that 60 % of teachers suffers from Burnout's syndrome, concerning lightly more to the feminine sex that are in the age bracket older than 50 years and that work as teachers more than 30 years; the presence of Burnout's syndrome is affecting the teaching performance; which is perceived by the students as bad and regular. Finally, the research results were spread to the authorities of the "Beatriz Cueva de Ayora" high school and the brochures was delivered them. The Occupational Health staff of the establishment was suggested to worry about the teachers that suffer the Burnout's syndrome, which is affecting their labor performance; this department can promote educational workshops about prevention and relaxing therapies in order to diminish or even to prevent the spreading of this suffering to other teachers.

**Key words:** Burnout's syndrome, professional depletion, chronic stress, school learning.

### 3. INTRODUCCIÓN

El Síndrome Burnout tiene una manera particular de manifestarse según el servicio que preste la profesión, determinados profesionales están más expuestos y tiene un alto riesgo de padecer estrés como son el personal docente y de salud.

El docente o profesor no trabaja con máquinas o números, sino con personas, él a su vez también es una persona con sus dudas, miedos, anhelos e ideales, cuanto mayor es su expectativa e implicación con la docencia, es más probable que su ideal de docente choque con la realidad de la enseñanza, exponiéndole a la frustración y a la sensación de fracaso. Así, excelentes profesores que ponen su cerebro y su alma al servicio de la vocación son víctimas del Síndrome de Burnout o Síndrome del trabajador "Quemado".

Existen tres componentes que definen este padecimiento, el primero de ellos es el agotamiento emocional el cual es descrito como una incapacidad para ser empático, establecer contacto emocional con el otro, comunicarse efectivamente, el docente afectado sufre de apatía emocional pero solamente en la vida laboral con el alumno. La despersonalización constituye el segundo componente del síndrome que se presenta con frialdad, desprecio y cinismo hacia la persona que recibe el servicio; establece una relación impersonal e insalubre y de distanciamiento afectivo y el último componente es el de realización profesional, que se manifiesta con la insatisfacción de su imagen profesional, incompetencia frente al resto de sus colegas y en muchas ocasiones la retroalimentación que recibe se interpreta como confirmación de lo descrito.

El desempeño se refiere al grado o medida en que un docente alcanza los objetivos encomendados con eficiencia y eficacia. Desempeñarse, significa "cumplir con las responsabilidades y funciones encomendadas, esto implica hacer aquello que se está obligado a cumplir en el puesto de trabajo e involucra actitudes, valores, saberes y habilidades que se encuentran interiorizados en cada persona e influyen en la manera como cada uno actúa. Los maestros presentan perfiles epidemiológicos que los distinguen

de otros profesionales, las patologías más frecuentes son las alteraciones circulatorias, del aparato fonológico y los trastornos de la salud mental, en especial la ansiedad y la depresión.

Las causas de la vulnerabilidad del docente a las alteraciones mentales pueden ser amplias y de diversa naturaleza. La tarea impone demandas físicas, mentales, emocionales y relacionales que en interacción con los recursos individuales pueden impactar negativamente en su salud y bienestar. El docente debe lidiar con una alta conflictividad por múltiples tareas y la desvalorización de su trabajo, a esto se une, frecuentemente, la incertidumbre sobre la permanencia en su trabajo, la inseguridad, la ambivalencia entre lo que desea y lo que puede hacer, la atención a las diferencias individuales ante un alumnado numeroso, las demandas emergentes y compulsivas del colegio, la necesidad de auto preparación para dar respuesta a intereses de estudiantes cada vez mejor preparados e informados y la responsabilidad de la respuesta a la complejidad creciente de la educación y el desarrollo estudiantil. (Fariñas & De la Torre, 2002). El condicionamiento de género también es una condición presente en esta profesión predominantemente femenina y que mediatiza en la internalización del rol. La función de “segunda mamá” trae consigo una imposición cultural de dedicación sin fronteras, siempre estar dispuesta para satisfacer las necesidades del otro y suplir las carencias afectivas.

Por todo lo antes mencionado se propuso la presente investigación sobre: **“Síndrome de Burnout y su influencia en el Desempeño Laboral de los Docentes del Décimo Año de educación Básica del Colegio Beatriz Cueva de Ayora”**, el mismo que se planteó que se planteó; Determinar la presencia del Síndrome Burnout y su influencia en el desempeño laboral de los docentes del décimo año de educación básica del Colegio Beatriz Cueva de Ayora, además identificar mediante el Test de Maslach la presencia de Síndrome de Burnout en los docentes del décimo año de educación básica de acuerdo al sexo, edad y años de trabajo y difundir los resultados obtenidos a las autoridades del Colegio Beatriz Cueva de Ayora y se hizo la entrega de un tríptico.

El tipo de estudio fue descriptivo, utilizando la técnica e instrumento: test estandarizado de Maslach para los docentes y el cuestionario de desempeño laboral aplicado a los alumnos de décimo año, se encontró que el 60% de los docentes padecen de síndrome de Burnout, afectando ligeramente más al sexo femenino que se encuentran en el grupo etario mayor de 50 años y que laboran como docentes más de 30 años, la presencia de síndrome de Burnout está repercutiendo en el ejercicio de la docencia, lo que es percibido por los estudiantes como malo y regular. Finalmente se difundió los resultados de la investigación con las autoridades del Colegio Beatriz Cueva de Ayora y se hizo la entrega de un tríptico.

## 4. REVISIÓN DE LITERATURA

### 1. SÍNDROME DE BURNOUT

#### 1.1. Definición

El síndrome de Burnout (desgaste profesional) denota un estado de completa fatiga física, emocional y mental, acompañado de una disminución de la capacidad de rendimiento. El término inglés Burnout que significa estar quemado. Las personas que padecen este trastorno sienten un agotamiento extremo y con frecuencia, vacío interior.

El síndrome de Burnout afecta sobre todo a individuos con profesiones sociales u otros trabajos en los que es necesario ocuparse en gran medida de otros. Entre los empleos que presentan mayor riesgo se encuentran, por ejemplo, el de trabajador social, médico, profesor, enfermero o cuidador de ancianos. Sin embargo, también las personas que pertenecen a otros grupos de profesionales pueden sufrir el síndrome de Burnout. Asimismo es habitual que las personas con grandes cargas familiares desarrollen este síndrome.<sup>1</sup>

<sup>2</sup> <sup>3</sup>

#### 1.2. Importancia

*Este síndrome es de suma importancia dado que no sólo afecta la calidad de vida y la salud mental del profesional que lo padece sino que en muchas ocasiones, a causa de este síndrome se llega a poner en peligro la salud de los pacientes; tanto los que lo sufren directamente, así como los que son atendidos por alguien que lo padece. La frecuencia de este síndrome ha sido elevada lo que*

---

<sup>1</sup> (2012). Burnout (síndrome) Definición: Incidencia - Onmeda.es. Retrieved November 3, 2014, Disponible en: [http://www.onmeda.es/enfermedades/sindrome\\_burnout-definicion-1528-2.html](http://www.onmeda.es/enfermedades/sindrome_burnout-definicion-1528-2.html).

<sup>2</sup> Fernández, M. (2008). Desgaste psíquico (burnout) en profesores de primaria de Lima Metropolitana. *Persona: Revista de la Facultad de Psicología*, (5), 27-66.

<sup>3</sup> GÓMEZ, L. M. G. (2009). El síndrome de estar quemado o burnout y una enseñanza de calidad. Contribución a la mejora del síndrome desde el departamento de orientación. Disponible en: [http://www.didacta21.com/documentos/revista/Noviembre09\\_Gilabert\\_Gomez\\_Lourdes\\_Manuela.pdf](http://www.didacta21.com/documentos/revista/Noviembre09_Gilabert_Gomez_Lourdes_Manuela.pdf)

*motivo que la Organización Mundial de la Salud en el año 2000 lo calificara de riesgo laboral.* <sup>4</sup>

### **1.3. La educación y Síndrome de Burnout**

Si bien no existen estadísticas fiables sobre esta patología, se calcula que en sectores como la enseñanza, un 30 por ciento de las bajas se deben a este síndrome, al igual que un elevado porcentaje de las que se dan entre los profesionales de la sanidad. <sup>3</sup>

La enseñanza, una de las profesiones más extendidas y en mayor contacto con las personas como receptores de su actividad profesional, se considera una ocupación agotadora asociada a niveles significativos de Burnout. Se ha descrito a los profesionales de las denominadas profesiones de ayuda, como los más vulnerables al agotamiento emocional y escepticismo en el ejercicio de su actividad laboral al interactuar y tratar reiteradamente con otros sujetos (Freudenberger, 1974; Moreno, 1990; Delgado, 1993; Maslach y Leiter, 1997, 1998, Cordeiro, 2001). <sup>5</sup>

Burnout se ha asociado a los males que presenta el profesor, constatándose tanto en observaciones clínicas como en investigaciones empíricas que han intentado arrojar luz sobre este fenómeno tan extendido en nuestros días. En España, de entre los trabajos sobre el estrés y/o salud laboral del docente más representativos, se puede extraer que el profesorado percibe su malestar laboral a través de la falta de valoración social en su trabajo (apoyo social) y falta de medios, tiempo y recursos (apoyo material) para el desempeño de sus tareas; dureza del mismo (alumnos conflictivos, exceso de responsabilidad) e incertidumbre ante la Reforma de la Enseñanza, a lo que unen el reconocimiento de sus propias carencias sobre su formación profesional actual. <sup>3, 4, 6</sup>

---

<sup>4</sup> Jiménez, B. M., Fernández, M. V. A., Benadero, M., & Hernandez, E. (2009). Burnout en profesores de primaria: personalidad y sintomatología. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 1, 71-87.

<sup>5</sup> Elvira, J. A. M., & Cabrera, J. H. (2008). Estrés y burnout en profesores. *International journal of clinical and health psychology*, 4(3), 597-621.

<sup>6</sup> Chávez Ramírez, D. R. Síndrome de Burnout en docentes.



Reconocen también que la relación con sus superiores tiene un carácter burocrático, muy ligada al control/sanción y poco vinculada al trabajo docente. Acusan el excesivo papeleo y su escasa participación en la resolución de sus problemas laborales o profesionales, así como las conflictivas relaciones con padres y compañeros. Una gran cantidad de factores, que coinciden con los trabajos de Esteve (Esteve, J.M.:1984;1987;1988; 1977; 1988; Esteve, J.M., Ramos, S. Y Vera, J.: 1995), uno de los investigadores que mejor ha sabido plasmar la situación del profesorado. Este autor también incluye, como fuentes de malestar, las variables propias del sujeto tales como la existencia de motivaciones negativas que le llevaron a ser docente y las características psicológicas del sujeto, lo que le lleva a afirmar que muchos individuos llegan ya al ejercicio profesional de la docencia con problemas de personalidad y propone una selección psicológica entre los aspirantes a docentes (Esteve: 1984: 223-233). Marcilla (1992.) constató la especial atracción por la enseñanza por quienes manifestaban, a priori, desajustes psíquicos.<sup>3,6</sup>

#### **1.4. Causas y variables relacionadas con el Burnout en Profesores**

El Burnout surge como consecuencia de situaciones estresantes que provocan que el individuo esté más predispuesto a padecerlo. El estrés suele tener carácter laboral, primordialmente, ya que la interacción que el individuo mantiene con los diversos condicionantes del trabajo son la clave para la aparición del síndrome.<sup>4</sup>

Causas y variables relacionadas con el estrés y el Burnout en profesores. Sin lugar a dudas, el tema que más interés ha suscitado desde un principio en este ámbito han sido las variables que están relacionadas con la etiología del fenómeno estrés y Burnout en profesores. A continuación se describen las más estudiadas y las principales conclusiones a las que se han llegado. Clásicamente se distingue entre variables personales socio-demográficas, como la edad, el sexo, etc. y variables personales relacionadas con las actitudes o personalidad del sujeto.<sup>4,5</sup>

### 1.4.1. Variables socio-demográficas

Son muchos los estudios (Byrne, 1991; Maslach y Jackson, 1981; Schaw e Iwanicki, 1982a) que centran su atención en el análisis de variables demográficas y su relación con el estrés y el Burnout. La mayoría de ellos encuentra pequeños porcentajes significativos de varianza en diversas subescalas que evalúan Burnout, pero para gran parte de estas variables encontramos resultados contradictorios entre los distintos autores; su abordaje rara vez es experimental, ni longitudinal.<sup>7</sup>

- **Sexo.** Maslach (1982) señaló que las mujeres experimentan mayor y más intenso cansancio emocional que los hombres; sin embargo, Schwab e Iwanicki(1982b) y Gil-Monte y Peiró (1997) encontraron mayor varianza en despersonalización, siendo los hombres los que tiene mayor sentimiento negativo hacia los estudiantes. Estos resultados se contradicen con los de Maslach y Jackson (1981), que encuentran diferencias en un mayor cansancio emocional y menor realización personal en mujeres. Otras autoras (Abraham, 1984; Maslach, 1999) centran su atención en el doble rol ejercido por la mujer en el trabajo y en la casa como fuente de estrés. Pero, sin lugar a dudas, siguen siendo una mayoría los autores que no encuentra evidencia suficiente de diferencias significativas respecto a la variable sexo (Byrne, 1999; Schwab e Iwanicki, 1982b).
- **Edad.** Los resultados sobre esta variable son contradictorios puesto que la relación establecida entre la edad y el Burnout ha sido tanto lineal (Seltzer y Numerof, 1988), como curvilínea (Golembiewski, Munzenriper y Stevenson, 1986; Whitehead, 1986), habiéndose encontrado también ausencia de relación (Hock, 1988). Estos resultados deberían ser matizados porque la relación que se establece entre el síndrome de Burnout y la edad, se asociaba al tiempo de experiencia en la profesión, la maduración propia por la edad del individuo y con la pérdida de una visión irreal de la vida en

---

<sup>7</sup> Rodríguez, A. M. H. (2011). *Satisfacción laboral y síndrome " Burnout" en profesores de educación primaria y secundaria*. Red Revista Colombiana de Psicología.

general. Por ejemplo, se presentan evidencias que señalan que los profesores más jóvenes experimentan niveles superiores de estrés (Yagil, 1998) y mayores niveles de cansancio emocional y fatiga (Crane e Iwanicki, 1986; Schawb e Iwanicki, 1982a). Por otro lado, Van Ginkel (1987) y Borg y Falzon (1989) informaban que los docentes más experimentados, que llevaban más de veinte años en la profesión, tenían una respuesta de estrés mayor que la de sus compañeros. Sin embargo, Malik, Mueller y Meinke (1991) no informaban sobre diferencias significativas respecto a la edad.<sup>4,5,7,8</sup>

- **Estado civil y relaciones familiares.** El estado civil y las relaciones establecidas dentro del ámbito familiar han sido dos características ampliamente estudiadas. Los profesores solteros, experimentaban mayor Burnout que los casados (Golembiewski et al., 1986; Seltzer y Numerof, 1988), mayor cansancio emocional y despersonalización (Maslach, 1982), aunque otros estudios no arrojaron los mismos resultados (Durán, Extremera y Rey, 2001; Schwab, Jackson y Schuler, 1986). Como ha disentido Maslach (1982), el hecho de tener hijos puede funcionar como un factor de protección ante el Burnout puesto que se relacionaría con la supuesta maduración que acompaña al ser padre, la mayor experiencia en resolver problemas en los que están involucrados niños y el apoyo emocional recibido por parte de la familia. De esta forma, se ha planteado la cuestión de llevarse a casa algunos aspectos relacionados con el trabajo, lo cual ha sido considerado negativo para las relaciones interpersonales del profesor dentro de la familia y, por tanto, una fuente de estrés. Sin embargo, autores como Cooke y Rousseau (1984) puntualizan que esta situación también puede aportar algo positivo, ya que puede darse una oportunidad para recibir apoyo, consejo o simplemente desahogo, al tener la posibilidad de exponer asuntos del trabajo en el seno familiar.<sup>4,5,7,8</sup>

---

<sup>8</sup> Guerrero Barona, E. (2011). Análisis pormenorizado de los grados de Burnout y técnicas de afrontamiento del estrés docente en profesorado universitario.

- **Nivel impartido.** En líneas generales, parece que a medida que vamos subiendo en el ciclo educativo, a excepción de los profesores de Universidad, los índices de Burnout se incrementan, siendo los profesores de Secundaria los más afectados (Beer y Beer, 1992; Burke y Greenglass, 1989), sobre todo en cuanto a la despersonalización y a la realización personal (Anderson e Iwanicki, 1984). Gold y Grant (1993) explicaban estos resultados en Secundaria, por el menor grado de interés y motivación que presentan los alumnos. Sin embargo, otros autores (Doménech, 1995; Ortiz, 1995), señalaron un mayor nivel de Burnout en los primeros ciclos educativos. Un estudio detenido de estas investigaciones nos lleva a corroborar que sin lugar a dudas el colectivo más afectado es el de secundaria. En esta línea, diversos autores (Anderson e Iwanicki, 1984; Beer y Beer, 1992) inciden en los problemas de conducta encontrados en jóvenes y adolescentes, planteando el dilema de la educación obligatoria y los límites de edad, el fallo de los sistemas disciplinarios y los alumnos que se enfrentan al profesor de secundaria.<sup>4,5,7</sup>
- **Tipo de centro.** El tipo de centro en donde se desarrolla la función docente tiene grandes implicaciones en la percepción de estrés por parte del profesorado. Si diferenciamos estos, por encontrarse en núcleos urbanos, rurales o por ser centros denominados suburbanos (tradicionalmente denominados marginales), todas las investigaciones apuntan en la misma dirección: existen mayores índices de Burnout en los centros suburbanos que en los dos anteriores (Byrne, 1999; Leithwood, Jantzi y Steinbach, 2001; Valero, 1997). Parece ser que el comportamiento de los alumnos sería el factor principal, ya que se trata de personas que frecuentemente pertenecen a minorías marginadas y a familias multiproblemáticas.<sup>4,5,7</sup>

#### **1.4.2. Variables de personalidad**

Son muchas las variables y características de personalidad de los profesores relacionadas con el estrés y síndrome de Burnout. Algunas no

son estrictamente variables de personalidad, pero suelen ser encuadradas dentro de éstas, al referirse a aspectos individuales modulados por la forma de comportarse de cada individuo. Respecto al locus de control, la mayoría de las referencias de la literatura científica señala que los profesores con más locus de control externo tienen mayor tendencia a sufrir Burnout; incluso se indicaba una correlación significativa entre el locus de control y las escalas de Burnout del MBI (McIntyre, 1981). En cuanto a las investigaciones realizadas sobre la autoconciencia, autocontrol y autoeficacia, una mayor autoconciencia, mayor nivel de autocontrol y de autoeficacia suponen un factor protector ante el Burnout; por otro lado, niveles altos de Burnout correlacionan con puntuaciones bajas en estas variables. Tan solo Pines (1993) señalaba que solo las personas muy motivadas y con una alta autoeficacia corren el riesgo de padecer Burnout mientras que las poco motivadas y con una baja autoeficacia tan solo experimentan estrés, fatiga e insatisfacción. Otra de las variables estudiadas ha sido el patrón de conducta tipo A, tradicionalmente asociada al Burnout como moduladora o facilitadora de la experiencia de estrés. En el ámbito educativo ha estado asociado con la aparición de trastornos neuróticos y somáticos causados por el estrés que no presentan profesores que no tienen este tipo de conducta, obteniéndose una correlación significativa entre el Burnout. Sin embargo, Rudow y Buhr (1986) no encontraban relaciones significativas entre este patrón de conducta y la experiencia de estrés. Por otro lado, recientes investigaciones señalan una elevada relación entre el Burnout y los problemas de salud mental de profesores con baja laboral de tipo psiquiátrico en comparación con docentes sin baja, señalando a este patrón de conducta como un factor de riesgo de padecer baja (Morian, 2002). La autoestima del profesor, ha sido otra característica relacionada con el Burnout. En la mayoría de estudios aparece una correlación significativa entre docentes con baja autoestima y presencia de mayores niveles de Burnout de forma que la autoestima va disminuyendo a medida que avanza el síndrome del quemado. Finalmente, otras variables como los pensamientos irracionales, el neuroticismo y la falta de empatía también han sido relacionadas por algunos autores con el aumento de los índices de

estrés y Burnout en profesores.<sup>4,5,7,9</sup>

### 1.4.3. Variables propias del trabajo y organizacionales

En gran parte de la literatura sobre variables organizacionales (Burke y Greenglass, 1995; Byrne, 1991) se realizan estudios de diversos aspectos propios del trabajo y se correlacionan con alguna medida de burnout, siendo la más utilizada el MBI de Maslach y Jackson (1986).

Todos los factores relacionados con la sobrecarga laboral están íntimamente relacionados con el cansancio emocional. Los trabajos administrativos que cada vez más desarrolla el profesor y los conflictos de rol también provocan un aumento en los niveles de estrés y en los inicios de cuadros de Burnout. Respecto a la ambigüedad de rol, a pesar de que la mayoría de investigaciones arroja resultados en la misma línea, hay autores como Friesen y Sarros (1989) que no encuentran diferencias significativas en su relación con el Burnout. En cuanto al número de alumnos, esta característica se ha relacionado tradicionalmente con un mayor nivel de estrés; sin embargo, Petrie (2001) señalaba como no significativa la relación entre número de estudiantes en el aula y estrés, atribuyendo éste más al comportamiento del grupo de alumnos que a su tamaño. Esta misma situación ocurre con el bajo apoyo y problemas con el grupo de administradores educativos e inspectores de educación, que si bien la mayoría de estudios los señalan como variables relacionadas con el Burnout, Cecil y Forman (1990) y Burke y Greenglass (1995) no encuentran resultados significativos. Para el resto de variables si existe un consenso que señala altas relaciones con el estrés y Burnout que padece el profesorado.<sup>4,5,7,8</sup>

### 1.4.3. Burnout en educación secundaria

- **Los obstáculos sociales:** indisciplina de los alumnos, desinterés y falta de motivación y actitudes negativas de los padres hacia el aprendizaje de los

---

<sup>9</sup> Extremera, N., Fernández-Berrocal, P., & Durán, A. (2009). Inteligencia emocional y burnout en profesores. *Encuentros en psicología social*, 1(5), 260-265.



hijos. En el artículo ¿Por qué se están quemando los profesores? (Salanova, Llorens, García-Renedo, 2009) se presentan los hallazgos de la investigación sobre "Burnout" y profesores realizado por el equipo WONT\_Prevenció Psicosocial de la Universitat Jaume I. Se aporta información relevante sobre qué es y cómo se manifiesta el "Burnout" docente, cuáles son los obstáculos y las demandas que producen ese Malestar entre los docentes, así como cuáles son los recursos y facilitadores laborales para afrontarlo.<sup>12</sup>

Según estos autores el profesorado se enfrenta a los siguientes obstáculos y demandas:

- **Los obstáculos técnicos:** los problemas con los recursos tecnológicos del centro, problemas con el material didáctico y fallos o averías en la infraestructura o instalaciones.

Los profesores que imparten Educación Secundaria Obligatoria (ESO) son los que perciben mayores obstáculos de tipo social. Los profesores que tienen un destino provisional en centros públicos los que manifiestan mayores obstáculos técnicos (García y Llorens, 2009).

En cuanto a las demandas, destacan: sobrecarga mental (El trabajo del profesor se caracteriza por la exigencia de altos niveles de concentración, precisión, y atención diversificada que implica tener que estar pendiente de muchas cosas a la vez y recordarlas) y sobrecarga emocional (implicación a nivel emocional con los estudiantes, padres y compañeros, relaciones que en muchas ocasiones pueden ser conflictivas) (Llorens, Cifre, Salanova, y Martínez, 2009; Llorens, García, Salanova, y Cifre, 2009). Sin embargo, los docentes, pueden contar con una serie de aliados” que les pueden proteger del Burnout: Los profesores consideran que la autonomía y el apoyo social que reciben de sus compañeros resultan los recursos más importantes para afrontar las demandas y los obstáculos de su puesto de trabajo. El hecho de que los profesores perciban que tienen el suficiente grado de control para decidir qué tareas, cuándo y cómo realizarlas, así como el apoyo que reciben de sus compañeros a la hora de llevar a cabo sus tareas, son unos

amortiguadores importantes del estrés. Con respecto a aquellos factores del ambiente laboral (facilitadores) que los profesores consideran más importantes para mejorar o facilitar el desempeño del profesor, se destacan el hecho de llevarse bien con los alumnos, la participación de los alumnos en clase, la gestión eficaz de reuniones y acceso fácil a la información y materiales, entre otros (García, Llorens, Cifre y Salanova, 2009).<sup>11,12</sup>

### **1.5. Signos y Síntomas**

Es de un progreso insidioso, su aparición no es súbita, sino que emerge de forma paulatina, larvado incluso con aumento progresivo de la severidad. Es un proceso cíclico, que puede repetirse varias veces a lo largo del tiempo, de modo que una persona puede experimentar los tres componentes varias veces en diferentes épocas de su vida y en el mismo o en otro trabajo.

Los tres componentes son:

- 1) Cansancio o agotamiento emocional:** a consecuencia del fracaso frente al intento de modificar las situaciones estresantes, se caracteriza por la pérdida progresiva de energía, el desgaste, la fatiga, etc.
- 2) Despersonalización:** es el núcleo de Burnout, consecuencia del fracaso frente a la fase anterior y la defensa construida por el sujeto para protegerse frente a los sentimientos de impotencia, indefinición, y desesperanza personal.
- 3) Abandono de la realización personal:** aparece cuando el trabajo pierde el valor que tenía para el sujeto.

Se sistematizaran cuatro niveles clínicos de Burnout:<sup>10</sup>

**Leve:** *quejas vagas, cansancio, dificultad para levantarse a la mañana.*

**Moderado:** *cinismo, aislamiento, suspicacia, negativismo.*

---

<sup>10</sup> Ramos, M. P. B. EL SÍNDROME DE BURNOUT, UN PELIGRO DESCONOCIDO ENTRE LOS DOCENTES.

**Grave:** *enlentecimiento, automedicación con psicofármacos, ausentismo, aversión, abuso de alcohol o drogas.*

**Extremo:** *aislamiento muy marcado, colapso, cuadros psiquiátricos, suicidios.*

Analizando el signo sintomatología se distinguen: <sup>14, 11, 12</sup>

- ❖ Signos y síntomas físicos: cefaleas sensoriales, fatiga, agotamiento, insomnio, trastornos gastrointestinales, dolores generalizados, malestares indefinidos.
- ❖ Signos y síntomas psíquicos: falta de entusiasmo e interés, dificultad para concentrarse, permanente estado de alerta, irritabilidad, impaciencia, depresión, negativismo, frustración, desesperanza, desasosiego.
- ❖ Síntomas laborales: sobre involucramiento, no comparten ni delegan trabajo, ausentismo laboral. (Maria Noelia Vanessa Thomaé, 2011)

#### **1.6. Etapas de la evolución de la enfermedad <sup>14</sup>.**

Según Fidalgo, M (2006), el Síndrome se desarrolla en cinco fases evolutivas:

- A. Fase Inicial de Entusiasmo:** se experimenta, ante el nuevo puesto de trabajo, entusiasmo, gran energía y se dan expectativas positivas. No importa alargar la jornada laboral.
- B. Fase de Estancamiento:** no se cumple las expectativas profesionales. Se empiezan a valorar las contraprestaciones del trabajo, percibiendo que la relación entre el esfuerzo y la recompensa no es equilibrada. En esta fase tiene lugar un desequilibrio entre las demandas y los recursos (estrés); por lo tanto, definitoria de un

---

<sup>11</sup> Moreno, M., Aranda, C., Aldrete, M., Flores, E., & Pozo, E. (2011). Factores psicosociales y Burnout en docentes del centro universitario deficiencias de la salud. *Investigación en Salud*, 7(3), 173-177.

<sup>12</sup> Rodríguez, M. (2007). Síndrome de Burnout en maestros de educación básica. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=14200103>.

problema de estrés psicosocial. El profesional se siente incapaz para dar una respuesta eficaz.

**C. Fase de Frustración:** se puede describir una tercera fase en la que la frustración, desilusión o desmoralización hace presencia en el individuo. El trabajo carece de sentido cualquier cosa irrita y provoca conflictos en el grupo de trabajo. La salud puede empezar a fallar y aparecer problemas emocionales, fisiológicos y conductuales.

**D. Fase de Apatía:** en la cuarta fase, suceden una serie de cambios actitudinales y conductuales (afrontamiento defensivo) como la tendencia a tratar a los clientes de forma distanciada y mecánica, la anteposición clínica de la satisfacción de las propias necesidades al mejor servicio al cliente y por un afrontamiento defensivo-evitativo de las tareas estresantes y de retirada personal. Estos son mecanismos de defensa de los individuos.

**E. Fase de Quemado:** colapso emocional y cognitivo, fundamentalmente, con importantes consecuencias para la salud. Además, puede obligar al trabajador a dejar el empleo y arrastrarle a una vida profesional de frustración e insatisfacción.

En fin, esta descripción de la evolución del síndrome de Burnout, tiene carácter cíclico. Así, se puede repetir en el mismo o en diferentes trabajos y en diferentes momentos de la vida laboral. (Fidalgo, M., 2006) (Jeniffer E. Dávila, 2010)<sup>13, 14</sup>

### **1.7. Ciclos de estrés del profesorado**

Debido a las características propias del trabajo de los profesores y a la variabilidad de actividades a lo largo del curso académico, es normal encontrar momentos en los que los docentes se encuentren más estresados. La incorporación al trabajo después de las vacaciones, los períodos de

---

<sup>13</sup> ARÍS REDÓ, N. (2009). El Síndrome de Burnout en los docentes. Disponible en: <http://www.investigacion-psicopedagogica.org/revista/new/ContadorArticulo.php?303>.

<sup>14</sup> (2014). Síndrome de Burnout en los profesores de Secundaria. Retrieved November 3, 2014, from <http://es.slideshare.net/bduna/sndrome-de-burnout-en-los-profesores-de-secundaria-16016837>.

exámenes, etc. hacen del trabajo docente una situación dinámica en la que no siempre se realiza el mismo trabajo y en las que la época del curso puede predeterminar momentos vivenciados de forma muy dispar entre el profesorado.

De esta forma, los resultados obtenidos parten de las investigaciones pioneras de Hembling y Gilliland (1981) que indican cuatro momentos especialmente estresantes para los profesores de Primaria (septiembre, diciembre, marzo y junio) y dos para los de Secundaria (septiembre y junio). Sin embargo, otros autores no coinciden con estos resultados. En esta línea, Kinnuen (1989) afirmaba que la respuesta al estrés y sus ciclos dependía más de la personalidad del profesor que estrictamente del período escolar. Por otro lado, un estudio norteamericano realizado por la Organización de Maestros Unidos del Estado de Nueva York (NYSUT, 1980) apuntaba a la primera semana del curso escolar como la más estresante del año. Finalmente, Travers y Cooper (1994), tomando muestras de sangre y cuestionarios sobre estrés durante las primeras semanas de curso escolar, evidenciaban niveles extremadamente bajos de hidrocortisona y estrés percibido a grandes niveles.<sup>12, 13,14</sup>

### **1.8. Consecuencias del Síndrome de Burnout en los profesores**

En este apartado vamos a analizar las principales consecuencias personales, familiares y laborales que se encuentran en los estudios más relevantes de la literatura sobre el tema. Una vez más, aparecen de nuevo numerosas discrepancias entre diversos autores (Dworkin, 1987; Farber, 1991b) respecto a cuales son las principales consecuencias que afectan a los docentes en su ámbito de trabajo. Respecto a las consecuencias personales, destacan la incapacidad para desconectar del trabajo, los problemas de sueño, el cansancio que aumenta la susceptibilidad a la enfermedad, problemas gastrointestinales, de espalda, cuello, dolores de cabeza, enfermedades coronarias, sudor frío, náuseas, taquicardia, aumento de enfermedades virales y respiratorias (Freudenberger y Richelson, 1980; Golembiewski et al., 1986; Pines et al., 1981) que están relacionados en numerosas ocasiones con el abuso de fármacos tranquilizantes,

estimulantes, abuso de café, tabaco, alcohol y otras drogas (Maslach y Jackson, 1981), destacando en la literatura la proliferación en las cifras de consumo de alcohol entre los profesores (Belcastro, 1982; Chakravorty, 1989; Maslach, 1982). En la misma línea, Quevedo-Aguado et al. (1999) encuentran que mayores puntuaciones en despersonalización dan lugar a un incremento de los trastornos psicofisiológicos, mientras que Smith (2001) señala que un alto nivel de estrés predice problemas de salud física y mental.<sup>10,12</sup>

Asimismo, Matud, García y Matud (2002), señalan que la insatisfacción con el rol laboral y la presión en el trabajo correlacionan con sintomatología de tipo somático, depresiva, de ansiedad e insomnio. Por otro lado, Calvete y Villa (2000) presentan coeficientes de correlación significativos entre el cansancio emocional y síntomas de depresión, somatización, ansiedad, dificultades cognitivas y sensibilidad interpersonal. Pines et al. (1981) señalaron que las consecuencias que a nivel psicológico afectan al profesor que padece burnout son numerosas: falta de autorrealización, baja autoestima, aislamiento, tendencia a la auto culpa, actitudes negativas hacia uno mismo y hacia los demás, sentimientos de inferioridad y de incompetencia, pérdida de ideales, irritabilidad, hasta casos más extremos de intentos de suicidio, cuadros depresivos graves, ansiedad generalizada, fobia social y agorafobia. Finalmente, cabe señalar como consecuencia evidente del estrés y burnout, la insatisfacción laboral, citada por un alto número de autores (Kyriacou y Sutcliffe, 1978; Travers y Cooper, 1997). Finalmente, las consecuencias que el estrés y Burnout tienen sobre la familia han sido poco estudiadas en la literatura científica. Se describen profesores que llegan tensos a casa, agotados física y psicológicamente, con cuadros de irritación, cansados de escuchar y hablar sobre problemas de otras personas. Estas condiciones no propician, en absoluto, un clima ideal para una adecuada vida familiar y de pareja. Por otro lado, la vida de la pareja sufre un enorme deterioro, siendo la responsable de un importante número de divorcios dentro de este tipo de profesiones (Cooke y Rousseau,



1984).<sup>12,13,15</sup>

### **1.9. Consecuencias para la organización**

Los síntomas *Burnout* tienen también consecuencias laborales negativas que afectan a la organización y al ambiente de trabajo y se manifiestan en un progresivo deterioro de la comunicación y de las relaciones interpersonales (indiferencia o frialdad); disminuye la productividad y la calidad del trabajo y, por tanto, el rendimiento, que afecta a los servicios que se prestan. Surgen sentimientos que abarcan desde la indiferencia a la desesperación frente al trabajo; se da un alto absentismo, con una mayor desmotivación, aumentan los deseos de dejar ese trabajo por otra ocupación con un creciente nivel de desmoralización y se puede llegar a una reconversión por parte de afectado profesional o al abandono de la profesión. Si la organización no favorece el necesario ajuste entre las necesidades de los trabajadores y los fines de la institución, se produce una pérdida de la calidad de los servicios como consecuencia de todo ello, que no es más que la expresión de una desilusión.

### **1.10. Medición del Síndrome de Burnout**

#### **Cuestionario de Maslach Burnout Inventory<sup>16</sup>,**

Se mide por medio del cuestionario Maslach de 1986 que es el instrumento más utilizado en todo el mundo, esta escala tiene una alta consistencia interna y una fiabilidad cercana al 90%, está constituido por 22 ítems en forma de afirmaciones, sobre los sentimientos y actitudes del profesional en su trabajo y hacia los estudiantes y su función es medir el desgaste profesional

*El cuestionario Maslach se realiza en 10 a 15 minutos y mide los 3 aspectos del síndrome: Cansancio emocional, despersonalización,*

---

<sup>15</sup> Moreno, M., Aranda, C., Aldrete, M., Flores, E., & Pozo, E. (2011). Factores psicosociales y Burnout en docentes del centro universitario deficiencias de la salud. *Investigación en Salud*, 7(3), 173-177.

<sup>16</sup> Salanova, M., Llorens, S., & García-Renedo, M. (2009). ¿ Por qué se están quemando los profesores?. *Prevención, trabajo y salud*, 28, 16-20.

*realización personal. Altas puntuaciones en las dos primeras subescalas y bajas en la tercera permiten diagnosticar el trastorno.*

**Subescala de agotamiento emocional.** Consta de 9 preguntas. Valora la vivencia de estar exhausto emocionalmente por las demandas del trabajo. Puntuación máxima 54

**Subescala de despersonalización.** Está formada por 5 ítems. Valora el grado en que cada uno reconoce actitudes de frialdad y distanciamiento. Puntuación máxima 30

**Subescala de realización personal.** Se compone de 8 ítems. Evalúa los sentimientos de autoeficacia y realización personal en el trabajo. Puntuación máxima 48

La clasificación de las afirmaciones es la siguiente:

- Cansancio emocional: 1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20.
- Despersonalización: 5, 10, 11, 15, 22.
- Realización personal: 4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21.

La escala se mide según los siguientes rangos:

0 = Nunca
1 = Pocas veces al año o menos
2 = Una vez al mes o menos
3 = Unas pocas veces al mes o menos
4 = Una vez a la semana
5 = Pocas veces a la semana
6 = Todos los días

Se consideran que las puntuaciones del MBI son bajas entre 1 y 33. Puntuaciones en los dos primeros y baja en el tercero definen el síndrome.

Este test pretende medir la frecuencia y la intensidad con la que se sufre Burnout. Las respuestas a las 22 preguntas miden tres dimensiones diferentes: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal: (Millavares, 2012)

Puntuación	Riesgo de Burnout	Recomendaciones
De 48 a 168	Bajo	Tome decisiones
Entre 169 a 312	Moderado	Desarrolle un plan para corregir las áreas problema
Más de 313 (Max.432)	Alto	Necesidad urgente de acciones correctivas

**AUTOR:** Marshall 1992

**FUENTE:** Revista de Posgrado de la VIa Cátedra de Medicina - N° 141 – Enero 2005; Pág. 27-30

### 1.11. Tratamiento

Debido a que se ha observado un aumento en la incidencia de este síndrome en personas que se dedican a la intervención social (profesionales de la salud, docentes médicos y no médicos, trabajadores sociales, etc.), y al creciente riesgo que existe por el contexto cultural social y económico en el que se desenvuelven, se han planificado mecanismos de prevención, que según House los tipos de apoyo son: <sup>17</sup>

- 1) **Apoyo emocional:** relacionado con el afecto, confianza y preocupación que un individuo experimenta proveniente de otro.
- 2) **Apoyo instrumental:** que son los recursos materiales económicos o de servicio con los que cuenta el profesional.
- 3) **Apoyo informativo:** que la permite a un sujeto conocer una situación y poseer unos instrumentos para afrontarlo.
- 4) **Apoyo evaluativo:** que es un feed-back de las acciones que el profesional va emprendiendo y le permite procesar su efectividad.

<sup>17</sup> Oramas Viera, A. (2007). Estrés Laboral y el Síndrome de Burnout en Docentes. Disponible en: [http://www.scielo.org.ve/scielo.php?pid=S1315-01382007000200002&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.ve/scielo.php?pid=S1315-01382007000200002&script=sci_arttext)

## 1.12 El Desempeño Profesional del Docente

***“La pequeña-gran revolución que necesita la escuela nace hoy de las aulas y de los claustros. Está dentro de cada profesor. Recuperar, subrayar el valor y la pasión por el propio trabajo, exige cambiar de mentalidad...” (Bazarra, Casanova y García, 2007).***

“El cambio social ha transformado no sólo los roles de los profesores y funciones en la escuela, si no toda la actuación o desempeño profesional del docente. Marcelo y Vaillant (2009) afirman que las transformaciones sociales se aplican también al contexto del aula y obligan a una revisión en profundidad de la actuación docente, los contenidos del aprendizaje y las condiciones de trabajo.

Según lo que indican Bazarra, Casanova y García (2007): “Ante el reto de este tiempo lleno de cambios y de incertidumbres, los colegios, los profesores, no podemos intentar seguir respondiendo a los retos desde el coraje individual, desde la urgencia de lo inmediato. La educación de los niños y adolescentes del siglo XXI merece más dedicación, creatividad, profesionalidad, esperanza e ilusión es un reto fundamental que todos debemos sentirnos implicados”<sup>18</sup>.

Realmente, en el día de hoy supone un gran desafío llegar a todo lo que plantean Bazarra, Casanova y García porque sabemos que las presiones que experimentan los profesores en las aulas, el manejo de la disciplina de los alumnos, la falta de la colaboración de los padres de familia, el uso de las nuevas tecnologías y metodologías en la escuela afectan de manera importante al ejercicio de la actividad docente y al propio estudiante.

## 1.13. Medición del desempeño laboral

**Cuestionario:** El desempeño docente se exploró a través de un cuestionario chileno de valoración del desempeño docente, que forma parte de los instrumentos de evaluación de la docencia que se utilizan oficialmente en Chile y que fueron aprobados mediante el Decreto Exento N° 615 del 30 de

---

<sup>18</sup> AVALOS BEATRICE. (2010).la profesión docente: temas y discusiones en la literatura internacional. Estudio pedagógico. v.36 n.1 Valdivia. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052010000100013>

Abril de 2007, basado en la opinión de los alumnos, compuesto por 40 ítems contenidos en ocho dimensiones: Cumplimiento con las actividades, Programas, Metodología, Materiales, Actitud del /la profesor/a, Evaluación, Práctica y Satisfacción.

- ❖ Malo 1
- ❖ Regular 2
- ❖ Bueno 3

Todos los ítems son considerados como importantes<sup>19</sup>.

---

<sup>19</sup> Manzi J, González R. (2007). Evaluación Docente en Chile. Disponible en <http://www.uc.cl/es/la-universidad/noticias/3277-una-publicacion-recoge-los-resultados-de-ocho-anos-de-evaluacion-docente>. Pag.262 páginas.

## **5. MATERIALES Y MÉTODOS**

A continuación se explicarán los materiales y métodos que se utilizaron en la presente investigación.

### **TIPO DE ESTUDIO**

- Es un estudio descriptivo porque permite describir, analizar e interpretar en forma ordenada los datos obtenidos.

### **ÁREA DE ESTUDIO:**

La presente investigación se realizó en el Colegio Beatriz Cueva de Ayora, ubicado al sur del Ecuador, en la ciudad de Loja en las Avenidas Orillas del Zamora, Zoilo Rodríguez entre la 10 de Agosto y Virgilio Abarca, creado el 6 de Diciembre de 1954, su primer rector fue el Lic. Emiliano Ortega, era un colegio que daba educación solo para mujeres, además se otorgaba título en corte y confección, pero en el año 1980 brindaba títulos de bachiller en las diferentes especialidades como es: químico biológico, físico matemático, ciencias sociales y contabilidad y auditoría. A partir del 2011 la institución brinda educación a varones convirtiéndose así en una institución mixta; cuenta con 100 maestros y 2500 estudiantes.

### **UNIVERSO:**

El universo está conformado por 100 docentes y 240 estudiantes que conforman la directiva de cada paralelo del Colegio Beatriz Cueva de Ayora.

### **MUESTRA**

La población en estudio estará constituida por 30% docentes del décimo año de educación básica y el 20% de estudiantes que forman parte de la directiva de cada paralelo de los décimos años.

### **CRITERIOS INCLUSIÓN:**

- ✓ Todos aquellos docentes y estudiante de los décimos años que deseen participar de dicha investigación.



### **Técnicas e instrumentos de recolección de datos:**

- Test de Maslach para síndrome de Burnout (Anexo 4)
- Cuestionario del desempeño laboral del docente (Anexo 5)

### **PLAN DE ANÁLISIS**

Una vez recolectada la información, se procederá a analizar la misma utilizando el programa informático de Excel 2010.

### **PRESENTACIÓN DE RESULTADOS**

Para la presentación de resultados se realizará mediante, tablas estadísticas estableciendo relación entre las variables.

## 6. RESULTADOS

TABLA N°1

### SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE DÉCIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL COLEGIO BEATRIZ CUEVA DE AYORA.

SUBESCALAS	Afectada		Medianame nte Afectada		No Afectada		Total	
	F	%	F	%	F	%	F	%
<b>Cansancio Emocional (CE)</b>	18	60.00%	3	10.00%	9	30.00%	30	100%
<b>Despersonalización (DP)</b>	18	60.00%	7	23,33%	5	16.67%	30	100%
<b>Realización Profesional (RP)</b>	20	66.67%	3	10.00%	7	23.33%	30	100%

**Fuente:** Test de Maslach

**Elaborado por:** María Belén Procel Rivera

El síndrome de Burnout afecta a personal médico, enfermeras, trabajadores sociales y docentes, en el caso de los maestros de educación media se potencializan, porque en su desempeño laboral se enfrentan a adolescentes, que constituyen un grupo de manejo difícil.

En el presente estudio, la subescala más afectada corresponde a realización profesional es decir a la insatisfacción de su imagen profesional, e incompetencia frente al resto de sus colegas, alcanzando el 66,67%, mientras que la subescala de cansancio emocional al igual que la despersonalización se encuentran afectadas por igual con el 60.00 %.

**TABLA N° 2**

**DESEMPEÑO LABORAL EN LOS DOCENTES DE DÉCIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA.**

VARIABLE	Desempeño Laboral	
	F	%
<b>Bueno</b>	12	30.00%
<b>Regular</b>	8	20.00%
<b>Malo</b>	20	50.00%
<b>TOTAL</b>	40	100.00%

**Fuente:** Cuestionario de Desempeño Laboral aplicado a Alumnos  
**Elaborado por:** María Belén Procel Rivera

Los docentes que están afectados con síndrome de Bornout enfrentan problemas en su desempeño académico, llevando a una desvinculación y una mala relación con los estudiantes, lo que es percibido por ellos como malo, es decir que se manifiesta con un progresivo deterioro de la comunicación y las relaciones interpersonales, disminuyendo la productividad, la calidad del trabajo y por lo tanto el rendimiento, mientras que regular se presenta con una desmotivación y distanciamiento ante el trabajo, alcanzando así el 50 y 20%

**TABLA N° 3**

**SÍNDROME DE BURNOUT EN RELACIÓN AL SEXO, EN DOCENTES DE DÉCIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL COLEGIO BEATRIZ CUEVA DE AYORA**

Síndrome de Burnout	Presenta		No presenta		Total	
	F	%	F	%	F	%
<b>Sexo</b>						
<b>MASCULINO</b>	8	26.67%	6	20.00%	14	46.67%
<b>FEMENINO</b>	10	33.33%	6	20.00%	16	53.33%
<b>TOTAL</b>	18	60.00%	12	40.00%	30	100.00%

**Fuente:** Test de Maslach

**Elaborado por:** María Belén Procel Rivera

Algunos autores como Schwab, Gil-Monte y Peiró, señalan que los hombres tienen mayor sentimiento negativo con los estudiantes, lo que repercute en la subescala de despersonalización. Sin embargo Maslach señala, que las mujeres experimentan mayor cansancio emocional que los hombres, lo que se explica, por el doble rol ejercido en el trabajo y en la casa situación que incrementa los niveles de estrés de síndrome de Burnout.

En el presente estudio se evidencia un ligero predominio de síndrome de Burnout en el sexo femenino con un 33.33%.

**TABLA N° 4**

**SÍNDROME DE BURNOUT EN RELACIÓN A LA EDAD, EN DOCENTES DE DÉCIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL COLEGIO BEATRIZ CUEVA DE AYORA**

Síndrome de Burnout Edad	Presenta		No presenta		Total	
	F	%	F	%	F	%
<b>25- 30 años</b>	1	3.33%	3	10.00%	4	13.33%
<b>31-35 años</b>	2	6.67%	1	3.33%	3	10.00%
<b>36-40 años</b>	2	6.67%	1	3.33%	3	10.00%
<b>41-45 años</b>	2	6.67%	1	3.33%	3	10.00 %
<b>46-50 años</b>	5	16.67%	4	2.86%	9	30.00%
<b>&gt;50 años</b>	6	20.00%	2	6.67%	8	26.67%
<b>TOTAL</b>	18	60.00%	12	40.00%	70	100.00%

**Fuente:** Test de Maslach

**Elaborado por:** María Belén Procel Rivera

El Síndrome de Burnout, según la bibliografía afecta más a los jóvenes quienes tienen una mayor tendencia a caer en el agotamiento emocional, sobre todo al iniciar su carrera profesional. En relación a la población en estudio, afecta más al rango de edad mayor de 50 años con un 20.00% y los docentes que pertenecen al rango de edad de 25 a 30 años no lo padecen en un 3.33 %.

**TABLA N°5**

**SÍNDROME DE BURNOUT EN RELACIÓN A AÑOS DE TRABAJO, EN DOCENTES DE DÉCIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL COLEGIO BEATRIZ CUEVA DE AYORA.**

Síndrome de Burnout Años de trabajo	Presenta		No presenta		Total	
	F	%	F	%	F	%
<b>0-10 años</b>	3	10.00%	2	6.67%	5	16.67%
<b>11-20 años</b>	3	10.00%	5	16.67%	8	26.67%
<b>21-30 años</b>	5	16.67%	3	10.00%	8	26.67%
<b>&gt;30 años</b>	7	23.33%	2	6.67%	9	30.00%
<b>TOTAL</b>	18	60.00%	12	40.00%	30	100.00%

**Fuente:** Test de Maslach

**Elaborado por:** María Belén Procel Rivera

La literatura describe que la población joven, que se inserta en el campo laboral, está más propensa al padecer síndrome de Burnout, porque vive un proceso de enfrentamiento y adaptación a las exigencias laborales, a medida que se avanza en edad y años de experiencia, la tendencia al síndrome de Burnout disminuye.

En el presente estudio los datos obtenidos no concuerdan con los señalados anteriormente, pues la población adulta, que ha laborado más de 30 años sufren de síndrome de Burnout con el 23.33%.

## 7. DISCUSIÓN

En la presente investigación se determina que el síndrome de Burnout afecta al 60% de los docentes de décimo año del Colegio Beatriz Cueva de Ayora, lo que repercute en el desempeño laboral y que es percibido por los estudiantes como malo y regular. En una investigación realizada por Ormaza Daza Ernesto Ramón en nuestro país sobre: “El estrés (síndrome de Burnout) en los docentes y su influencia en los aprendizajes de los estudiantes de décimo año de educación básica del Colegio Nacional 18 de Octubre de la Ciudad de Portoviejo” se determina que los maestros de educación media no padecen de síndrome de Burnout, pero que tienen niveles de estrés intermedios y que son propensos a padecer de dicho síndrome<sup>20</sup>, lo que difiere con lo señalado anteriormente. Otro estudio realizado por Nuria Arís Redó en España cuya muestra es de 91 docentes concluye que existe un perfil de Burnout con niveles moderados o medios, los mismos que por estar expuestos a problemas y tensiones emocionales puede progresar aún padecimiento grave de Burnout.

En un estudio realizado en Lima–Perú sobre: “Bienestar psicológico y síndrome de Burnout en docentes”, de autoría de Julio Javier Salas Dahlqvist, se encontró en el 21.8% de los investigados, afectada la subescala III (realización profesional) que corresponde a un nivel leve de Burnout, caracterizado por baja despersonalización y disminución en el agotamiento emocional<sup>21</sup>. En comparación con el presente estudio la subescala más afectada es la de realización profesional con un 66.67%, mientras que las subescalas de agotamiento emocional y despolarización se encuentran por igual.

En otra investigación sobre Variables Sociodemográficas relacionadas al Síndrome de Burnout en docentes de colegios Distritales, cuyos autores son Jenny Ibáñez, Juan López, Andrea Márquez, Natalia Sánchez y Colaboradores realizado por la Universidad de San Buena Aventura, Bogotá-

---

<sup>20</sup> Ormaza Daza E. (2013). “El estrés (síndrome de Burnout) en los docentes y su influencia en los aprendizajes de los estudiantes de décimo año de educación básica del Colegio Nacional 18 de Octubre de la Ciudad de Portoviejo”. Disponible en <http://repositorio.utm.edu.ec/handle/123456789/11700>.

<sup>21</sup> Dahlqvist Salas Javier. (2010). : “Bienestar psicológico y síndrome de Burnout en docentes”

Colombia se identificó que las mujeres presentan un 30.8% de síndrome de Burnout.

En el presente estudio el síndrome de Burnout afecta ligeramente al sexo femenino con un 33,33% en relación al sexo masculino. Los docentes que pertenecen al rango de edad mayor de 50 años son afectados en un 20.00% mientras que los que los docentes que tienen una edad comprendida entre los 25 a 30 años lo padecen en un 3.33%. Los resultados de una investigación realizada en el distrito de Colombia manifiestan que los docentes que tienen más de 65 años, son aquellos que menor nivel de Realización Profesional poseen, con una puntuación promedio de 1, mientras que quienes obtuvieron mayor nivel son los de 26 a 35 años de edad. Atance (1997) expone que hay un periodo clave en la vida profesional, y constituye los primeros años de ejercicio laboral, allí se produce el paso de las expectativas que el individuo ha idealizado a la práctica real. Corsi (2005), menciona que el nivel de eficacia es comparable a la motivación ejercida en esta etapa, pues, entre más instauración de metas, mayor será la productividad que el ser humano ejerza frente a sus retos, de esta manera, en la etapa de la juventud y la adultez temprana, los estímulos suelen ser proporcionales a las expectativas individuales, de tal forma que, si bien es cierto que existen dificultades, estas tienen un soporte de superación acorde a las estrategias que los individuos emplean y posiblemente la eficacia en un aspecto como el crecimiento laboral. En este periodo se da un choque particular, ya que las recompensas profesionales y la remuneración económica no son las esperadas en algunos casos, lo cual puede generar malestar en la persona. Sin embargo, el presente estudio muestra lo contrario a lo planteado en la teoría, ya que al parecer quienes mayor realización personal poseen, son los docentes con edades comprendidas entre los 26 y 35 años; y la población más afectada con síndrome de Burnout es la que pertenece al grupo que tiene más de 30 años de servicio en la docencia en un 23.33%.



## 8. CONCLUSIONES

Al finalizar el presente estudio investigativo concluyo así:

- El Síndrome de Burnout está presente en el 60% de los docentes, afectando ligeramente más al sexo femenino que se encuentran en el grupo etario mayor de 50 años y que laboran como docentes más de 30 años, la presencia de síndrome de Burnout está repercutiendo en el ejercicio de la docencia, lo que es percibido por los estudiantes como malo y regular.
  
- Se difundió los resultados de la investigación a las autoridades del Colegio Beatriz Cueva de Ayora y a cada uno de los docentes que conforman los décimos años, así mismo se hizo la entrega de un tríptico.

## 9. Recomendaciones

Al concluir la presente investigación se recomienda:

- Al personal de Salud Ocupacional del Colegio Beatriz Cueva de Ayora que se preocupe por los docentes que presentan síndrome de Burnout, lo cual está repercutiendo en su desempeño laboral, ya sea promoviendo talleres educativas sobre prevención y terapias de relajación, con el fin de disminuir o incluso evitar que se siga propagando este padecimiento a otros maestros.
  
- Al personal docente que este en constante actualización, mediante cursos o talleres, para mejorar su desempeño laboral con los estudiantes.
  
- A las autoridades del establecimiento, otorguen incentivos o reconocimientos al desempeño docente, de acuerdo a lo contemplado por la ley como una forma de motivación a la labor docente.

## 10. BIBLIOGRAFÍA

1. ARÍS REDÓ, N. (2009). El Síndrome de Burnout en los docentes. Disponible en: <http://www.investigacion-psicopedagogica.org/revista/new/ContadorArticulo.php?303>.
2. Barona, E. G., & Jiménez, J. C. R. (2008). Estrategias de prevención e intervención del "Burnout" en el ámbito educativo. *Salud Mental*, 28(5), 27.
3. (2012). Burnout (síndrome) Definición: Incidencia - Onmeda.es. Retrieved November 3, 2014, Disponible en: [http://www.onmeda.es/enfermedades/sindrome\\_burnout-definicion-1528-2.html](http://www.onmeda.es/enfermedades/sindrome_burnout-definicion-1528-2.html).
4. Castro, E. G., & Castro, F. V. (2009). Síndrome de " burnout" o desgaste profesional y afrontamiento del estrés en el profesorado. Universidad de Extremadura.
5. Díaz Bambula, F. (2010). Factores asociados al síndrome de burnout en docentes de .Disponible en: <http://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/viewFile/649/1531>.
6. (2009). El Síndrome de Burnout y el Profesional de la Educación... Retrieved November 3, 2014, Disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos24/sindrome-burnout/sindrome-burnout.shtml>.
7. Elvira, J. A. M., & Cabrera, J. H. (2008). Estrés y burnout en profesores. *International journal of clinical and health psychology*, 4(3), 597-621.
8. Elvira, J. (2010). Estrés y burnout en profesores - Asociación Española de psiquiatría. Disponible en: [http://www.aepc.es/ijchp/articulos\\_pdf/ijchp-126.pdf](http://www.aepc.es/ijchp/articulos_pdf/ijchp-126.pdf).
9. Extremera, N., Fernández-Berrocal, P., & Durán, A. (2009). Inteligencia emocional y burnout en profesores. *Encuentros en psicología social*, 1(5), 260-265.

10. Fernández, M. (2008). Desgaste psíquico (burnout) en profesores de primaria de Lima Metropolitana. *Persona: Revista de la Facultad de Psicología*, (5), 27-66.
11. GÓMEZ, L. M. G. (2009) El síndrome de estar quemado o burnout y una enseñanza de calidad. Contribución a la mejora del síndrome desde el departamento de orientación. Disponible en: [http://www.didacta21.com/documentos/revista/Noviembre09\\_Gilabert\\_Gomez\\_Lourdes\\_Manuela.pdf](http://www.didacta21.com/documentos/revista/Noviembre09_Gilabert_Gomez_Lourdes_Manuela.pdf)
12. Guerrero Barona, E. (2011). Análisis pormenorizado de los grados de burnout y técnicas de afrontamiento del estrés docente en profesorado universitario.
13. Jiménez, B. M., Fernández, M. V. A., Benadero, M., & Hernandez, E. (2009). Burnout en profesores de primaria: personalidad y sintomatología. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 1, 71-87.
14. Moreno, M., Aranda, C., Aldrete, M., Flores, E., & Pozo, E. (2011). Factores psicosociales y burnout en docentes del centro universitario deficiencias de la salud. *Investigación en Salud*, 7(3), 173-177.
15. Oramas Viera, A. (2007). Estrés Laboral y el Síndrome de Burnout en Docentes. Disponible en: [http://www.scielo.org.ve/scielo.php?pid=S1315-01382007000200002&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.ve/scielo.php?pid=S1315-01382007000200002&script=sci_arttext).
16. Ramos, M. P. B. EL SÍNDROME DE BURNOUT, UN PELIGRO DESCONOCIDO ENTRE LOS DOCENTES.
17. Rodríguez, M. (2007). Síndrome de Burnout en maestros de educación básica. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=14200103>.
18. Rodríguez, A. M. H. (2006). Satisfacción laboral y síndrome " Burnout" en profesores de educación primaria y secundaria. *Red Revista Colombiana de Psicología*.
19. Salanova, M., Llorens, S., & García-Renedo, M. (2009). ¿ Por qué se están quemando los profesores?. *Prevención, trabajo y salud*, 28, 16-20.

- 20.** Sánchez Pelayo, R. J. (2013). Factores psicosociales, estrés y salud. El fenómeno de Burnout en distintos sectores del ámbito sanitario.
- 21.** (2014). Síndrome de Burnout en los profesores de Secundaria. Retrieved November 3, 2014, from <http://es.slideshare.net/bduna/sndrome-de-burnout-en-los-profesores-de-secundaria-16016837>.

## 11. ANEXOS

### ANEXO Nº 1

#### COLEGIO BEATRIZ CUEVA DE AYORA



**UBICACIÓN:** Avenida Orillas del Zamora, Zoilo Rodríguez entre las calles 10 de Agosto y Virgilio Abarca

**ANEXO Nº 2**



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA  
ÁREA DE SALUD HUMANA  
CARRERA DE ENFERMERÍA**

Of. Nº 1320-CCE-ASH-UNL  
Loja, 7 de noviembre de 2014

Doctora Enriqueta Andrade, Mg. Sc.  
RECTORA DEL COLEGIO DE BACHILLERATO  
"BEATRIZ CUEVA DE AYORA" DE LOJA  
C i u d a d.-

De mi consideración:

Con un atento saludo, me dirijo a usted para solicitarle muy comedidamente su autorización para que la Srta. **MARIA BELEN PROCEL RIVERA**, Egresada de la Carrera de Enfermería de la Universidad Nacional de Loja, aplique el instrumento para la recolección de la información necesaria para su tesis de Grado cuyo tema es: **"SÍNDROME DE BURNOUT Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO LABORAL DE LOS DOCENTES DEL DECIMO AÑO DE EDUCACION BASICA DEL COLEGIO BEATRIZ CUEVA DE AYORA"**, los resultados serán entregados a la Institución educativa que usted tan acertadamente dirige al finalizar el proceso de investigación.

Aprovecho la oportunidad para reiterar a usted los sentimientos de mi consideración y estima.

Atentamente,  
**EN LOS TESOROS DE LA SABIDURIA,  
ESTA LA GLORIFICACION DE LA VIDA**

*Magdalena Villacis Cobos*

Mg. Magdalena Villacis Cobos  
PRESIDENTA PROVISIONAL DE LA COMISION  
ACADEMICA DE LA CARRERA DE ENFERMERIA



c.c. Archivo  
Elaborado por:  
Lia. Alfredo Vicente Castilla Poma

COLEGIO DE BACHILLERATO  
"BEATRIZ CUEVA DE AYORA"  
Presentado hoy a las ... 14:35 ...  
Loja, a ... 07 ... de 20... 14 ...  
LO CERTIFICO ...



## ANEXO Nº 3

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo,....., con número de cédula  
Nº....., en plena capacidad de decisión, acepto libremente y bajo  
responsabilidad personal participar en el estudio cuyo tema es: **“SÍNDROME  
DE BURNOUT Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO LABORAL DE  
LOS DOCENTES DEL DÉCIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL  
COLEGIO BEATRIZ CUEVA DE AYORA”**

Para que se utilice mi encuesta para la recolección de información  
necesaria.

Firma

.....



## ANEXO Nº 4



### UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

#### ÁREA DE LA SALUD HUMANA

#### CARRERA DE ENFERMERÍA

### TEST DEL SÍNDROME DE BURNOUT DE MASLACH PARA DOCENTES

El presente Test tiene como finalidad recolectar información a través de los docentes de los décimos años de educación básica, para llevar a cabo la investigación titulada “**SÍNDROME DE BURNOUT Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO LABORAL DE LOS DOCENTES DEL DÉCIMO AÑO DE EDUCACION BÁSICA DEL COLEGIO BEATRIZ CUEVA DE AYORA**”, que servirá para determinar si este síndrome está o no presente en el personal docente. Por la cual le agradezco su participación y le solicito su aporte contestando el presente test.

La información obtenida es confidencial y será utilizada únicamente para los fines indicados.

### ENCIERRE LAS PREGUNTAS DEL 0 AL 6 SEGÚN LA IMPORTANCIA QUE USTED CREA CONVENIENTE.

Nunca: 0

Alguna vez al año o meno 1

Una vez al mes o menos 2

Algunas veces al mes 3

Una vez a la semana 4

Varias veces a la semana 5

A diario 6

**EDAD:** .....

**SEXO:** ..... **AÑOS LABORADOS EN LA INSTITUCIÓN:**.....

PREGUNTAS	VALORACIÓN						
	0	1	2	3	4	5	6
1. Me siento emocionalmente agotado por mi trabajo.	0	1	2	3	4	5	6
2. Cuando termino mi jornada de trabajo me siento vacío.	0	1	2	3	4	5	6
3. Cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada de trabajo me siento fatigado.	0	1	2	3	4	5	6

4. Siento que puedo entender fácilmente a los alumnos.	0	1	2	3	4	5	6
5. Siento que estoy tratando a algunos alumnos como si fueran objetos impersonales.	0	1	2	3	4	5	6
6. Siento que trabajar todo el día con la gente me cansa.	0	1	2	3	4	5	6
7. Siento que trato con mucha eficacia los problemas de mis alumnos.	0	1	2	3	4	5	6
8. Siento que mi trabajo me está desgastando.	0	1	2	3	4	5	6
9. Siento que estoy influyendo positivamente en la vida de otras personas a través de mi trabajo.	0	1	2	3	4	5	6
10. Siento que me he hecho más duro con la gente.	0	1	2	3	4	5	6
11. Me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente.	0	1	2	3	4	5	6
12. Me siento con mucha energía en mi trabajo.	0	1	2	3	4	5	6
13. Me siento frustrado en mi trabajo.	0	1	2	3	4	5	6
14. Siento que estoy demasiado tiempo en mi trabajo.	0	1	2	3	4	5	6
15. Siento que realmente no me importa lo que les ocurra a mis alumnos.	0	1	2	3	4	5	6
16. Siento que trabajar en contacto directo con la gente me cansa.	0	1	2	3	4	5	6
17. Siento que puedo crear con facilidad un clima agradable con mis alumnos.	0	1	2	3	4	5	6
18. Me siento estimado después de haber trabajado íntimamente con mis alumnos.	0	1	2	3	4	5	6
19. Creo que consigo muchas cosas valiosas en este trabajo.	0	1	2	3	4	5	6
20. Me siento como si estuviera al límite de mis posibilidades.	0	1	2	3	4	5	6
21. Siento que en mi trabajo los problemas emocionales son tratados de forma adecuada.	0	1	2	3	4	5	6
22. Me parece que los alumnos me culpan de algunos de sus problemas.	0	1	2	3	4	5	6

**GRACIAS POR SU COLABORACIÓN**

## ANEXO Nº 5



### UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

#### ÁREA DE LA SALUD HUMANA

#### CARRERA DE ENFERMERÍA

### CUESTIONARIO SOBRE EL DESEMPEÑO LABORAL

El presente cuestionario tiene como finalidad recolectar información a través de los estudiantes que conforman la directiva de cada paralelo de los décimos años de educación básica, para llevar a cabo la investigación titulada “**SÍNDROME DE BURNOUT Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO LABORAL DE LOS DOCENTES DEL DÉCIMO AÑO DE EDUCACION BÁSICA DEL COLEGIO BEATRIZ CUEVA DE AYORA**”, que servirá para determinar si este síndrome está o no influyendo en el desempeño laboral del personal docente. Por la cual le agradezco su participación y le solicitó su aporte contestando el presente cuestionario.

La información obtenida es confidencial y será utilizada únicamente para los fines indicados.

#### EXPRESSE SEGÚN SU CRITERIO DEL 1 AL 3 SEGÚN LA IMPORTANCIA QUE USTED CREA CONVENIENTE.

- ❖ Malo 1
- ❖ Regular 2
- ❖ Bueno 3

PREGUNTAS	VALORACIÓN		
	1	2	3
1. Asiste normalmente a clase y si falta lo justifica.	1	2	3
2. Cumple adecuadamente (comienza y acaba) el horario de clase.	1	2	3
3. Cumple con sus obligaciones de atención a los estudiantes.	1	2	3
4. Es accesible en el horario de tutorías.	1	2	3
5. Da a conocer el programa (objetivos, contenidos, metodología, evaluación.), desarrollo a principio de año.	1	2	3
6. Lo explicado en clase responde al programa de la asignatura.	1	2	3

<b>7.</b> Se preocupa de que sus clases sean buenas.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>8.</b> Explica con claridad los conceptos implicados en cada tema.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>9.</b> En sus explicaciones se ajusta bien al nivel de conocimiento de los estudiantes.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>10.</b> Las clases están bien preparadas, organizadas y estructuradas.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>11.</b> Las explicaciones se hacen de forma ordenada y con claridad.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>12.</b> Se preocupa de los problemas de aprendizaje de sus alumnos/as.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>13.</b> Nos motiva para que participemos crítica y activamente en el desarrollo de la clase.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>14.</b> Se nos incita a reflexionar en las implicaciones o aplicaciones prácticas de lo tratado en clase.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>15.</b> La comunicación profesor/a-estudiante es fluida y espontánea, creando un clima de confianza.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>16.</b> Consigue que estemos motivados/as e interesados/as por la materia.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>17.</b> La asistencia a clase es una ayuda importante para la comprensión de la asignatura.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>18.</b> Los materiales recomendados (bibliografía, documentación, etc.) me sirvieron de ayuda y son fácilmente accesibles.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>19.</b> Los materiales de estudio (textos, apuntes, etc.) son adecuados.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>20.</b> Utiliza con frecuencia ejemplos, esquemas o gráficos, para apoyar las explicaciones.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>21.</b> Fomenta el uso de recursos (bibliográficos o de otro tipo) adicionales a los utilizados en la clase y me resultan útiles.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>22.</b> Realiza suficientes seminarios (lecturas, charlas, debates) relacionados con la asignatura.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>23.</b> Es respetuoso/a con los estudiantes.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>24.</b> Es accesible y está dispuesto/a ayudarnos.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>25.</b> Conoce los criterios y procedimientos de evaluación en esta	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>

materia.			
<b>26.</b> En esta asignatura tienen claro lo que se nos va a exigir	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>27.</b> Los criterios y procedimientos de evaluación me parecen adecuados y justos.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>28.</b> Los exámenes están pensados para verificar fundamentalmente el grado de comprensión de los temas.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>29.</b> Explica la calificación y es capaz de revisarla si considera que puede haber error.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>30.</b> El estudiante tiene posibilidad de conocer y corregir los criterios de corrección del examen.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>31.</b> El nivel exigido en la evaluación se corresponde con el que se imparte en clase.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>32.</b> Da a conocer las calificaciones en el plazo establecido.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>33.</b> La calificación final es fruto del trabajo realizado a lo largo de todo el curso (trabajos, intervenciones en clase, exámenes).	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>34.</b> Imparte suficientes clases prácticas de pizarra.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>35.</b> Realiza suficientes prácticas de campo en relación con la asignatura.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>36.</b> En general, estoy satisfecho/a con la labor docente de este/a profesor/a.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>37.</b> En general, me siento satisfecho/a asistiendo a sus clases. .	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>38.</b> Considero que he aprendido bastante en esta asignatura.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>39.</b> He dedicado comparativamente más esfuerzo a esta asignatura que a otras asignaturas	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>40.</b> El nivel de esfuerzo dedicado a la materia es elevado	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>

**GRACIAS POR SU COLABORACIÓN**

ANEXO Nº 6

# APLICANDO EL TEST DE MALASH A LOS DOCENTES





ANEXO Nº 6

# APLICANDO EL CUESTIONARIO SOBRE EL DESEMPEÑO LABORAL A LOS ESTUDIANTES



**ANEXO Nº 7**



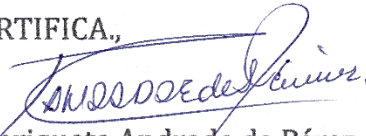
Dra. Enriqueta Andrade de Pérez, Mg. Sc.  
RECTORA ENCARGADA DEL COLEGIO DE BACHILLERATO  
BEATRIZ CUEVA DE AYORA

**CERTIFICA:**

Que en este centro educativo la Señorita María Belén Procel Rivera, aplicó una encuesta a docentes y estudiantes que laboran en el Décimo año de Educación Básica Superior para desarrollar su trabajo de Tesis previo a la obtención de su título profesional.

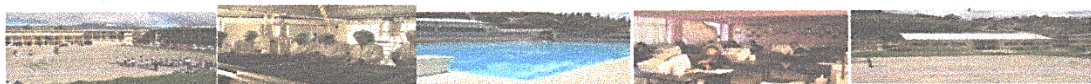
Es todo cuanto puede certificar en honor a la verdad.

LO CERTIFICA,

  
Dra. Enriqueta Andrade de Pérez, Mg. Sc.  
RECTORA ( E )



Loja enero 21, 2015



Av. Orillas del Zamora y 10 de Agosto Telf. 2571 652 Fax 2570 586 e-mail:  
colegiobeatrizcueva@yahoo.com  
Web: www.istebeatrizcueva.edu.ec



**ANEXO Nº 8**



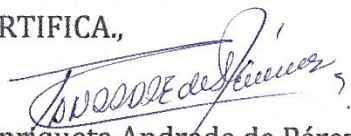
Dra. Enriqueta Andrade de Pérez, Mg. Sc.  
RECTORA ENCARGADA DEL COLEGIO DE BACHILLERATO  
BEATRIZ CUEVA DE AYORA

**CERTIFICA:**

Que la Señorita María Belén Procel Rivera, el día de hoy entrega en el Rectorado un ejemplar de los resultados obtenidos en su trabajo de Tesis sobre el tema: "Síndrome de Burnout y su influencia en el desempeño laboral de los docentes del Décimo Año de Educación Básica del Colegio Beatriz Cueva de Ayora"

Es todo cuanto puede certificar en honor a la verdad.

LO CERTIFICA,,

  
Dra. Enriqueta Andrade de Pérez, Mg. Sc.  
RECTORA ( E )



Loja enero 21, 2015



Av. Orillas del Zamora y 10 de Agosto Telf. 2571 652 Fax 2570 586 e-mail:  
colegiobeatrizcueva@yahoo.com  
Web: www.istebeatrizcueva.edu.ec

## ANEXO Nº 9

# DIFUSIÓN DE RESULTADOS

### Introducción

*El síndrome* de Burnout se caracteriza por un progresivo agotamiento físico y mental, una falta de motivación absoluta por las tareas realizadas, y en especial, por importantes cambios de comportamiento en quienes lo padecen, suele darse con mayor frecuencia en personas con atención a terceros, como docentes, personal sanitario que se encuentran física y mentalmente incapacitado para desarrollar su trabajo. La presente investigación realizada en el Colegio Beatriz Cueva de Ayora se concluye que el Síndrome de Burnout está presente en el 60% de los docentes, afectando ligeramente al sexo femenino que se encuentran en el grupo etario mayor de 50 años y que laboran como docentes más de 30 años, la presencia de síndrome de Burnout está repercutiendo en el ejercicio de la docencia, lo que es percibido por los estudiantes como malo y regular.

En estas consideraciones, se realizó un tríptico sobre prevención del síndrome de Burnout para los docentes de los décimos años del Colegio Beatriz Cueva de Ayora, cuyo propósito final será disminuir este padecimiento o que se siga propagando a otros maestros, además de cumplir uno de los objetivos planteados dentro de la investigación.

### Objetivo

- ➡ Dar a conocer los resultados obtenidos de la presente investigación, incluyendo medidas de prevención.

La presente investigación titulada: **“SÍNDROME DE BURNOUT Y SU INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO LABORAL DE LOS DOCENTES DEL DÉCIMO AÑO DE EDUCACION BÁSICA DEL COLEGIO BEATRIZ CUEVA DE AYORA”** se dio a conocer los resultados obtenidos y además se entregó un tríptico sobre medidas de prevención, a las autoridades del establecimiento como también a cada uno de los docentes de los décimos años de educación básica.

## Y ADEMÁS

### Puedes obtener más información

en:

⇒ Libros sobre estrés laboral

⇒ Revistas científicas

⇒ Internet



¡NO TE QUEMES!

EL SÍNDROME DE  
BURNOUT O DEL

QUEMADO AFECTA A

TODOS LO DOCENTES en  
algún momento de su vida  
profesional

## TE PUEDE AYUDAR

- Cursos, control de estrés, inteligencia emocional, técnicas de relajación
- Sistematiza el trabajo y evita conflicto de funciones
- Mejores condiciones físicas del lugar de trabajo
- Cambio de puesto de trabajo
- Actividades de ocio

## PREVENCIÓN

- Equilibrio de áreas vitales: familia, amigos, aficiones, descanso, trabajo.
- Fomento de buena atmósfera de equipo: espacios comunes, objetivos comunes.
- Limitar la agenda laboral.
- Minimizar la burocracia con apoyo de personal auxiliar.
- Formación continua dentro de la jornada laboral.
- Coordinación con espacios comunes, objetivos compartidos.
- Diálogo efectivo con las autoridades.

UNIVERSIDAD NACIONAL  
DE LOJA  
AREA DE LA SALUD  
HUMANA  
CARRERA DE ENFERMERIA



TEMA

SÍNDROME DE  
BURNOUT Y SU  
INFLUENCIA EN EL  
DESEMPEÑO LABORAL  
DE LOS DOCENTES DEL  
DÉCIMO AÑO DE  
EDUCACION BÁSICA  
DEL COLEGIO BEATRIZ  
CUEVA DE AYORA.”



DIRECTORA:

Mg. Balbina Contento.

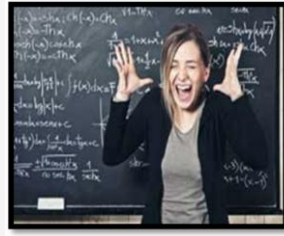
INTEGRANTE:

Ma. Belén Procel.

## INTRODUCCIÓN

El síndrome de Burnout se caracteriza por un progresivo agotamiento físico y mental, una falta de motivación absoluta por las tareas realizadas, y en especial, por importantes cambios de comportamiento en quienes lo padecen, suele darse con mayor frecuencia en personas con atención a terceros, como docentes, personal sanitario que se encuentran física y mentalmente incapacitado para desarrollar su trabajo. La presente investigación realizada en el colegio Beatriz Cueva de Ayora se concluye que el Síndrome de Burnout está presente en el 60% de los docentes, afectando ligeramente al sexo femenino que se encuentran en el grupo etario mayor de 50 años y que laboran como docentes más de 30 años, la presencia de síndrome de Burnout está repercutiendo en el ejercicio de la docencia, lo que es percibido por los estudiantes como malo y regular.

## DEFINICIÓN



El síndrome de agotamiento profesional o *Burnout*, significa estar o sentirse quemado, agotado, sobrecargado, exhausto. Este síndrome presenta, tres componentes esenciales: el agotamiento emocional, la despersonalización y la falta de realización personal.



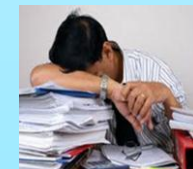
## Recuerde

### EL SÍNDROME DE BURNOUT SE PUEDE MEDIR, PREVENIR Y SOLUCIONAR

#### Predictores de Burnout en el trabajo:

- Altos niveles de estrés
- No recibir apoyo adecuado
- Relaciones interpersonales difíciles

El individuo afectado por el estrés profesional es incapaz de desarrollar su rol familiar. El efecto de reprimir sus sentimientos modificará su personalidad en sentido negativo tanto para sí mismo como para la relación con los demás, sufriendo una falta de comunicación a todos los niveles, mayor frustración e insatisfacción



## ÍNDICE

CERTIFICACIÓN.....	ii
AUTORÍA.....	iii
CARTA DE AUTORIZACIÓN.....	iv
DEDICATORIA.....	v
AGRADECIMIENTO.....	vi
1. TÍTULO.....	1
2. RESUMEN.....	2
SUMMARY.....	3
3. INTRODUCCIÓN.....	4
4. REVISIÓN DE LA LITERATURA.....	7
1. SÍNDROME DE BURNOUT.....	7
1.1. Definición.....	7
1.2. Importancia.....	7
1.3. La educación y Síndrome de Burnout.....	8
1.4. Causas y variables relacionadas con el Burnout en Profesores.....	9
1.5. Signos y Síntomas.....	16
1.6. Etapas de la evolución de la enfermedad.....	17
1.8. Consecuencias del Síndrome de Burnout en los profesores.....	19
1.11. Tratamiento.....	23
1.13. Medición del desempeño laboral.....	24
5. MATERIALES Y MÉTODOS.....	26
6. RESULTADOS.....	28
TABLA N° 1.....	28
TABLA N° 2.....	29
TABLA N° 3.....	30
TABLA N° 4.....	31
TABLA N° 5.....	32
7. DISCUSIÓN.....	33
8. CONCLUSIONES.....	35
9. RECOMENDACIONES.....	36

10. BIBLIOGRAFÍA.....	37
11. ANEXOS.....	40
ANEXO N° 1.....	40
ANEXO N° 2.....	41
ANEXO N° 3.....	42
ANEXO N° 4.....	43
ANEXO N° 5.....	45
ANEXO N° 6.....	48
ANEXO N° 6.....	49
ANEXO N° 7.....	50
ANEXO N° 8.....	51
ANEXO N° 9.....	52
DEFINICIÓN.....	54
RECUERDE.....	54
INTRODUCCIÓN.....	54
ÍNDICE.....	55