



Diciembre 2019 - ISSN: 1989-4155

SÍNDROME DE *BURNOUT* EN DOCENTES DE UN TECNOLÓGICO PÚBLICO SUPERIOR.

BURNOUT SYNDROME IN TEACHERS OF A SUPERIOR PUBLIC TECHNOLOGY.

ACERCA DE LOS AUTORES:

Msc. Luis Antonio Alvarez silva, Psic.

Psicólogo Industrial. Máster en Dirección de Talento Humano. Capacitador SETEC de Coaching, Mobbing, Riesgos e Higiene Industrial Setec-CI-AMP-2019-0008Catedrático superior e Investigador de la Universidad Espíritu Santo, Universidad de Guayaquil, SENESCYT. Instructor del Servicio Ecuatoriano de Capacitación Profesional – SECAP. Auditor ISO de Sistemas Integrados - ISO 9001, ISO 14001 y OHSAS 18001. Dictaminador científico de la Universidad de Veracruzana – México. Escritor y dictaminador de artículos científicos en la Universidad Espíritu Santo, Universidad Politécnica Salesiana. Cofundador de Varez Consulting, organización enfocada en el Desarrollo Integral de la gestión de Talento Humano
e-mail: lavarezsilva@uees.edu.ec

Msc. Pablo Stalyn Jarrín Anchundía, Lcdo.

Tecnólogo Médico en Terapia Física, Licenciado en Terapia Física, Magister en Gerencia Hospitalaria. Actualmente posee más de ocho años de práctica profesional como Fisioterapeuta en Hospital Luis Vernaza, JBG, y varios años de experiencia como docente en educación superior en SENESCYT.
e-mail: psjarrin@espol.edu.ec

Msc. Alexandra Esmeralda Pesantes Gavilánes, Ing.

Ingeniera en Sistemas Computacionales, Máster en Gerencia y Liderazgo Educacional de la Universidad Técnica Particular de Loja, Con amplia experiencia en docencia de nivel intermedio, en la Unidad Educativa Santa Mariana de Jesús, Unidad Educativa San Francisco de Asís, Universidad Técnica “José Peralta”,; y docencia de nivel superior en la Universidad de Guayaquil, Facultad de Ciencias Administrativas y SENESCYT.
e-mail: apesantes@utpl.edu.ec

Para citar este artículo puede utilizar el siguiente formato:

Luis Antonio Alvarez silva, Pablo Stalyn Jarrín Anchundía y Alexandra Esmeralda Pesantes Gavilánes (2019): “Síndrome de Burnout en docentes de un tecnológico público superior”, Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo (diciembre 2019). En línea:

<https://www.eumed.net/rev/atlanter/2019/12/sindrome-burnout-docentes.html>

RESUMEN

La realización de este estudio tuvo la finalidad de demostrar los niveles e intensidad con la que los docentes de un Tecnológico Público Superior, están propensos al estrés laboral llamado síndrome de Burnout. Se describieron los aspectos conceptuales que demuestran las tres dimensiones que

están involucradas en este fenómeno que afecta la salud de los trabajadores poco a poco, y que a pesar de poner todo su esfuerzo no logran sobreponerse a la sensación de fracaso profesional e interpersonal, sin tomar en cuenta que no se trata de un problema interno sino del entorno laboral que afecta su desarrollo profesional, se aplicó una encuesta al personal docente, dando como resultado la nula existencia de este síndrome entre los docentes de un Tecnológico Público Superior de Guayaquil - Ecuador, debido a factores protectores como la edad, los años de experiencia y el buen clima laboral. Por lo tanto, este estudio es de suma importancia como antecedente para la elaboración legislativa que intervenga en el mantenimiento de la atenuación y prevención de este síndrome.

Palabras clave:

Docentes, Síndrome de *Burnout*, Desgaste profesional, Estrés laboral, Desarrollo profesional

ABSTRACT

The purpose of this study was to demonstrate the levels and intensity with which teachers of a Higher Public Technology are prone to work stress called Burnout syndrome. The conceptual aspects were described that demonstrate the three dimensions that are involved in this phenomenon that affects the health of the workers little by little, and that despite putting all their effort they cannot overcome the sensation of professional and interpersonal failure, without taking considering that it is not an internal problem but the work environment that affects their professional development, a survey was applied to the teaching staff, resulting in the null existence of this syndrome among teachers of a Higher Public Technological Institute of Guayaquil - Ecuador, due to protective factors such as age, years of experience and good working environment. Therefore, this study is of the utmost importance as a background for the legislative elaboration that intervenes in the maintenance of the attenuation and prevention of this syndrome.

Keywords:

Teachers, *Burnout* Syndrome, Professional Wear, Job Stress, Professional Development

INTRODUCCIÓN

El síndrome de *Burnout*, es un síndrome cada vez más extendido, y sin bien no está reconocido en el manual de diagnósticos mentales (psicología), se encuentra mencionado brevemente en la clasificación internacional de enfermedades (medicina, CIE10 Z73.0). Este síndrome es una respuesta al estrés prolongado en el organismo que se presentan en el ambiente laboral.

Este fenómeno es llamado de distintas formas, el síndrome de *Burnout* también es conocido como: síndrome de la cabeza quemada, síndrome del trabajador consumido, síndrome de quemarse por el

trabajo, síndrome de desgaste ocupacional, síndrome de desgaste profesional, síndrome del trabajador desgastado, también se puede explicar con un sinnúmero de definiciones, sin embargo su nombre lo dice todo. (Viloria-Marín, 2002).

Para empezar, este síndrome fue determinado por vez primera en 1960 por Bradley, como metáfora de un fenómeno psicosocial presente en los policías que trabajaban con ex convictos de libertad condicional, los cuales escribían tener desgastes en sus estados físicos y psicológicos que sufrían al trabajar con una gran cantidad de jóvenes drogadictos, usando en ese entonces el término “*staff Burnout*”. Sin embargo, la palabra *Burnout* ha sido delimitado y admitido por la colectividad científica casi en su totalidad desde la conceptualización establecida por Maslach (Cabrera, 2004) quien definió el *Burnout* como una contestación al estrés crónico compuesta por tres aspectos principales: baja realización personal, cansancio emocional y despersonalización.

Freudemberger describió por vez primera el *Burnout* en 1974 como “un conjunto de síntomas físicos y psíquicos (hundimiento físico y emocional) sufridos por el personal sanitario como resultado de las condiciones de trabajo”. Describía así el estado físico y mental en relación con el trabajo que observó entre los jóvenes y voluntarios que trabajaban en una clínica de desintoxicación. Después de un año, muchos de ellos se sentían agotados, fácilmente irritables y habían desarrollado una actitud cínica hacia sus pacientes y una tendencia a evitarlos (Freudenberger HJ, 1974).

El síndrome de estar quemado asume, según el enfoque psicosocial, un modelo multidimensional (Maslach y Leiter, 1999) que incluye: la experiencia de estrés, la evaluación de los otros y la evaluación de uno mismo. Con los tres componentes de: agotamiento emocional, despersonalización y bajo logro o realización personal en el trabajo (Maslach y Jackson, 1981).

Cansancio Emocional: se caracteriza por la pérdida progresiva de energía, el desgaste, el agotamiento y la fatiga. Este es el aspecto clave del “*Burnout*”, el aumento en los sentimientos de agotamiento.

La Despersonalización: que se manifiesta en el desarrollo de actitudes negativas y sentimientos fríos e impersonales hacia los destinatarios del trabajo (clientes, pacientes, alumnado, etc)

La falta de realización personal: que consiste en la tendencia de los profesionales a evaluarse negativamente, y de forma especial esa evaluación negativa afecta a la realización del trabajo y a la relación con las personas a las que atienden. Los trabajadores se sienten descontentos consigo mismos, desmotivados en el trabajo e insatisfechos con los resultados.

Hoy en día, el estrés es un factor común entre los profesionales, resultado de los cambios constantes a nivel global y en el mundo del trabajo. Según (Gil, 2001) considera que “el estrés crónico en lo laboral ha tendido a la aparición del síndrome de quemarse por el trabajo. Este problema para la salud mental es un proceso que ocurre de forma especial entre los profesionales que trabajan con

personas”.

Este síndrome, consiste en que el individuo siente que sus actividades laborales sobrepasan el límite para poder ejecutarlas, pensando que sus capacidades han quedado insignificantes para determinada responsabilidad, y es así que consideran que se genera el estrés y por consiguiente el deterioro de su salud.

Por lo tanto, la población afectada es la comunidad profesional que tiene un alto vínculo de interacción humana de carácter duradero (profesional- cliente) y sin considerar por cierto a uno u otro, sino más bien a varios al mismo tiempo, profesionales caracterizados por su desempeño exigente, comprometidos con el trabajo y con altas expectativas en sus objetivos laborales. Es frecuente en personal sanitario, docente y deportista de elites.

Es así que, sus principales síntomas son: fatiga crónica, depresión y deterioro de las relaciones interpersonales, irritación, adicciones, desesperanza.

Haciendo referencia a lo anterior, determinamos llevar a cabo un estudio cuantitativo, no experimental, transversal, a través del cual se identifique y se pueda describir, cómo se efectúa el estudio sobre el síndrome de desgaste profesional en docentes.

Detallamos el proceso de validación de un instrumento tipo escala que ayudó a obtener la información necesaria que aportará a conseguir el objetivo de la investigación. El estudio en mención se llevó a cabo en un Instituto Tecnológico Público Superior de la ciudad de Guayaquil, Ecuador, con la participación de 44 docentes pertenecientes a 7 carreras.

El objetivo principal de este artículo, es medir los diferentes niveles de fatiga en el docente y sus distintas causas, este objetivo se concreta a ciertas teorías de diferentes autores que han estado investigando(cuáles) la prevalencia de la aparición del síndrome de desgaste profesional en docentes de diferentes universidades de América Latina, con la finalidad de conocer a profundidad sus causas, consecuencias y con el objetivo de reconocer sus síntomas en los periodos iniciales de su aparición y evitar el deterioro en la calidad de educación de sus centros de estudios.

Determinando las siguientes categorías: definición de síndrome de *Burnout*, causas, síntomas y síndromes y síndrome de *Burnout* en docentes.

REVISIÓN LITERARIA

DOCENTES Y EL SÍNDROME DE *BURNOUT*

En una investigación realizada en Colombia con docentes universitarios, se realizó una investigación de tipo correlacional, con una muestra de 101 docentes con modalidad de contrato de tiempo completo, los cuales fueron seleccionados mediante el método de muestreo aleatorio estratificado. En este estudio se constató que la prevalencia del síndrome de *Burnout* era del 10% de los docentes estudiados, (Domínguez, 2015). Lo mismo que sucede con estudios similares de diferentes países alrededor del mundo, señalando en todos elevadas puntuaciones en diversas medidas de estrés y *Burnout*. Destacan las realizadas por Brenner (1982) en Suecia, Kyriacou (1980), Capel (1987) y Chakravorty (1989) en Inglaterra, Borg y Falzon (1989) en Malta, Temml (1994) en Austria, Tomaschevskaja (1978) en Ucrania, Pines, Arosen y Kafry (1981) en Estados Unidos y Esteve (1994) en España.

La docencia es una actividad fundamental en el desarrollo integral de quienes la practican. La misma trae consigo asumir funciones, responsabilidades y retos que exigen esfuerzo y compromiso constante. Generalmente, el docente se ve expuesto a niveles altos de estrés, convirtiéndose en uno de los empleos con mayor riesgo psicosocial (Domínguez, 2004). Por lo tanto, el docente debe empoderarse de sus responsabilidades para que las actividades a realizar tengan resultados favorables con el propósito de alcanzar una educación de calidad.

Al contrario de lo que la mayoría de las personas piensan, la labor del docente no concluye en el salón de clases, o en su hora de clase; ya que la labor de él contempla en que debe corregir exámenes, trabajos, preparar materiales para utilizar en clases, planificar clases y reunirse con el resto del equipo docente para tratar diversos asuntos. Esta constante exigencia implica asegurar que los estudiantes reciban una educación de calidad (Bambula, 2012). Todo ello contribuye a aumentar su carga laboral de modo considerable, lo que sin duda es un factor de estrés considerable.

Además, los docentes se enfrentan a circunstancias complicadas con los padres de los estudiantes debido a diferencias en objetivos académicos, opiniones y deseos de los padres. Los padres señalan a los docentes responsables de todo lo que no funciona en la formación académica de sus hijos. Pocas veces, es valorado el esfuerzo adicional del docente, cuando este hace un trabajo de calidad o dedica un mayor número de horas extras de las que establecen su jornada laboral; pero, cuando la enseñanza no tiene éxito, se responsabiliza directamente al docente y a la vez exigen que cumplan sus deberes y obligaciones como tal.

De esta manera, el docente por las diferentes obligaciones que debe ejercer en su lugar de trabajo, puede estar expuesto al estrés, el mismo que si no es manejado pertinentemente puede convertirse en el Síndrome de *Burnout*, el cual afecta al área emocional, psicológica y física del individuo.

Por lo tanto, es necesario recalcar que el síndrome de *Burnout* es diferente al estrés (ver cuadro 1), ya que el estrés puede ser bueno en la consecución de objetivos y metas de trabajo, sin embargo el

Burnout es un tipo de estrés prolongado del cual solo se obtienen resultados negativos. Todo esto se entiende como un efecto en la alteración psicofisiológica que ocurre como resultado de situaciones que sobrepasan la capacidad de enfrentamiento del individuo.

Los desafíos de las universidades en el siglo xxi se caracterizan por hacer frente a múltiples cambios en los paradigmas del conocimiento y dichos cambios conllevan a transformaciones organizacionales que comprenden nuevas tareas en la actividad docente. De Chavez (2014) lo que representa mayor trabajo y en consecuencia mayor estrés, pues el trabajo docente ya no se limita a las tareas en clases, sino a elaboración de programas académicos, planeación de proyectos, revisión de informes, e incluso trabajos administrativos. todo esto causa una acumulación del deterioro de la salud mental y física del cuerpo docente.

Cuadro 1: Diferencias entre estrés y *Burnout*

Estrés	<i>Burnout</i>
Sobreimplicación en los problemas.	Falta de implicación.
Hiperactividad emocional.	Embotamiento emocional.
El daño fisiológico es el sustrato primario.	El daño emocional es el sustrato primario.
Agotamiento o falta de energía física.	Agotamiento afecta a motivación y a energía psíquica.
La depresión puede entenderse como reacción a preservar las energías físicas.	La depresión en <i>Burnout</i> es como una pérdida de ideales de referencia-tristeza.
Puede tener efectos positivos en exposiciones moderadas (estrés).	Sólo tiene efectos negativos.

Fuente: (Fidalgo, 2000)

Elaborado por: Los autores.

Existen muchos autores que definen a este síndrome de *Burnout*, los cuales se mencionan algunos:

El primero en hablar sobre este síndrome fue Herbert Freudenberger en 1974 y lo estableció como “un estado de fatiga o frustración que se produce por la dedicación a una causa, forma de vida o relación que no produce el esperado refuerzo” (Aguilera, 2010).

Aceves, López, Moreno, Jiménez y Campos (2006) consideran que “el *Burnout*, es fallar, desgastarse o sentirse exhausto debido a las demandas excesivas de energía, fuerza o recursos”.

Kyriacou (Citado por El Sahili, 2010) define “el *Burnout* como un conjunto de síntomas que resulta de un prolongado padecimiento de estrés, que no ha sido atendido y, que produce cansancio físico, emocional y actitudinal”.

“El estrés del profesor puede ser definido como la experiencia de emociones negativas y desagradables, tales como enfado, frustración, ansiedad, depresión y nerviosismo, que resultan de algún aspecto del trabajo del profesor...” (Kyriacou, 2003: 18) “...y que van acompañadas de cambios fisiológicos y bioquímicos” (Muchinsky, 2000, citado por Sánchez, 2007).

Por su parte, Blase también aporta otro elemento que ayuda a aclarar más y que denomina “ciclo de ineficaz (degenerativo) rendimiento del maestro” como el proceso de combustión, y que lo describe cuando: “...se produce un conjunto de condiciones en las que el esfuerzo y la competencia del maestro son insuficientes para alcanzar las que -se supone- han de ser metas de su actividad educativa; este conjunto aparece como productor de tensión, de “estrés”, resultando en sentimientos negativos, de insatisfacción y decremento de la motivación por el trabajo en el maestro; tales consecuencias negativas, a su vez, aumentan la posibilidad de una posterior actividad ineficaz, fracasada, que conducirá a agravar la tensión y el sentimiento de inutilidad completa” (Blase, 1982, citado en Fierro, 1993).

Entonces, a manera de síntesis, se puede considerar el malestar docente como un estado permanente de exposición al estrés cuyos efectos son percibidos principalmente en un aspecto emocional del profesor con repercusiones en su comportamiento.

El *Burnout* es un síndrome que afecta tres características básicas: el agotamiento emocional, el cinismo y la realización personal o profesional en el trabajo. El agotamiento emocional se refiere a la disminución y pérdida de recursos emocionales que corresponde a la medida del nivel de sentirse abrumado emocionalmente. El Cinismo comprende la respuesta impersonal y la falta de sentimientos por los sujetos atendidos, que se expresa en el desarrollo de actitudes negativas de insensibilidad y cinismo hacia los receptores del servicio prestado. La realización personal en el trabajo se refiere a los sentimientos de competencia y realización exitosa en la tarea laboral que se desempeña cotidianamente y que en el caso del síndrome de *Burnout* corresponde a evaluar el propio trabajo en forma negativa, con el reproche de no haber alcanzado los objetivos propuestos y con vivencias de insuficiencia personal y baja autoestima profesional(Tonon,2003)

Chemiss (1980) menciona que quienes padecen *Burnout* sufren un cambio en las formas de percibir a

los demás, desde una actitud positiva y cuidada a una negativa y descuidada y tienden a volverse insensibles, crueles, poco compasivos y comprensivos, desconfiados, tratan a los demás de modo distanciado, dedican menos tiempo a los usuarios de los servicios y a menudo, piensan que los usuarios se merecen los problemas que padecen y por los que acuden a la organización.

Ahora bien la persona que padece el síndrome puede reconocer o no lo que le está ocurriendo, lo cual aumenta el peligro dado que el proceso puede cristalizarse (Toron, 2003). Igualmente menciona que los efectos que se conocen y que generan el síndrome de *Burnout*, surgen de la discrepancia existente entre las expectativas e ideales individuales y la dura realidad de la vida laboral cotidiana. Asimismo, menciona que se han identificado los siguiente síntomas: dolor de cabeza, apatía, dolores musculares, aburrimiento, hipertensión, insomnio, irritabilidad, ansiedad, aumento del consumo de medicamento, situaciones de tensión.

Basándose en las definiciones de los autores mencionados, es necesario indicar que este síndrome limita a la persona en sus funciones, pensando que sus responsabilidades laborales sobrepasan las capacidades, destrezas y habilidades del docente, generando aspectos negativos como la irritabilidad, baja autoestima y tristeza.

MÉTODOS

El tipo de estudio a utilizar es descriptivo, de tal forma, que es la que contribuirá al desarrollo de la investigación, la cual “busca especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis.” (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 92), es decir, que permite indagar las características del problema seleccionado y por consiguiente seleccionar las técnicas apropiadas para la recolección de datos.

Sin embargo, no es hasta los años ochenta, cuando se llega a la que iba a ser la prueba psicológica más importante y aceptada por toda la comunidad científica para medir el *Burnout*: el Maslach *Burnout* Inventory (MBI) de Maslach y Jackson (1981). en especial el MBI Form Ed (Maslach, Jackson y Schwab, 1986), una variante de este cuestionario aplicado a docentes. El instrumento que se va a utilizar para la recolección de datos es la escala dirigido a los docentes, por lo tanto, se utilizará una escala de medida ordinal para las respuestas de declaraciones y una escala de razón para las respuestas sociodemográficas, cabe indicar que este instrumento hace mención al cuestionario de Maslach *Burnout* Inventory de 1986 que es el instrumento más utilizado en todo el mundo y adaptado al artículo en mención. Esta escala tiene una alta consistencia interna y una fiabilidad cercana al 90%.

Para la sección de información sociodemográfica, la escala de respuesta consistirá en un valor numérico que el participante objeto de estudio debe proveer (escala de razón). Para la sección de declaraciones, la escala de respuesta consistirá en incluir categorías de respuesta en forma

ordenada, las cuales son: 0= nunca. 1= pocas veces al año o menos. 2= una vez al mes o menos. 3= unas pocas veces al mes. 4= una vez a la semana. 5= pocas veces a la semana. 6= todos los días (escala ordinal).

Consta de 4 ítems para la información sociodemográfica y 22 ítems para la información de declaraciones sobre los sentimientos y actitudes del profesional en su trabajo y hacia los pacientes y su función es medir el desgaste profesional, con preguntas claras y breves que contribuyen de forma positiva a los resultados obtenidos de los sujetos involucrados en la población a estudiar; dicho instrumento tendrá una duración de 5 a 15 minutos para que respondan dichos participantes. Esta encuesta mide los 3 aspectos del síndrome: Cansancio emocional, despersonalización, realización personal.

En relación a las puntuaciones se consideran bajas las por debajo de 34, si se obtienen altas puntuaciones en las dos primeras subescalas y bajas en la tercera permiten diagnosticar el trastorno.

1. Subescala de agotamiento emocional. Consiste en 9 preguntas. Mide el sentimiento de estar exhausto emocionalmente por las demandas del trabajo. Puntuación máxima 54
2. Subescala de despersonalización. Formada por 5 ítems. Mide el grado en que cada persona, reconoce actitudes de frialdad y distanciamiento. Puntuación máxima 30.
3. Subescala de realización personal. Comprende de 8 ítems. Valora los sentimientos de autoeficacia y realización personal en el trabajo. Puntuación máxima 48.

Los grupos de preguntas de las diferentes dimensiones son las siguientes: 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.

Luego se verifica la fiabilidad de la escala, mediante el cálculo de la consistencia interna, el mismo que se lo puede obtener desde un programa estadístico. Y finalmente, se comprueba si es válida la escala, es decir, si mide lo que deseamos valorar.

La población está conformada por 44 docentes, donde la muestra es la misma que la población, ya que es un número considerable para el estudio en mención.

ANÁLISIS Y RESULTADO:

Según Arias (1999) menciona que las técnicas de investigación son “las distintas maneras, formas o procedimientos utilizados por el investigador para recopilar u obtener los datos o la información que requiere. Constituyen el camino hacia el logro de los objetivos planteados para resolver el problema que se investiga”, lo que implica, buscar estrategias que permitan obtener el conocimiento necesario para la realización de un análisis de datos que coadyuve a la conclusión del trabajo de invitación.

Para el trabajo investigativo en proceso, se toma en consideración a uno de los métodos más empleados como es la encuesta, ya que es la que se ajusta a los requerimientos que exige la investigación como tal.

Una vez aplicada la encuesta a los sujetos objeto de estudio, se hace la respectiva tabulación y luego se representa los datos obtenidos mediante gráficos estadísticos para que se pueda visualizar la relación entre las variables, con el objetivo de realizar un análisis de los datos y que los mismos contribuyan con las conclusiones o recomendaciones de la investigación.

Desde el desarrollo del concepto *Burnout* como fenómeno psicológico, asociándose a trabajos bajo estrés constante, ha sido un campo de estudio fecundo al punto de llegar a tener en 1990 su primera conferencia europea de *Burnout*. Estas investigaciones ponen de manifiesto este fenómeno como un importante problema psicosocial y académico. La cual ha sido analizada por diversos autores justificando su aceptación científica; en este caso se ha realizado el estudio del efecto *Burnout* en in Tecnológico Público Superior.

Una vez obtenido las encuestas y tabuladas, se procedió a realizar un promedio global de los tres diferentes dimensiones valoradas. Donde como resultado que la dimensión: cansancio emocional obtuvo una suma de 10; mientras que despersonalización llegó a sumar 3; por último realización personal en promedio obtuvo 40 puntos. Como ya habíamos establecido las notas altas en las dos primeras y baja en la tercera daba el diagnóstico positivo de la presencia del síndrome de *Burnout* con un 90% de fiabilidad.

Cuadro 2 resultados de la encuesta

Aspecto evaluado	Rango que confirma el diagnóstico	Valor obtenido
Cansancio emocional	>44-54	10
Despersonalización	>20-30	3
Realización personal	0-10<	40

Elaborado por: Los autores

Cuadro 3: Tabla de frecuencia absoluta y relativa

Dimensiones del Síndrome de <i>Burnout</i> afectadas, n (%)	Cansancio emocional	Despersonalización	Realización personal
Con presencia	6(13,63)	2(4,54)	43(97,72)
Sin presencia	38(86,36)	42(95,45)	1(2,27)

Elaborado por: Los autores

Cuadro 4: Características sociodemográficas

Edad	
Media	35 \pm 2,63
Rango	28-65
Género	
Masculino	24
Femenino	20
Años de experiencia laboral	
0-5 Años	16
6-10 Años	20
>10 Años	8

Elaborado por: Los autores

DISCUSIÓN

Una vez expuesto los resultados, podríamos señalar que en la dimensión cansancio emocional los bajos resultados, que en este caso fue de 10, demuestra la energía emocional que hay entre los docentes del ITS, posiblemente porque la mayor parte de la planta docente entrevistada no posee más de tres años de experiencia docente.

En la dimensión despersonalización, la suma global fue de 3, un valor casi nulo, pues representa el 3% del valor máximo posible del puntaje. Demostrando el profundo compromiso de los docentes con

sus estudiantes a cargo.

Por último, el ítem realización personal la suma fue de 40, lo que expresa que hay un alta sentimiento de felicidad al desempeñar su labor docente diariamente.

CONCLUSIONES

El *Burnout* o síndrome del trabajador quemado, es un problema de índole individual, social y laboral, que afecta a trabajadores que tienen contacto directo con personas, inicialmente los afectados pertenecían al cuerpo policiaco, posteriormente se fue desarrollando estudios en personal sanitario y docente, la gran cantidad de estudios demuestra que esta patología se ha vuelto popular entre las académicos que buscan entre sus estudios justificar la validez de sus datos y demostrar la existencia de este fenómeno entre el talento humano de empresas, hospitales e institutos académicos.

Sin embargo, en nuestro medio, se ha demostrado la no existencia de este síndrome que prevalece en profesionales docentes de varios países, posiblemente este fenómeno esté ausente debido a la situación económica estable que atraviesa nuestro país, y dado que mantener un trabajo docente representa una fuente de ingresos fijos, crea el ambiente propicio de bienestar económico y social.

Por otro lado, prestar los servicios como docente, crea un status de plenitud profesional, debida a que siempre se ha visto a los docentes como personas merecedoras de respeto.

Así mismo, la humildad y el carisma característico de los habitantes del Ecuador, permiten la creación de una atmósfera adecuada de asimilar los problemas de nuestros compatriotas como si fueran nuestros, por eso difícilmente podría un docente desprenderse de las malas situaciones de sus estudiantes.

Pero sobre todo las características sociodemográficas parecen indicar que los docentes han llegado a una madurez profesional en la cual han sabido desarrollar las herramientas necesarias que le permiten afrontar los retos propios de la práctica docente, y con la cual pueden protegerse del estrés prolongado.

Según Fanfani, La función del docente es depositaria social de una función determinante al contribuir a asegurar que niños y jóvenes reciban una educación de calidad que los forme como ciudadanos. Se trata de una profesión que requiere de entrega, idealismo y servicio a los demás (2011). es por esto la preocupación de todo los que han realizados estudios sobre el tema, ya que los efectos negativos de síndrome del trabajador quemado, repercuten sobre los jóvenes a los cuales deben ser guiados con integridad y cordialidad y cumplir con la comisión de una docencia creativa e innovadora.

sobre todo, esto, el estilo pedagógico que han desarrollado los docente a través de los diferentes

cursos de capacitación parece haber tenido respuesta al convertir al docente de la institución en una persona reflexiva para adquirir un compromiso dinámico e ir más allá de la conducta rutinaria del quehacer diario.

BIBLIOGRAFÍA

- Aceves, A., López, Á., Moreno, S., Jiménez, F. y Campos, D. (2006). Síndrome de *Burnout*. Arch Neurocién (Mex), 11 (4), 305-309.
- Aguilera, E. C., & de Alba García, J. E. G. (2010). Prevalencia del síndrome de agotamiento profesional (*Burnout*) en médicos familiares mexicanos: análisis de factores de riesgo. Revista colombiana de psiquiatría, 39(1), 67-84.
- Aldrete M, Pando M, Aranda C, Balcázar N. El síndrome de *Burnout* en docentes de Educación Primaria de la Zona Metropolitana de Guadalajara. Investigación y Salud. 2003; 5(1):11-16.
- Álvarez E, Fernández L. El síndrome de *Burnout* o al desgaste profesional (I): revisión de estudio. Rev. Asoc. Esp. Neuropsiquiatría, 1992; 11(39) 257-269
- Ayuso A. (2010): Profesión docente y estrés laboral: una aproximación a los conceptos de estrés laboral y *Burnout*. Revista Iberoamericana de Educación. ISSN: 1681 – 5653. Universidad de Cádiz, España.
- Bambula, F. D., Sánchez, A. L., & Arévalo, M. T. V. (2012). Factores asociados al síndrome de *Burnout* en docentes de colegios de la ciudad de Cali, Colombia. Universitas Psychologica, 11(1), 217.
- Borg, M.G. y Falzon, J.M. (1989). Stress and job satisfaction among primary school teachers in Malta. Educational Review, 41, 271-279.
- Bravo Segura, L. R. (2017). *Programa de terapias alternativas de impacto “ANICRIs” en los docentes de Ingeniería de la Universidad nacional de Chimborazo para reducir el Síndrome de Burnout* (Bachelor's thesis, Universidad Nacional de Chimborazo, 2016).
- Brenner, S.O. (1982). Work, health, and well-being for Swedish elementary school teacher. Stress Research Reports, nº 158. Stockholm: Laboratory for Clinical Stress Research.
- Bustamante, E., Bustamante, F., González, G., & Medicina y Seguridad del Trabajo, 62(243), 111-121. Bustamante, L. (2016). El *Burnout* en la profesión docente: un estudio en la escuela de bioanálisis de la Universidad de Carabobo Sede Aragua, Venezuela. M

- Cabrera, J. H., & Moriana, J. A. (2004). Estrés y *Burnout* en profesores. *International journal of clinical and health psychology*, 4(3), 597-621.
- Capel, S.A. (1987). The incidence of and influences on stress and *Burnout* in secondary school teacher. *British Journal of Educational Psychology*, 57, 279-288.
- Chakravorty, B. (1989). Mental health among school teachers. En M. Cole y S. Walker (Eds.), *Teaching and Stress* (pp. 69-82). Philadelphia: Open University Press
- De Chávez Ramírez, D. R., Pando Moreno, M., Aranda Beltrán, C., & Almeida Perales, C. (2014). *Burnout* y work engagement en docentes universitarios de Zacatecas. *Ciencia & trabajo*, 16(50), 116-120.
- Domínguez, C. C., Gutiérrez, O. G., Anguila, D. M., Barrios, C. L., Barrero, Y. B., & Medrano, C. V. (2015). Prevalencia del Síndrome de *Burnout* y su correlación con factores psicosociales en docentes de una institución universitaria privada de la ciudad de Barranquilla. *Psicogente*, 12(21).
- El-Sahili, L. F. (2010). Psicología para el docente: Consideraciones sobre los riesgos y desafíos de la práctica magisterial. Escuela Normal Oficial de León (Secretaría de Educación de Guanajuato). Recuperado de books.google.es/books
- Elvira, J. A. M., & Cabrera, J. H. (2004). Estrés y *Burnout* en profesores. *International journal of clinical and health psychology*, 4(3), 597-621.
- Esteve, J.M. (1994). El malestar docente (3ª ed. Rev.). Barcelona: Paidós.
- Extremera, N., Fernández-Berrocal, P., & Durán, A. (2003). Inteligencia emocional y *Burnout* en profesores. *Encuentros en psicología social*, 1(5), 260-265.
- Fanfani E. El oficio docente: vocación, trabajo y profesión en el siglo XXI. Buenos Aires: Siglo XXI. 2011.
- Fernández, F. A. (2014). Una panorámica de la salud mental de los profesores. *TEMAS/TEMAS*.
- Fidalgo. (2000). Síndrome de estar quemado por el trabajo o "*Burnout*" (II): consecuencias, evaluación y prevención, 1-8.
- Friedrich, A. C. D., Macedo, F., & Reis, A. H. (2015). Vulnerabilidade ao stress em adultos jovens. *Revista Psicologia Organizações e Trabalho*, 15(1), 59-70.
- Gallegos, W. L. A., & Barrios, N. A. J. (2013). Síndrome de *Burnout* en docentes de Educación Básica Regular de Arequipa. *Educación*, 22(42), 53-76.

- Gil-Monte, P., R., Nuñez-Roman E. M., Selva, Y. (2006) Relación entre el síndrome de quemarse por el trabajo (*Burnout*) y síntomas cardiovasculares: un estudio en técnicos de prevención de riesgos laborales. *Rev. Interamericana de psicología.*, agosto. 2006, vol.40, no.2, pág.227-232.
- Gil-Monte, P. R. (2001). Validez factorial de la adaptación al español del Maslach *Burnout* Inventory-General Survey (MBI-GS) en una muestra de policías municipales. *Salud Pública de México*, en prensa.
- González, B., Moreno-Arboleda, L. S., & Moreno-Restrepo, O. L.(2015). Ausencia de Síndrome de *Burnout* en un Grupo de Docentes de Educación Primaria y Secundaria de Cali, Colombia. *Revista Colombiana de Salud Ocupacional*, 3(4), 6-8.
- Guerrero Barona, E. (2003). Análisis pormenorizado de los grados de *Burnout* y técnicas de afrontamiento del estrés docente en profesorado universitario. *Anales de psicología*.
- Jiménez, B. M., Hernández, E. G., & Gutiérrez, J. L. G. (2000). La evaluación del estrés y el *Burnout* del profesorado: el CBP-R. *Revista de Psicología del Trabajo y las Organizaciones*, 16(1), 331-349.
- Kyriacou, C. (1980). Stress, health and schoolteachers: A comparison with other professions. *Cambridge Journal of Education*, 10, 154-158.
- Maslach, C., Jackson, S.E. y Schwab, R.L. (1986). The MBI-Educators Survey (Form Ed.). En C. Maslach y E. Jackson (Eds.), *The Maslach Burnout Inventory* (2ª ed.) (pp.). Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press.
- Maslach, C. y Jackson, S.E. (1981). The measurement of experienced *Burnout*. *Journal of Occupational Behaviour*, 2, 99-113.
- MORIANA, J. Y. H. J.(2004). Estrés y *Burnout* en profesores. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 4(3), 597-621.
- Muñoz, C. F. M., & Otálvaro, C. M. C. (2014). El papel del docente reflexivo como estrategia del síndrome de *Burnout* en relación con las prácticas educativas. *Hallazgos*, 11(22).
- Olaya, K. (2015). Síndrome de *Burnout* o síndrome de agotamiento profesional (SAP) en el trabajo de los docentes distritales de la localidad de USME. Trabajo de grado para obtener el título de maestría en educación - Universidad Militar Nueva Granada. Facultad de Educación y Humanidades. Bogotá.
- Pines, A.M, Arosen, E. y Kafry, D. (1981). *Burnout:From tedium to personal growth*. Nueva York:

Free Press

- Pinto, A. S. B., da Silva, D. P., Pinto, T. S. B., Queiroz, F. F. D. S. N., & Melo, S. P. (2015). Síndrome de *Burnout* en docentes. *Revista Interdisciplinar*, 8(2), 169-177.
- Quiroga, V. F., & Orive, M. (2014). EL SÍNDROME DE *BURNOUT* COMO DEBATE EN PERSPECTIVA. ESTUDIOS COMPARADOS. In *VI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXI Jornadas de Investigación Décimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires.
- Reagan, T. (1993). Educating the reflective practitioner: the contribution of philosophy of education. *Journal of Research and Development in Education*, 26, 189-196.
- Sandoval A. La equidad en la distribución de oportunidades de acceso a la educación media superior en México. Un estudio con base en los datos del EXANI-I Tesis de Maestría. México: Universidad Iberoamericana; 2005.
- Sampieri, R., Collado, C. F., & Lucio, P. B. (2008). Metodología de la investigación Cuarta Edición. Editorial Mc Graw Hill, 1998.
- Savio, Silvana A. (2008): el síndrome del *Burnout*: un proceso de estrés laboral crónico. Hologramática. Facultad de Ciencias Sociales –UNLZ- año v, número 8, v1, pp. 121-138. ISSN 1668 – 5024.
- Temml, Ch. (1994). *StreB im Lehrberuf. Eine österreichweite studie 1993*. Wien: GÖD.
- Tomashevskaja, L.I. (1978). Influence of the working environment and scope of work on the heart-blood circulation system. Kiew: Health.
- Torres, P., & Cobo, J. (2016). Estrategias de gestión de la inteligencia emocional para la prevención del Síndrome de *Burnout* en docentes de aula/Strategies of management of the emotional intelligence for the prevention of *Burnout's* Syndrome in classroom teachers. *Educación en Contexto*, 2, 281-295.
- UNESCO. Condiciones de Trabajo y Salud docentes: Estudios De Casos En Argentina, Chile, Ecuador, México, Perú Y Uruguay. 2004.
- Velázquez, R. A., García, C. R., Díaz, J. S., Rodríguez, J. A. O., & Ávila, S. M. (2014). Estrés y *Burnout* en docentes de educación media superior. *Revista Electrónica Medicina, Salud y Sociedad*, 4(2), 119.

Viloria-Marín, H., & Paredes-Santiago, M. (2002). Estudio del síndrome de *Burnout* o desgaste profesional en los profesores de la Universidad de los Andes. *Educere*, 6(17), 29-36.

Zeichner, K. (1987). Enseñanza reflexiva y experiencias de aula en la formación del profesorado. *Revista de Educación*, 282, 161-190.

Zumalde, E. C., & Sánchez, A. V. (1999). Estrés y *Burnout* docente: influencia de variables cognitivas. *Revista de educación*, (319), 291-303.