



*Síndrome de Burnout en docentes de la Unidad Educativa Horacio Hidrovo
Velázquez, Portoviejo*

*Burnout syndrome in teachers of the Horacio Hidrovo Velázquez Educational
Unit, Portoviejo*

*Síndrome de Burnout em professores da Unidade Educacional Horacio Hidrovo
Velázquez, Portoviejo*

Freddy Oriol Cantos-Acurio ^I

fcantos7656@utm.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-3598-8544>

Tania Maritza Díaz-Macías ^{II}

tania.diaz@utm.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0001-9139-505X>

Correspondencia: fcantos7656@utm.edu.ec

Ciencias de la Salud
Artículo de Investigación

* **Recibido:** 23 de septiembre de 2022 * **Aceptado:** 18 de octubre de 2022 * **Publicado:** 15 de noviembre de 2022

- I. Investigador Independiente, Universidad Técnica de Manabí, Portoviejo, Ecuador.
- II. Licenciada en Ciencias de la Educación Especialidad Psicología y Orientación, Vocacional, Maestría en Gerencia Educativa, Universidad Técnica de Manabí, Portoviejo, Ecuador.

Resumen

El estudio se desarrolló con el objetivo principal de determinar el grado o nivel de Síndrome de Burnout en los docentes la Unidad Educativa Horacio Hidrovo Velázquez, de la Ciudad de Portoviejo. Participaron 16 docentes en el estudio. Los instrumentos de diagnósticos aplicados fueron: El cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI) tiene como función es medir el desgaste profesional pretende medir la frecuencia y la intensidad con la que se sufre el Burnout mide los 3 aspectos del síndrome de Burnout: Sub-escala de agotamiento o cansancio emocional, Sub-escala de despersonalización y Sub-escala de realización personal , además se aplicó una encuesta pre-elaborada se recogieron datos que fueron analizados de forma descriptiva en un estudio cuantitativo donde se investigaron, variables demográficas como sexo, edad, otros factores y aspectos importantes para la realización y obtención de datos para la investigación. Se logró determinar que las exigencias del teletrabajo, la sobrecarga laboral ,las condiciones laborales y otros factores pueden desencadenar estrés laboral .El sexo que más manifestaciones de estrés laboral presento es el femenino en un 81%, las edades medias de los participantes oscilan entre 26 a 40 años y el 38% de los docente se les identifico nivel o grado de estrés moderado.

Palabras clave: Docentes; Síndrome de Burnout; Estrés.

Abstract

The study was developed with the main objective of determining the degree or level of Burnout Syndrome in teachers at the Horacio Hidrovo Velázquez Educational Unit, in the City of Portoviejo. 16 teachers participated in the study. The diagnostic instruments applied were: The Maslach Burnout Inventory (MBI) questionnaire has the function of measuring professional exhaustion, it aims to measure the frequency and intensity with which Burnout is suffered, it measures the 3 aspects of Burnout syndrome: Sub-scale of exhaustion or emotional exhaustion, sub-scale of depersonalization and sub-scale of personal fulfillment, in addition a pre-prepared survey was applied, data were collected and analyzed descriptively in a quantitative study where demographic variables such as sex, age, other factors and important aspects for carrying out and obtaining data for the investigation. It was possible to determine that the demands of teleworking, work overload, working conditions and other factors can trigger work stress. The sex that

presents the most manifestations of work stress is the feminine in 81%, the average ages of the participants oscillate between 26 to 40 years and 38% of teachers were identified level or degree of moderate stress.

Keywords: Teachers; Burnout syndrome; Stress.

Resumo

O estudo foi desenvolvido com o objetivo principal de determinar o grau ou nível de Síndrome de Burnout em professores da Unidade Educacional Horacio Hidrovo Velázquez, na cidade de Portoviejo. Participaram do estudo 16 professores. Os instrumentos diagnósticos aplicados foram: O questionário Maslach Burnout Inventory (MBI) tem a função de mensurar o esgotamento profissional, visa mensurar a frequência e intensidade com que o Burnout é sofrido, mede os 3 aspectos da síndrome de Burnout: Subescala de exaustão ou exaustão emocional, subescala de despersonalização e subescala de realização pessoal, além de uma pesquisa pré-elaborada, os dados foram coletados e analisados descritivamente em um estudo quantitativo onde variáveis demográficas como sexo, idade, outros fatores e importantes aspectos para a realização e obtenção de dados para a investigação. Foi possível determinar que as demandas de teletrabalho, sobrecarga de trabalho, condições de trabalho e outros fatores podem desencadear estresse laboral. O sexo que mais apresenta manifestações de estresse laboral é o feminino em 81 %, as idades médias dos participantes oscilam entre 26 e 40 anos e 38% dos professores foram identificados nível ou grau de estresse moderado.

Palavras-chave: Professores; Síndrome de Burnout; Estresse.

Introducción

El papel de educador es fundamental en la enseñanza de los jóvenes y niños por eso el trabajo constructivo del docente empieza en la institución y continua en casa en horarios extras y no reconocidos. Es necesario resaltar que las consecuencias de la sobrecarga de trabajo pueden ser físicas o psicológicas y estas inducen al Síndrome de Burnout, que se caracteriza por fatiga emocional, despersonalización y sensación de bajo logro personal que aparecen como respuesta de tensiones emocionales.

La competitividad laboral, cargas de trabajo, tecnología y las tensiones a la que se somete el docente debido a las exigencias productivas hace que se perturbe su equilibrio personal y esto repercute sobre su salud, acompañado a esto se ve afectado la calidad de atención que brinda a sus alumnos.

En las instituciones educativas cuando las condiciones laborales son deficientes, dado que en muchas ocasiones no brindan la seguridad y protección necesarias para los colaboradores, se convierten en una amenaza para la salud, provocando enfermedades laborales. Así mismo, en el quehacer docente, el hecho de no permitir que tengan autonomía y algún nivel de control sobre su trabajo, influye en el aumento del nivel de tensión psicológica del trabajador lo que genera el estrés laboral y otras enfermedades profesionales asociadas como un síndrome con características particulares, llamado burnout o síndrome de quemarse por el trabajo que se presenta mayormente en profesionales que prestan servicio directo a personas. (Manzano, 2020)

El presente trabajo investigativo pretende aportar de manera científica a la relación que existe entre el Síndrome de Burnout y los docentes, las principales causas y los factores que lo desencadenan y así identificar el nivel o grado de Burnout. Se buscará Determinar el Grado del Síndrome de Burnout en docentes de la Unidad Educativa Horacio Hidrovo Velázquez, de la Ciudad de Portoviejo, Para finalizar es importante resaltar que la presente investigación es viable debido a la apertura de la escuela y la predisposición de los y las docente del plantel a proporcionar información mediante los instrumentos aplicados en este estudio.

Estrés (Estrés laboral)

El estrés laboral, se ha definido como una de las respuestas de incapacidad, fruto de los riesgos psicosociales, considerando que es una “reacción que puede tener el individuo ante exigencias y presiones laborales que no se ajustan a sus conocimientos y capacidades”, que ponen a prueba su destreza para afrontar la situación”, hasta la “respuesta fisiológica, psicológica y de comportamiento de un individuo que intenta adaptarse y ajustarse a presiones internas y externas, estas surgen cuando hay desorganización entre la persona, el puesto de trabajo y la propia organización conllevando a ocasionar estrés en el individuo dificultando el cumplimiento de sus funciones (Izquierdo, 2016). Además factores como la inseguridad laboral, poco apoyo de compañeros de trabajo, salarios bajos, conflictos de papeles o responsabilidades en cuanto a la

relación hogar trabajo que principalmente se puede observar en mujeres son las principales causas que desencadenan estrés laboral en la mayoría de los docentes.

Para la (OMS, 2004) el estrés laboral es el resultado del desequilibrio entre las exigencias y presiones a las que se enfrenta el individuo por un lado y sus conocimientos y habilidades por otro. El estrés laboral puede dar lugar a comportamientos disfuncionales y no habituales en el trabajo y contribuir a la mala salud física y mental del individuo.

Síndrome de Burnout

Síndrome, asociado a la expresión coloquial “quemarse por el trabajo”, es conocido mundialmente en su expresión inglesa como Burnout o de “consumición” en su versión castellana. Este significado se utiliza para referirse a personas afectadas por esta enfermedad de carácter mental y a los que se les denominan en forma cotidiana como a aquellos a quienes se les “saltaron los tapones” o “quemaron los fusibles”. Esta definición del síndrome” es una respuesta al estrés laboral crónico, en la cual las actitudes y sentimientos negativos hacia las personas con las que se trabaja dan una sensación de encontrarse agotado emocionalmente, éste llega afectar no solo lo laboral sino la calidad de vida del sujeto (Izquierdo, 2016) .

Un docente que presente el Síndrome de Desgaste Profesional, sólo quiere que llegue cuanto antes la hora de finalización de la jornada laboral para irse de la institución educativa, porque no encuentra motivaciones en su trabajo y porque considera que nadie, ni sus propios compañeros, valoran lo que hace. Cuando una persona presenta el síndrome, se puede observar una disminución del compromiso que presentaba con el trabajo. Así el denominado síndrome, desgasta de tal manera al docente que lo sufre, donde al final, su autoestima se ve afectada y mantiene una actitud fría e impersonal hacia sus estudiantes, lo cual puede afectar la calidad de la enseñanza en una organización educativa, esto se puede traducir en una disminución del rendimiento productivo de la organización (Vega M. , 2006). Son muchas las consecuencias nocivas para el docente que pueden conllevar a enfermedades o carencias en la salud con alteraciones psicosomáticas.

Para (Chavez C. , 2016) desde una perspectiva psicosocial, afirman que burnout es un síndrome tridimensional que se desarrolla en profesionales en contacto con personas que están en el ámbito laboral. Las tres dimensiones incluyen:

- **Agotamiento emocional:** Se refiere a la disminución y pérdida de recursos emocionales, es decir, que los trabajadores sienten que ya no pueden dar más de sí mismo a nivel afectivo. Es una situación de agotamiento de la energía o los recursos emocionales propios, debido al contacto diario y mantenido con personas a las que hay que atender como sujeto de trabajo.
- **Despersonalización:** Se define como el desarrollo de actitudes y sentimientos negativos. De insensibilidad y de cinismo hacia el personal de su propio trabajo. El profesional trata de distanciarse no sólo de las personas destinatarias de su trabajo sino también de los miembros del equipo con los que trabaja, mostrándose cínico, irónico, irritable, al mismo tiempo que les atribuye la culpabilidad de sus frustraciones y de su descenso del rendimiento laboral.
- **Falta de realización personal:** Consiste en un sentimiento de bajo logro o realización profesional que surge cuando se verifica que las demandas que se le hace exceden su capacidad para atenderlas de forma competente. Supone respuestas negativas lo cual afecta en la realización del trabajo y a la relación con las personas que atienden, los trabajadores se sienten descontentos consigo mismo (baja autoestima) e insatisfechos con sus resultados laborales. Experimentan sentimientos de fracaso personal (falta de competencia, de esfuerzo o conocimientos), carencias de expectativas laborales y una generalizada insatisfacción como consecuencia: la impuntualidad, el absentismo y el abandono de la profesión estos aparecen como síntomas habituales y típicos de esta patología laboral.

Estas dimensiones al estar presentes en un productor, trabajador o empleador son riesgos perjudiciales para su salud, llevando a desconfiar de su calidad de trabajo, teniendo emociones de autoestima baja pudiendo desencadenar en otros trastornos mentales además de no poder producir y sentirse inútil para su familia.

Para (De la Torre, 2007) Cuando se habla de malestar docente, se hace referencia a un fenómeno que afecta a una buena parte del profesorado y que se origina en respuesta a una serie de factores o acontecimientos negativos que los aquejan en el marco educativo. Tal respuesta está precedida de un estilo atributivo pesimista que sería el responsable del incremento de los índices de estrés laboral (“burnout”) y ansiedad que exhiben los docentes afectados, pudiéndose llegar a alcanzar la depresión como resultado último.

Entre los efectos psicológicos negativos producidos por el estrés laboral se encuentran: la preocupación excesiva, la incapacidad para tomar decisiones, la sensación de confusión, la incapacidad para concentrarse, la dificultad para mantener la atención, los sentimientos de falta de control, la sensación de desorientación, los frecuentes olvidos, los bloqueos mentales, la hipersensibilidad a las críticas, el mal humor, la mayor susceptibilidad a sufrir accidentes y el consumo de tóxicos (Mansilla & Favieres, 2016).

Para (Mansilla & Favieres, 2016) El mantenimiento de estos efectos puede provocar el desarrollo de trastornos psicológicos asociados al estrés. Entre los más frecuentes están: trastornos del sueño, trastornos de ansiedad, fobias, drogodependencias, trastornos sexuales, depresión y otros trastornos afectivos, trastornos de la alimentación, trastornos de la personalidad y trastornos esquizofrénicos. Todas estas consecuencias deterioran la calidad de las relaciones interpersonales, tanto familiares como laborales, pudiendo provocar la ruptura de dichas relaciones.

Metodología

La investigación es descriptiva con un enfoque cuantitativa, no experimental, no exploratoria; para el efecto se utilizaron los métodos, analítico y deductivo-inductivo y estadístico para el análisis de la información que ayudará a determinar el Grado del Síndrome de Burnout en docentes de la Unidad Educativa Horacio Hidrovo Velázquez de la Ciudad de Portoviejo.

Instrumentos

En su diseño de campo se aplicaron instrumentos de tipo psicológico que permiten evaluar, los sentimientos y actitudes del profesional en su trabajo. El cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI) tiene como función es medir el desgaste profesional pretende medir la frecuencia y la intensidad con la que se sufre el Burnout mide los 3 aspectos del síndrome de Burnout: Sub-escala de agotamiento o cansancio emocional esta valora la vivencia de estar exhausto emocionalmente por las demandas del trabajo, Sub-escala de despersonalización que valora el grado en que cada uno reconoce actitudes frialdad y distanciamiento y Sub-escala de realización personal que evalúa los sentimientos de auto eficiencia y realización personal en el trabajo. Se aplicó una encuesta pre-elaborada donde se investigaron, variables demográficas como sexo,

edad, otros factores y aspectos importantes para la realización y obtención de datos para la investigación.

Población y muestra

La población y muestra total de estudio estuvo conformada por 16 docentes de jornada matutina y vespertina de la Unidad Educativa de Educación Básica, Fiscal Horacio Hidrovo Velásquez. La investigación se realizó de forma voluntaria bajo los principios de confidencialidad.

Resultados y discusión

Figura 1

SEXO	FRECUENCIA	PORCENTAJES
MASCULINO	3	19%
FEMENINO	13	81%
TOTAL:	16	100%

Fuente: Elaboración Propia

Análisis e interpretación de los resultados: Se pudo observar que 81% de los docentes es de sexo femenino, el 19% restante es de sexo Masculino; en algunos estudios como el de (Manzano, 2020) que la distribución de la población según el género estuvo constituida en un 70% por el género femenino, mientras que el género masculino estuvo representado con un 30%. Es notable que el sexo femenino se vea mayormente afectado por este síndrome; las tareas del hogar, el trabajo y la familia afectando física y psicológicamente, el estado mental de las docentes.

Fuente: Docentes Unidad Educativa Horacio Hidrovo Velásquez, Portoviejo.

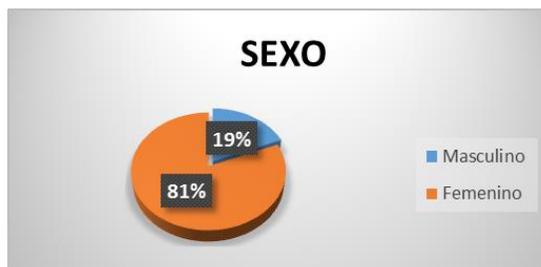


Figura 2

Figura 3

EDAD	FRECUENCIA	PORCENTAJES
25-30AÑOS	5	31%
35-40AÑOS	7	44%
45AÑOS EN ADELANTE	4	25%
TOTAL	16	100%

Fuente: Elaboración Propia

Análisis e interpretación de los resultados: Se observa que el 44% de los docentes tienen edades comprendidas entre los 35 a 40 años, el 31% entre los 25 a 30 años y el 25% restante de los docentes poseen edades entre los 25 a 30 años. (Manzano, 2020) Demuestra en su estudio que el 46 % de los docentes se encuentran entre los 26 y 35 años, el 42 % de la población está entre los 36 y 45. En el estudio de (Vega, Garcia, Ochoa, & Erazo, 2020) el 80% tienen edades entre los 20 a 29 años. Las edades medias de ambos estudios y se centran en los 26 y 40 años.

Fuente: Docentes Unidad Educativa Horacio Hidrovo Velázquez, Portoviejo.

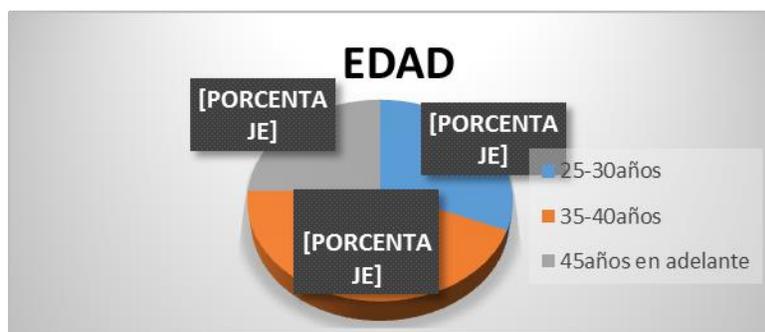


Figura 4

Figura 5

Nivel de Bornout	Frecuencia	Porcentajes
No presenta	4	25%
Leve	4	25%
Moderado	6	38%
Profundo	2	12%
TOTAL:	16	100%

Fuente: Elaboración Propia

Análisis e interpretación de los resultados: Observamos que el 38% de los docentes presentan nivel de burnout moderado, el 25% lo manifiesta de forma leve, el 25% siguiente no presenta signos o síntomas de burnout y 2 de ellos que representan el 12% restante lo presenta de manera profunda además en ellos el agotamiento, la despersonalización y sentimientos de falta de realización personal fueron más notorios. En el estudio realizado por (Manzano, 2020) Los datos recopilados en su investigación indican que un número reducido de docentes a pesar de no presentar el síndrome, sí muestran niveles medios y altos de las características que lo definen y según estudios similares esto podría afectar en el desarrollo de sus actividades y relaciones con los estudiantes. Por lo tanto, se determina la necesidad de poner atención en el grupo de docentes que se encuentran en esta escala porque se están en riesgo de padecerlo.

Fuente: Docentes Unidad Educativa Horacio Hidrovo Velázquez, Portoviejo.

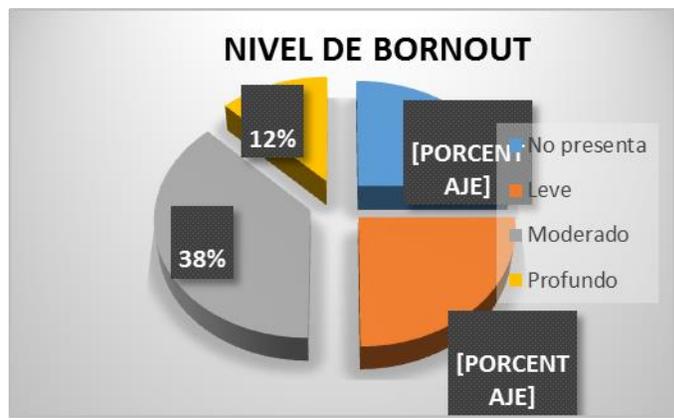


Figura 6

Conclusiones

El síndrome de burnout desencadena consecuencias físicas, mentales y emocionales además limitan al docente es importante que para los docentes afectados se implemente medidas de apoyo para reducir el nivel de burnout y sus riesgos mediante acompañamiento psicológico, para los docentes que no lo presenta o tienen niveles reducidos desarrollar medidas preventivas que mejoren las condiciones de seguridad y salud para los docentes.

- Se logró identificar el nivel de estrés en los docentes, del 38% de los docentes presenta nivel moderado del síndrome de burnout, lo que indica que a 6 de ellos se le dificulta desenvolverse en el área de trabajo reduciendo la capacidad de mantenerse comprometidos con la educación y el impartimiento de cátedras efectivas y de calidad.

- El sexo femenino es más propenso a padecer el Síndrome de Burnout debido a otros factores (hormonales) y características Sociodemográficas (familia, estado civil, etc.).
- Se deben desarrollar e implementar estrategias de apoyo psicológico con el objetivo de cuidar la salud mental de los docentes en el ámbito institucional y personal.
- Queda demostrado que las tres áreas que se estudia mediante el instrumento aplicado (MBI) el agotamiento personal, despersonalización y la falta de realización personal son eslabones que deben estar satisfechas y cumplidas para evitar padecer este síndrome.

Referencias

1. Chavez, C. (2016). Síndrome de Burnout en docentes universitarios. Obtenido de <https://revistas.uide.edu.ec/index.php/innova/article/view/55/56>
2. De la Torre, C. (2007). El malestar docente un fenómeno de relevancia internacional. Dialnet. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2566297>
3. Izquierdo, O. (17 de Junio de 2016). Estrés y Síndrome de Burnout en profesionales de enfermería. Obtenido de <http://dspace.umh.es/bitstream/11000/3285/1/Izquierdo%20Jerez%2C%20Oscar%20TFM.pdf%20Hecho.pdf>
4. Jarrin, G., Patiño, M., Moya, I., & Barrandica, A. (2022). Prevalencia del Síndrome de Burnout en docentes ecuatorianos de educación superior. Polo del conocimiento. Obtenido de <https://www.polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/download/3579/8143>
5. Mansilla, F., & Favieres, A. (2016). El estrés laboral y su prevención. MadridSalud.es. Obtenido de <https://madridsalud.es/el-estres-laboral-y-su-prevencion/>
6. Manzano, A. (2020). Síndrome de burnout en docentes de una Unidad Educativa, Ecuador. Horizontes-Revista de Investigación en Ciencias de la Educación. Obtenido de <https://revistahorizontes.org/index.php/revistahorizontes/article/view/132/377>
7. OMS. (2004). La organización del trabajo y el estrés. Obtenido de https://www.who.int/occupational_health/publications/pwh3sp.pdf?ua=1

8. Vega, M. (2006). Síndrome de Estar Quemado por el Trabajo o Burnout: Consecuencias, Evaluación y Prevención (Tesis de maestría. Centro Nacional de Condiciones de Trabajo. Obtenido de https://www.insst.es/documents/94886/326775/ntp_704.pdf
9. Vega, P., Garcia, D., Ochoa, S., & Erazo, J. (2020). Síndrome de Burnout: Un estudio con docentes de Educación Básica. Interdisciplinaria KOINONIA. Obtenido de <https://fundacionkoinonia.com.ve/ojs/index.php/revistakoinonia/article/view/782>

© 2022 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).