



UNIVERSIDAD DE FLORES

Facultad de Psicología y Ciencias Sociales
Licenciatura en Psicología

TRABAJO INTEGRADOR FINAL

“Influencia del Síndrome de Burnout en docentes del Gran Buenos Aires”.

Rector Emérito: *Dr. Roberto Kertész*

Rector: *Mgter. Nestor H. Blanco*

Decana: *Lic. Beatriz Labrit*

Director de la Licenciatura: *Mgter. Marcelo Godoy*

Jefa del Área educacional: *Lic. Mariel Santoalla*

Tutora de Contenido: *Lic. Florencia Pérez Lugones*

Tutora Metodológica: *Lic. Daniela Bruno*

Alumna: *Lazarte, Miriam Graciela*

Legajo: *15153*

E-mail: *miglazarte@gmail.com*

Área: *Psicología Educacional*

Marzo de 2017, Buenos Aires, Argentina.-

Índice

Autoría.....	03
Introducción.....	04
1. Conceptualizaciones sobre el síndrome de burnout.....	06
2. Estudios empíricos sobre el síndrome de burnout.....	19
3. Planteamiento del problema, pregunta objetivos e hipótesis.....	23
4. Método.....	25
5. Resultados.....	27
6. Discusión.....	32
7. Conclusión.....	36
Referencias.....	39
Anexo.....	44

Autoría de la investigación

Yo, Miriam Graciela Lazarte, certifico que el presente Trabajo Integrador Final titulado “Influencia del síndrome de burnout en docentes del Gran Buenos Aires”, es el resultado de mi trabajo de investigación, revisión bibliográfica y trabajo de campo. Así mismo, asevero que es original e inédito.

El patrimonio intelectual del mismo, corresponde a la Universidad de Flores.

Buenos Aires, marzo del año 2017.

Miriam Graciela Lazarte

Autora

Introducción

La presente investigación tiene como finalidad principal la descripción y el análisis de la influencia del síndrome de burnout, en el ámbito docente de distintos niveles de enseñanza. Los datos fueron obtenidos de profesionales educadores que participaron del presente estudio, que realizan sus actividades en las aulas del Gran Buenos Aires.

Se tiene en cuenta que el rol docente es fundamental para el desarrollo de los futuros ciudadanos, como de los profesionales que ejercerán diversos roles sociales. Por ocupar una actividad formadora y fundadora, es que parte de la población docente ha sido seleccionada para realizar este estudio, ya que las consecuencias del síndrome de desgaste laboral, repercuten en los educadores desmejorando su calidad de vida, y por ende provocando consecuencias negativas en su desempeño profesional.

El síndrome de burnout, presente en la mayoría de los trabajadores asistenciales, entre los que encontramos: médicos, enfermeros, educadores, trabajadores sociales, etc., es considerado un deterioro crónico, por la exposición constante con los pacientes/clientes; lo característico es que posee un componente específico: es tridimensional, y provoca en quien lo presente, un deterioro en los niveles emocional, en lo que respecta a su trato con el paciente/cliente y la pérdida de sensación de realización personal.

El malestar docente es abordado por diversas investigaciones a nivel internacional, Nuria Arís Redó (2008), María Guadalupe Aldrete Rodríguez, María de Lourdes Preciado Serrano, Sergio A. Franco Chávez, Jorge A. Pérez, Carolina Aranda Beltrán (2008), Luis Mena Miranda (2010) Carlos Andrés Gantiva Díaz, Steffany James Tabares y María Clara Villa Orozco(2010), Hanea Nineth Echeverria Aráuz (2013), M. Sc. Arlene Oramas Viera (2013), y en la mayoría de estudios realizados, se comprobó no sólo la presencia del síndrome de desgaste laboral, sino que en altos porcentajes y además se tuvo en cuenta, como sus consecuencias debilitan y desmejoran la labor que un docente, de cualquier nivel educativo, ejerce frente a los alumnos, empobreciendo no solo la calidad educativa, sino repercutiendo directamente sobre el bienestar de los educadores.

A lo largo del presente se pretende entender la relación del síndrome de desgaste laboral con variables como el sexo, los diferentes niveles educativos y con la antigüedad docente, ya que se diferenciarán posibles factores que influyen a su aparición y desarrollo del síndrome de burnout en la población docente.

Una de las búsquedas que persigue esta investigación, no solo es la descriptiva, sino además, colaborar con una mirada más reflexiva sobre la labor que realizan los docentes, con el fin de humanizarlos, y entender que son personas como cualquier otro profesional, y que muchos de ellos se encuentran hoy transitando el desgaste profesional.

Por todos estos motivos es primordial entender sus causas, consecuencias y las posibles estrategias que permitan la generación de recursos para afrontarlo, y a su vez para que sea prevenido en el ambiente educativo, porque la presencia del desgaste provoca malestar y desmejora del sistema educativo en su totalidad.

Capítulo 1. Conceptualizaciones sobre el síndrome de burnout

Para poder realizar un abordaje del síndrome de burnout, es necesario abarcar conceptos que clarifiquen la mirada sobre el tema, entre ellos se encuentran: estrés, estresores, distres y eustrés.

1.1 Estrés

La palabra estrés proviene del latín *Stringere* que significa tensionar, apretar u oprimir, en su inicio fue utilizado en el ambiente de la física para medir desgaste o deformación de determinados materiales, hasta que en Cannon (1932), lo utilizó por primera vez, pero relacionado con el desgaste de los seres humanos. El autor utilizó el concepto de estrés como una noción que afectaba la homeostasis de los sistemas simpáticos, pero el concepto de estrés como actual se conoce fue aportada por Selye (1956), el cual hace mención del Síndrome General de Adaptación, que es un conjunto de reacciones fisiológicas que se desencadenan ante un estímulo nocivo. Además aclara que es un proceso dinámico, en el que intervienen diferentes órganos corporales, y la finalidad es responder a la demanda del contexto (Stora, 1991). Con la intervención y el avance de la investigación científica, se incorporaron nuevas variables, como las respuestas de los sistemas nervioso central, neurovegetativo, endocrino e inmunológico, entendiendo que la conducta humana influye en estos sistemas y viceversa (Arce, 2007; Cohen y Janicki-Deverts, 2009; Danielson, Matheson y Anisman, 2011; Trujillo, Oviedo Joeques y Vargas, 2001).

El estrés es la expresión de un estado emocional, conductual y fisiológico que transita el sujeto, relacionada con la evaluación que este realiza de las circunstancias por las cuales transita, entendiendo como un eje importante las demandas del contexto, y a su vez los recursos con los que cuenta para efectuar estrategias de afrontamiento adecuadas. Las condiciones laborales constituyen factores objetivos y subjetivos dentro de este contexto, que influyen y/o determinan conductas y resultados; al realizar un análisis de los sucesos y condiciones, siendo sus recursos superados por las demandas contextuales, el sujeto moviliza un conjunto de esfuerzos cognitivos y conductuales, para afrontarlos de forma eficaz (Lazarus y Folkman 1984).

Una definición que clarifica el concepto de estrés es la utilizada por Navas, "cualquier estímulo o circunstancia real o imaginaria, que requiere que la persona haga

algo diferente su forma de actuar o pensar en dicha circunstancia o por un tiempo prolongado. Es decir, el estrés sería cualquier estímulo o situación que requiere adaptación o cambio de parte de la persona involucrada en la situación" (Navas, s/f).

1.2 Estresores

Como parte de la teoría del estrés, es de vital importancia poder delimitar el origen de los síntomas, es por ello que es necesario mencionar los diferentes tipos de estresores que están involucrados, al momento de desencadenarse las variadas reacciones corporales.

Los estresores son definidos como: la variedad de estímulos a los que los sujetos están expuestos, a nivel externo, generados por la situación vivenciada, o internos, propios de la persona (Peiró, 1993); generalmente provocan consecuencias físicas y psíquicas, desfavorables para un porcentaje elevado de los sujetos que están expuestos a ellos (Kahn y Byosiere, 1992).

- Estresores Psicológicos

Estos estresores están relacionados íntimamente con la emocionalidad y experiencias del sujeto; están influidos por características cognitivas, así como la estructura de personalidad. Es como la persona percibe su entorno, las situaciones y a los demás individuos.

- Estresores Físicos

Dentro de este conjunto Muchinsky (2002), hace mención de cuatro factores: el frío, el calor, el ruido y la fatiga; aunque otros autores como, Martínez Selva (2004), tienen en cuenta la exposición a la polución atmosférica y las barreras arquitectónicas.

Si bien los estresores son estímulos que provocan una respuesta de los organismos expuestos a ellos, dentro de lo que he mencionado como estrés, Selye (1953 citado en Bittar, 2008) ha señalado que se encuentran el eustrés y distres:

1.3 Conceptos de eustrés y distres:

- *Eustrés*: Es un tipo de estrés que puede generar consecuencias o resultados positivos/constructivos para quien lo vivencia Selye (1953 citado en Bittar, 2008).

- *Distres*: Este tipo de estrés, al contrario del anterior, es un estrés perturbador o perjudicial, que indefectiblemente provoca consecuencias negativas para el padeciente Selye (1953 citado en Bittar, 2008).

1.4 Tipos de estrés

El estrés varía dependiendo de las consecuencias que generas en las personas, para clasificarlo se toma en cuenta su intensidad, periodicidad y permanencia.

Según la Asociación de Psicología Americana (2007), se pueden diferenciar tres tipos de estrés, agudo, episódico y crónico:

- *Estrés agudo*:

Su aparición es de manera inmediata e intensa, generada por presiones del ambiente o ideas futuras de peligro; puede resultar estimulante, pero si el sujeto vivencia esto de forma constante puede resultar agotador.

- *Estrés Episódico*

Se presenta por periodos, (con más presencia en personalidades tipo A, aunque no son exclusivos de estas), en personas que perciben de forma más aguda los estresores.

- *Estrés Crónico*

Este tipo de estrés, se mantiene por periodos extenso de tiempo, y no es solucionado. Puede producir una variedad de consecuencias negativas en diversos niveles del sujeto.

1.5 Sintomatología del estrés

Como menciona Núñez, Archila, Cáceres, Girón, Alfaro & Mejía, (2008) los síntomas presentes en un cuadro de estrés son los siguientes:

- Estado de ansiedad
- Sensación de ahogo
- Rigidez muscular
- Pupilas dilatadas
- Incapacidad de conciliar el sueño
- Falta de concentración de la atención

- Irritabilidad
- Pérdida de las capacidades para sociabilizar
- Estado de defensa del yo

El estrés está presente en diversos contextos, tomaré como referencia el ámbito laboral, con la finalidad de desarrollar el concepto de burn-out, partiendo de la premisa de que se une al concepto de estrés, en una relación de continuidad.

1.6 Síndrome de desgaste o burnout

Una diversidad de conceptualizaciones, de intentos explicativos e investigaciones, se han desarrollado del síndrome de burnout, aunque como resultado no hay un consenso al respecto. Los supuesto teóricos del modelo Cognitivo-Transaccional de Richard Lazarus (Lazarus, 1991) y la teoría de la Conservación de los recursos (Hobfoll y Hredy, 1993; Hobfoll, 2011), lo comprenden como un proceso, que puede presentarse luego del estrés laboral crónico, producto de la pérdida de recursos, que el sujeto ha invertido, y que no le es posible recuperarlos.

Estudios realizados en diversos países, con una población docente importante, se ha demostrado la prevalencia del síndrome de burnout, que se extiende desde el 12,5% hasta un 80%; esta diferencia en la medición puede deberse a variaciones en la medición, hasta vincularse con las labores desarrolladas por los docentes de la muestra. En Colombia, se han realizado estudios que tenían por objetivo medir la prevalencia del síndrome en educadores; Una de las investigaciones fue llevada a cabo en la ciudad de Medellín, en el año 2005, allí se obtuvo que un 23% de 239 docentes encuestados podrían presentarlo. Otro estudio se realizó con una muestra de 343 participantes docentes de colegio oficiales de Bogotá; en este caso se obtuvo una prevalencia del 15,6%, que podría acrecentarse hasta un 30% aproximadamente, según el punto de corte que se estableciera para la medición (Padilla, 2009).

La conceptualización de burnout, se desarrolló en la década de los años setenta, en los trabajos del Psiquiatra Herbert Freudemberger, quien realizó una observación en voluntarios que trabajaban con toxicómanos, y al cabo de un año de trabajo, padecían de manera progresiva un descenso de la energía, hasta llegar al agotamiento, acompañado con sintomatología de ansiedad y depresión, sumado a la pérdida de la motivación por el trabajo, y conductas hostiles con sus pacientes (Alcantud, 2003). Freudemberger,

describe el síndrome desde una mirada clínica describe al mismo como “una sensación de fracaso y una experiencia agotadora que resulta de una sobrecarga por exigencias de energía, recursos personales, o fuerza del trabajador” (Freudenberger, 1974, p.161.).

Cristina Maslach, paralelamente, se interiorizó e investigó las implicancias de estresores emocionales en empleados de diferentes servicios asistenciales, además hizo hincapié en las diversas estrategias de afrontamiento que emplean los profesionales y las consecuencias que se desarrollan (Maslach, Schaufeli y Leiter, 2001). A su vez la autora, como resultado de las investigaciones, utiliza la definición de estrés crónico, ya que está en contacto constante con las personas a las cuales asiste, lo que tiene como desenlace el distanciamiento emocional hacia los clientes. Hasta el momento en el cual se estudiaba el síndrome, se mencionaba solo el desgaste, pero gracias a la sintomatología descrita por los padecientes. Permitiendo reconocer otros componentes: la falta de realización personal y la despersonalización (Maslach y Jackson, 1981).

El burnout se desarrolla de manera variable y diferente, de un sujeto a otro, desde el comienzo de la sintomatología, y su desarrollo, aunque es posible examinar las causas que se sitúan en el origen del mismo. (Manasero y col., 1995 y 1997). El síndrome de burnout es un constructo social, que surge de la vinculación entre instituciones y aspectos interpersonales, señalado por Leiter y Durup (1994).

Se han observado diversas miradas desde el intento de la conceptualización del origen del burnout, comenzando por la clínica, y seguidamente en el área laboral, y la perspectiva general ha asociado el desgaste al desempeño de roles laborales de asistencia a terceros, en los cuales es primordial la vinculación entre profesionales y clientes (Gil-Monte, 2002).

1.8 Burnout, estrés laboral y agotamiento

Es primordial no solo la aproximación a una definición del concepto del síndrome, sino que a su vez se debe diferenciarlo del estrés, diversos estudios que abordan las diferentes estrategias de afrontamiento ante el burnout, han demostrado que existen una amplia diferencia entre el síndrome y el estrés propiamente dicho. Los tratamientos, que se conforman por el uso de la meditación y la relajación, tienen resultados que afectan solo a una parte; esto quiere decir que se demostró que solo

descendieron los niveles de estrés y no los de burnout. (Kanji, White y Ernest, 2006; Oman, Hedberg y Thoresen, 2006).

Dentro de las diferencias que existe, el estrés es un proceso mucho más amplio, que puede generar ganancias a quien lo padece, ya que la tensión puede ser operacional, siendo funcional y también reversible. En cambio el burnout es un proceso no reversible y disfuncional siempre, ya que implica un proceso crónico que tiene un impacto completamente negativo para la personalidad, el desempeño y la salud del padeciente, pues el agotamiento implica pérdida y frustración para quien presente el síndrome. (Arlene Vieras, 2013)

Con respecto a la posibilidad de poder reconocer cuando es fatiga y cuando burnout, Pines (1993), señala que la diferencia fundamental entre estos dos conceptos, es que en el caso de la fatiga física, quien la padece puede recuperarse rápidamente, pero esto no sucede con el síndrome de burnout. Otra gran diferencia que establece Pines (1993), es que en el burnout quien lo padece percibe un desgaste que puede ser diferenciado de la fatiga física; además el síndrome de quemarse deja en evidencia la experiencia negativa acompañada de profundos sentimientos de fracaso.

1.9 Burnout como un síndrome tridimensional

El síndrome de estar quemado ha sido aceptado y delimitado por la comunidad científica en su mayoría, desde la conceptualización realizada por Maslach (Maslach, 1982, 1999), definiendo al burnout como respuesta de estrés crónico, constituido por tres factores primordiales: cansancio emocional, despersonalización y baja realización personal. A estos aspectos primordiales, Gil Monte (2005), señala que estas tres características se desarrollan con frecuencia en profesionales, que tienen como objeto de trabajo a las personas, en diversos tipos de actividades.

La conceptualización realizada por Maslach, caracteriza tres dimensiones (Maslach, 1982 en Maslach, Schaufeli y Leiter, 2001):

- *Agotamiento emocional*

Es la manifestación más evidente del síndrome, y la característica central en lo respecta a la sintomatología, aparecen la disminución del interés y de la satisfacción laboral, provocado por la pérdida de lo atractivo del rol ejercido en el trabajo.

Según Cox, Kuk y Leiter, (1993); Leiterey Maslach, (1988), el agotamiento es una sensación de sentirse exhausto, a nivel mental, físico y emocional, “no poder más de sí mismo”.

- *Despersonalización*

Es entendida por diversos autores como un mecanismo de afrontamiento, ante los síntomas de agotamiento emocional (Cox, Kuk y Leiter, 1993; Leiterey Maslach, 1988); el objetivo es marcar distancia entre los usuarios y el profesional, ya que mientras los segundos no se interioricen en las características particulares de los primeros, llevar a cabo las demandas implícitas en el ambiente laboral serán manejables.

Esta dimensión hace referencia a que quienes lo padecen sienten sentimientos y actitudes negativas, cinismo y hasta acciones deshumanizadas que se dirigen hacia las personas a quienes se destina el rol o trabajo.

- *Baja/falta realización personal en el trabajo*

Quienes padecen el síndrome, son cautivos de sentimientos negativos de competitividad y de éxito laboral; y se presentan dificultades en otros ámbitos, como el familiar y el relacional.

Los profesionales que transitan por este síndrome, tienden a evaluarse de manera negativa, y esta afecta las habilidades, y como consecuencias pierden efectividad y eficacia en trabajo y en las relaciones que establecen con las personas a las que les dan el servicio. Se evidencia una mirada de descontento, para consigo mismos y una insatisfacción para con los resultados laborales (Gil Monte, 2005).

Los profesionales que atraviesan este síndrome, pueden manifestar síntomas como irritabilidad, falta de consideración en variedad de situaciones, respuestas impersonales, también suelen presentarse conductas rutinarias, de poca implicación, desinterés, cinismo, y pueden aparecer conductas deshumanizadas dirigidas a las personas que trabajan con ellos, como a quienes prestan servicios. (Maslach, 1986).

1.10 Posibles causas del desencadenamiento del Burn-out

Se debe realizar una combinación de diversos factores que desencadenan el síndrome, entendiendo a los primarios “recursos, condiciones laborales y violencia en las escuelas”, los secundarios “transformación del rol docente y de los agentes educativos, cambios culturales que desencadenan actitudes sociales respecto a los maestros, deterioro de la representación social de un profesor, y la incertidumbre presente en los objetivos educativos poco claros del sistema”, (Blase, 1982).

Aspectos influyentes para desarrollar el síndrome de burnout, están relacionados con los problemáticas presentes en las organizaciones educativas, ya que aquellas que presentan una reglamentación rígida en el proceso de trabajo y demandas de tiempo extra a lo estipulado en la contratación, son predictores de la aparición del burnout (Ponce 2001, en Miño, 2003).

Si bien algunos autores destacan la importancia de la organización institucional, en la cual el profesional ejerce su rol, y la influencia de esta para el desencadenamiento del burnout, Sailanova, Llorens y Garcia- Renedo (2003), remarcan no solo lo que se refiere a lo estructural, sino también el rol cultural del docente, ya que se espera que eduque, oriente, forme, pero que en algunos casos también, ejerza la función de padres. Esta responsabilidad, sumada a las elevadas exigencias familiares y de los alumnos, dentro de un marco social que constantemente está en cambio, está convirtiendo a la docencia en una profesión de alto riesgo para el desarrollo de diversos síndromes.

Otro factor que contribuye a la aparición y desarrollo del síndrome es tipo de estudiantes, entre ellos de baja motivación, y con problemas conductuales, los que se suman a los factores desencadenantes del síndrome de burnout en los profesores (Ponce 2001, en Miño, 2003).

Por lo expuesto anteriormente, es muy complejo llegar a una interacción saludable entre factores como las exigencias del puesto de trabajo, las condiciones psicológicas y del equilibrio del organismo. No es posible diagnosticar alteraciones orgánicas incipientes, ya que se careen de métodos, así como tampoco es posible conocer en qué grado la sobrecarga laboral, supera el umbral de tolerancia del docente en cuestión, ya que en el caso de que profesor presente problemáticas de salud, estas no son adjudicadas, al trabajo (Marrau, 2004).

1.11 Consecuencias del Síndrome

Las consecuencias psicológicas que presenta un profesional que padece del Burnout, son diversas, entre ellas, tendencias negativas hacia uno mismo y hacia los demás, baja autoestima, falta de autorregulación, sentimientos de inferioridad, tendencia a la autculpa, sentimiento de incompetencia, entre otras. En lo que respecta al plano personal se caracterizan: la incapacidad para desconectarse del trabajo, problemas gastrointestinales, cervicales y dorsales, de conciliación de sueño y sueño reparador, además el cansancio aumenta la susceptibilidad a la enfermedad, etc. (Morian y Herruzo, 2004).

Como aspecto importante, se debe señalar que la progresión del síndrome, no es lineal, al contrario, es un proceso cíclico que puede reiterarse a lo largo del tiempo, de modo que el sujeto puede padecer la sintomatología en diversas épocas de su vida, en el mismo espacio laboral o en otro (Castañeda & García, 2010).

La sintomatología del profesional docente que se da a conocer, se caracteriza por: agotamiento, acompañado de malestar psicológico, sensación de baja competencia, descenso del nivel de motivación dirigida al trabajo y a su vez la aparición y desarrollo de actitudes cínicas hacia los aspectos laborales y también hacia los estudiantes, los cuales podrían desencadenar problemas de ansiedad o depresión. Estos síntomas y malestar, se traducen en ausentismo laboral, bajas laborales, disminución del desempeño, así como también de la calidad de la enseñanza y el aprendizaje de los estudiantes. Se tiene en cuenta que a pesar de estas dificultades, los docentes pueden enfrentarlas saludablemente, por medio de estrategias de afrontamiento, que se pueden poner en práctica a nivel individual y también organizacional. A nivel individual se pueden poner en prácticas estrategias y habilidades útiles; el hecho de generar herramientas que permitan un planteamiento en forma preventiva así como también de tratamiento, acrecientan la capacidad de adaptación del sujeto a fuentes estresantes laborales (Guerrero y Rubio, 2005).

1.12 Reseña sobre burnout y género

Las condiciones de trabajo y las situaciones de trabajo, en interacción negativa, pueden provocar estados de estrés, que son entendidos y percibidos de forma diferente entre hombres y mujeres, sumado a la cronicidad necesaria para el desencadenamiento

del síndrome de burnout, a la presencia de las interacciones laborales de cuidado y asistencia a terceros (Ordenes, 2004).

Aldrete Rodríguez, Preciado Serrano, Franco Chávez, Jorge A. Pérez, Aranda Beltrán (2008), en una investigación de la ciudad de Guadalajara, obtuvieron resultados relacionados con las tres dimensiones afectadas por el burnout, en relación con el sexo femenino y masculino. De la muestra se obtuvo que el 18% de las mujeres y 17 % de los hombres presentaban las tres dimensiones afectadas, las diferencias no fueron significativas. Mientras que en la dimensión agotamiento emocional el número fue mayor en hombres que en mujeres; la despersonalización se presentó con una diferencia de 3% para las mujeres en relación al sexo masculino; la realización personal demostró que en hombres y mujeres no hay una diferencia importante.

1.13 Síndrome de burnout y docencia en distintos niveles educativos

El síndrome de burnout, puede manifestar su sintomatología en profesiones que presentan un rol asistencial, por lo que es muy frecuente que aparezcan en enfermeros, médicos, docentes, entre otros profesionales (Buzzetti, 2005).

Puntualizando en los profesionales docentes, numerosos autores han analizado y promulgado la idea y necesidad de investigar el burnout, constatando que no es cuestionable la presencia de la sintomatología somática y psicológica, en el ámbito docente, provocando daño a la labor académica, debilitamiento de los vínculos con los alumnos y de la calidad de la enseñanza (Guerrero y Rubio, 2005).

Investigaciones realizadas en la ciudad de México, en las cuales se vinculan a los docentes de educación primaria y la variable burnout, revelan no solo la presencia del síndrome, además se relaciona con la antigüedad, con el hecho de tener mayor nivel de escolaridad, así también como la ausencia de apoyo hacia lo docentes, que les permita realizar sus actividades (Alderete, 2003).

Copper y Travers, tratan de definir adecuadamente el síndrome de burnout en los docentes, describiéndolo de la siguiente manera “un síndrome de respuesta a un sentimiento negativo (tal como la ira y la depresión), acompañado por lo general de cambios fisiológicos potencialmente patógenos (aumento de las pulsaciones cardíacas), y que es el resultado de ciertos aspectos del trabajo del maestro; sus mediadores son la

percepción de que las exigencias que se le hacen al maestro constituyen una amenaza para el autoestima o bienestar, y también los mecanismos de defensa activado para reducir la amenaza”.

“El resultado final es que muchos hombres y mujeres con altas expectativas de logro se desaniman y desilusionan. Algunos abandonan la profesión, otros prevalecen, pero son atormentados por una multitud de manifestaciones físicas, emocionales y de comportamiento relacionadas con el estrés” (Milstein y Golaszewski, 1985).

Salgado (1999), menciona que el síndrome de desgaste laboral, se presenta con más frecuencia en docentes de nivel secundaria, que en primaria, y esto puede adjudicárselo a que los alumnos de este nivel, se encuentran transcurriendo la adolescencia, y que por la naturaleza de la misma requieren de más atención, teniendo o presentándose conductas o problemas con los profesores. Sevilla (2002), hace mención que la formación académica de los profesores de nivel medio, no coincide con las diversas materias sobre las que tienen responsabilidad.

Dentro del contexto universitario, la docencia de este nivel es entendida como una actividad de relaciones interpersonales, que pueden ser fuentes de desarrollo y realización o por lo contrario, ya que pueden implicar tensiones intensas que desencadenen un desequilibrio crónico (Abraham, 1986 en Guerrero y Vicente, 1999).

Actualmente, en el contexto universitario/terciario se encuentran presentes mecanismos que contribuyen a la sobrecarga de los docentes e investigadores, que desdibujan sus roles, empeorando sus condiciones laborales, su calidad de vida laboral, por el mínimo salario, lo que influye en el reconocimiento social. Esta situación repercute en la salud física y psíquica del personal docente, generando indirectamente una desmejora o estancamiento de la calidad del sistema educativo (Caramés, 2003).

Una vez en desarrollo el desgaste, se presentan algunas características que han expuestos algunos estudios realizados en docentes universitarios sobre desgaste profesional, teniendo en cuenta las tres dimensiones desarrolladas por Maslach y Jackson, han revelado (Rojas, 2009):

- Los docentes con un alto grado de agotamiento emocional, implementan con frecuencias las siguientes estrategias: desconexión mental y conductual, desahogo, consumo de drogas y aceptación.
- El profesorado altamente despersonalizado utilizan las siguientes estrategias: búsqueda de apoyo social, desahogo, negación y desconexión mental, al compararse con otros grupos.
- Los profesionales que presentan niveles bajos de agotamiento emocional y despersonalización, se sienten más competentes a nivel personal y profesional, en comparación con aquellos que presentan el síndrome con una frecuencia media.

Lo que respecta al ambiente académico en relación con el desgaste profesional, en variadas universidades, tienen en cuenta estas investigaciones, y en la actualidad se desarrollan procesos de cambio, con el objetivo de mejorar la calidad de la enseñanza (Guerrero y Vicente, 1999).

1.14 Posibles estrategias de afrontamiento

Guerrero y Rubio (2005) mencionan estrategias a nivel organizacional, y las caracterizan como aquellas que se relacionan con el aumento de la competencia profesional, por medio de una formación inicial y continua, presente en planes de formación que se caractericen por ser realistas, con esto se refieren que deben incluir aspectos relacionados con la tarea y con las funciones que deber desempeñar los docentes. Deberían contar con información sobre la problemática a la cual estarán expuestos los profesionales, teniendo en cuenta al síndrome de burnout como una posibilidad, entendiendo cuales son los desencadenantes, el desarrollo, y las estrategias para su afrontamiento y control.

Se cuenta con la presencia de herramientas y estrategias, pero no existen medidas paliativas para hacer frente al síndrome de burnout en la esfera educacional, por lo que es fundamental incorporar a los programas de formación información preventiva y de intervención, en relación al estrés docente (Guerrero y Rubio, 2005).

Si bien algunos autores establecen que es primordial, dentro del programa de capacitación que se encuentre la presencia de información y herramientas sobre el síndrome de burnout, muchos otros, vierten la mirada de los recursos propios de debería

desarrollar cada docente, entrenando sus recursos para potenciar sus estrategias de afrontamiento, entendiendo según Fleishman (1984) a este último concepto como, “la respuesta cognitiva o comportamental que se implementa para reducir el distres psicológico o las condiciones estresantes”.

Para Gil Monte y Peiro (2004), las estrategias de afrontamiento son una respuesta específica a factores estresantes presentes, de manera crónica, además son consideradas como una autopercepción particular, que se genera en la relación con otras personas, y a su vez con la organización laboral.

Al fallar las estrategias de afrontamiento, es cuando hace su aparición el síndrome de burnout, lo que supone un fracaso en dos niveles, por un lado en el profesional y por otro, en las relaciones interpersonales dadas dentro del espacio laboral, desencadenando sentimientos de baja realización personal laboral, y de agotamiento emocional, ante los que el individuo desarrolla actitudes y conductas de despersonalización, como una nueva forma de afrontamiento. Por ende se entiende que el síndrome de burn out sería el eslabón intermedio en la relación estrés y sus consecuencias, repercutiendo nocivamente en la vida del sujeto y en su entorno laboral (Gil-Monte, 2004).

Capítulo 2 *Estudios empíricos sobre el síndrome de burnout en el campo docente*

A continuación se presentaran las investigaciones halladas que han trabajado en síndrome de burnout en docentes de diferentes niveles educativos; se las expondrán por orden cronológico para organizar la información.

2. Síndrome de burnout en docentes de diferentes niveles educativos

En el año 2008, se llevó a cabo una investigación por parte de Nuria Arís Redó, con el objetivo de que se demuestre el grado de burnout que padecen los docentes de niveles inicial y primaria, en España. La metodología utilizada fue transversal o de cohorte, y contó con una muestra conformada por 91 participantes, docentes de los niveles educativos mencionados anteriormente. Los instrumentos utilizados fueron en primer lugar el inventario de burnout de Maslach (MBI) y un cuestionario de elaboración propia de la autora, que permitiría la recolección de datos.

Los resultados obtenidos un porcentaje para la subdivisión de agotamiento emocional de 46%, mientras que en despersonalización 20% y realización personal de 38,13%. La investigación demuestra que hay un alto índice de burnout presente en los docentes, que afecta su salud psíquica, física y emocional, y que actualmente se debería trabajar más exhaustivamente en la generación de nuevo recursos para abordar la problemática.

Una de las investigaciones llevadas a cabo en el año 2008 de la mano de María Guadalupe Aldrete Rodríguez, María de Lourdes Preciado Serrano, Sergio A. Franco Chávez, Jorge A. Pérez, Carolina Aranda Beltrán, se propusieron identificar las diferencias de los factores psicosociales laborales y el síndrome de burnout, entre hombres y mujeres docentes de secundaria de la ciudad de Guadalajara, México. La muestra esta compuesta por 186 mujeres y 186 hombres, del ámbito de la educación media. El estudio es observacional transversal analítico y el instrumento utilizado fue la escala de Maslach Burnout Inventory y la Batería de Factores Psicosociales en el Trabajo Académico.

Los resultados obtenidos para esta investigación concluyen que en el caso de los dos sexos perciben por igual la presencia de factores psicosociales laborales, existiendo diferencias por género entre estos y el síndrome de burnout.

La investigación fue realizada en el año 2010, por parte de la Universidad de Granada Santiago de Chile, su autor Luis Mena Miranda, planteo como objetivo principal realizar un modelo predictivo para el desgaste profesional de profesores universitarios. La muestra estuvo constituida por participantes de 4 establecimientos de educación superior de la región metropolitana teniendo en cuenta que dos son tradicionales y dos privados. Las variables que se relacionan son el clima organizacional, así como las sociodemográficas, además del síndrome de burnout. La muestra es compuesta por 132 sujetos, profesores que dictan clases en las diversas casas de estudios. La investigación es de tipo correlacional, ya que consta de tres variables, y el diseño es no experimental de corte transaccional. Los instrumentos para la recolección de datos fueron el Cuestionario de Burnout para el profesorado revisado (CBP-R) versión adaptada de Moreno Jiménez, Garrosa y González (2000); el Cuestionario para medir clima organizacional en instituciones educativas de Litwin y Stringer (1968) y adaptado para instituciones educativas por Morales, Manzi y Justiniano (1984).

Por último fue administrado el Cuestionario de variables sociodemográficas para profesores universitarios. Los resultados obtenidos a rasgos generales, indican correlaciones significativas entre Burnout y Clima Organizacional y no es así entre el desgaste y las variables sociodemográficas.

Otro de los estudios realizados se llevó a cabo en el periodo de julio-diciembre del año 2010, por parte de la Universidad de San Buena Aventura Bogotá, Colombia, y sus autores Carlos Andrés Gantiva Díaz, Steffany James Tabares y María Clara Villa Orozco, quienes se propusieron identificar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout en una muestra que comprendía docentes de primaria y bachillerato de un colegio distrital de Bogotá. El diseño utilizado fue descriptivo, correlacional y la muestra utilizada fue de 47 docentes. Los instrumentos administrados fueron el Inventario de Burnout de Maslach y la Escala de Estrategia de Coping Modificada.

Para la obtención de los resultados, se dividió la muestra en cuatro grupos, los cuales comprendían, a) de pre-escolar a segundo, b) tercero a quinto, c) sexto a octavo y d) noveno a once; los resultados obtenidos demuestran que en lo que respecta al síndrome de burnout, en niveles generales, es mayor el porcentaje en los docentes de

sexto a octavo grado, por sobre el resto de los subgrupos. Mientras que en las estrategias de afrontamiento las que están vinculadas de manera positiva son: la evitación emocional, la espera, y la expresión de dificultad de afrontamiento, mientras que la negativas son: solución de problemas y reevaluación positiva.

Una investigación realizada por M. Sc. Arlene Oramas Viera, en el año 2013, con el objetivo de la detección de estrés laboral y síndrome de burnout, en una muestra de 602 participantes, docentes de enseñanza primaria de cuatro provincias de Cuba. Los instrumentos de medición utilizados fueron la escala sintomática de estrés y el inventario de burnout de Maslach. El estudio es descriptivo, con diseño trasversal, que reveló que en el 88,24% de los sujetos en estudio padecían de estrés laboral, mientras que el 67,5% burnout.

Con relación al desgaste, el agotamiento emocional fue la dimensión más afectada, con valores de 64,4%. Se destacan diferentes valores en las distintas zonas geográficas donde se administraron los instrumentos, y también en la variable de edad y estrés laboral. Se demostró la presencia de estrés y síndrome de burnout en porcentajes elevados en los profesionales de la muestra, así como el efecto disfuncional que ejercen determinadas condiciones ambientales en la salud y bienestar de los docentes cubanos.

Otra investigación fue realizada en el mes de septiembre del año 2013, en Guatemala, más precisamente en la ciudad de Quetzaltenango, su autora Hanea Nineth Echeverría Aráuz, tenía como objetivo identificar el nivel de síndrome de burnout, midiendo las tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal, en maestros de educación primaria urbana del municipio de Quetzaltenango. Se trabajó con una muestra compuesta por 170 participantes, administrando el Inventario de Burnout de Maslach (MIB); Lo que respecta al diseño es una investigación descriptiva y se ha utilizado la media aritmética en la muestra.

Los resultados demostraron que en las sub-dimensiones agotamiento emocional y despersonalización, los porcentajes son bajos, en el caso de la primera el 60% de la muestra presenta un nivel bajo y en caso de la segunda el 69% no presenta niveles elevados de despersonalización; pero la realización personal con porcentajes generales del 52% de la muestra presenta baja realización contra solo un 18% que demuestra un

elevado nivel, por lo que se proponen diferentes talleres que abarcan temas como creatividad, crecimiento personal, motivación e información útil que permita la prevención de los signos y síntomas del desgaste profesional.

3.1 Planteamiento del problema

El síndrome de burnout, o desgaste laboral, se presenta en profesionales que brindan servicios a terceras personas, entre las que encontramos médicos, enfermeros, docentes, entre otros. En Argentina se observa que hay un “desinterés” en lo que respecta a este tema, y eso incluye a los actores que en la actualidad padecen las consecuencias del síndrome. Entre ellos, los docentes de todos los niveles, llevan a cabo un rol y una función primordial en el desarrollo de las futuras generaciones, por ende es fundamental tener una mirada constructiva y no acusatoria de la actividad que realizan, ya que facilitan y posibilitan que todos los educando, del nivel educativo en el que se encuentren, busquen acercarse al conocimiento desde una mirada creativa y reflexiva.

Es por ello, que resulta relevante el conocer como el fenómeno del burnout afecta a los docentes, entendiendo hombres y mujeres, de diversas edades que desarrollan tareas en diferentes niveles educativos y que sin dudas el “desgaste” es un fenómeno presente que puede debilitar la calidad del profesional.

En varios países del mundo se han tomado cartas en el asunto, comenzando por conocer y reconocer cual es la situación actual por la cual están atravesando, entendiendo que la única manera de generar propuestas es analizando cómo está la población docente. Es por ello que es indispensable conocer que es lo que está sucediendo en Argentina con respecto a esta temática, ya que contribuirá a los estudios que se han realizado, así como los que se están llevando a cabo actualmente.

La viabilidad de la investigación es posible, dado que se cuenta con la cantidad de participantes necesarios para completar una muestra, además del tiempo para desarrollar la investigación, así como con los recursos necesarios para la correcta implementación y administración.

Pregunta

¿Qué influencia ejerce el síndrome de burnout en la salud y el desempeño de los docentes, de diferentes niveles educativos, del Gran Buenos Aires?

Objetivos

- Objetivo general:
 - Conocer la incidencia del *Síndrome de burnout* en docentes del Gran Buenos Aires.
- Objetivos específicos
 - Analizar la relación entre la antigüedad docente y los diversos niveles del *Síndrome de burnout*.
 - Analizar los diferentes niveles de *burnout* según el nivel educativo en el que se dictan clases.
 - Analizar la presencia del *Síndrome de burnout*, en educadores y educadoras.

Hipótesis

- El Síndrome de Burnout se presenta en niveles más elevados en mujeres que en hombres, que desempeñan labores docentes.
- El Síndrome de Burnout aumenta, en relación a la cantidad de años de actividad de cada maestra/o.
- Los docentes que desempeñan su rol laboral en el nivel superior, presentan mayor incidencia del Síndrome de Burnout, con relación a aquellos que lo hacen en el nivel primario o medio.

Capítulo 4 *Diseño, participantes, técnica de recolección de datos y procedimiento*

4.1 Diseño

La propuesta metodológica es cuasi-experimental descriptiva, que focaliza en los diversos porcentajes de burnout que presentan los docentes de diferentes niveles educativos, lo cual será analizado por medio de un instrumento científico; el mismo permitirá abordar los datos con una metodología cuantitativa, contribuyendo a la obtención de resultados confiables y válidos en expresión numérica.

La variable burnout, ha sido analizada en diversas poblaciones profesionales, y a pesar de que haya un número importante de estudios sobre esta variable en relación con la docencia, el objetivo de esta investigación es puntualizar la mirada no solo en la relación de las variables, sino también como se vinculan con los años de ejercicio de la profesión.

4.2 Participantes

Para el presente proyecto de investigación, la población seleccionada está constituida por treinta docentes, de ambos sexos, en un rango etario que comprende desde los veinticinco a los cincuenta y siete años. La muestra se realizará a profesores que actualmente se encuentren en actividad, dentro del territorio de la provincia de Buenos Aires, en niveles educativos comprendidos entre educación secundaria, terciaria y universitaria, que serán evaluados en los meses de mayo y junio del año 2016.

4.3 Técnica de recolección de datos

El instrumento psicométrico utilizado es el Inventario de burnout de Maslach para docentes (IBM): Adaptación de la versión española de Seisdedos (1997) del Maslach Burnout Inventory, -MBI- (Maslach y Jackson, 1981; 1986). La versión, específica para docentes (MBI-Ed) o Educator Survey (ES) (Maslach, Jackson y Schwab, 1986) solo cambia el término de cliente por alumno.

El cuestionario, está compuesto por 22 ítems, los cuales exploran las tres dimensiones básicas del burnout, siendo descriptos a continuación:

- Agotamiento emocional (AE): 1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, y 20

- Despersonalización (D): 5, 10, 11, 15 y 22
- Realización personal (RP): 4, 7, 9, 12, 17, 18, 19 y 21

El instrumento de medición, se presenta con una escala Likert conformada por cinco niveles que comprenden desde Completamente en desacuerdo, hasta Completamente de acuerdo.

La interpretación del Inventario de burnout de Maslach para docentes (IBM), Adaptación de la versión española de Seisdedos (1997), se consideran que las puntuaciones son bajas entre 1 y 33, media entre 34 y 66 y alta entre 67 y 99. A su vez también se considera el punto de corte puede establecerse según los siguientes criterios:

Dimensión de agotamiento emocional:

- Altas: 27 o más
- Intermedias: entre 19 y 26
- Bajas: 19 o menos

Dimensión de despersonalización:

- Altas: 10 o más
- Intermedias: 6 a 9
- Bajas: 6 o menos

Dimensión de Realización personal:

- Altas: 40 o más
- Intermedia: de 34 a 39
- Bajas: 0 a 30

4.4 Procedimiento

El instrumento de evaluación fue administrado de dos maneras; de forma directa a un porcentaje de los profesores, y la segunda vía se realizó por medio de una opción de correo electrónico, en la cual consta de enviar la evaluación para que sea respondida por el mismo medio. Los participantes cumplieron las respuestas en el transcurso de los meses de mayo y junio del año 2016.

Cada docente fue informado sobre la investigación, y sobre el anonimato de la misma, así como de los objetivos exploratorios-descriptivos.

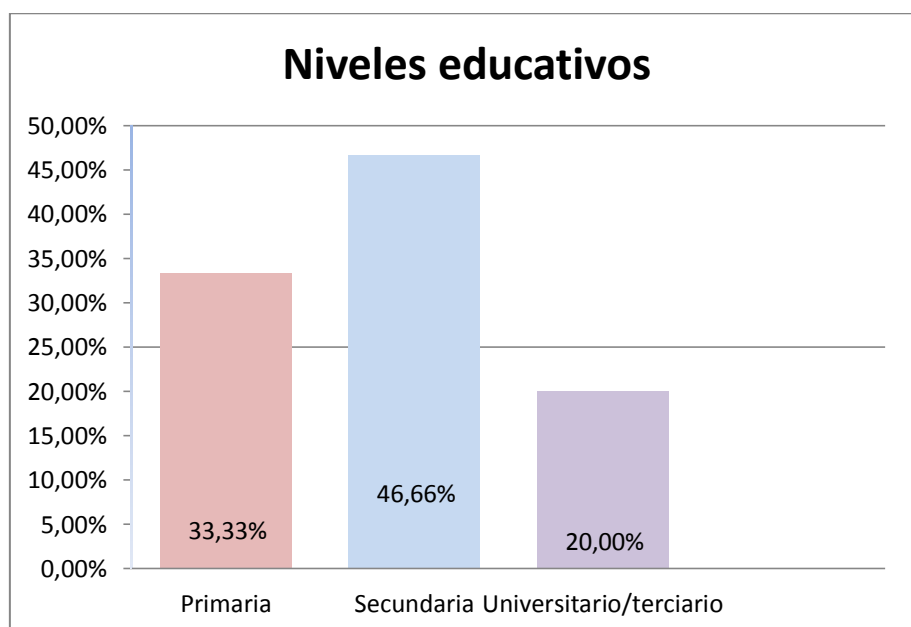
Resultados obtenidos

La presentación de los resultados se desarrollará en dos partes; el primer bloque articulara los resultados con respecto a las variables sociodemográficas, comprendiendo en ellas sexo, edad, y niveles educativos lo que permitirá describir un perfil de la muestra seleccionada. Mientras en el segundo bloque se expondrán los resultados obtenidos del instrumento utilizado en la presente investigación, el MBI (Inventario de Burnout de Maslach, adaptado para docentes) en relación con las variables sociodemográficas.

5.1 Resultados: perfil de la muestra

Muestra	Hombres	Mujeres
30	14	16
Porcentaje	46,66%	53,33%

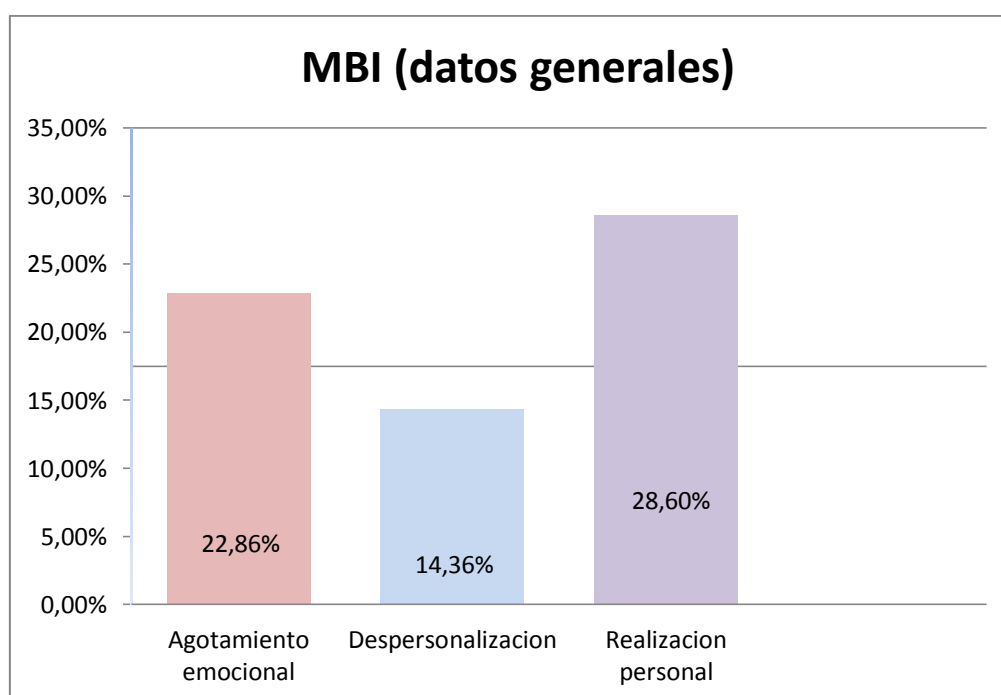
A continuación el gráfico 1 exhibe el porcentaje de docentes distribuidos para cada nivel educativo, en la muestra en estudio:



Del 100% de la muestra de docentes que participaron de la presente investigación, el 33,33% pertenecen al nivel primario, mientras que para el nivel secundario la muestra fue de 46.66%; el menor porcentaje corresponde al nivel terciario/universitario con un 20%.

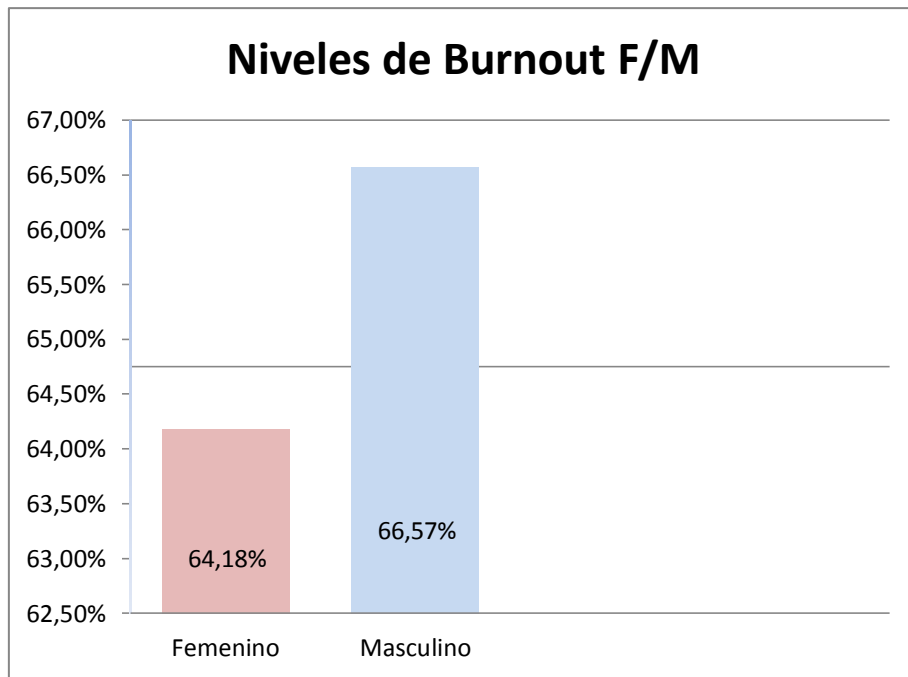
5.2 Descripción de los datos obtenidos con el MBI (adaptado), en relación a variables como sexo, antigüedad y nivel educativo:

A continuación el gráfico 2 expresa los porcentajes de la muestra total, obtenidos para cada dimensión que compone al instrumento:



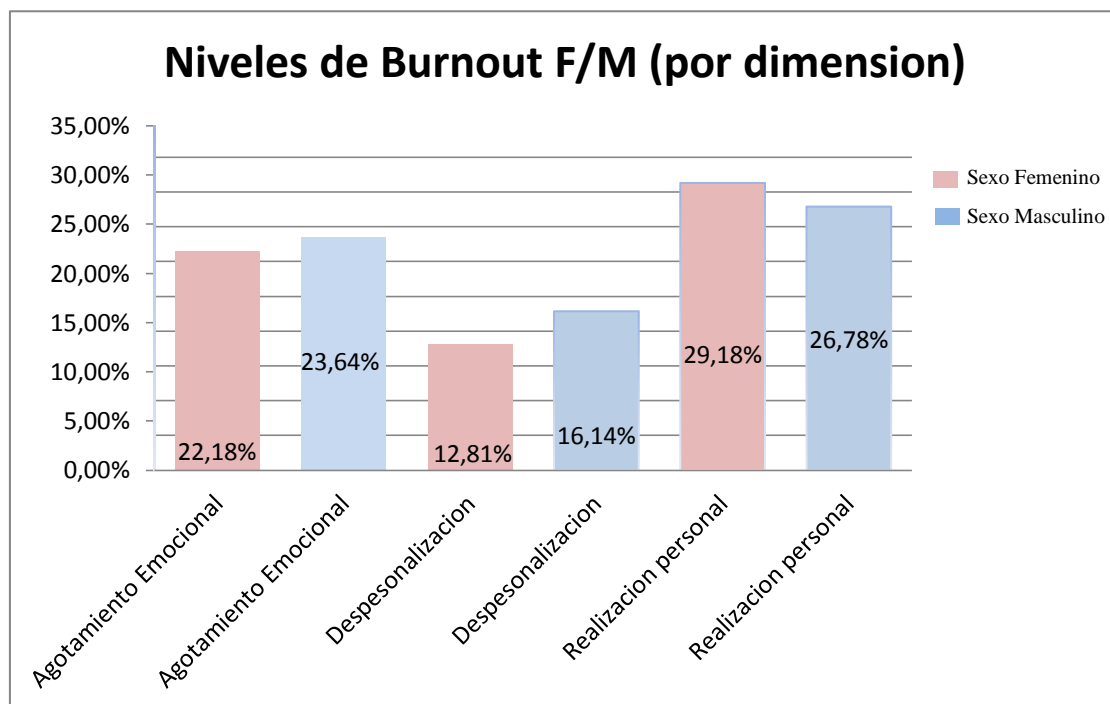
Este gráfico (N° 2), presenta los niveles generales obtenidos del síndrome de desgaste, que corresponden a las tres dimensiones que conforman el burnout; para la dimensión de agotamiento emocional se obtuvo un porcentaje del 22,86; en el caso de la despersonalización presenta un porcentaje de 14,36, mientras que el nivel de realización personal llega al 28,60 %.

El gráfico N° 3, expresa los niveles generales del síndrome de burnout, discriminando por la variable sexo:



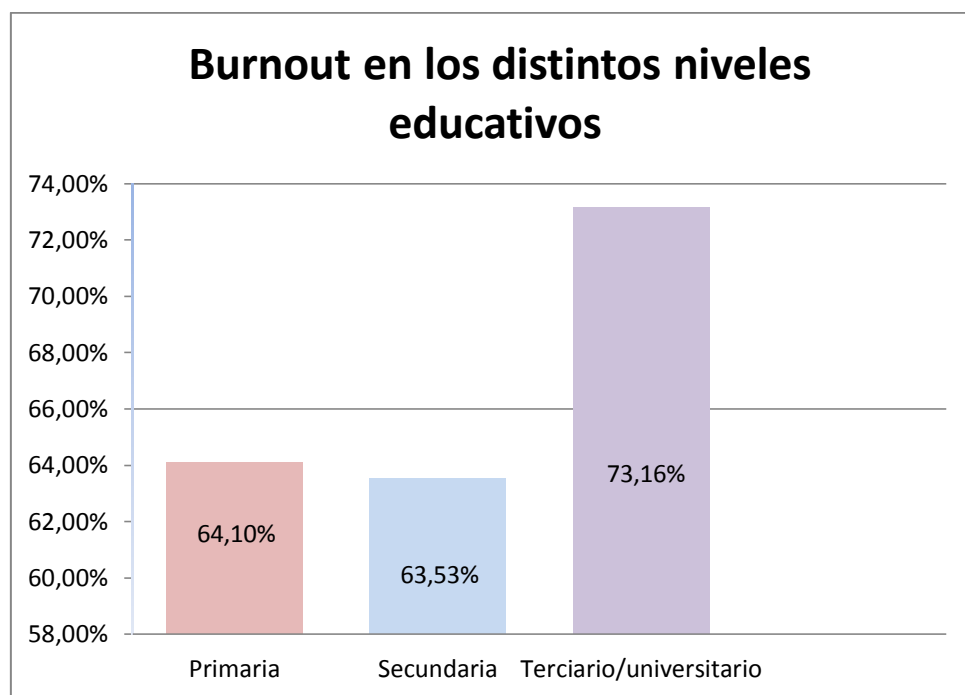
Lo que representa este gráfico (N° 3), es la relación de la variable sexo femenino (rosa) y masculino (celeste), con los niveles de burnout de la muestra sin discriminar por las dimensiones del instrumento; lo cual ha arrojado un promedio de 66,57% en el caso de los hombres y un porcentaje menor en el caso del sexo femenino, siendo este resultado de 64,18 %.

En el siguiente gráfico, se vinculan las variables sexo y burnout, segregando los resultados por las dimensiones que componen al instrumento:



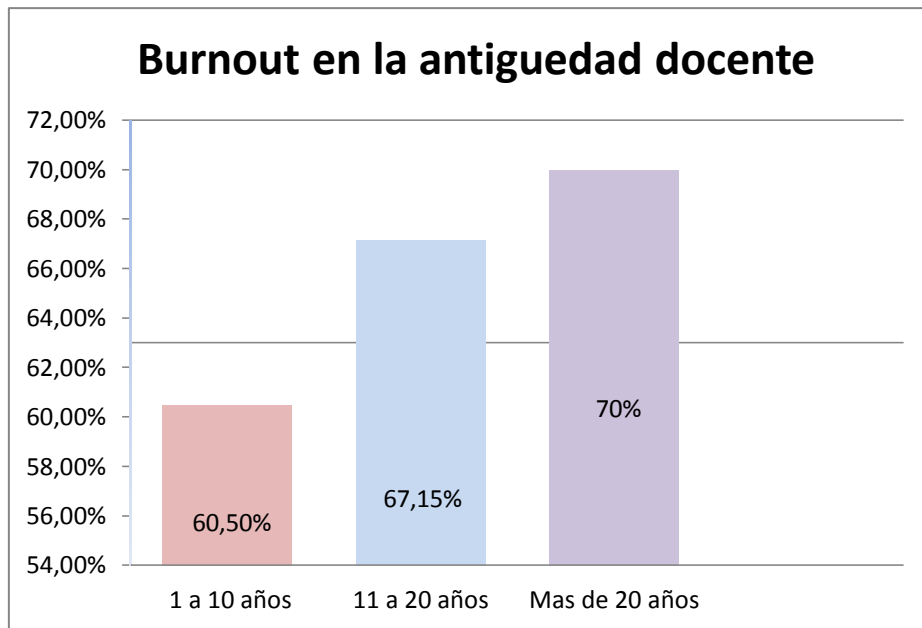
Los resultados expresados en el gráfico N° 4, demuestran los distintos niveles de afección de cada dimensión que componen al burnout, discriminadas a su vez por sexo, entendiendo a las columnas de color rosa como sexo femenino, mientras que las celestes de sexo masculino; para el área de “agotamiento emocional”, en hombres, se obtuvo un resultado de 23,64%, mientras que en mujeres de 22,18%. Lo que respecta al área de “Despersonalización”, se obtuvo para el sexo femenino un porcentaje de 12,81%, mientras que para los varones se obtuvo 16,14%. Por último en la dimensión de “realización personal” dio como resultado en hombres un 26,78%, mientras que en el sexo femenino un porcentaje de 29,18.

En el siguiente gráfico se representan los porcentajes de desgaste obtenidos que se corresponden con cada nivel educativo:



Los resultados expresados en el gráfico N° 5, demuestran que en la muestra los docentes que realizan actividades en el nivel primario obtuvieron un 64,10% de nivel de desgaste, mientras que para el nivel medio (secundaria) se obtuvo un 63,53%. Por último los docentes de nivel superior (terciario, universitario), obtuvieron un porcentaje de 73,16 %.

Los resultados obtenidos expresados en el gráfico N° 6, relacionan la variable burnout con la antigüedad docente:



Los resultados obtenidos, representados en gráfico N° 6, que vinculan la antigüedad docente y el síndrome de desgaste, se realizó una discriminación por rangos: el primero comprende de 01 a 10 años (inclusive), que presentan un nivel de Burnout del 60,50%; mientras que el segundo abarca desde los 11 años hasta los 20 (inclusive), obteniendo un 67,15%. Por último, quienes se encuentran activos en las aulas desde hace más de 20 años, presentan un 70 %.

Capítulo 6 *Discusión*

Los resultados obtenidos en el presente estudio, dejaron en evidencia la presencia y prevalencia de niveles elevados del Síndrome de Burnout en los docentes que conforman la muestra, realizada en el Gran Buenos Aires, Argentina, así como se ha observado en diferentes estudios realizados a nivel internacional entre las que se encuentran, estudios de Nuria Arís Redó (2008), María Guadalupe Aldrete Rodríguez, María de Lourdes Preciado Serrano, Sergio A. Franco Chávez, Jorge A. Pérez, Carolina Aranda Beltrán (2008) Luis Mena Miranda (2010) Carlos Andrés Gantiva Díaz, Steffany James Tabares y María Clara Villa Orozco (2010), Hanea Nineth Echeverría Aráuz (2013), M. Sc. Arlene Oramas Viera (2013).

En investigaciones realizadas en distintos países, con una población docente numerosa, queda demostrado que la prevalencia del síndrome de burnout, es categóricamente alta; pero aun así hay diferencias en los resultados de las mediciones, y esto se podría relacionar con variantes en las mismas o por las labores que llevan a cabo los docentes. En Colombia, por citar uno de los países, se han realizado varios estudios y se ha demostrado que los docentes que formaron parte de la muestra mantenían niveles bajos a medios del síndrome de burnout (Padilla, 2009). Las dolencias más comunes que han manifestado quienes padecen el síndrome son dolores de espalda, como el principal síntoma, angustia, dificultad para concentrarse, y en menor medida el consumo de alguna sustancia, así como psicofármacos para poder conciliar el sueño (Rodríguez Guzmán, 2007).

Lo que respecta a la variable sexo, en vinculación con los niveles del síndrome de desgaste presentes en la muestra, se obtuvo una diferencia mínima entre el sexo masculino y femenino; de esta manera en el caso de los primeros el burnout es más elevado que en las docentes. La dimensión de agotamiento emocional, fue mayor para los hombres, mientras que en despersonalización, fue mayor para las mujeres; por último, en realización personal el sexo femenino obtuvo números más elevados.

Siguiendo esta línea, Aldrete Rodríguez, Preciado Serrano, Franco Chávez, Jorge A. Pérez, Aranda Beltrán, (2008), manifiestan que en relación con la variables sexo y síndrome de burnout, se demostró que hay muy poca diferencia entre hombres y

mujeres a niveles generales pero que ambos están afectados por el desgaste. Las dimensiones de agotamiento emocional y despersonalización presentaron niveles mas altos para el sexo femenino, mientras que la realización personal se ve afectada en los dos casos, pero no hay una diferencia notable entre los sexos.

Por lo obtenido como resultados del presente estudio, en vinculación del síndrome de burnout con la variable de nivel educativo, los docentes que concurren en los niveles terciario y universitario, son quienes se encontraron con elevados niveles de burnout, mientras la población que realiza actividades en el nivel primario y secundario, presentaron burnout a niveles moderados, con diferencias mínimas, entre estos grupos.

Abraham, (1986) en Guerrero y Vicente, (1999), entienden a la docencia de grado como una actividad de relaciones interpersonales, que pueden ser producto de tensiones, así como de fuentes de desarrollo, por ende puede desencadenarse desequilibrios temporales o crónicos. Por otro lado Caramés, (2003), establece que las sobrecargas presentes en el sistema educativo, deforman los roles de docentes e investigadores, empeorando las condiciones laborales, la calidad de vida laboral, por salarios mínimos; estas condiciones generan consecuencias negativas en la salud física y psíquica de los educadores, provocando en el transcurrir del tiempo un desmejoramiento del propio sistema educativo.

Sevilla (2002), plantea con respecto a los docentes de educación media, que tienen responsabilidad sobre materias que no se coinciden con la formación profesional que han recibido en el ciclo de formación. A su vez, los profesores de secundario están más expuestos al desgaste, ya que el alumnado transita la etapa vital de la adolescencia, lo que requiere más atención, además de la posibilidad de presencia de conductas conflictivas ante el rol del docente (Salgado, 1999).

El síndrome de burnout, es un padecimiento que se caracteriza por su cronicidad vinculada con la asistencia a terceros, ya que a lo largo de la carrera docente, el sujeto se encuentra expuesto a determinadas circunstancias, sean institucionales, interrelacionales, y hasta de la personalidad del sujeto y de sus recursos, es por ello que con el pasar de los años, quien padece el síndrome de desgaste, mientras se encuentra en actividad, sigue expuesto a la concatenación de estresores, lo que aumenta y profundiza el síndrome. Los resultados obtenidos de la presente investigación demostraron que el

síndrome de burnout aumenta con la cantidad de años de ejercicio en un aula, ya que los docentes se encuentran expuestos constantemente a la diversidad de estresores y al mismo ambiente laboral.

Con una perspectiva similar, Aldrete (2003), menciona que en docentes de educación primaria, vinculando esta población con el síndrome de burnout, demuestra no solo que hay presencia del síndrome, sino que este se acrecienta con la antigüedad del educador, con la cantidad de alumnos en clase, y a su vez con la falta de apoyo a los docentes, para que estos desempeñen su rol sin perjuicios.

Enriqueciendo esta mirada, Blase (1982), hace hincapié en factores que contribuyen a la aparición y al desarrollo del desgaste, conceptualizando como “primarios” a los vinculados con el ambiente educativo, como la violencia, los recursos y las condiciones laborales, a ello suma los “factores secundarios” considerados como los cambios culturales, que generan conductas sociales hacia los maestros, y la mirada que tiene la sociedad sobre el rol de los educadores, y también sobre las propuestas educativas poco claras.

Para clarificar, con respecto a las hipótesis que se han elaborado para la presente investigación, se obtuvieron las siguientes conclusiones:

Para la hipótesis, *“el Síndrome de Burnout se presenta en niveles más elevados en mujeres que en hombres, que desempeñan labores docentes.* Los resultados demuestran que en relación a la variable sexo-síndrome de burnout, a niveles generales no hubo una gran diferencia; si hubo presencia del síndrome en ambos casos; pero a pesar de ello, los porcentajes a niveles generales demuestran que, en la presente muestra, los hombres padecen el desgaste profesional, a niveles más elevados que las mujeres, por ende esta hipótesis fue refutada.

Mientras que para *“el Síndrome de Burnout aumenta, en relación a la cantidad de años de actividad de cada maestra/o.* Esta hipótesis fue confirmada, ya que los resultados demuestran que a medida que el profesional docente aumenta los años de ejercicio, los niveles del síndrome son más elevados; comenzando desde los intervalos

de uno a diez años, de once a veinte años, y por último de más de veinte años de actividad, se demuestra el incremento de los porcentajes.

Por último, para la afirmación *“los docentes que desempeñan su rol laboral en el nivel superior, presentan mayor incidencia del Síndrome de Burnout, con relación a aquellos que lo hacen en el nivel primario o medio.* Con relación a los resultados obtenidos, esta hipótesis es confirmada. Quienes mantienen su actividad educativa frente a los niveles terciario/universitario, presentaron el nivel más alto del síndrome en la muestra; a diferencia de quienes ejercen sus tareas en el secundario, manteniendo el menor porcentaje de muestra, seguido por el nivel primario.

Capítulo 7 Conclusión

Por lo obtenido en la presente investigación, se puede concluir que el síndrome de burnout prevalece en los docentes de diversos niveles educativos del Gran Buenos Aires; entendiendo que la variable sexo, no es determinante para que el profesional padezca o no, el desgaste, pero en cambio si lo es la antigüedad del docente, ya que quienes han ejercido la actividad por varios años presentan niveles elevados del síndrome. Por otro lado, lo que respecta a los diversos niveles educativos, el desgaste está distribuido en todos los niveles, de forma elevada, pero los docentes de niveles superiores se encuentran más afectados.

Las variadas investigaciones realizadas en las últimas décadas en países del todo el mundo y con ambientes laborales diferentes, algunas de ellas descriptivas, otras predictivas, y muchas orientadas a la búsqueda de prevención, establecieron una conclusión clara: el síndrome de Burnout está presente en menor o mayor medida en los profesionales asistenciales, entre ellos: los educadores.

Sin duda esta investigación es un pequeño aporte, para continuar abordando la temática del síndrome de Burnout en Argentina, y sería aún más enriquecedor poder realizar este estudio con una muestra más amplia, que permita una representación mayor de la población docente.

En nuestro país, los educadores de todos los niveles, tienen un rol fundamental, ya que educan y forman a los futuros ciudadanos, en el caso de los niveles iniciales, primarios y medios, pero también forman ideologías y preparan a los profesionales que se encargan de diferentes áreas y roles. Los maestros, tienen variedad de roles frente a una clase, pero también frente a una institución, a una organización y frente a una sociedad; por ende, y ya que son tan valiosos y valientes, empezar a reconocer que tienen padecimientos es primordial para darles el lugar que se han ganado, y la importancia que se merecen.

Teniendo en cuenta lo expuesto, desde la mirada del psicólogo educacional y su función principal de prevención dentro del campo educativo, es esencial darle más importancia a las intervenciones que los profesionales pueden realizar dentro del aula y fuera de ella; por un lado la observación puede colaborar con la detección temprana de

determinados síntomas que se corresponden con el síndrome, así como el acercamiento de información sobre el desgaste a los docentes, permitiendo no solo intervenciones en el caso de los alumnos, sino también en relación al rol docente y a sus conductas desempeñadas dentro de un aula.

Para que esto se lleve a cabo es necesaria la colaboración de diferentes organismos y actores, que promuevan estas pequeñas medidas preventivas, comenzar por cada aula, por cada docente, y por sobre todo brindar información, en las diferentes jornadas, realizar propuestas que permitan tener perfiles de los docentes, todo con el fin de evitar futuras problemáticas de salud, a su vez también cuidar a los educadores de los posibles malestares laborales que pueden presentar, que como se ha visto en la presente investigación, afecta a niveles crónicos y altera el nivel de bienestar.

El abordaje del Síndrome de Burnout, es primordial para la generación de diversas estrategias; que persigan objetivos claros y concretos: mejorar la calidad de vida de los profesionales y trabajadores que asisten a terceros, mejorar los servicios prestados, elaborar planificaciones que permitan disminuir los diversos y posibles estresores, y reorganizar servicios y estructuras organizacionales que contribuyen con el desgaste de profesionales de los diferentes ámbitos laborales; investigar, es sinónimo de generar prevención, de ir por la búsqueda de estrategias de afrontamiento apropiadas para enfrentar una problemática que se encuentra presente en la mayoría de las aulas de distintos niveles educativos y empezar a creer que no todo es utópico, y que siempre se pueden generar recursos para conseguir una sociedad más madura, más sabia, en sí, más saludable.

Referencias

- Alcantud, F. (2003). *Burnout, un nuevo nombre para un viejo problema*. Extraído el 26 de febrero de 2017 de <http://acceso.uv.es/Gandia/burnout.pdf>
- Aldrete, R. M. G., Pando, M. M., Aranda, B. C., Balcázar, P. N. Síndrome de Burnout en maestros de educación básica de Guadalajara. *Revista de Investigación y salud*, Vol. V, Número 1, abril, 2003:11-16.
- Arce, B. S. (2007). *Inmunología Clínica y estrés. En busca de la conexión perdida entre el alma y el cuerpo*. La Habana: Ciencias Médicas.
- Arlene Oramas Viera, María Guadalupe Aldrete Rodríguez, María de Lourdes Preciado Serrano, Adamara González Marrero (2007): “Variables positivas de la personalidad y Síndrome de desgaste psíquico en el trabajo. Estudio exploratorio de asociaciones e independencia”. *Revista Cubana de Salud y Trabajo* 2007; 8(2):47-58. bvs.sld.cu/revistas/rst/vol8_2_07/rst06207.pdf
- Aldrete Rodríguez, M.G., Preciado Serrano, M. d., Franco Chávez, S.A., Pérez, J., A., & Aranda Beltrán, C (Octubre/diciembre de 2008). Factores psicosociales laborales y Síndrome de Burnout, deferencias entre hombre y mujer. *Ciencia % Trabajo* (30), 138-142.
- APA. (2007) *Centro de apoyo apa*. Recuperado el 12 de 03 de 2009, de Centro de Apoyo de la Asociación de Psicología Americana: <http://www.centrodeapoyoapa.org/articulos/articulo.php?id=21>
- Arce, B. S. (2007). *Inmunología Clínica y estrés. En busca de la conexión perdida entre el alma y el cuerpo*. La Habana: Ciencias Médicas.
- Bittar, C. (2008). Síndrome de Burnout y estilos de personalidades en estudiantes universitarios [versión electrónica] presentado en el V encuentro Nacional y II Internacional de Latinoamericano “La Universidad como objeto de investigación”, 1-112, Mendoza, Argentina: Universidad Nacional del Centro de la Provincia de Buenos Aires, Facultad de Ciencias Humanas.
- Blase, J. J. (1982). A social-psychological grounded theory of teacher stress and burnout. *Educational Administration Quarterly*, 18(4), 93-113.

- Boyle, G. J. & Borg, M. A. (1995). Structural model of the dimensions of teacher stress. *British Journal of Educational Psychology*, 65, 49-67.
- Buzzeti, M. (2005). *Validación del Maslach Burnout Inventory (MBI), en dirigentes del colegio de profesores A.G de Chile*. Tesis para optar al título de Psicólogo. Universidad de Chile, Santiago, Chile.
- Castañeda, E. & García, J. (2010). Prevalencia del síndrome de agotamiento profesional (*burnout*) en médicos familiares mexicanos: análisis de factores de riesgo. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 39, 67-84.
- Cannon, W. B. (1932). *The wisdom of the body*. Nueva York: Norton.
- Caramés, R. (2003). Precarización y burnout del puesto de trabajo del personal docente e investigador de la Universidad. *Revista Praxis* 2 (4), 12-20.
- Cockerham, W. C. (2001). *Handbook of medical sociology*. Nueva York: Prentice-Hall.
- Cox F. Cuk M. & Leiter M. *The Truth about Burnout*. Jossey Bass Publishers, 1993.
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burn-out. *Journal of Social. Issues*, 30, 159-165.
- Gil Monte, P. (2002). El síndrome de quemarse por el trabajo (Síndrome de Burnout): aproximaciones teóricas para su explicación y recomendación para la intervención. Extraído de: <http://www.pycolegio.com/>
- Gil-Monte, Peiro (2004). El síndrome de quemarse por el trabajo (Síndrome de Burnout): Aproximaciones teóricas para su explicación y recomendaciones para la intervención. Universidad de Valencia. Recuperado el 10 de abril de 2008, en <http://www.psicologiacientifica.com/publicaciones/biblioteca/index.htm>.
- Gil Monte, P. R. (2005). El Síndrome de quemarse por el trabajo ("burnout"). Una enfermedad laboral en la sociedad del bienestar. Madrid: Pirámide. Guerrero, E. & Rubio, J. (2005). Estrategias de prevención intervención del Burnout en el ámbito educativo. *Salud Mental*, 5(28), 27-33.
- Guerrero, E. & Vicente, F. (1999). Estudios sobre la importancia del factor humano en la realización profesional y personal: Satisfacciones e insatisfacciones de la

profesión docente universitaria. Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado, 2(1), 579-586.

Hobfoll, S.E. (2011). Conservation of resource caravans and engaged settings. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 84, 116-122.

Kahn, R. L. & Byosiere, P. (1992). Stress in organizations. En M. D. Dunnette & L. M. Hough (Eds.), *Handbook of industrial and organizational psychology* (pp.571-650). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

Kanji, N., White, A. & Ernst, E. (2006). Autogenic training to reduce anxiety in nursing students: randomized controlled trial. *Journal Adv Nurs*, 53(6), 729-35.

Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York: Oxford University Press

Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.

Lodolo D Oria, V., Bulgarini d Elci, G., Bonomi, P., Della Torre, M., Fasano, A. L., Gianmella, V. et al. (2009). Are teachers at risk for psychiatric disorders? Stereotypes, physiology and perspectives of a job prevalently done by women. *Medicine Lavours*. 100(3), 211-227. Lodolo D Oria, V., Pecori, F., Della Torre, M., Iossa, A., Vizzi, F., Fontani, S. et al. (2004). Is there any correlation between psychiatric disease and the teaching profession? *Medicina del Lavoro*, 95(5), 339-353.

Leiter, M. P. Desarrollo del proceso del Síndrome de Quemarse por el Trabajo. En Gil Monte y Peiró (1997). *Desgaste Psíquico en el Trabajo. El Síndrome de Quemarse*. Madrid: Síntesis S.A.

Leiter M. P. y Durup, J. (1994). En Gil Monte y Peiró. *Delimitación Conceptual del Síndrome de Quemarse por el Trabajo mediante la diferenciación de los otros conceptos*. Madrid. Síntesis S.A.

Manasero, M. A., Vázquez, A., Ferrer, V. y Fernández, M. C. (1995). Burnout en la enseñanza: análisis de su incidencia y factores determinantes. *Revista de Educación*, 308, 60 -73.

- Marrau, C. (2004). El Síndrome de Burnout y sus consecuencias en el trabajador docente. Fundamentos en Humanidades. Universidad Nacional de San Luis argentina. Recuperado el 22 de septiembre de 2016 en http://74.125.45.104/search?q=cache:pLejKO9UtnkJ:dialnet.unirioja.es/servlet/fichero_articulo%3Fcodigo%3D2004369%26orden%3D69338+el+docente+tiene+una+doble+funcion+como+profesional&hl=es&ct=clnk&cd=9&gl=co
- Martínez Selva, J. M. (2004). *Estrés laboral*. Madrid. Prentice Hall.
- Maslach, C. (1986): "Stress, burnout, and workaholism". En R.R. Kilberg, P.E. Mathan, R.W. Thorenson (eds), *Professionals distress: Issues, syndromes and solutions in psychology* (pp. 53-75). Washington: Psychology Ass.
- Maslach, C. y Jackson S.E. (1981): *Maslach Burnout Inventory* (1986, 2° ed.). Palo Alto, California: Consulting Psychologist Press.
- Maslach, C., Schaufeli, W.B. y Leiter, M.P. (2001): "Job burnout", *Annual Review of Psychology*, 52, 397-422
- Maslach, C. (1982). *Burnout: the cost of caring*. Englewood Cliffs; N. J. Prentice Hall.
- Miño, A. (2003). *Clima organizacional y estrés laboral asistencial (Burnout) en profesores de enseñanza media: Un estudio correlacional*. Tesis para obtener título de Psicología. Universidad de Santiago de Chile, Santiago, Chile.
- Moriana Evira, J. A., & Herruzo Cabrera, J. (27 de 02 de 2004). *International Journal of Clinical Health Psychology*. Recuperado el 10 de enero de 2017, de *International Journal of Clinical Health Psychology*: http://www.aepc.es/ijchp/articulos_pdf/ijchp-126.pdf
- Muchinsky, P. M. (2002). *Psicología aplicada al trabajo*. Mexico: Thompson Learning.
- Núñez, L., Archila, D., Cáceres, B., Girón, E., Alfaro, B. & Mejia, I., et al. (2008) *Influencia del Estrés Académico en el Rendimiento de los Estudiantes de II de Bachillerato del Instituto Salesiano San Miguel (Metodología de la Investigación II)*, Honduras: Universidad Nacional Autónoma de Honduras, Facultad de Psicología.

- Ordenes D, Nadia. Prevalencia de Burnout en trabajadores del hospital Roberto del Río. *Rev. chil. pediatr.*, oct. 2004, vol.75, no.5, p.449-454.
- Padilla, A., Gómez, C., Rodríguez, V., Dávila M., Avella C., Caballero A., Vives A., et al. (2009). Prevalencia y características del síndrome de agotamiento profesional (SAP) en docentes de tres colegios públicos de Bogotá (Colombia). *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 38, 50- 65.
- Peiro, J. M. y Salvador, A. (1993). Control del estrés laboral. Barcelona: Eudema.
- Pines, A. (1993). Fatiga. Madrid: Síntesis S.A.
- Rodríguez Guzmán, L. (2007). Estudio sobre Condiciones de Trabajo y Salud Docente en el Estado de Guanajuato. Tesis doctoral sin publicar, Universidad Autónoma de Guadalajara, Guadalajara. Rodríguez Guzmán, L., Oramas, A. & Rodríguez, E. (2007). Estrés en docentes mexicanos de educación básica. México: Sep/Conacyt/ Dinpo.
- Rojas ML, Zapata JA, Grisales H. (2009). Síndrome de burnout y satisfacción laboral en docentes de una institución de educación superior, Medellín, 2008. *Rev Fac Nac Salud Pública*; 27(2):198-210.
- Salanova, M., Llorens, S. & Garcia-Renedo, M. (2003). Porque se están quemando los profesores. *Revista del Insign*. 28(6), 16-20.
- Salgado Ruiz. A. El síndrome de "burnout": estudio empírico en profesores de enseñanza primaria. Universidad Pontificia de Salamanca. España. *Anales Revista Psicología General y Aplicada. Iberpsicología*, 1999, 21.
- Seisdedos, N. (1997). MBI. Inventario Burnout de Maslach. Síndrome del Quemado por estrés laboral asistencial. Manual. Madrid: TEA.
- Stora, J.B. (1991). ¿Que se acerca del estrés? México: Publicaciones Cruz.

- Sevilla M. U., Villanueva, R. (2002). La salud laboral docente en la enseñanza pública. Gabinetes de Estudios y de salud laboral. Publicaciones de la de la Federación de enseñanza de comisiones obreras. Acción Sindical Federación de enseñanza, Vol 2, España, Abril, 2002. <http://www.Fe.eccoo.es/pdf/nº200%20salud%20laboral.pdf>
- Seyle, H. (1956). *The stress of life*. New York: McGraw-Hill.
- Sonntag, S., y Frese, M. (2003). Stress in Organizations. En W. C. Borman, D. R., Ilgen, y R. J., Klimoski (Eds.), *Handbook of Psychology*. Vol. 12. Industrial and Organizational Psychology. New Jersey: John Wiley & Sons. Inc.
- Toledo, G. J. (2004). *Fundamentos de Salud Pública*. La Habana: Ciencias Médicas.
- Travers, C. J. & Cooper, L. (1997). *El estrés de los profesores*. La presión en la actividad docente. Barcelona: Paidós.

Edad: **Sexo** 1. Hombre 2. Mujer **Clase social** 1. Alta 2. Media 3. Baia

Lo invitamos a colaborar en una Investigación que se desarrolla en el marco de la realización del Trabajo Integrador Final de grado de la Universidad de Flores. El mismo trata sobre la opinión que la gente tiene sobre distintos aspectos de su vida personal y social. Para ello, su cooperación con este cuestionario es de especial relevancia. Es un cuestionario anónimo en el que no existen respuestas correctas o incorrectas, sólo nos interesa su opinión. Por favor intente responder a todo el cuestionario.

I. Le pedimos que nos indique su grado de acuerdo con las siguientes afirmaciones a partir de la siguiente escala:

Totalmente en desacuerdo	Algo en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Algo de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5

1. Me siento emocionalmente agotado por mi trabajo	1	2	3	4	5
2. Me siento cansado al final de la jornada de trabajo	1	2	3	4	5
3. Me siento fatigado cuando me levanto por la mañana y tengo que enfrentarme a otro día de trabajo	1	2	3	4	5
4. Puedo entender fácilmente cómo se sienten los alumnos	1	2	3	4	5
5. Siento que trato a algunos de mis alumnos como si fuesen objetos y no personas	1	2	3	4	5
6. Tratar con estudiantes todo el día es realmente tenso para mí	1	2	3	4	5
7. Trato eficazmente los problemas de los alumnos	1	2	3	4	5
8. Me siento "quemado(a)", "fundido(a)" por mi trabajo	1	2	3	4	5
9. Creo que influyó positivamente con mi trabajo en la vida de otras personas	1	2	3	4	5
10. Me he vuelto más insensible con las personas desde que desempeño este trabajo	1	2	3	4	5
11. Temo que este trabajo me endurezca emocionalmente	1	2	3	4	5
12. Me siento con mucho vigor	1	2	3	4	5
13. Me siento frustrado(a) en mi trabajo	1	2	3	4	5
14. Siento que estoy trabajando demasiado	1	2	3	4	5
15. Me es indiferente, realmente, lo que le sucede a los estudiantes que atiendo	1	2	3	4	5
16. Trabajar directamente con alumnos, me produce mucho estrés	1	2	3	4	5
17. Me es fácil crear una atmósfera relajada con los alumnos	1	2	3	4	5
18. Me siento estimulado(a) después de trabajar directamente con los estudiantes	1	2	3	4	5
19. En este trabajo he realizado muchas cosas que valen la pena	1	2	3	4	5
20. Siento que ya no doy más	1	2	3	4	5
21. En mi trabajo trato problemas emocionales con mucha calma	1	2	3	4	5
22. Siento que mis alumnos me echan la culpa de algunos de sus problemas	1	2	3	4	5

II. A continuación se presentan una serie afirmaciones...

¿Hace cuantos años ejerce su profesión?

.....

Especifique el sector educativo para el cual trabaja

.....

¿Cuál es su lugar de residencia?

.....

¡MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN!