

# Síndrome de burnout y variables sociodemográficas en docentes peruanos

*Burnout syndrome and socio-demographic variables in Peruvian teachers*

Edwin G. Estrada Araoz\*, Doctor en Educación, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Perú.

Néstor A. Gallegos Ramos, Magister en Ciencias de la Educación, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Perú.

\*Edwin Gustavo Estrada Araoz. E-mail: [edwin5721@outlook.com](mailto:edwin5721@outlook.com)

Received/Recibido: 07/28/2020 Accepted/Aceptado: 08/15/2020 Published/Publicado: 10/09/2020 DOI: 10.5281/zenodo.4404750

## Resumen

**Objetivo:** Analizar las variables sociodemográficas relacionadas al síndrome de burnout en docentes de una institución educativa del Cusco.

**Materiales y métodos:** El enfoque de investigación fue cuantitativo, el diseño no experimental y el tipo descriptivo transeccional. La muestra estuvo conformada por 114 docentes del nivel de educación primaria y secundaria pertenecientes a una institución educativa básica regular de la ciudad del Cusco a quienes se les aplicó el Inventario de Burnout de Maslach acompañado de una ficha de datos sociodemográficos. Posteriormente, las respuestas fueron sistematizadas y analizadas utilizando el programa SPSS® versión 22.

**Resultados:** Se halló que los docentes se caracterizaban por presentar altos niveles de síndrome de burnout (42,1%), cansancio emocional (40,3%) y despersonalización (37,7%), sin embargo, presentaron bajos niveles de realización profesional (39,6%). Por otro lado, se demostró que algunas variables el sexo, la edad, el nivel al que enseña, la condición laboral, el horario de trabajo y la antigüedad laboral están asociadas a los niveles de prevalencia del síndrome de burnout.

**Conclusiones:** Los equipos directivos de instituciones educativas, así como a las instancias descentralizadas del Ministerio de Educación deben diseñar programas de detección e intervención en los docentes para disminuir las consecuencias que el síndrome de burnout pudiera ocasionarles.

**Palabras clave:** Agotamiento profesional; estrés profesional, docentes.

## Abstract

**Objective:** To analyze the socio-demographic variables related to burnout syndrome in teachers of an educational institution in Cusco.

**Materials and methods:** The research approach was quantitative, the design was non-experimental and the descriptive type was transectional. The sample consisted of 114 teachers at the primary and secondary education level belonging to a regular basic educational institution in the city of Cusco to whom the Maslach Burnout Inventory was applied together with a socio-demographic record handout. Subsequently, the responses were systematized and analyzed using the SPSS® version 22 program.

**Results:** It was found that teachers were characterized by high levels of burnout syndrome (42.1%), emotional fatigue (40.3%) and depersonalization (37.7%), however, they presented low levels of professional achievement (39.6%). On the other hand, it was shown that some variables: sex, age, level of teaching, work condition, working hours and work seniority are associated with the prevalence levels of burnout syndrome.

**Conclusions:** The management teams of educational institutions as well as the decentralized instances of the Ministry of Education must design detection and intervention programs in teachers to reduce the consequences that the burnout syndrome could cause them.

**Keywords:** Burnout, occupational stress, teachers.

## Introducción

Actualmente el síndrome de burnout es motivo de muchos estudios gracias a su relevancia y al impacto que conlleva en los profesionales<sup>1</sup>. Dentro de un marco histórico, tuvo como punto de partida el estudio por parte de los psicólogos organizacionales entre las décadas de los setenta y ochenta, siendo Freudenberger<sup>2</sup> y Maslach<sup>3</sup> los principales precursores del estudio de dicho fenómeno, el cual afecta principalmente

a los profesionales que prestan servicios y tienen contacto directo con otras personas (profesores, médicos, psicólogos, enfermeras, etc.)<sup>4,5,6</sup>.

El síndrome de burnout es un fenómeno cuyos síntomas son físicos y psicológicos tales como el desinterés por las responsabilidades laborales, la deshumanización la indiferencia,

así como bajos niveles de autorrealización provocados por la exigencia constante en su centro de trabajo<sup>2</sup>. Asimismo, una persona que presente este síndrome se caracteriza por el cansancio emocional, actitudes indiferentes y desfavorables hacia los demás, así como por una pésima autoevaluación y sentimientos de insatisfacción con la labor que realiza<sup>3</sup>.

Es considerado como un trastorno adaptativo crónico<sup>7</sup> y tiende a hacerse presente cuando la persona está expuesta de manera prolongada a diversos estresores, ya sean emocionales e interpersonales, exigiendo una alta demanda emocional con las personas a las que se les brinda algún tipo de servicio<sup>8,9,10,11</sup>.

Maslach y Jackson<sup>12</sup> determinaron que el síndrome de burnout está conformado por tres componentes: cansancio emocional, que se refiere al desgaste sostenido de las energías o recursos emocionales que provoca en la persona cansancio o fatiga; la despersonalización, que hace referencia al desarrollo de sentimientos y actitudes negativas e indiferentes principalmente hacia los estudiantes, padres de familia y otras personas que interactúan con los docentes; y la realización personal, que resulta de la autoevaluación cognitiva que tienen los docentes sobre ellos mismos y la labor que realizan en su centro de trabajo.

Ahora bien, un docente, de cualquier nivel o etapa educativa, que padece de esta enfermedad tiende a brindar un pésimo servicio a los estudiantes, actuar de forma indiferente y no ofrecer un apoyo en las tareas que les asigna, es decir, su prevalencia llega a tener una afectación en su desempeño, en el caso de que dicha patología no sea identificada y tratada oportunamente<sup>13</sup>.

Entre las principales causas para que un docente llegue a presentar el síndrome de burnout están el involucrarse en los problemas de los estudiantes, la sobrecarga de trabajo, elaboración de documentación y carga burocrática, las bajas compensaciones salariales, pésimas condiciones de trabajo y el poco reconocimiento social a pesar de poner mucho esfuerzo en su trabajo<sup>4,14,15</sup>.

En el Perú, desafortunadamente el magisterio no goza de programas preventivos o de intervención en lo que se refiere a salud laboral y bienestar docente, aun cuando se ha visto que la docencia exige una alta demanda de esfuerzo y atención a los estudiantes y las condiciones laborales con las que se enfrentan día a día no son las mejores, lo que podría a llegar a predisponer a la aparición de síntomas relacionados al síndrome de burnout<sup>16,17</sup>.

La revisión de la literatura pone en evidencia que existen diversas investigaciones que han estudiado el síndrome de burnout en profesionales y las variables que inciden en su presencia, sin embargo, los resultados aún no son concluyentes por lo que es necesario ser cuidadosos al analizar y realizar generalizaciones.

En ese sentido, en una investigación realizada en docentes universitarios peruanos<sup>15</sup> se determinó que ellos presentaban niveles moderados del síndrome de burnout de acuerdo

al análisis de sus dimensiones (cansancio emocional, despersonalización y realización personal). Asimismo, se encontraron asociaciones estadísticamente significativas entre el síndrome de burnout y el sexo, edad, estado civil, el máximo nivel de estudios realizados, la especialidad del docente, los años de experiencia docente y turno de dictado.

Del mismo modo, en una investigación en docentes de colegios distritales de Bogotá<sup>16</sup> se identificaron niveles moderados de síndrome de burnout y reportaron que algunas variables como el nivel socioeconómico, las horas de trabajo, la cantidad de estudiantes a cargo y los años de ejercicio profesional estaban asociadas a su prevalencia.

Por otro lado, un estudio realizado en docentes que laboran con personas con necesidades educativas especiales en España<sup>1</sup> reportó que aproximadamente el 70% de los docentes presentaban elevados niveles del síndrome de burnout y se demostró que el sexo, la edad, el estado civil y el nivel de estudios de los docentes inciden en esta enfermedad.

Los altos niveles del síndrome de burnout pueden repercutir en la salud física y psicológica de las personas, así como su desenvolvimiento en el entorno familiar, laboral y amical. En ese sentido, la presente investigación es relevante porque busca conocer su prevalencia y conocer qué variables están asociadas. De esta manera los equipos directivos de las instituciones educativas, desde sus posibilidades, podrán diseñar programas preventivos y correctivos para promover el bienestar docente. Del mismo modo, el Ministerio de Educación y sus órganos descentralizados (Gerencias Regionales de Educación, Direcciones Regionales de Educación y Unidades de Gestión Educativa Local) podrán diseñar políticas nacionales, regionales y locales que promuevan el desarrollo de mejores condiciones laborales y promuevan el bienestar de los docentes para que se desenvuelvan competentemente frente a sus estudiantes y así mejoren los niveles de calidad educativa.

Finalmente, el objetivo de la presente investigación fue analizar las variables sociodemográficas relacionadas al síndrome de burnout en docentes de una institución educativa del Cusco.

## Materiales y métodos

### **Diseño**

El enfoque de investigación fue cuantitativo puesto que se procedió a recoger datos a partir del instrumento aplicado para realizar el análisis estadístico y así sistematizar la información<sup>18</sup>; el diseño fue no experimental debido a que la variable no fue manipulada deliberadamente, sino fue observada tal como se dio en su entorno y el tipo fue descriptivo transeccional ya que se analizaron las propiedades y características de la variable analizada y la recolección de datos se dio en un solo momento<sup>19</sup>.

### **Participantes**

La población fue constituida por 161 docentes del nivel de

educación primaria y secundaria que laboraban en una institución educativa de la ciudad del Cusco y la muestra fue conformada por 114 docentes, cantidad que fue determinada mediante un muestreo probabilístico.

### Instrumentos

Los instrumentos de recolección de datos utilizados fueron el Inventario de Burnout de Maslach y una ficha de datos sociodemográficos.

El Inventario de Burnout de Maslach, fue elaborado por Maslach y Jackson<sup>12</sup>, evalúa la prevalencia de burnout en los profesionales originados por las actividades laborales que usualmente desarrolla, está constituido por 22 ítems de tipo Likert (nunca, casi nunca, a veces, casi siempre y siempre) y evalúa 3 dimensiones: el cansancio emocional (ítems del 1 al 9), la despersonalización (ítems del 10 al 14) y la realización profesional (ítems del 15 al 22). Sus propiedades psicométricas fueron determinadas mediante el proceso de validación y confiabilidad. La validación de contenido fue realizada a través de la técnica de juicio de expertos, obteniéndose luego de su evaluación un coeficiente V de Aiken de 0,801; lo que indica que la escala tiene buena validez. En cuanto a su nivel de confiabilidad, fue determinada mediante una prueba piloto realizada a 25 docentes, obteniéndose un coeficiente Alfa de Cronbach de 0,823; lo que significa que el instrumento muestra una adecuada consistencia interna.

Por otra parte, se utilizó una ficha sociodemográfica diseñada por los autores con el objetivo de recopilar información sobre algunas variables como el sexo, la edad, el estado civil, la especialidad, el máximo nivel de estudios, la condición laboral, el horario de trabajo y la antigüedad laboral.

### Procedimiento

Con relación a la recolección de datos, se dio en el mes de agosto del año 2019. Antes de aplicar los instrumentos de recojo de datos se solicitó la autorización respectiva al director general de la institución educativa focalizada en la presente investigación. Una vez obtenido el permiso necesario se procedió a entregar las cartas de consentimiento informado y los instrumentos a cada uno de los docentes participantes para que puedan firmarlos y desarrollarlos respectivamente, desarrollándolos en aproximadamente 30 minutos

### Análisis de datos

Una vez que los instrumentos, así como las fichas sociodemográficas fueron recogidos, se procedió a calificarlas de acuerdo a las pautas de corrección. El análisis estadístico se realizó utilizando el programa SPSS® versión 22. En el análisis descriptivo se utilizaron tablas de frecuencia y porcentaje mientras que en la parte inferencial se recurrió a la prueba no paramétrica Chi Cuadrado para conocer si el síndrome de burnout se asociaba significativamente con las variables propuestas.

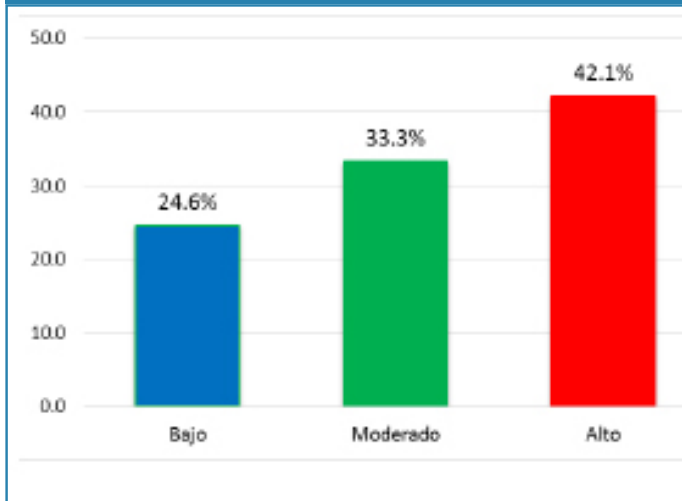
## Resultados

Los resultados que se exponen a continuación son el resultado del tratamiento estadístico realizado a los datos obtenidos a través de la recolección de datos.

**Tabla 1. Características sociodemográficas y laborales de la muestra**

| Variables sociodemográficas y laborales   | Resultados obtenidos  |
|---|---|
| <b>Sexo</b>                               | Masculino: 54 (47,4%)<br>Femenino: 60 (52,6%)   |
| <b>Edad</b>                               | De 21 a 30 años: 28 (24,6%)<br>De 31 a 40 años: 33 (28,9%)<br>De 41 a 50 años: 35 (30,7%)<br>De 51 a más años: 18 (15,8%)                             |
| <b>Estado civil</b>                       | Con pareja estable: 86 (75,4%)<br>Sin pareja estable: 28 (24,6%)  |
| <b>Nivel al que enseña</b>                | Primaria: 64 (57,9%)<br>Secundaria: 44 (42,1%)  |
| <b>Máximo nivel de estudios alcanzado</b> | Licenciatura: 64 (56,1%)<br>Maestría: 44 (38,6%)<br>Doctorado: 6 (5,3%)   |
| <b>Condición laboral</b>                  | Nombrado: 63 (55,3%)<br>Contratado: 51 (44,7%)  |
| <b>Horario de trabajo</b>                 | Mañana: (57,9%)<br>Tarde: (42,1%)   |
| <b>Antigüedad laboral</b>                 | De 1 a 5 años: 26 (22,8%)<br>De 6 a 10 años: 25 (21,9%)<br>De 11 a 15 años: 26 (22,8%)<br>De 16 a 20 años: 22 (19,3%)<br>De 21 a más años: 15 (13,2%) |

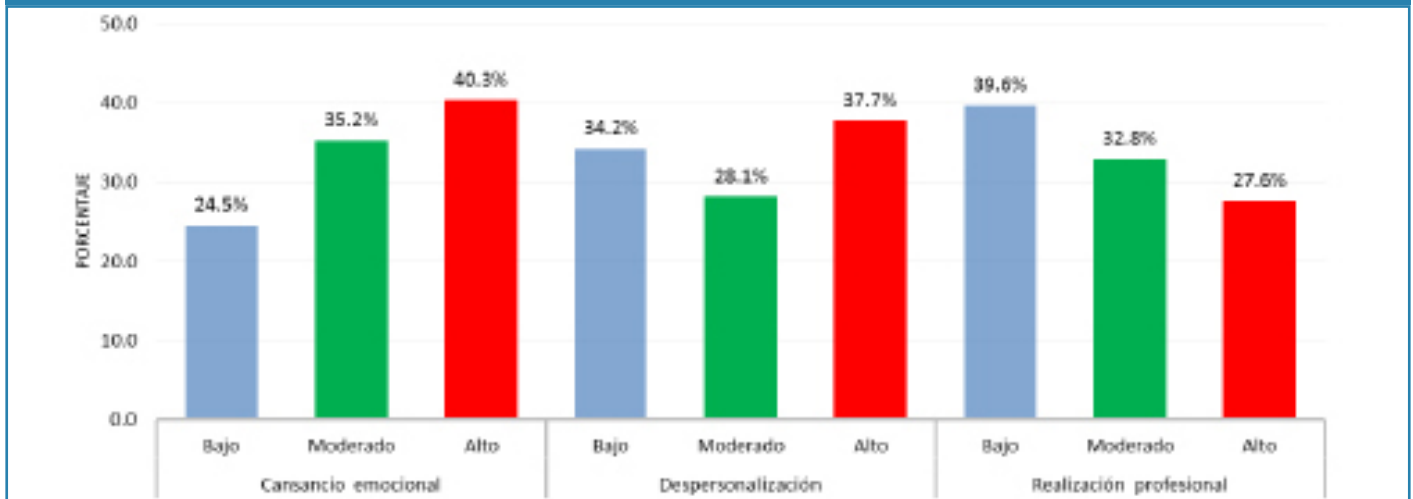
Figura 1. Niveles del síndrome de burnout



De acuerdo a la información sociodemográfica, hubo mayor participación de docentes mujeres (52,6%), sus edades estaban comprendidas entre 41 a 50 años (30,7%), tenían una pareja estable (75,4%), enseñaban al nivel de educación primaria (57,9%), su máximo nivel alcanzado era la licenciatura (56,1%), eran nombrados (55,3%), su horario de trabajo era en la mañana (57,9%) y tenían una antigüedad laboral de entre 1 a 5 años (22,8%).

De acuerdo a la figura 1, el 42,1% de los docentes presentan altos niveles del síndrome de burnout, el 33,3% tienen niveles moderados y el 24,6% presentan bajos niveles. Lo expuesto indica que los docentes presentan un agotamiento físico y emocional el cual sería originado por la exposición prolongada a estresores propios de las actividades escolares, como la preparación de las sesiones de aprendizaje y materiales didácticos, los monitoreos, las actividades extra-curriculares, tratar con estudiantes y padres de familia con diversos problemas, las condiciones de trabajo poco adecuadas y el poco reconocimiento a la labor que realizan.

Figura 2. Niveles del cansancio emocional, despersonalización y realización profesional



En la figura 2 podemos observar que el 40,3% de los docentes presentan altos niveles de cansancio emocional, el 35,2% tienen niveles moderados y el 24,5% presentan bajos niveles. Este hallazgo es revelador y a su vez preocupante ya que indica que los docentes se caracterizan por presentar un significativo desgaste de sus energías y recursos emocionales ocasionados principalmente por la frecuente interacción con los estudiantes, padres de familia, equipo directivo, especialistas y acompañantes pedagógicos; lo cual les provoca fatiga o cansancio. En cuanto a la despersonalización, el 37,7% de los docentes presentan un nivel alto, el 34,2% tienen un nivel bajo y el 28,1% evidencia un nivel moderado. Estos datos dan cuenta que los docentes muestran algunas actitudes de indiferencia e insensibilidad principalmente hacia los estudiantes y padres de familia, tratándoles de manera poco asertiva y llegando incluso a ofenderles. En cuanto a la realización personal, el 39,6% evidencia un bajo nivel, el 32,8% tienen un nivel moderado y el 27,6% muestran un nivel alto. Estos datos llaman la atención ya que indican que los docentes se caracterizan

porque tienen una pésima percepción sobre sí mismos y la labor que realizan, lo cual sería producto del poco reconocimiento que recibe y afectaría su desenvolvimiento frente a los estudiantes y la comunidad educativa.

En la **tabla 2** se puede observar que algunas variables sociodemográficas y laborales como el sexo, la edad, el nivel al que enseña, la condición laboral, el horario de trabajo y la antigüedad laboral se asociaron significativamente al síndrome de burnout ( $p < 0,05$ ). Por otro lado, el estado civil ( $p = 0,051$ ) y el máximo nivel de estudio (0,093) no reportaron una asociación significativa ( $p > 0,05$ ).

De acuerdo a lo expuesto, las mujeres se caracterizaron por presentar mayores niveles de burnout en comparación a los varones ( $p = 0,024$ ). Por otro lado, se visualiza que en los docentes menores de 40 años presentaban altos niveles del síndrome de burnout, sin embargo, los docentes cuyas edades eran mayores a 40 años se caracterizaban por tener niveles moderados y bajos de burnout ( $p = 0,000$ ). Del mismo



modo, los docentes que enseñan en el nivel de educación primaria presentaron en su mayoría altos niveles del síndrome de burnout, mientras que los docentes que laboraban en el nivel de educación secundaria, se caracterizaban por tener niveles moderados ( $p=0,042$ ). En cuanto a la condición laboral, en los docentes contratados predominó el nivel alto, mientras que los docentes nombrados se caracterizaron por tener niveles moderados ( $p=0,044$ ). Con relación al ho-

rario de trabajo, la mayoría de los docentes que laboraban en la mañana presentaron altos niveles mientras que en los que trabajaban en la tarde predominaba el nivel moderado ( $p=0,042$ ). Finalmente, en cuanto a la antigüedad laboral, los docentes que tenían una antigüedad laboral menor a 15 años presentaron mayores niveles, mientras que los docentes que tenían más de 15 años de antigüedad laboral tenían niveles moderados y bajos ( $p=0,012$ ).

| Variables                         | Categorías         | Síndrome de burnout |                |            | X <sup>2</sup> | p-valor |
|-----------------------------------|--------------------|---------------------|----------------|------------|----------------|---------|
|                                   |                    | Bajo n (%)          | Moderado n (%) | Alto n (%) |                |         |
| Sexo                              | Femenino           | 9 (15,0)            | 20 (33,3)      | 31 (51,7)  | 7,465          | 0,024*  |
|                                   | Masculino          | 19 (35,2)           | 18 (33,3)      | 17 (31,5)  |                |         |
| Edad                              | De 21 a 30 años    | 6 (21,4)            | 3 (10,7)       | 19 (67,9)  | 25,595         | 0,000*  |
|                                   | De 31 a 40 años    | 4 (12,1)            | 12 (36,4)      | 17 (51,5)  |                |         |
|                                   | De 41 a 50 años    | 10 (28,6)           | 19 (54,3)      | 6 (17,1)   |                |         |
|                                   | De 51 a más años   | 8 (44,4)            | 4 (22,2)       | 6 (33,3)   |                |         |
| Estado civil                      | Con pareja estable | 17 (19,8)           | 33 (38,4)      | 36 (41,9)  | 5,948          | 0,051   |
|                                   | Sin pareja estable | 11 (39,3)           | 5 (17,9)       | 12 (42,9)  |                |         |
| Nivel al que enseña               | Primaria           | 12 (18,2)           | 20 (30,3)      | 34 (51,5)  | 6,326          | 0,042*  |
|                                   | Secundaria         | 16 (33,3)           | 18 (37,5)      | 14 (29,2)  |                |         |
| Máximo nivel de estudio alcanzado | Título profesional | 13 (20,3)           | 17 (26,6)      | 34 (53,1)  | 7,958          | 0,093   |
|                                   | Maestría           | 14 (31,8)           | 18 (40,9)      | 12 (27,3)  |                |         |
|                                   | Doctorado          | 1 (16,7)            | 3 (50,0)       | 2 (33,3)   |                |         |
| Condición laboral                 | Nombrado           | 21 (33,3)           | 22 (34,9)      | 20 (31,7)  | 6,245          | 0,044*  |
|                                   | Contratado         | 7 (13,7)            | 18 (35,3)      | 26 (51,0)  |                |         |
| Horario de trabajo                | Mañana             | 12 (18,2)           | 20 (30,3)      | 34 (51,5)  | 6,326          | 0,042*  |
|                                   | Tarde              | 16 (33,3)           | 18 (37,5)      | 14 (29,2)  |                |         |
| Antigüedad laboral                | De 1 a 5 años      | 5 (19,2)            | 5 (19,2)       | 16 (61,5)  | 19,623         | 0,012*  |
|                                   | De 6 a 10 años     | 3 (12,0)            | 9 (36,0)       | 13 (52,0)  |                |         |
|                                   | De 11 a 15 años    | 6 (23,1)            | 8 (30,8)       | 12 (46,2)  |                |         |
|                                   | De 16 a 20 años    | 6 (27,3)            | 12 (54,5)      | 4 (18,2)   |                |         |
|                                   | De 21 a más años   | 8 (53,3)            | 4 (26,7)       | 3 (20,0)   |                |         |

## Discusión

El síndrome de burnout es considerado una respuesta al estrés crónico producido en el entorno de trabajo por lo que ha sido y viene siendo estudiada debido a las repercusiones que origina en la salud física y psicológica de los docentes, así como en su entorno familiar y laboral. Por ello, el objetivo de la presente investigación fue analizar las variables sociodemográficas relacionadas al síndrome de burnout en docentes de una institución educativa del Cusco.

Un primer hallazgo relevante indica que el 42,1% de los docentes presentan altos niveles del síndrome de burnout, el 33,3% tienen niveles moderados y el 24,6% presentan bajos niveles. En cuanto a las dimensiones del síndrome de burnout, se encontró que los docentes presentaban altos niveles de cansancio emocional y despersonalización, no obstante, tenían bajos niveles de realización profesional. Estos datos corroborarían la alta prevalencia de la mencionada enfermedad en los docentes. Lo expuesto es corroborado por una investigación realizada en España que encontró que el 70% de profesionales de la educación presentaba un elevado nivel de burnout<sup>1</sup>. Del mismo modo, guarda coherencia con los hallazgos de un estudio ejecutado en México que reportó que los docentes presentaban un elevado agotamiento emocional asociado a la sobrecarga laboral, sus niveles de desperso-

nalización eran altos y tenían bajos niveles de eficacia profesional por lo que estaban propensos a padecer de burnout<sup>20</sup>.

Por otro lado, al analizar las variables sociodemográficas como el sexo, se pudo corroborar que las mujeres presentaron mayor nivel del síndrome de burnout que los varones, hallazgo que guarda relación con otras investigaciones<sup>1,6,15</sup>. Esta asociación sería explicada porque ellas desempeñan dos roles con funciones diferentes, tanto en la institución educativa como el hogar y además, de acuerdo a la formación sociocultural del contexto actual, las mujeres tienden a ser más expresivas y exteriorizan sus emociones mediante sintomatologías psicósomáticas<sup>15</sup>.

Con relación a la edad, se halló que los docentes cuyas edades eran menores de 40 años presentaban niveles superiores del síndrome de burnout en comparación a los docentes de mayor edad, lo cual coincide con los hallazgos de otras investigaciones<sup>5,14,16,21</sup>. Esto ocurriría porque los docentes más jóvenes tienen que lidiar con la inestabilidad laboral y en muchos casos laboran en más de una institución educativa.

En cuanto al nivel de enseñanza, los docentes de educación primaria tuvieron mayores niveles del síndrome de burnout en comparación a los de educación secundaria, lo cual

estaría asociado a la sobrecarga de trabajo que tienen, el acompañamiento pedagógico y monitoreo constante, la carga burocrática (planificación curricular) y elaboración de materiales educativos. Este resultado difiere con un estudio que halló que los docentes de educación secundaria presentaron mayor agotamiento emocional y despersonalización que los profesores de inicial y primaria pues la exigencia académica aumenta en este nivel educativo, así como la presencia de problemas de conducta en los adolescentes de las diversas secciones y grados que enseñan<sup>22</sup>.

Respecto a la condición laboral, se determinó que los docentes nombrados presentaron niveles inferiores de burnout que los docentes contratados, lo cual ocurriría porque ya han conseguido tener estabilidad laboral, lo cual les produce tranquilidad mientras que los docentes contratados están preocupados por mantener sus puestos de trabajo e ir pensando dónde laborarán al próximo año.

En cuanto al horario de trabajo, los docentes que laboraban en el turno de la mañana presentaron niveles superiores del síndrome de burnout en contraste a los docentes que trabajan en la tarde. Este hallazgo fue corroborado parcialmente por un estudio que reportó que los docentes que trabajan en dos turnos (mañana y noche) tienden, como es lógico, a sentirse más estresados y desarrollar mayores de burnout que los docentes que laboran solo en la tarde o noche<sup>16</sup>.

Finalmente, se estableció que los docentes que tienen una menor antigüedad laboral presentan mayores niveles del síndrome de burnout que los docentes con mayor antigüedad, lo cual es corroborado por algunos estudios que indican que existe una mayor probabilidad de padecer del síndrome de burnout cuando el profesional tiene menos experiencia<sup>16,23</sup>.

En función a lo expuesto, se sugiere a los equipos directivos de instituciones educativas, así como a las instancias descentralizadas del Ministerio de Educación (Dirección Regional de Educación y Unidad de Gestión Educativa Local) deben diseñar programas de detección e intervención en los docentes para disminuir las consecuencias que el síndrome de burnout pudiera ocasionarles.

## Referencias

1. Llorent, V. & Ruíz, I. El Burnout y las variables socio-demográficas en los profesionales de la educación que trabajan con personas con discapacidad en Córdoba (España). *Ciência & Saúde Coletiva*. 2016. 21(10):3287-3295. Recuperado de <https://doi.org/10.1590/1413-812320152110.00732015>
2. Freudenberg, H. Staff burnout. *Journal of Social Issues*. 1974. 30:159-166. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>
3. Maslach, C. *Burnout: The cost of caring*. New Jersey: Prentice-Hall Press; 1982.
4. Estrada, E., Mamani, M., Paredes, Y. & Quispe, R. Clima organizacional y síndrome de burnout en docentes de una institución educativa de educación básica de la ciudad de Puerto Maldonado. *Pro Sciences: Revista De Producción, Ciencias E Investigación*. 2020. 4(33):41-48. <https://doi.org/10.29018/issn.2588-1000v04iss33.2020pp41-48>
5. Almeida, M., Oliveira, N., Guimarães, F., Evangelista, R., Gomes, A. & Vieira, B. Síndrome de Burnout: un estudio con profesores. *Salud de los Trabajadores*. 2015. 23(1):19-27. Recuperado de [http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1315-01382015000100003](http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1315-01382015000100003)
6. Colino, N. & Pérez, P. El síndrome de burnout en un grupo de profesores de enseñanza secundaria en Montevideo. *Ciencias Psicológicas*. 2015. 9(1):27-41. Recuperado de [http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1688-42212015000100004](http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-42212015000100004)
7. Chavarría, R., Colunga, F., Loria, J. & Peláez, K. Síndrome de burnout en médicos docentes de un hospital de 2° nivel en México. *Educación Médica*. 2017. 18(4):254-261. <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2016.09.001>
8. Fernández, J., Peláez, J. & Peralta, M. Influencia de factores sociodemográficos, laborales y de estilo de vida sobre los niveles de burnout en personal sanitario de cuidados paliativos. *Anales del Sistema Sanitario de Navarra*. 2017. 40(3):421-431. <http://dx.doi.org/10.23938/assn.0114>
9. Domínguez, A., Velasco, M., Meneses, D., Guzmán, G. y Castro, M. Síndrome de burnout en aspirantes a la carrera de medicina. *Investigación en Educación Médica*. 2017. 6(24): 242-247. <https://doi.org/10.1016/j.riem.2016.11.007>
10. Macía, C., Martín, D., Moreno, J., Aranda, M., Ortiz, G., Montaña, A., Muñoz, C., López, M. & Gonzáles, A. Síndrome de burnout en especialistas de medicina interna y factores asociados a su desarrollo. *Revista Clínica Española*. 2020. 220(6):331-338. <https://doi.org/10.1016/j.rce.2019.10.009>
11. Magalhães, E., Machado, A., Souza, C., Araújo, L., Moser, D. & Viana, C. Prevalencia del síndrome de burnout entre los anestesiólogos del Distrito Federal. *Brazilian Journal of Anesthesiology*. 2015. 65(2):104-110. <https://doi.org/10.1016/j.bjan.2013.07.017>
12. Maslach, C. & Jackson, S. *Maslach Burnout Inventory*. California: Consulting Psychologists Press; 1986.
13. Fuster, D., Jara, N., Ramírez, E., Maldonado, H., Norabuena, R., & García, A. Desgaste ocupacional en docentes universitarios mediante el modelo factorial confirmatorio. *Propósitos y Representaciones*. 2019. 7(3):198-214. <https://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.389>

14. Tacca, D. & Tacca, A. Síndrome de Burnout y resiliencia en profesores peruanos. *Revista de Investigación Psicológica*. 2019. 22:11-30. Recuperado de [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2223-30322019000200003](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-30322019000200003)
15. Rodríguez, E. & Sánchez, M. Síndrome de Burnout y variables sociodemográficas en docentes de una universidad privada de Lima. *Revista de Investigación Educativa*. 2018. 36(2): 401-419. <http://dx.doi.org/10.6018/rie.36.2.282661>
16. Ibáñez, J., López, J., Márquez, A., Sánchez, N., Florez, L. & Vera, A. Variables sociodemográficas relacionadas al síndrome de Burnout en docentes de colegios distritales. *Psychologia. Avances de la Disciplina*. 2012. 6(2):103-116. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1900-23862012000200009](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1900-23862012000200009)
17. Rodríguez, J., Guevara, A. & Viramontes, E. Síndrome de burnout en docentes. *IE Revista de investigación educativa de la REDIECH*. 2017. 8(14):45-67. [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2448-85502017000100045](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-85502017000100045)
18. Sánchez, H., Reyes, C. & Mejía, K. *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística*. Lima: Universidad Ricardo Palma; 2018.
19. Hernández, R. Fernández, C. & Baptista, P. *Metodología de la Investigación*. (6ta ed.). México: Mc Graw-Hill; 2014.
20. Brito, J. Calidad educativa en las instituciones de educación superior: evaluación del síndrome de burnout en los profesores. *RIDE*. 2018. 8(16):516-534. <https://doi.org/10.23913/ride.v8i16.356>
21. Moreno, B., Garrosa, E., Rodríguez, R. Martínez, M. & Ferrer, R. El Burnout del Profesorado Universitario y las Intenciones de Abandono: Un Estudio Multi-Muestra. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*. 2009. 25(2):149-163. Recuperado de [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1576-59622009000200005](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1576-59622009000200005)
22. Arias, W., Huamaní, J. & Ceballos, K. Síndrome de Burnout en profesores de escuela y universidad: un análisis psicométrico y comparativo en la ciudad de Arequipa. *Propósitos y Representaciones*. 2019. 7(3):72-110. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.390>
23. Gil, P. & Peiró, J. *Desgaste psíquico en el trabajo: El síndrome de quemarse*. Madrid: Síntesis; 2007.

