

EL SÍNDROME DE BURNOUT EN LOS DOCENTES

# EL SÍNDROME DE BURNOUT EN LOS DOCENTES Y SU IMPLICACIÓN EN LA SALUD MENTAL

Leris Daneidy Torres Riascos<sup>1</sup>

Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium

Facultad de Salud – Programa de Psicología

## Resumen

En el presente artículo de revisión se llevará a cabo una aproximación a la problemática del síndrome de Burnout en los docentes; a partir de su conceptualización, su clasificación y los factores que lo producen. El objetivo es describir las principales causas y factores del síndrome de Burnout que inciden en el personal docente. Metodológicamente, se elabora una revisión documental, que ayude a profundizar el objeto de estudio, en muestra de resultados y análisis de estos: como muestra, se toman 10 artículos relacionados al síndrome de Burnout en docentes; resultado, se recopilan los principales aspectos del síndrome de Burnout en docentes, así como su relación con el estrés laboral en el área organizacional, social y personal.

**Palabras claves:** Síndrome de Burnout, docentes, estrés laboral, organización.

## Abstract

In this research work, an approach to the problem of Burnout syndrome in teachers will be carried out; from its conceptualization, its classification and the factors that produce it. The objective is to describe the main causes and factors of Burnout syndrome, which affect teaching staff. Methodologically, a documentary review is elaborated, that helps to deepen the object of study, in sample of results and analysis of the same; As a sample, 10 articles related to the Burnout Syndrome in teachers are taken. Result, the main aspects of the Burnout syndrome in teachers are collected, as well as its relationship with work stress in the organizational, social and personal area.

**Keywords:** Burnout syndrome, teachers, work stress, organization.

<sup>1</sup>Leris Daneidy Torres Riascos. Este artículo de revisión se elabora como opción de grado en el marco de desarrollo de la modalidad Seminario de Profundización: “Retos en la gestión de la salud mental, un desafío para la psicología organizacional” en la Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium (Cali Colombia). Contacto: [leris00torres@gmail.com](mailto:leris00torres@gmail.com)

## EL SÍNDROME DE BURNOUT EN LOS DOCENTES

### Introducción

La incidencia del entorno y el contexto físico en el cambio de comportamiento social del individuo, nunca dejará de ser una realidad ontológica; ejemplo de ello, la coyuntura hoy en día, de una pandemia producto de la proliferación de un virus biológico como lo es SARS-Cov-2, más conocido como COVID-19, reafirma y reconfigura nuevas formas de conducta en la sociedad; a tal punto que todo los Estados, han implantado diversas medidas de salud pública y sociales para responder al COVID-19, entre los que se destacan: la sana distancia física, limitaciones en la circulación de personas, el cierre de centros académicos además de comercios, cuarentena por región geográficas, entre otras.

Precisamente en Colombia, uno de los sectores de la sociedad que resulta mayormente afectado son las instituciones educativas, no solo desde aspectos coyunturales como la suspensión de la mayoría de las actividades presenciales, y el acceso a una educación virtualizada, sino desde la repercusión psicosocial relacionada a la salud mental del cuerpo docente, reconociendo que la docencia es una de las profesiones con alto nivel de estrés y desgaste laboral. Actualmente, en la población mundial no hay una persona que sea ajena al síndrome de desgaste, desde una de sus expresiones como lo es el estrés, debido a que diariamente están sometidas a situaciones tensionantes que afectan en todos los aspectos de la vida de los seres humanos, sobre todo en las personas que realizan trabajos diarios, no precisamente rutinarios, sino que interactúan con otras personas. En ese sentido, el desgaste en los docentes es un problema constante al tener consecuencias graves a corto y largo plazo; lo cual es un enorme gasto en cuanto a sufrimiento humano y en perjuicios económicos.

El presente trabajo tiene como objetivo describir las principales causas y factores del síndrome de Burnout que inciden en el personal docente. Se hace una revisión documental del fenómeno, entre sus antecedentes, definición conceptual, dimensiones, variables, revisión sistemática en el área organizacional de los docentes; lo cual, no es solo ir a la vanguardia de un problema de escala mundial, sino estudiarlo, aprender a identificarlo desde el contexto local y aportar elementos epistemológicos y metodológicos para su análisis.

Además, a nivel académico es importante que se logren este tipo de investigaciones, abriendo un camino temprano a la consolidación de material de estudio sobre el fenómeno del síndrome de Burnout. Metodológicamente, el aporte permitirá, a través de un análisis interpretar el fenómeno de la revisión documental, que ayude a profundizar el objeto de estudio, en muestra

<sup>1</sup> Leris Daneidy Torres Riascos. Este artículo de revisión se elabora como opción de grado en el marco de desarrollo de la modalidad Seminario de Profundización: "Retos en la gestión de la salud mental, un desafío para la psicología organizacional" en la Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium (Cali Colombia). Contacto: [leris00torres@gmail.com](mailto:leris00torres@gmail.com)

## EL SÍNDROME DE BURNOUT EN LOS DOCENTES

de resultados y análisis de los mismos. Teóricamente, se pretende construir un gran cuerpo de referentes de autores a partir de estudios, definiciones, métodos utilizados dentro de esta recopilación en referencia al objeto de estudio. Y en la práctica, dar los parámetros de investigación para un análisis riguroso aplicado a la identificación, diagnóstico, análisis e interpretación del Burnout.

### **Metodología**

En este artículo, el aspecto metodológico se trabaja a partir de una revisión teórico-descriptiva de tipo documental sobre los diferentes aportes sobre el síndrome de Burnout en docentes. La investigación documental va más allá de la recopilación teórica del fenómeno estudiado; su punto de inicio es la creación de propuestas y resultados sistemáticos. A través de los estudios previos de antecedentes de un tema en particular, ese conocimiento obtenido pasa a una nueva comprensión de carácter reconstructiva (Gómez, 2011).

En primer lugar, se hace una recolección documental desde los aportes teóricos y metodológicos del Síndrome de Burnout, y su incidencia en los profesionales docentes de las instituciones educativas; es decir, se elabora una exploración o rastreo a la temática de estudio a partir de la revisión de fuentes primarias, y el análisis de datos comparativos; en segunda instancia, se cuenta con la constatación teórica y metodológica de cada autor en referencia al objeto de estudio; y finalmente, se describe la incidencia del síndrome de Burnout en el personal docente y el área organizacional. La construcción teórica y conceptual de este artículo es producto de la recopilación documental de forma rigurosa y en constatación permanente con el fenómeno abordado desde la línea de investigación de entrenamiento físico militar y condiciones de salud asociadas.

### **Desarrollo**

En este apartado se hace una revisión conceptual. En primera instancia, se ve al desgaste como definición de entrada al Síndrome profesional (SDP) o Burnout. Los preceptos encontrados permiten analizar de forma amplia las implicaciones en salud que derivan de este síndrome a tratar. Freudenberger fue el primero en acuñar el concepto de Burnout, haciendo mención a la manifestación en los profesionales, en mayor parte de las áreas de la Organización (Pendras et al, 2007).

El síndrome de Burnout (SB) tiene una singularidad de nombre, también es conocido como un síndrome de desgaste profesional, de sobrecarga emocional, síndrome del quemado o

<sup>1</sup> Leris Daneidy Torres Riascos. Este artículo de revisión se elabora como opción de grado en el marco de desarrollo de la modalidad Seminario de Profundización: "Retos en la gestión de la salud mental, un desafío para la psicología organizacional" en la Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium (Cali Colombia). Contacto: [leris00torres@gmail.com](mailto:leris00torres@gmail.com)

## EL SÍNDROME DE BURNOUT EN LOS DOCENTES

síndrome de fatiga en el trabajo; un término construido desde la Organización Mundial de la Salud (OMS) en el 2000, es considerado un factor de riesgo laboral, debido a su capacidad para afectar la calidad de vida, salud mental e incluso hasta poner en riesgo la vida del individuo que lo sufre (Aceves, 2006). Ahora bien, uno de los autores referentes en el estudio del agotamiento es Maslach, al caracterizarlo como un síndrome de agotamiento emocional, despersonalización y reducción logro personal que puede ocurrir entre individuos (Maslach, 1996, p. 192).

Para Maslach, el síndrome estaba en relación a los aspectos emocionales y psicológicos de los individuos, a partir de los estresores interpersonales crónicos en el trabajo; debido a lo anterior, se identifican 3 dimensiones: el cansancio, el desapego del trabajo y la sensación de eficacia. Lo relevante de estas dimensiones es la ubicación del estrés individual hacia otros contextos, entre los que se encuentra el social, a partir de los estresores presentados en la organización o empresa, jornadas extendidas de trabajo, salarios bajos, sobrecarga laboral, falta de personal de trabajo (Maslach y Leiter, 2020). Es menester recordar que el agotamiento es propio de estudios realizados a la salud y el bienestar de la persona. En ese sentido, se desarrolla primero en respuesta a una alta demanda y sobrecarga laboral; y luego esto precipitaría el desprendimiento y reacciones negativas a las personas y el trabajo (despersonalización o cinismo). Si esto continuaba, entonces la siguiente etapa sería de sentimientos de insuficiencia y fracaso (ineficacia profesional) (Maslach, 2001).

En ese sentido, los modelos de agotamiento se han basado en teorías sobre el estrés laboral y la noción de desequilibrios que conducen a presión. El primer modelo de este tipo fue el transaccional, al servir como puente conceptual entre etapas secuenciales y desequilibrios. Sus tres etapas identificadas son: a) factores de estrés laboral (un desequilibrio relacional entre las demandas laborales y los recursos individuales), b) tensión individual (una respuesta emocional de agotamiento y ansiedad) y c) el afrontamiento defensivo (cambios en las actitudes y comportamiento, como un mayor cinismo) (Maslach, 2001).

Como antecedente de la investigación de Burnout se tienen las siguientes fases: en primer lugar, se cuenta con la fase pionera, cuyo trabajo fue de tipo exploratorio; pero a la vez, ya articulaba algunos rasgos fenomenológicos de Burnout; esto se dio en la década de 70 (Maslach, 2001), las primeras investigaciones en Estados Unidos describían los aspectos que rodeaban al fenómeno, profesionales del área de la salud, que mediante su labor, les generaría estresores

<sup>1</sup> Leris Daneidy Torres Riascos. Este artículo de revisión se elabora como opción de grado en el marco de desarrollo de la modalidad Seminario de Profundización: "Retos en la gestión de la salud mental, un desafío para la psicología organizacional" en la Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium (Cali Colombia). Contacto: [leris00torres@gmail.com](mailto:leris00torres@gmail.com)

## EL SÍNDROME DE BURNOUT EN LOS DOCENTES

emocionales de forma interpersonal; estas contribuciones teóricas y conceptuales estuvieron en responsabilidad de Freudenberg en 1975, quien inicialmente diagnosticaba dos tipos de agotamiento: emocional y motivacional. Un segundo momento fue la fase empírica a partir de 1980, el trabajo sobre el agotamiento se caracterizó por ser una investigación empírica más sistemática. Se utilizó metodologías cuantitativas, entre cuestionarios y encuestas metodológicas, con estudio de poblaciones de sujetos más grandes (Maslach, 2001).

Para Cherniss (1980) el burnout es una enfermedad considerada a través de un proceso de adaptación psicológica entre el trabajador y los estresores en relación a su área de actividad; en ese orden de ideas, en el paciente se distinguen las fases de estrés, agotamiento clásico y defensivo, entre el sujeto estresado y un trabajo estresante, cuya principal causa es la pérdida de compromiso.

El estrés hace referencia a ese desequilibrio entre las obligaciones del empleado, con los recursos que dispone para cualquier circunstancia laboral. El agotamiento es una respuesta emocional del sujeto producto del desequilibrio; y el afrontamiento son los cambios actitudinales de conducta emergidos de la situación (Martínez, 2010).

Algunos de los modelos explicativos son el de Peiro y Cols (1994), el de Gil- Monte & Peiró (1997), y sobre estrategias y técnicas de intervención, Matteson e Ivansevich (1997), Ramos (1999), entre otros. Existen diversas interpretaciones sobre el síndrome y los tipos de intervenciones apropiadas para corregirlo, bien de tipo individual, acentuando la acción psicológica; de tipo social u organizacional, repercutiendo en las condiciones de trabajo; sin embargo, se mantuvo el consenso básico sobre la importancia de diagnosticar el síndrome y de promover programas de actuación. El síndrome de Burnout por causas de estrés crónico en el trabajo tiene repercusiones negativas tanto a nivel individual y organizacional, desde profesionales hasta el personal de pacientes que se encuentre dentro del mismo entorno laboral (Martínez, 2010).

A raíz de los múltiples aportes científicos y conceptuales, existen divergencias en referencias al concepto de Burnout, a causa de la amplitud generada en la manifestación del fenómeno a otras profesiones, disciplinas, áreas, contextos, etc. En ese sentido, Maslach y Jackson consideraban el síndrome desde un aspecto tridimensional desde el ámbito de estrés laboral, entre los que se encontraba el cansancio emocional (CE), despersonalización (DP), trato con clientes y usuarios, y dificultad para el logro/realización personal (RP); en cambio, se acuñan

<sup>1</sup> Leris Daneidy Torres Riascos. Este artículo de revisión se elabora como opción de grado en el marco de desarrollo de la modalidad Seminario de Profundización: "Retos en la gestión de la salud mental, un desafío para la psicología organizacional" en la Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium (Cali Colombia). Contacto: [leris00torres@gmail.com](mailto:leris00torres@gmail.com)

## EL SÍNDROME DE BURNOUT EN LOS DOCENTES

otras definiciones, entre las que se destaca la de Burke, como proceso de adaptación del estrés laboral, también desde el aspecto psicológico del paciente-trabajador (Martínez, 2010). Esta definición profundiza en la parte emocional del individuo que se ve afectada por el desgaste laboral del que está siendo padecido; en cambio, Farber lo describe más en relación a la eficiencia y eficacia dentro de las organizaciones y/o empresas, a raíz de una competencia laboral y la exigencia de mejores resultados al menor tiempo y reducción de costos, teniendo en cuenta cuatro variables: 1) satisfacción de la demanda, 2) intensa competitividad, 3) deseo de obtener más dinero y 4) sensación de ser desprovisto de algo que se merece. (Martínez, 2010, p. 04).

En la actualidad, el espectro del síndrome de Burnout ha llegado a todas las áreas de la vida social del individuo, al incluir desde directivos, docentes, médicos y personal salud, trabajadores independientes, obreros, personal administrativo, voluntarios de organizaciones hasta amas de casa. Como manifestación del síndrome, se encuentra en el paciente con estrés crónico, que, en desespero de salir de esa condición, se esfuerzan descomunadamente ante la demanda del contexto laboral, lo cual termina con una sensación de “quemado” llevando su cuerpo y psiquis al límite (Martínez, 2010). Esto es evidenciado en el rendimiento laboral, dando como resultado un absentismo laboral, alto número de rotaciones e incluso abandono del puesto de trabajo. (Martínez, 2010, p. 05).

### **Resultados y Discusión**

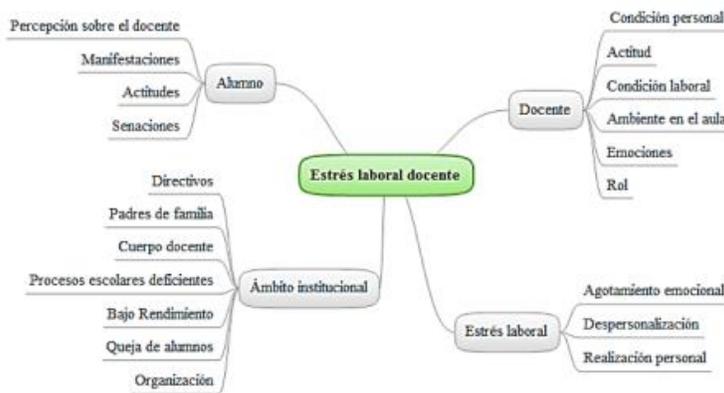
Después del despliegue conceptual sobre las principales definiciones del Síndrome de Burnout, se elabora la revisión documental sobre el resultado de 10 artículos académicos y científicos en relación al Síndrome en el personal docente. Como primera referencia, se señala a Rodríguez et al (2017), en “*Síndrome de burnout en docente*”, cuyo estudio trata principalmente sobre el estrés laboral y sus múltiples manifestaciones, entre las que se encuentra el Burnout. Los autores representan la problemática de análisis en cuatro categorías principales: el estrés laboral, que es la percepción manifestada entre los actores; el docente, la percepción y vivencia del problema por el docente y sus actividades el alumno y el ámbito institucional; el alumno, es la relación de convivencia con un maestro con este problema; y la institución, al presenciar lo que se vive al interior del centro, y las consecuencias de la existencia de la enfermedad a la que se ve expuesta el docente. Ver **Figura 1**.

#### **Figura 1.**

*Categorización general de actores relacionados al síndrome de burnout*

<sup>1</sup> Leris Daneidy Torres Riascos. Este artículo de revisión se elabora como opción de grado en el marco de desarrollo de la modalidad Seminario de Profundización: “Retos en la gestión de la salud mental, un desafío para la psicología organizacional” en la Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium (Cali Colombia). Contacto: [leris00torres@gmail.com](mailto:leris00torres@gmail.com)

## EL SÍNDROME DE BURNOUT EN LOS DOCENTES



Fuente: Rodríguez et al. (2017).

En lo referente a la categoría de docente, se ve expuesto de acuerdo a su función ética y pedagógica dentro de la sociedad debido a su rol desempeñado, siendo el estrés la respuesta psicológica y fisiológica ante el exceso de demandas que sobrepasan su capacidad de resolución. Ver **Figura 2**. En ese sentido, se revalida en el estudio que la variable mujer es la más propensa a sufrir fatiga emocional que en los hombres, debido a su doble rol en el trabajo y el hogar (Rodríguez et al, 2017), problema que se profundiza en el contexto actual de la educación virtual, producto del periodo de pandemia por COVID-19.

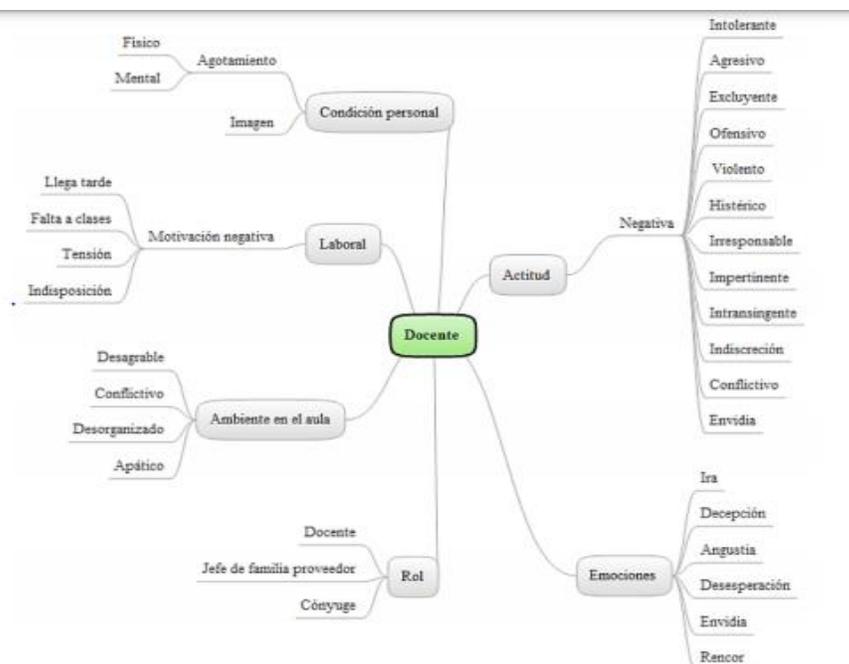
Aunque este periodo de pandemia por COVID-19 y confinamiento es nuevo para la humanidad, patologías como el síndrome de Burnout crecen en número de casos ante el manifiesto panorama producto de las problemáticas nacidas en estas nuevas realidades dejadas por la pandemia. Aún faltan investigaciones, en especial en el área laboral, que evidencia los factores, causas y consecuencias que deja el virus en relación al síndrome de Burnout en los docentes.

### **Figura 2.**

#### *Categorización del docente diagnosticado*

<sup>1</sup> Leris Daneidy Torres Riascos. Este artículo de revisión se elabora como opción de grado en el marco de desarrollo de la modalidad Seminario de Profundización: “Retos en la gestión de la salud mental, un desafío para la psicología organizacional” en la Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium (Cali Colombia). Contacto: [leris00torres@gmail.com](mailto:leris00torres@gmail.com)

## EL SÍNDROME DE BURNOUT EN LOS DOCENTES



Fuente: Rodríguez et al. (2017)

Como otra de las investigaciones consultadas, se señala a Martínez et al (2016), donde la finalidad de esta consistía en establecer si existía alguna relación entre el síndrome de Burnout de los docentes de básica primaria y el aprendizaje de los estudiantes de una institución educativa durante el año 2016. En cuanto a los resultados obtenidos, se demostró que el síndrome de Burnout en los docentes tuvo puntuaciones moderadas en los 3 síntomas: Agotamiento Emocional, Despersonalización y Realización Personal. Para Martínez et al (2016):

En la variable Agotamiento Emocional, los estudiantes que tienen docentes con puntuaciones bajas o moderadas obtienen mejores puntuaciones que aquellos con un docente con alto agotamiento. Para la variable Despersonalización, las calificaciones de los estudiantes puntúan mejor cuando los docentes presentan bajo o moderado. (Martínez, 2016, p. 118).

Los síntomas del Burnout en los docentes se manifiestan en el agotamiento, acompañado de malestar psicológico, disminución de la motivación por el trabajo y el desarrollo de actitudes cínicas hacia los estudiantes; lo cual trae como consecuencias: “problemas de ansiedad y depresión, causando disminución del desempeño laboral, bajas laborales, falta de calidad de la enseñanza y el aprendizaje de los alumnos” (Martínez et al, 2016, p. 120).

<sup>1</sup> Leris Daneidy Torres Riascos. Este artículo de revisión se elabora como opción de grado en el marco de desarrollo de la modalidad Seminario de Profundización: “Retos en la gestión de la salud mental, un desafío para la psicología organizacional” en la Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium (Cali Colombia). Contacto: [leris00torres@gmail.com](mailto:leris00torres@gmail.com)

## EL SÍNDROME DE BURNOUT EN LOS DOCENTES

En este orden de ideas, investigaciones como la de Almeida et al, 2015, analizan cómo los niveles del Síndrome de Burnout se presentan en profesores. El resultado evidenció que el 46% presentó nivel medio de Agotamiento Emocional, 47% bajo nivel para Despersonalización y 66% presentó moderada Realización Profesional, en relación a la exposición a sufrir del síndrome. (Almeida et al, 2015, p. 01).

Almeida et al (2015) afirman que los profesores debido a su exhaustiva jornada y carga de trabajo, pueden experimentar en cierta medida falta de entusiasmo, falta de creatividad, y menos entusiasmo en cuanto a la evaluación de su futuro. Además de esto, pueden llegar a sentirse frustrados fácilmente por los problemas ocurridos dentro del aula o por la falta de mejora por parte de sus estudiantes, desarrollando una gran distancia en relación con éstos.

Lo anterior es una “radiografía” de la exposición de los docentes que puede terminar en causas de estrés y en mayor al desgaste profesional; lo cual termina convertido en un problema dentro de la institución exteriorizándolo a su entorno, afectando sus relaciones interpersonales entre estudiantes, colegas, amistades y familia. De allí la necesidad de la profundización en la identificación y prevención del síndrome.

En el artículo de Aris (2009), se elabora un estudio sobre la incidencia del síndrome en los docentes de educación infantil y primaria, reflejado en los niveles de estrés, insatisfacción y ausencia de estrategias para poder abordar de forma adecuada los problemas dentro del contexto educativo, y cuyo propósito fue conocer las percepciones vivenciales o experienciales de los docentes.

El síndrome de Burnout en docentes está relacionado a las conductas que ejerce quien lo padece hacia el desarrollo de su actividad, lo cual lo hace experimentar cambios psicossomáticos, emocionales, conductuales, y defensivos. Aris (2009), las describe así:

- Síntomas psicossomáticos: síntomas asociados a cefaleas, dolores musculares, molestias gastrointestinales, insomnio, etc.
- Síntomas conductuales: absentismo laboral, problemas relacionales, etc.
- Síntomas emocionales: distanciamiento afectivo de las personas a las que debe atender; ansiedad, traducida en la disminución de concentración, y bajo rendimiento en el trabajo.
- Síntomas defensivos: el profesional niega las emociones anteriormente descritas y que le resultan desagradables. Desvía consiente e inconscientemente la atención a otras

<sup>1</sup> Leris Daneidy Torres Riascos. Este artículo de revisión se elabora como opción de grado en el marco de desarrollo de la modalidad Seminario de Profundización: “Retos en la gestión de la salud mental, un desafío para la psicología organizacional” en la Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium (Cali Colombia). Contacto: [leris00torres@gmail.com](mailto:leris00torres@gmail.com)

## EL SÍNDROME DE BURNOUT EN LOS DOCENTES

situaciones para no afrontar su realidad; y le atribuye toda culpabilidad de su condición a los estudiantes.

- Desplaza los sentimientos hacia otras situaciones o ámbitos que no tengan que ver con su realidad laboral (Aris, 2009, p.06).

En la monografía de Olaya (2015) sobre *El síndrome de burnout o síndrome de agotamiento profesional (SAP)*, se tuvo como finalidad identificar aquellas variables que podrían incidir para la generación del Síndrome de Burnout. Se destaca la distinción de la variable organizacional dentro de la incidencia del desgaste en los Docentes, debido a factores como la poca remuneración, la falta incentivos económicos, las disminuciones de las prestaciones sociales, el deficiente servicio de salud, las dificultades en el proceso de ascenso, el escaso reconocimiento de su labor, etc., hacen que el docente “sienta un desapego institucional, en algunos casos demostrado en la calidad educativa a través de su desempeño laboral” (Olaya, 2015, p. 9).

Muñoz et al (2020), en su artículo *Síndrome de Burnout y estrategias de afrontamiento en docentes de primera infancia*, tuvo como objetivo identificar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de Burnout en docentes de primera infancia. En este estudio, se distingue a los docentes como la población mayormente afectada en términos de salud, identificando algunos de los siguientes síntomas: dolores de cabeza, dolores musculares, insomnio, quejas constantes, absentismo, agotamiento emocional, ansiedad, irritabilidad, baja autoestima, entre otros. “Todos estos síntomas pueden desarrollar cuadros clínicos posteriores” (Aranda, 2003) (Muñoz et al, 2020, p.147).

Como una de las conclusiones de este estudio, se destaca la carga emocional de los docentes, que debe ser tema tratado por la psicología. Sin embargo, se señala que, en Colombia, no hay una producción científica y académica relacionada al síndrome de Burnout en Docente, incluso a nivel normativo, se encuentra poca legislación sobre el tema; y por último, en las instituciones como organización, no se evidencia una formación estratégica y de prevención en el manejo del estrés entre docentes, a pesar de ser un síndrome con alto nivel de manifestación (Muñoz et al, 2020).

Otro artículo destacado es el de Rivera et al. (2018) en el que el resultado evidenció un alto índice en padecer el síndrome en un 67,5%, mientras que hay una percepción de presencia de

<sup>1</sup> Leris Daneidy Torres Riascos. Este artículo de revisión se elabora como opción de grado en el marco de desarrollo de la modalidad Seminario de Profundización: “Retos en la gestión de la salud mental, un desafío para la psicología organizacional” en la Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium (Cali Colombia). Contacto: [leris00torres@gmail.com](mailto:leris00torres@gmail.com)

## EL SÍNDROME DE BURNOUT EN LOS DOCENTES

estrés laboral en un 88,2%, lo cual se considera una cifra alarmante por las afectaciones dentro de la salud, el bienestar y el desempeño (Rivera et al, 2018).

En el caso del estrés en los docentes, algunas investigaciones destacan que los profesionales que tienen una mayor vulnerabilidad de padecer estrés son aquellas en donde su actividad laboral se encuentra relacionada con la salud, la asistencia social, la atención psicológica y la educación (Buzzetti, 2005), debido a la extremada demanda de su labor y por la necesidad de un alto compromiso personal y emocional. Dentro de esas profesiones se puede destacar la docencia, debido a que su actividad laboral de basa en la enseñanza, asunto que requiere altos niveles de atención, dedicación, carisma y demás. Según Silva et al. (2005) argumentan: “entre las ocupaciones con elevado nivel de estrés, se encuentra la docencia, ya que los profesores deben estar preparados para enfrentar la desmotivación del alumnado, la presión de padres y apoderados” (p.20). A lo anterior se le puede sumar la falta de recursos para poder solucionar los problemas del cada día sin que afecte la vida emocional y personal de cada docente. Los maestros suelen ser una población con un alto riesgo de padecer estrés laboral, solo por ser trabajadores que tienen un mayor grado de compromiso entre las funciones exigentes de su cargo, en cuanto a la formación de los estudiantes, que en la mayoría de los casos son en exceso, las exigencias de los jefes y los padres de familia, entre otros aspectos, afectan significativamente.

### **Conclusión**

Después de una amplia recopilación de una excelsa bibliografía sobre el síndrome del desgaste profesional, quedan una serie de reflexiones finales, tomadas en cada punto relevante de la revisión documental. En primer lugar, gracias a los antecedentes se conoce el origen del concepto y teoría del término “Burnout”; de allí se despliega una serie de definiciones y métodos; entre los que se destaca el método de MBI de Maslach. El reconocimiento de las dimensiones y variables para el desarrollo de los modelos de MBI son determinantes en la obtención de resultados de medición del síndrome. Una de las pautas a tener en cuenta en el desarrollo de la presente recopilación documental es lo proclive que es el individuo en el mundo laboral a tener este tipo de síndromes de características físicas, psicológicas y sociales.

Ahora bien, en la revisión sistemática del síndrome de Burnout en el área de los docentes es fundamental el conocer a través de los distintos estudios reseñados e investigados los factores y causas que lo provocan; no solo desde el aspecto personal, sino organizacional a partir de cada

<sup>1</sup> Leris Daneidy Torres Riascos. Este artículo de revisión se elabora como opción de grado en el marco de desarrollo de la modalidad Seminario de Profundización: “Retos en la gestión de la salud mental, un desafío para la psicología organizacional” en la Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium (Cali Colombia). Contacto: [leris00torres@gmail.com](mailto:leris00torres@gmail.com)

## EL SÍNDROME DE BURNOUT EN LOS DOCENTES

dimensión identificada dentro del síndrome, pérdida de la motivación personal, despersonalización y realización personal.

Ahora bien, también se reseñaron unos apartados para conocer las consecuencias laborales que deriva el padecimiento del síndrome de Burnout en los profesionales docentes y en la población en general; del mismo modo, se logra recopilar los principales aspectos a tener en cuenta en las estrategias de intervención, prevención y reducción del fenómeno. Por último, y no menos importante, se identificó una relación entre estrés laboral y su manifestación mayor en el síndrome de Burnout.

Como recomendación, se debe seguir en la producción académica y científica de estudios relacionados al síndrome de Burnout a nivel nacional, ya que la producción es limitada en comparación a nivel internacional; lo cual también sirve para visibilizar una problemática de salud física y mental en el gremio de los educadores en Colombia y dejar a un lado la “naturalización” de una manifestación causal que es una enfermedad progresiva.

### Referencias

- Aceves, G. A. (2006). Síndrome de burnout. *Archivos de Neurociencias*, 11(4), 305-309.
- Almeida, M. (2015). Síndrome de Burnout: un estudio con profesores. *Revista Salud de los Trabajadores*, 23 (1), 19-27. <https://www.redalyc.org/pdf/3758/375841582003.pdf>
- Alvites-Huamaní, C. (2019). Estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, Norteamérica y Europa. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 141-178. Doi: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.393>
- Aris, N. (2009). El Síndrome de Burnout en los docentes. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 7(2), 829-848. [http://www.investigacionpsicopedagogica.org/revista/articulos/18/espanol/Art\\_18\\_303.pdf](http://www.investigacionpsicopedagogica.org/revista/articulos/18/espanol/Art_18_303.pdf)
- Bambula, F. D., Sánchez, A. M. L., y Arévalo, M. T. V. (2012). Factores asociados al síndrome de burnout en docentes de colegios de la ciudad de Cali, Colombia. *Universitas Psychologica*, 11(1), 217-227.
- Buzzetti, M. (2005). *Validación Del Maslach Burnout Inventory (Mbi), en dirigentes del Colegio de Profesores A.G. de Chile* [Tesis de pregrado, Universidad de Chile]. Archivo digital. [http://www.tesis.uchile.cl/tesis/uchile/2005/buzzetti\\_m/sources/buzzetti\\_m.pdf](http://www.tesis.uchile.cl/tesis/uchile/2005/buzzetti_m/sources/buzzetti_m.pdf)

<sup>1</sup> Leris Daneidy Torres Riascos. Este artículo de revisión se elabora como opción de grado en el marco de desarrollo de la modalidad Seminario de Profundización: “Retos en la gestión de la salud mental, un desafío para la psicología organizacional” en la Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium (Cali Colombia). Contacto: [leris00torres@gmail.com](mailto:leris00torres@gmail.com)

## EL SÍNDROME DE BURNOUT EN LOS DOCENTES

- Camacho Ramírez, A., y Mayorga, D. R. (2017). Riesgos laborales psicosociales. Perspectiva organizacional, jurídica y social. *Prolegómenos*, 20(40), 159-172.
- Carlin, et al. (2010). El síndrome de burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo. *Anales de Psicología*, 26(1), 169-180.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16713758020>
- Cherniss C. (1980). *Burnout del personal. Estrés laboral en los servicios humanos*. Londres: Publicaciones Sage.
- Gil-Monte, P. R., Y Moreno-Jiménez, B. (2005). El síndrome de quemarse por el trabajo (burnout). Una enfermedad laboral en la sociedad del bienestar. *Madrid: Pirámide*, 36-37.
- Gómez, L. (2011). Un espacio para la investigación documental. *Revista Vanguardia Psicológica Clínica Revista Teórica y Práctica*, 1 (2), 226-233.
- González Ruiz, G., Carrasquilla Baza, D., Latorre de la Rosa, G., Torres Rodríguez, V. Y Villamil Vivic, K. (2015). Síndrome de Burnout en docentes universitarios. *Revista cubana de enfermería*, 31(4). <https://www.medigraphic.com/pdfs/revcubenf/cnf-2015/cnf154e.pdf>
- Grosch W, Olsen D. (2000). Clergy burnout: An integrative approach. *J Clin Psycho*, 56(5), 619-632.
- Hernández-Sampieri, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*. Sexta Edición. Editorial Mc Graw Hill Education. <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Martínez A. (2010). El síndrome de burnout. Evolución conceptual y estado actual de la cuestión. *Revista de Comunicación Vivat Academia*, 112(46), 42-80.  
<https://www.redalyc.org/pdf/5257/525752962004.pdf>
- Martínez, J., et al. (2016). Síndrome de Burnout en profesores y su relación con el aprendizaje de los estudiantes de básica primaria de una institución educativa oficial de Sincelejo (Colombia). *Salud Uninorte*, 33 (2), 118-128.  
<http://www.scielo.org.co/pdf/sun/v33n2/2011-7531-sun-33-02-00118.pdf>
- Maslach, C., Jackson, S. E. y Leiter M.(1996). *Maslach Burnout Inventory Manual* (3.<sup>a</sup> ed.). Palo Alto, California: Consulting Psychologists Press.  
[https://www.researchgate.net/profile/Christina\\_Maslach/publication/277816643\\_The\\_Maslach\\_Burnout\\_Inventory\\_Manual/links/5574dbd708aeb6d8c01946d7.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Christina_Maslach/publication/277816643_The_Maslach_Burnout_Inventory_Manual/links/5574dbd708aeb6d8c01946d7.pdf)

<sup>1</sup> Leris Daneidy Torres Riascos. Este artículo de revisión se elabora como opción de grado en el marco de desarrollo de la modalidad Seminario de Profundización: “Retos en la gestión de la salud mental, un desafío para la psicología organizacional” en la Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium (Cali Colombia). Contacto: [leris00torres@gmail.com](mailto:leris00torres@gmail.com)

## EL SÍNDROME DE BURNOUT EN LOS DOCENTES

- Maslach, C. y Leiter M. (2020). Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15(2), 103-111.
- Maslach, C., Schaufeli W. y Leiter M. (2001). Job Burnout. *Annu. Rev. Psychol*, 2(399), 397-422.
- Méndez Venegas, J. (2019). *Estrés laboral o síndrome de 'burnout'* [Sin más referencias].
- Muñoz, C. (2020). Síndrome de Burnout y estrategias de afrontamiento en docentes de primera infancia. *Espacios*, 41 (37), 145-158.  
<https://www.revistaespacios.com/a20v41n37/a20v41n37p12.pdf>
- Olaya, C. (2015). El síndrome de burnout o síndrome de agotamiento profesional (SAP) en el trabajo de los docentes distritales de la localidad de Usme. *Universidad Militar Nueva Granada*.  
<https://repository.unimilitar.edu.co/bitstream/handle/10654/6691/SINDROME%20DE%20BURNOUT%20O%20SINDROME%20DE%20AGOTAMIENTO%20PROFESIONAL%20EN%20DOCENTES%20DISTRITALES.pdf?sequence=1&isAllowed>
- Organización Internacional del Trabajo (OIT). (2019). *Trabajar en cualquier momento y en cualquier lugar: consecuencias en el ámbito laboral*.  
[https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed\\_protect/---protrav/---travail/documents/publication/wcms\\_712531.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---travail/documents/publication/wcms_712531.pdf)
- Pendras, J., Castro, W. y Araya, G. (2007). Identificación y comparación de síntomas de desgaste físico y mental en árbitros, entrenadores y educadores físicos *Universidad de Costa Rica*.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4790856>
- Rivera, A. (2018). Síndrome de Burnout en docentes de instituciones de educación superior. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 37(2), 17-23.  
[https://www.revistaavft.com/images/revistas/2018/avft\\_2\\_2018/4\\_sindrome\\_de\\_burout\\_en\\_docentes.pdf](https://www.revistaavft.com/images/revistas/2018/avft_2_2018/4_sindrome_de_burout_en_docentes.pdf)
- Rodríguez, J. (2017). Síndrome de burnout en docentes. *IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH*, 8 (14).  
[https://www.rediech.org/ojs/2017/index.php/ie\\_rie\\_rediech/article/view/39/22](https://www.rediech.org/ojs/2017/index.php/ie_rie_rediech/article/view/39/22)
- Rojas, M. y Grisales, H. Burnout syndrome in professors from an academic unit of a Colombian university. *Rev. Invest y educa en Enferm*. 2011, 23(3), 428-34.
- Saborío Morales, L. y Hidalgo Murillo, L. F. (2015). Síndrome de Burnout. *Medicina Legal de Costa Rica*, 32(1), 119-124.

<sup>1</sup> Leris Daneidy Torres Riascos. Este artículo de revisión se elabora como opción de grado en el marco de desarrollo de la modalidad Seminario de Profundización: “Retos en la gestión de la salud mental, un desafío para la psicología organizacional” en la Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium (Cali Colombia). Contacto: [leris00torres@gmail.com](mailto:leris00torres@gmail.com)

## EL SÍNDROME DE BURNOUT EN LOS DOCENTES

Silva, C., Quintana, R., Jiménez, O. y Rivera, C. (2005). Nivel de estrés de docentes de enseñanza básica. Chillan-Chile. *Enfermería en Costa Rica*, 27(2), 19-23.

<http://www.binasss.sa.cr/revistas/enfermeria/v27n2/art3.pdf>

Vallejo, O., y Campo, K. (2020). *Gestión emocional para el trabajo en casa*. Colpsic. Colegio colombiano de psicólogos.

<sup>1</sup> Leris Daneidy Torres Riascos. Este artículo de revisión se elabora como opción de grado en el marco de desarrollo de la modalidad Seminario de Profundización: “Retos en la gestión de la salud mental, un desafío para la psicología organizacional” en la Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium (Cali Colombia). Contacto: [leris00torres@gmail.com](mailto:leris00torres@gmail.com)