

## Riesgo de presentar el Síndrome de Burnout en profesores de la División de Ciencias de la Vida

Risk of presenting the Burnout Syndrome in professors of the Life Sciences Division

Palomares Murillo Jessica Alexa, Serrano Lino Ariana Estefania, Gutierrez Rojas Rebeca Andrea, Vergara Hernández Lourdes Alejandra  
Departamento de Enfermería y Obstetricia, División de Ciencias de la Vida. Campus Irapuato-Salamanca. Universidad de Guanajuato  
ja.palomaresmurillo@ugto.mx, ae.serranolino@ugto.mx, ra.gutierrezrojas@ugto.mx, la.vergara@ugto.mx.

### Resumen

El síndrome de Burnout es un factor de riesgo laboral, ya que puede afectar la calidad de vida, salud mental e incluso hasta poner en riesgo la vida. El mercado laboral se ha vuelto más competitivo, requiriendo que los trabajadores acumulen deberes y acepten jornadas laborales más largas y salarios bajos. El objetivo de esta investigación fue estudiar el riesgo que tienen los docentes de padecer el Síndrome de Burnout, por lo cual, se aplicó el cuestionario Maslach Burnout Inventory y el cuestionario de estrés laboral. Se encontró que más de la mitad de la población examinada tiene riesgo alto y riesgo medio de padecer Síndrome de Burnout, por lo cual es importante tratarlo y prevenirlo para evitar que afecte su calidad de vida o desempeño como docentes.

**Palabras clave:** Síndrome de burnout; docentes universitarios; factores de riesgo; estrés laboral; juego de roles.

### Abstract

Burnout syndrome is an occupational risk factor, since it can affect quality of life, mental health and even put life at risk. The job market has become more competitive, requiring workers to accumulate duties and accept longer work hours and lower wages. The objective of this research was to study the risk that teachers have of suffering from Burnout Syndrome, for which the Maslach Burnout Inventory questionnaire and the work stress questionnaire were applied. It was found that more than half of the examined population has high risk and medium risk of suffering from Burnout Syndrome, for which it is important to treat and prevent it to avoid affecting their quality of life or performance as teachers.

**Key words:** Burnout syndrome; university professors; risk factors; work stress; role play.

### Introducción

El intenso proceso de globalización y los avances tecnológicos observados en el siglo pasado han provocado cambios dramáticos en el mercado laboral. Se ha vuelto más competitivo, requiriendo que los trabajadores acumulen deberes y acepten jornadas laborales más largas y salarios bajos.<sup>1</sup> En consecuencia, los casos de estrés, ansiedad, depresión y enfermedades profesionales se han incrementado en varias categorías profesionales, como los docentes.<sup>1</sup> En la actualidad, se ha encontrado que la mayoría de los profesores universitarios que son contratados en las universidades públicas no solo realizan las actividades correspondientes a la docencia, sino también realizan tareas de investigación y cumplen con diferentes exigencias por parte del centro universitario, lo que lleva a que los docentes de licenciatura ya no solo realicen labor en aula si no que manejen cuestiones administrativas y/o de planeación, así como actividades propias de la persona, es decir, el cumplimiento de roles o actividades propias de la vida personal del docente. Sin embargo, los docentes no solo enfrentan estresores académicos puesto que también enfrentan otras situaciones estresantes como la sobre carga de trabajo, salario insuficiente, inseguridad laboral, dificultades financieras, falta de reconocimiento, incluso la relación con los estudiantes, causando así un desgaste emocional en el docente que puede deteriorar su desempeño laboral y como consecuencia incremento de exigencias por parte de las autoridades educativas.<sup>2</sup>



Por otro lado, es frecuente que, al tener un salario insuficiente, los docentes realicen otras actividades para incrementar su ingreso aumentando así los niveles de estrés en el docente universitario, ocasionando problemas emocionales, como lo es el Síndrome de Burnout o Síndrome de quemarse en el trabajo. El síndrome de Burnout se define como un conjunto de signos y síntomas relacionados con el estrés laboral crónico y que corresponden a tres aspectos: agotamiento emocional, despersonalización y reducción de la realización personal y puede presentarse en el ámbito laboral pero también en el familiar y social.<sup>3</sup>

La ocurrencia de burnout entre los trabajadores de la salud y las ciencias sociales es uno de los principales focos de interés para los investigadores, mientras que varios estudios indican claramente que la docencia es una de las ocupaciones más expuestas al burnout.<sup>3</sup> Sin embargo, no están bien claros los factores que pueden incidir en la prevalencia del Síndrome de Burnout en el ámbito de docencia. En este contexto, el objetivo del presente estudio fue evaluar el riesgo de presentar el Síndrome de Burnout en profesores de la División de Ciencias de la Vida.

## Materiales y Métodos

Se realizó un estudio de enfoque descriptivo, transversal y observacional. La muestra estuvo constituida de 45 profesionales docentes de la División de Ciencias de la Vida a conveniencia. Se les aplicaron tres cuestionarios: sociodemográfico, el cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI)<sup>4</sup> y el cuestionario de estrés laboral<sup>5</sup>, posterior al consentimiento informado. El cuestionario fue anónimo y auto aplicado en privado. Dicho cuestionario se realizó de manera digital en la plataforma Forms de Google. Los datos fueron vaciados a una base de datos en Excel para su análisis y presentación en forma de porcentajes.

## Resultados

Una vez analizadas las respuestas recabadas, se obtuvo que el 13.3% de los docentes tienen un alto riesgo de padecer el síndrome de burnout, mientras que el 44.44% tiene un riesgo medio. En cuanto al estrés laboral se obtuvo que el 40% de los entrevistados se encuentra en estado de alarma, con un 26.6% que padece estrés leve, el 17.7% y 8.8% está el nivel medio y alto de estrés respectivamente.

Por otra parte, en la Tabla 1, se muestra las respuestas de los docentes que tuvieron un alto riesgo de desarrollar el síndrome de burnout con el nivel de estrés.

Tabla 1. Correlación del riesgo alto de padecer el síndrome de burnout con el nivel de estrés y diversos factores que pueden incrementar este riesgo.

Género	Estado civil	Hijos	Tiempo	Cargo Administrativo	Sistema Nacional de Investigadores	Actividades	Empleos	Riesgo Burnout	Estrés laboral
F	Casada	2	Completo	No	Sí	Limpieza general, prepara alimentos, plancha y lava ropa, atención familiar (hijos y/o esposo (a) y cuidado de la mascota)	2	Alto	Grave
M	Casado	0	Completo	No	Sí	Limpieza general, prepara alimentos y cuidado de la mascota	1	Alto	Medio
F	Casada	2	Completo	No	Sí	Limpieza general, atención familiar (hijos y/o esposo (a) y prepara alimentos)	1	Alto	Medio
M	Casado	1	Completo	Sí	Sí	Limpieza general, atención familiar (hijos y/o esposo (a) y prepara alimentos)	1	Alto	Medio
M	Soltero	2	Parcial	No	No	Limpieza general	2	Alto	Leve
F	Casada	0	Completo	No	No	Limpieza general, prepara alimentos y plancha y lava ropa	1	Alto	Leve

Fuente: Elaboración propia.



## Discusión

En el presente estudio se demuestra que los docentes de DICIVA tienen un riesgo alto y riesgo medio (40%) de padecer Síndrome de Burnout. Este incremento de riesgo de presentar el síndrome de Burnout puede estar relacionado con el estado civil, el tiempo de horas de trabajo, pertenencia al Sistema Nacional de Investigadores, juego de roles y horas de trabajo. Estos resultados son similares a los reportados por varios estudios, donde se ha reportado que unos de los factores más comunes para el desarrollo del Síndrome de Burnout es la sobrecarga laboral.<sup>6,8</sup> por ejemplo un estudio realizado en el Salvador, donde se demostró que el Síndrome de Burnout está presente en un 41% de los docentes consecuencia de la edad, estado civil, edad, número de hijos y trabajos.<sup>1</sup> Por otra parte, hay evidencias que demuestran que existen diferencias en las dimensiones que desencadenan la aparición del Síndrome de Burnout, como el sexo, ingresos económicos, tiempo de trabajo, nivel de enseñanza, etc.<sup>2, 7-9</sup> En este sentido, es importante realizar futuras investigaciones que incidan en evitar la incidencia del Síndrome de Burnout en la población docente.

## Conclusiones

Estos resultados sugieren que los docentes de DICIVA tienen una alta probabilidad de desarrollar el Síndrome de Burnout a consecuencia de niveles altos de estrés, al ambiente laboral y las actividades que realizan.

## Referencias

- <sup>1</sup> Peres L, Sousa J, Lima da Silva L, Santos I, Santos J, Pereira V, et al. Prevalence of burnout syndrome and associated factors in university professors working in Salvador, state of Bahia. *Rev Bras Med Trab.* 2021; 19(2): 151–156. doi: 10.47626/1679-4435-2020-548
- <sup>2</sup> Cárdenas M, Méndez L y González M. Desempeño, estrés, burnout y variables personales de los docentes universitarios. *Educere*, Vol. 18. 2014, pp. 289-302 Universidad de los Andes Mérida, Venezuela. Doi: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35631743009>
- <sup>3</sup> De Araújo T, Costa J, da Costa F, de Brito X, Medeiros D y Souza E. Prevalence and factors associated with burnout among university professors. *Rev Bras Med Trab.* 2019; 17(2): 170–179. doi: 10.5327/Z1679443520190385
- <sup>4</sup> Migali M., y Lardani, A. (20 de mayo de 2023). Cuestionario Burnout. Disponible en: <http://www.omint.com.ar/website2/Portals/0/images/news-prestadores/CUESTIONARIO-BURNOUT-INTERACTIVO.PDF>
- <sup>5</sup> Instituto Mexicano del Seguro Social. (19 de mayo de 2023). Disponible en: <https://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/salud/estreslaboral/Test-Estres-Laboral.pdf>
- <sup>6</sup> Dos Santos Santiago Ribeiro BM, Martins JT, De Cassia de Marchi Barcellos Dalri R. Burnout syndrome in primary and secondary school teachers in southern Brazil. *Rev Bras Med Trab.* 2021;18(3):337-342. doi:10.47626/1679-4435-2020-519
- <sup>7</sup> Fernández-Arata M, Calderón-De la Cruz GA, Merino-Soto C, Juárez-García A. Efectos sociodemográficos multivariados sobre la experiencia del burnout en docentes de colegios peruanos. *Rev Argent Cienc Comport.* 2020;12(1):40-49. doi:10.32348/1852.4206.v12.n1.24956
- <sup>8</sup> Posada-Quintero, H. F., Molano-Vergara, P. N., Parra-Hernández, R. M., Posada-Quintero, J. I. Analysis of Risk Factors and Symptoms of Burnout Syndrome in Colombian School Teachers under Statutes 2277 and 1278 Using Machine Learning Interpretation. *Soc Sci.* 2020;9(3). doi:10.3390/socsci9030030
- <sup>9</sup> Salgado Roa JA, Leria Dulcic FJ. Síndrome de burnout y calidad de vida profesional percibida según estilos de personalidad en profesores de educación primaria. *Rev CES Psicol.* 2018;11(1):69-89. doi:10.21615/cesp.11.1.6

