



El Síndrome Burnout y su efecto en el desempeño docente en tiempo de pandemia

The Burnout Syndrome and its effect on teacher performance in times of pandemic

A Síndrome de Burnout e seus efeitos no desempenho do professor em tempos de pandemia

Jaime Gabriel Espinosa-Izquierdo ^I
jaime.espinosai@ug.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0001-6842-8626>

Francisco Lenin Morán-Peña ^{II}
lenin.moranp@ug.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0003-3655-6003>

John Fernando Granados-Romero ^{III}
john.granadosr@ug.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-1726-3283>

Correspondencia: jaime.espinosai@ug.edu.ec

Ciencias de la Educación

Artículo de revisión

***Recibido:** 10 de enero de 2021 ***Aceptado:** 15 de febrero de 2021 * **Publicado:** 05 de marzo de 2021

- I. Tecnólogo Pedagógico en Informática, Licenciado en Ciencias de la Educación con Especialización en Informática, Magister en Educación Informática, Universidad de Guayaquil, Guayaquil, Ecuador.
- II. Doctor dentro del Programa de Doctorado en Educación y Sociedad, Magister en Educación Superior, Especialista en Proyectos de Desarrollo Educativos y Sociales, Universidad de Guayaquil, Guayaquil, Ecuador.
- III. Tecnólogo Pedagógico Especialización Informática, Profesor de Segunda Enseñanza Especialización Informática, Licenciado en Ciencias de la Educación Especialización Informática, Doctor en Ciencias Pedagógicas, Magister en Planificación Evaluación y Acreditación de la Educación Superior, Magister en Educación Informática, Universidad de Guayaquil, Guayaquil, Ecuador.

Resumen

El presente trabajo investigativo está direccionado a mejorar el desempeño de los docentes por ser una de las profesiones con un alto riesgo de padecer de estrés laboral. Tiene como objetivo determinar una estrategia de prevención a través del análisis del nivel de burnout en la docencia para el perfeccionamiento del proceso de enseñanza y aprendizaje. Para ello se realizó revisión bibliográfica de diversos autores sobre el factor del desgaste emocional y físico producido por el estrés laboral, como incide en la labor realizada por el docente frente a los estudiantes y en el proceso de enseñanza y aprendizaje. La metodología empleada tiene un enfoque cualitativo-descriptivo, basándose en el método de criterio de expertos; y las técnicas de encuesta aplicadas a una muestra aleatoria simple en los períodos lectivos comprendidos entre 2019-2020 y 2020-2021 además de entrevistas a profundidad efectuadas, finalmente, el criterio de tres expertos que sugirieron la aplicación del test MBI (Maslach Burnout Inventory) que permita evaluar tres criterios del Burnout como son el agotamiento emocional, la despersonalización y baja realización personal. De esta manera los resultados obtenidos permitieron elaborar un plan preventivo que se puso a consideración de los directivos como una herramienta para disminuir el nivel de burnout que presentaban algunos docentes y de esta manera mejorar el rendimiento en el desempeño académico.

Palabras clave: Síndrome de burnout; desempeño docente; proceso de enseñanza; aprendizaje.

Abstract

This research work is aimed at improving the performance of teachers as it is one of the professions with a high risk of suffering from work stress. Its objective is to determine a prevention strategy through the analysis of the level of burnout in teaching for the improvement of the teaching and learning process. For this, a bibliographic review of various authors was carried out on the factor of emotional and physical exhaustion produced by work stress, how it affects the work carried out by the teacher in front of the students and in the teaching and learning process. The methodology used has a qualitative-descriptive approach, based on the expert criteria method; and the survey techniques applied to a simple random sample in the academic periods between 2019-2020 and 2020-2021 in addition to in-depth interviews carried out, finally, the criteria of three experts who suggested the application of the MBI test (Maslach Burnout Inventory) that allows evaluating three criteria of Burnout such as emotional exhaustion,

depersonalization and low personal fulfillment. In this way, the results obtained allowed the elaboration of a preventive plan that was put to the consideration of managers as a tool to reduce the level of burnout that some teachers presented and thus improve performance in academic performance.

Keywords: Burnout syndrome; teaching performance; teaching process; learning.

Resumo

Este trabalho de pesquisa tem como objetivo melhorar o desempenho dos professores por se tratar de uma das profissões com alto risco de sofrer estresse laboral. Seu objetivo é determinar uma estratégia de prevenção por meio da análise do nível de burnout no ensino para a melhoria do processo de ensino e aprendizagem. Para tanto, foi realizada uma revisão bibliográfica de diversos autores sobre o fator esgotamento emocional e físico produzido pelo estresse laboral, como este afeta o trabalho desenvolvido pelo professor perante os alunos e no processo de ensino e aprendizagem. A metodologia utilizada tem abordagem qualitativa-descritiva, baseada no método dos critérios de especialistas; e as técnicas de survey aplicadas a uma amostra aleatória simples nos períodos letivos entre 2019-2020 e 2020-2021 além de entrevistas em profundidade realizadas, por fim, os critérios de três especialistas que sugeriram a aplicação do teste MBI (Maslach Burnout Inventário) que permite avaliar três critérios de Burnout como exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal. Desse modo, os resultados obtidos permitiram a elaboração de um plano preventivo que foi colocado à consideração dos gestores como uma ferramenta para reduzir o nível de burnout que alguns professores apresentavam e, assim, melhorar o desempenho no desempenho acadêmico.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout; desempenho docente; processo de ensino; aprendendo.

Introducción

El presente trabajo investigativo está direccionado a mejorar el desempeño de los docentes por ser una de las profesiones con un alto riesgo de padecer de estrés laboral. Tiene como objetivo determinar una estrategia de prevención a través del análisis del nivel de burnout en la docencia para el perfeccionamiento del proceso de enseñanza y aprendizaje. Para la Organización Mundial de la Salud, OMS, la salud es mucho más que la ausencia de enfermedades o afecciones, sino que

implica también el equilibrio entre la parte física, mental y social del individuo generando un bienestar completo, cuando entre estos tres elementos no hay un balance se producen desórdenes fisiológicos, mentales o psicológicos. De esta manera el estrés laboral ha sido reconocido por la Organización Internacional del Trabajo en el año 2010 y La Organización Mundial de la Salud (OMS) en el 2019 ha procedido al reconocimiento oficial del burnout o “síndrome de estar quemado” o de desgaste profesional como enfermedad tras la ratificación de la revisión número 11 de la Clasificación Estadística Internacional de Enfermedades y Problemas de Salud Conexos (CIE-11). El término "burnout" fue acuñado por primera vez en 1974 por Herbert Freudenberger, en su libro “Burnout: The High Cost of High Achievement”. Desde las definiciones iniciales elaborada por autores como Maslach (1986) pasando por Gil Monte (2007) y llegando a Alvarez (2019) y Sarzosa (2019) han presentado al BO como el desgaste profesional que padecen los trabajadores al estar expuestos a demandas que sobrepasan sus capacidades de afrontamiento constituyéndose en la actualidad como un factor de riesgo psicosocial que afecta a grandes países como Japón, Suecia, Estados Unidos, Chile y desde luego Ecuador. La Ley Orgánica de Educación Intercultural del Ecuador (LOEI) que está en vigencia desde el 31 de marzo del 2011 y su Reglamento publicado el 26 de julio del 2012 promueven una educación más igualitaria, justa y universal, sin embargo, en este proceso evolutivo de la educación en nuestro país, de manera específica, se ha denotado en un aumento de obligaciones y responsabilidades que recaen en la mayoría de los casos en los docentes. Cabe indicar que la actividad del docente se ha diversificado porque a más de la docencia debe realizar labores administrativas, manejar plataformas virtuales, hacer de mediador en conflictos que se presentan en los estudiantes y sus familias, desarrollar estrategias innovadoras e inclusivas y formar en valores para lograr optimizar el proceso de enseñanza y aprendizaje y tratar de lograr una educación de calidad. Esto nos conlleva a transformaciones en la estructura del sistema educativo y un aumento de las demandas requeridas a los docentes de los cuales se espera compromiso y dedicación en el desempeño de sus funciones.

Según Ramírez (2019), indica que debido a estos cambios constantes se ve afectada la calidad de vida laboral generando desequilibrios en los docentes y afectando en gran manera la salud ocupacional por las demandas de su rol. En el caso de los docentes afecta su desempeño durante el proceso de enseñanza y aprendizaje, de ahí la necesidad de identificar los factores de riesgo en las Instituciones Educativa. Para mayor comprensión sobre la situación problemática se ha

enfaticado en la calidad educativa y esto nos lleva necesariamente a la evaluación del desempeño del docente, para la elaboración de este constructo debemos observar diversos aspectos como el accionar del docente, el perfil docente, competencias y habilidades del docente, la praxis del docente, la formación en el campo de la profesión, el rol del docente en este siglo con todos los cambios que ello implica. el desempeño docente de los profesores para diseñar una estrategia de prevención que ayuden a minimizar el impacto del BO en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

Método

Para lograrlo se parte del acceso al campo, se delimita el problema, se realiza un diagnóstico previo que permita fundamentar las teorías sobre el BO, se procedió con el estudio del estado actual de los docentes en cuanto al nivel del estrés laboral y su influencia en el desempeño docente, se utilizó técnicas de muestreos para que esta información recabada nos permitirá gestionar con los directivos un plan de estrategias para reducir el riesgo del BO en los docentes creando un ambiente saludable donde se pueda llevar a cabo el proceso de enseñanza y aprendizaje y como resultado una educación de calidad en la institución. La metodología empleada tiene un enfoque cualitativo-descriptivo, basándose en el método de criterio de expertos; y las técnicas de encuesta aplicadas a una muestra aleatoria simple de docentes en los períodos lectivos comprendidos entre 2019-2020 y 2020-2021 además de entrevistas a profundidad efectuadas a cinco de ellos, finalmente, el criterio de tres expertos que sugirieron la aplicación del test MBI (Maslach Burnout Inventory) que permita evaluar tres criterios del Burnout como son el agotamiento emocional, la despersonalización y baja realización personal. Como métodos de investigación se emplearon fundamentalmente los siguientes:

De los Métodos Teóricos se utilizaron:

Método histórico-lógico: Con el fin de analizar los documentos, las tendencias, la teoría, el desarrollo, influencia, con el cuestionario de Maslach que mide los niveles de agotamiento o desgaste emocional.

Método analítico-sintético: De toda la información recopilada respecto al desarrollo el agotamiento emocional, la despersonalización y baja realización personal, con el objetivo

determinar sobre síndrome de burnout, desempeño de los docentes y el Inventario de Burnout de Maslach.

Inductivo-deductivo: resultó de gran utilidad para el tránsito de lo general a lo particular y viceversa, así como para el establecimiento de los nexos entre ellos. Este método se reveló como una importante vía científica para arribar a análisis particulares y a generalizaciones.

De los Métodos Empíricos se realizan:

Análisis de documentos: Permite obtener información, a partir de los documentos oficiales que norman a los docentes en los períodos lectivos comprendidos entre 2019-2020 y 2020-2021

Criterio de expertos: permite recibir criterios respecto a la validez de la estrategia de prevención por criterios de expertos, y autoridades para la ejecución e implementación.

Resultados

Del análisis de las encuestas comprendidos entre 2019-2020 y 2020-2021 se determinó que en agotamiento emocional que valora la sensación de estar exhausto por las demandas del trabajo disminuyó en el 80 por ciento de la población, la despersonalización o distanciamiento disminuyó en un 80 por ciento y la realización personal o sentimiento de autoeficacia aumentó en un 100 por ciento.

También se puede identificar los síntomas del burnout, dada la gran cantidad de fenómenos asociados al trastorno que destacan las investigaciones sobre el tema, y señalan hasta más de 100 síntomas asociados al síndrome, lo cual lleva a la confusión. No obstante, podemos identificar grupos caracterizados por influir en los afectos y las emociones (como agotamiento emocional, irritabilidad), en las actitudes (como cinismo, despersonalización, apatía, hostilidad), en las cogniciones (como baja ilusión por el trabajo, dificultad de concentración), en las conductas (como quejas constantes, absentismo), y en el sistema fisiológico del individuo (como cansancio, insomnio, úlcera de estómago, dolor de cabeza, fatiga, hipertensión).

Mientras que en un 20 por ciento de los docentes presentan riesgo potencial de desarrollar BO al tener un nivel alto de agotamiento emocional y nivel medio de despersonalización con un alto nivel de realización personal, de acuerdo con la valoración de puntuaciones, si las dos primeras subescalas son altas y bajas en la tercera estaríamos frente al fenómeno del BO.

Estos resultados validan los resultados de las investigaciones realizadas por Maslach & Jackson (1981) en la que demuestran que la cantidad y el grado de contacto con los estudiantes es una causa para que aparezca el desgaste emocional, porque a mayor tiempo en contacto directo con los estudiantes mayor es la puntuación en la subescala de agotamiento emocional. Las conductas y sentimientos de los estudiantes en algunos casos provocan mayor exigencia emocional. Por la pandemia del Covid-19 se ha visto en la necesidad del sistema de educación virtual esas exigencias han disminuido, las formas negativas de reaccionar ante normas disciplinarias expresadas en iras injustificadas en algunos estudiantes eran un factor que agobiaba y desgastaba al docente emocionalmente y las necesidades educativas ahora son atendidas por los padres bajo las orientaciones del docente, por ahora el rol asignado por la sociedad al docente que era visto como niño, sustituto de padres ha sido devuelto a los padres o representantes.

Una segunda causa que influye en la baja puntuación de la subescala de la despersonalización es el hecho de que ahora se ha establecido una mayor comunicación a través de la tecnología con los padres de familia que al estar presente directamente en las sesiones de orientación y tutoría ha permitido acortar la brecha comunicativa, se diría que hay una percepción positiva de los esfuerzos realizados por el docente. En cuanto a la realización personal se ha incrementado al lograr adaptarse al reto presentado por la situación actual en la que vivimos ocasionado por la pandemia, han podido desarrollar resiliencia y la capacidad de innovarse en metodologías para la enseñanza y aprendizaje de los estudiantes. Los cambios suelen producir cierto nivel de estrés, pero pueden también ser generadores de satisfacción personal al conseguir superar nuevos retos producidos por los cambios.

Finalmente, en la evaluación cualitativa del desempeño docente por parte de los directivos se determinó que en relación con el período anterior en el que los niveles de estrés eran mayores en este periodo actual con índices menores de estrés ha mejorado. Podemos concluir que es BO es un factor que incide directamente con el desempeño docente. Además de hacer un análisis profundo de sus resultados debe mencionar las limitaciones que tiene su estudio. Este aspecto no le quita relevancia a su investigación, sino que, permite tener una mayor claridad de sus resultados.

Discusión

Que se recomienda un plan de acciones para prevenir el estrés crónico o BO, mitigar los impactos de los niveles de síndrome de burnout en el 20 por ciento de los docentes a fin de promover un ambiente laboral en la cual los docentes puedan seguir desarrollando sus habilidades.

Que el ser humano fue creado como un ser social, gregario con la necesidad de compartir, es por esto por lo que nuestra propuesta contempla el apoyo o soporte emocional para el docente, un símil al DECE estudiantil pero creado para los docentes, un grupo de apoyo en el que se sienta en libertad de expresar sus emociones, conflictos y pueda recibir orientación.

Que se sugiere talleres sobre la resolución de conflictos reafirmando el rol de mediador del docente, pero siempre respetando el tiempo del docente, ya que de no hacerlo sería contraproducente al generar más carga.

Finalmente, dejar abierta la invitación para futuras investigaciones que profundicen el estudio del BO y el desempeño docente en función de la edad de los estudiantes pues consideramos que esto podría ser un factor para los niveles que se generen de estrés en el período de la Postpandemia con la nueva normalidad asistida por la educación virtual.

Referencias

1. Álvarez, M. (2014). Estrés laboral, síndrome de burnout y técnicas de afrontamiento en docentes de educación general básica de un colegio privado de Quito en el periodo marzo a julio del 2013 . Tesis de Licenciatura, Universidad Internacional SEK, Facultad de Seguridad y Salud Ocupacional, Quito.
2. Arias Gallegos, W. L., Huamani Cahua, J. C., & Ceballos Canaza, K. D. (2019). Burnout Syndrome in School Teachers and University Professors: A Psychometrical and Comparative Analysis from Arequipa City. *Journal of Educational Psychology-Propósitos y Representaciones*, 7(3), 92-113.
3. Buele, I., Larrazábal, G., & Ortíz, S. (2019). The Burnout Syndrome: Study Applied to Professors of Accounting, Cuenca-Ecuador. *Journal of Organizational Culture, Communications and Conflict*, 23(2), 1-8.

4. Carolina Aranda Beltran, R. G. (2013). Factores de riesgo sicosocial laborales, apoyo social y síndrome de Burnout en médicos de familia de tres instituciones públicas de Guadalajara. *Salud Uninorte*.
5. César Sarria Joya, P. G. (s.f.). *Síndrome de Burnout en Educadores*.
6. Coe, R. C. (2004). *What makes great teaching? (Review of the underpinning research, Project Report)*.
7. Dewar, K. (2002). *On Being a Good Teacher*. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education*.
8. GILLA^a, María Antonella; BELEN GIMENEZ, Silvina; MORAN, Valeria E. y OLAZ, Fabián O. *Adaptación y validación del Inventario de Burnout de Maslach en profesionales argentinos de la salud mental*. Liber.
9. Gil-Monte, Pedro R. (2012). *Riesgos psicosociales en el trabajo y salud ocupacional*. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 29(2), 237-241.
10. González, J Such (015) *Opiniones sobre el desempeño docente y sus repercusiones en la satisfacción profesional y personal de los profesores * Universitat de València - España*
11. INEC. (2012). *Clasificación Nacional de Actividades Económicas (CIIU Rev. 4.0)*. Unidad de Análisis de Síntesis. Retrieved from
12. Jessica Paola Flor Calero, P. A. (2015). *Estudio del Síndrome de Burnout*.
13. M., Á. (2014). *Estres laboral síndrome de burnout y técnicas de afrontamiento en docentes de educación general básica de un colegio privado de Quito en el periodo de Marzo*.
14. Massa, L. D. B., de Souza Silva, T. S., Barbosa Sá, I. S. V., de Sá Barreto, B. C., Queiroz de Almeida, P. H. T., & Barcelos Pontes, T. (2016). *Burnout syndrome: An exploratory study of professors*. *Rev. Ter. Ocup. Univ. São Paulo*, 27, 180-189.
15. Oramas, V. A. (2013). *“Estrés laboral y síndrome de burnout en docentes cubanos de enseñanza primaria*.
16. Pacheco Cámara María Luisa, I. B. (2018). *La evaluación del desempeño docente superior*. *Revista Digital Universitaria*.

17. Paz y Miño, S; (2019). Estrés, burnout y estrategias de afrontamiento en el desempeño docente. Universidad Andina Simón Bolívar Sede Ecuador Área de Educación Maestría en Innovación en Educación. Quito
18. pedro, G.-M. (2012). Riesgos Psicosociales en el trabajo salud ocupacional. Revista Peruana de Medicina Exerimental Salud Ocupacional.
19. Ramirez, D. A. (2018). Calidad de vida laboral en docentes de una institución educativa en la ciudad de Medellin. Revista Humanismo.
20. Sergio Zuniga, V. P. (2018). Mediciones de Estres Laboral en Docentes de un colegio público Regional Chileno.
21. Such, J. G. (2015). Opiniones sobre el desempeño docente sus repercusiones. Dialnet.
22. [online]. 2019, vol.25, n.2, pp.179-193. ISSN 1729-4827.Estrada, E. R. R. (2016). El costo promedio ponderado del capital y el endeudamiento en el comportamiento de los índices de rentabilidad de las empresas pequeñas y medianas del sector repositorio.puce.edu.ec. Retrieved from <http://repositorio.puce.edu.ec/handle/22000/13445>
23. <http://www.inec.gob.ec/estadisticas/SIN/metodologias/CIU 4.0.pdf>

© 2020 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).