

BURNOUT EN DOCENTES UNIVERSITARIOS

BURNOUT IN UNIVERSITY TEACHERS

Miguel Angel Cárdenas Rodríguez ^{1*}

¹ Estudiante de la escuela de Medicina de la Universidad Técnica de Manabí. Departamento de Ciencias Médicas. Facultad de Ciencias de la Salud. UTM. Portoviejo, Ecuador. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2235-6644>. Correo: mcardenas8653@utm.edu.ec

Jhon Alexander Ponce Alencastro ²

² Docente Investigador de la Universidad Técnica de Manabí. Departamento Ciencias Médicas. Facultad Ciencias de la Salud. UTM. Portoviejo, Ecuador. ORCID: <https://orcid.org/0000-0000-0000-0000>. Correo: jhon.ponce@utm.edu.ec

* **Autor para correspondencia:** mcardenas8653@utm.edu.ec

Resumen

El síndrome de burnout es un trastorno que afecta la salud de los profesionales. Uno de los grupos más afectados es el docente debido a las responsabilidades y el compromiso que se les exige dentro de su desempeño laboral. Objetivo: Analizar y revisar críticamente la literatura temática existente de acuerdo a criterios de inclusión y exclusión sobre los aspectos más relevantes del Burnout en docentes universitarios dentro del contexto latinoamericano. Método: El estudio se realizó a través de la revisión de las literaturas correspondientes al periodo 2017-2022 en el contexto latinoamericano. La búsqueda de información se ejecutó en la base de datos como Scielo, Redalyc, Pubmed, Scopus, Ebsco y Dialnet.; además, se utilizaron descriptores de búsqueda: Burnout; docencia; educación superior; estrés laboral. Resultados: Tras ejecutar el proceso de selección según los criterios de exclusión e inclusión se contó con 22 artículos que fueron analizados a profundidad. Conclusiones: Existen diversos factores estresores psicosociales que pueden provocar los síntomas del burnout en los docentes universitarios como la sobrecarga laboral, escaso manejo de conflictos, falta de soporte emocional, entre otros. Es necesario implementar estrategias de afrontamiento ante el burnout con el fin de evitar sus consecuencias físicas, mentales y emocionales.

Palabras clave: Burnout; Docencia; Educación Superior; Estrés Laboral.

Abstract

Burnout syndrome is a disorder that affects the health of professionals. One of the most affected groups is the teacher due to the responsibilities and commitment that are required of them within their work performance.

Objective: To analyze and critically review the existing thematic literature according to inclusion and exclusion criteria on the most relevant aspects of Burnout in university teachers within the Latin American context. Method: The study was carried out through the review of the literature corresponding to the period 2017-2022 in the Latin American context. The search for information was executed in the database such as Scielo, Redalyc, Pubmed, Scopus, Ebsco and Dialnet; in addition, search descriptors were used: Burnout; teaching; higher education; work stress. Results: After executing the selection process according to the exclusion and inclusion criteria, there were 22 articles that were analyzed in depth. Conclusions: There are several psychosocial stressors that can cause the symptoms of burnout in university teachers such as work overload, poor conflict management, lack of emotional support, among others. It is necessary to implement coping strategies in the face of burnout in order to avoid its physical, mental and emotional consequences.

Keywords: *Burnout; Teaching; Higher education; Work Stress*

Fecha de recibido: 03/07/2022

Fecha de aceptado: 16/07/2022

Fecha de publicado: 18/08/2022

Introducción

Debido a la inquietud por el desarrollo y el progreso en la educación superior se ha demostrado un interés por el trabajo docente, sobre todo considerando las responsabilidades y el compromiso que se les exige. Tal vez por ello, esta profesión se ha considerado como una ocupación estresante que trae consigo repercusiones en la salud mental, física y en el funcionamiento profesional de los docentes quienes a su vez corren un alto riesgo de desarrollar Síndrome de burnout.

Este síndrome es considerado como un fenómeno social en el cual se presentan crisis dentro del desempeño laboral, de modo especial en aquellas jornadas laborales en las cuales se están en contacto con otras personas, tal como sucede en los trabajos que demandan brindar un determinado servicio bajo criterios de calidad, siendo una de estas la práctica docente.

Durante las últimas dos décadas la definición propuesta por Maslach y Jackson (1986) ha obtenido primacía dentro de la literatura científica, en ella afirman que es una manifestación comportamental derivada del estrés laboral (Rojas et al., 2021). Este fenómeno ha ido en aumento y con ello sus consecuencias en el personal docente universitario, quienes por la naturaleza de su trabajo se encuentran expuestos a exigencias psicológicas, provocadas por la cantidad y la diversidad de tareas que deben desempeñar (Pujol et al., 2019). De esta manera las respuestas que el personal docente da ante las situaciones de sobre exigencia, son: la insatisfacción laboral y profesional, los intentos de abandono, la reducción en la productividad, la pérdida de compromiso, la falta de interés y otras repercusiones relacionadas de manera general con la salud (Villamar et al., 2019).

Siendo esta situación más evidente durante la pandemia por COVID-19 debido al inadecuado afrontamiento que han recurrido los docentes que tuvieron que acogerse a la modalidad de teletrabajo.

Es así como la calidad educativa y su compromiso en la práctica de la formación social y cultural se ha visto perjudicada en menor y mayor intensidad. Por lo antes expuesto el presente trabajo investigativo propone analizar y revisar críticamente la literatura temática existente de acuerdo a criterios de inclusión y exclusión sobre los aspectos más relevantes del Burnout en docentes universitarios dentro del contexto latinoamericano.

Materiales y métodos

El presente estudio de tipo descriptivo se basó desde el enfoque cuantitativo en la búsqueda y análisis del material seleccionado tomando en cuenta la fecha de publicación de los artículos científicos indexados en base de datos regionales desde latindex 2.0 hasta las publicaciones con factor de impacto quartil 4, correspondientes al periodo 2017-2022 en el contexto latinoamericano. Tomando como referencia a los países que han realizado mayores publicaciones en relación al tema de Burnout en docentes universitarios en Latinoamérica.

Para lo cual se procedió a descomponer el título del presente estudio a través de la permutación terminológica mediante la base de datos Descriptores en Ciencias de la Salud (DeCS) de la Organización Mundial de la Salud (OMS) obteniendo las palabras claves Burnout, docencia, educación superior y estrés laboral, de conformidad a los criterios de inclusión como publicaciones no menores a 5 años, publicaciones de revistas indexadas en repositorios regionales, publicaciones que sean de contexto universitario e investigaciones realizadas en docentes universitarios.

Tomando en cuenta artículos escritos en inglés, español y portugués publicados en base de datos como Scielo, Redalyc, Scopus, Ebsco y Dialnet.

Posteriormente de acuerdo a los criterios antes mencionados se realizó una matriz de consistencia para ingresar un total de 300 artículos científicos definiéndose aquellos que tenían como principal elemento de abordaje los términos de búsqueda “Burnout y Docencia” y “Burnout y educación superior”. Considerando los términos de búsqueda vinculados con la temática principal, comprobándose la ubicación geográfica, la validez científica y el periodo de publicación con la mayor cantidad de combinaciones posibles de términos de búsqueda para el registro de todos los artículos en la matriz de consistencia en su primera fase (Tabla 1).

Tabla 1. Principales categorías de la matriz de consistencia en su primera fase

Autor: Miguel Cárdenas Rodríguez

Tema y título del artículo
Autor/es
Termino de búsqueda
Base de datos
Revista
Año de publicación
País
Factor de impacto
Objetivo
Metodología
Instrumento
Población

Resultados
Conclusiones
URL o DOI

Como parte de este procedimiento bajo el enfoque cualitativo se procedió a la fase 2 analizando el contenido de las producciones científicas consultadas de acuerdo al objetivo de estudio, la metodología y los resultados en concordancia al tamaño de la población (no menos de 50 docentes) y el factor de impacto de cada publicación excluyendo los trabajos no pertinentes, ni relevantes (Tabla 2) (Tabla 3) (Tabla 4) (Tabla 5).

Tabla 2. Contenido de las producciones científicas de la matriz de consistencia en su segunda fase
Autor: Miguel Cárdenas Rodríguez

Artículo	Factor de impacto	Objetivo	Metodología	Población	Resultados
Riesgos Psicosociales en la Profesión Académica: Un análisis interpretativo del discurso de docentes universitarios argentinos	0,530	Exploran las categorías específicas de riesgos psicosociales a las que se encuentran expuestos los académicos participantes	Cuantitativo participativo	414	La presencia de elevadas demandas laborales, tales como la sobrecarga de trabajo, la doble presencia y la injusticia distributiva, en conjunto con la insuficiencia de algunos recursos organizacionales, tales como las oportunidades de desarrollo de carrera, la retroalimentación externa y las oportunidades de participación significativa, parecieran ser los factores del trabajo que exponen a los participantes a mayor riesgo psicosocial
Factores psicosociales y síndrome de Burnout en académicos de una universidad pública de México	0.800	Identificar la relación que existe entre los factores psicosociales del trabajo académico y el SB en una universidad pública de México	El diseño de este estudio es no experimental de tipo transversal de alcance correlacional donde se aplicó una batería que estuvo conformada por una adaptación del cuestionario de Factores Psicosociales del Trabajo Académico y el Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo para	247	Los modelos de regresión lineal multivariada mostraron una relación estadísticamente significativa entre todos los factores psicosociales con la mayoría de las dimensiones del Burnout independientes al sexo, la edad o el estado civil, alcanzando varianzas explicadas entre el 16% y el 43%. Los predictores más confiables fueron “problemas sociales y

			Profesionales de la Educación		organizacionales” y “problemas con alumnos”, los que también tuvieron mayor prevalencia (40.9% y 34.8% respectivamente).
Cuestionario de burnout de Maslach (MBI-Ed) dirigido a los docentes de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Machala	0.510	Determinar el estado actual de manifestación e intensidad del Síndrome de Burnout, en los docentes de la Unidad Académica de Ciencias Sociales en la Universidad de Machala	Revisión bibliográfica y documental, el método de observación, en su variante observación participante, Cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI) y la Escala WHOQOL-BREF para la evaluación de la calidad de vida de los docentes	50	El estrés laboral, presentado por los docentes universitarios no se encuentra en niveles altos o crónicos, sin embargo ocasiona agotamiento emocional que de no ser disminuido, podría interferir en el adecuado desarrollo de sus actividades laborales

Tabla 3. Contenido de las producciones científicas de la matriz de consistencia en su segunda fase
Autor: Miguel Cárdenas Rodríguez

Artículo	Factor de impacto	Objetivo	Metodología	Población	Resultados
Experiencia profesional, capital psicológico y engagement. Su relación con el burnout en docentes universitarios	0.800	Estudiar las diferentes etapas del desarrollo profesional de docentes hacen variar los niveles de capital psicológico, engagement y burnout en docentes universitarios. Por otro lado, el segundo objetivo es estudiar la relación de las etapas del desarrollo profesional,	Empírico utilizando metodología cuantitativa Para evaluar las variables se utilizaron las versiones españolas del Psychological Capital Questionnaire, Utrecht Work Engagement Scale y el Oldenburg Burnout Inventory.	250	Los resultados indicaron que los docentes más experimentados presentan mayores niveles de capital psicológico (específicamente eficacia, resiliencia y esperanza) y mayor nivel de absorción, una dimensión de engagement, que los menos experimentados. No se encontraron diferencias significativas en los niveles de burnout vinculados a la experiencia académica. Por último, el capital psicológico (específicamente las dimensiones de optimismo y esperanza) así como el engagement (específicamente las dimensiones de vigor y dedicación) inhiben el

		del capital psicológico y el engagement con el burnout de los docentes universitarios.			surgimiento de burnout en docentes universitarios.
Síndrome de burnout en médicos docentes de un hospital de 2.º nivel en México	0.586	Identificar la presencia de síndrome de burnout en el personal médico dedicado a labores docentes y los factores asociados a su presentación.	Se realizó un estudio observacional, transversal, descriptivo a quienes, previa firma de consentimiento informado, se les aplicó el cuestionario CBPR, para determinar el nivel de burnout, los factores sociodemográficos, organizacionales y administrativos.	55	Un total de 12 médicos de pregrado y 4 de posgrado (53,33% del total) se ubicaron con nivel alto de en la escala de burnout. Las variables especialidad, número de hijos, situación laboral, condiciones organizacionales y preocupaciones personales tienen mayor efecto en su presentación.
Burnout en docentes de la Facultad de Ingeniería Industrial de la Universidad de Guayaquil-Ecuador	0.520	Analiza el burnout en los docentes de la Facultad de Ingeniería Industrial de la Universidad de Guayaquil-Ecuador	Es un estudio observacional y transversal de carácter investigativo descriptivo con medición cualitativa.	50	Se evidencia que solo la escala de cansancio emocional presenta alto nivel de afectación y estos son el 6.8% de los encuestados. Sin embargo tenemos en la escala de realización personal 77.3% con valoración baja, lo que significa que son vulnerables para el síndrome de burnout.

Tabla 4. Contenido de las producciones científicas de la matriz de consistencia en su segunda fase
Autor: Miguel Cárdenas Rodríguez

Artículo	Factor de impacto	Objetivo	Metodología	Población	Resultados
Satisfacción laboral y síndrome de burnout en docentes durante el confinamiento por la pandemia COVID-19	0.800	Determinar la relación significativa entre la satisfacción laboral y los componentes del síndrome de burnout durante el	Diseño correlacional transversal quienes respondieron la Escala de Satisfacción Laboral para Docentes y el Inventario de Burnout Maslach (MBI).	205	Los docentes que presentan elevado cansancio emocional, pérdida de sensibilidad y empatía, deterioro de sus capacidades y sentimiento de fracaso muestran a su vez insatisfacción laboral. Por lo tanto, es necesario contar con factores de protección para

		encierro por la pandemia de COVID-19.			prevenir la angustia emocional de los profesores
Prevalencia del Síndrome de Burnout en docentes ecuatorianos de educación superior en tiempos de pandemia Covid-19	0.511	Evidenciar la prevalencia del síndrome de burnout en docentes ecuatorianos de educación superior del sector público durante la pandemia de COVID-19	Diseño cuantitativo no experimental de corte transversal descriptivo	378	Se observó mayor porcentaje de docentes afectados por el agotamiento emocional 30,08% con presencia de AE, 15,29% en riesgo. En la subescala despersonalización 15,04% lo presentan, 30,83% están en riesgo. Y la baja realización personal se evidencia en el 15,79%, mientras que el 20,80% se encuentran en riesgo
Síndrome de Burnout y sentimiento de autoeficacia en profesores universitarios	0.536	Analizar la relación del Síndrome Burnout y los sentimientos de autoeficacia con el rendimiento académico en profesores universitarios pertenecientes a los Programas de Psicología y Odontología de una Universidad privada de la ciudad de Barranquilla	La investigación es empírico analítica, con un diseño descriptivo correlacional.	93	Se observó que no se presenta un relación significativa entre el Burnout, sentimientos de autoeficacia con el rendimiento académico

Tabla 5. Contenido de las producciones científicas de la matriz de consistencia en su segunda fase

Autor: Miguel Cárdenas Rodríguez

Artículo	Factor de impacto	Objetivo	Metodología	Población	Resultados
Síndrome de Burnout en docentes de una universidad pública ecuatoriana	0.563	Evaluar el síndrome de Burnout en docentes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Manabí, Ecuador, desde junio de 2018 a junio de 2021	Investigación de tipo descriptiva, transversal, de campo y prospectiva, con diseño no experimental,	53	Los docentes, perciben altamente falta de realización personal y se detectaron casos del síndrome de Burnout, específicamente en docentes titulares, recomendándose su intervención y así promover la salud del profesor universitario y por ende un buen desempeño
Estrategias de coping utilizadas por los docentes del curso de graduación en enfermería	0.546	Analizar estrategias de coping utilizadas por los docentes del curso de graduación en Enfermería	Estudio cuantitativo, transversal.	77	Las estrategias más empleadas fueron aquellas en que los docentes aceptaban el problema y lo utilizaban como forma de aprendizaje, enfrentamiento el estrés, conocido como "lucha", y dando solución al problema.
Burnout, docencia e investigación en profesores universitarios de la Facultad de Ciencias Empresariales de Perú y España.	0.689	Analizar las diferencias del síndrome de burnout, sus dimensiones y según funciones sustantivas de docencia e investigación, en los profesores de las Facultades de Ciencias Empresariales de la Universidad Nacional Santiago Antúnez de Mayolo (UNASAM) de Perú	Investigación de enfoque cuantitativo, de nivel básico y descriptivo, de diseño no experimental, transversal y descriptiva comparativa; se utilizó el cuestionario adaptado del Maslach Burnout Inventory (MBI)	89	Los profesores evaluados presentan niveles significativamente más altos de SB en las dimensiones de cansancio emocional por docencia, despersonalización por docencia e investigación y en baja realización personal por docencia e investigación.
SARS – Cov – 2 y teletrabajo: Estilos de afrontamiento frente al estrés laboral	0.500	Identificar los estilos de afrontamiento que más adoptan los docentes universitarios frente al estrés laboral.	Diseño descriptivo no experimental de tipo transversal	89	Presenta estilos de afrontamiento inadecuados ante el estrés laboral que resultan poco saludables en el desarrollo de estrategias desadaptativas que disminuyen la

en docentes universitarios					interacción con sus pares y la capacidad de resolver problemas relacionados con sus actividades laborales.
----------------------------	--	--	--	--	--

Con la matriz y base de datos respectivamente ordenada se logró identificar categorías y subcategorías de análisis centrándose inicialmente en las líneas y sublíneas de investigación para luego enfocarse en los resultados de las mismas.

Después de analizar la literatura pertinente se estudió la metodología empleada identificando el objetivo en concordancia con las técnicas e instrumentos utilizados, la población en referencia para finalmente interpretar, discutir y redactar los resultados en categorías teóricas dispuestas de la siguiente manera: ``Entendiendo el Burnout`` y ``Burnout dentro del ámbito universitario``.

Resultados y discusión

Entendiendo el Burnout

El primer término encontrado acerca del síndrome de burnout fue descrito en el trabajo de Graham Green en el año 1961, mismo que se tituló “A burnout case”, el cual hace referencia a la historia de un arquitecto quien agobiado por la repetición de su profesión decide desertar de la vida que llevaba en ese entonces para viajar hasta la selva africana en busca de paz (Gurumendi et al., 2021).

Freudenberger en el año 1974 citado por (Lovo, 2020) retoma el término en sus escritos, la clínica en la que laboraba recibía continuamente voluntarios. Observó que, después de un año de trabajo repetitivo comenzaban a manifestar pérdida de la energía, con síntomas de agotamiento; que conducía al desarrollo de cuadros de ansiedad y depresión, e hizo uso del término de burnout para referirse al desgaste ocasionado por demandas crónicas y excesivas de un trabajo.

A pesar de los avances en esta temática, en los primeros años, el término burnout no llamo interés en la comunidad científica, hasta que Maslach (1982) publico sus estudios, definiendo las bases que conforman el síndrome, describiendo este en: cansancio personal, despersonalización y baja realización personal, que sigue a la presentación de estrés laboral por un tiempo prolongado. La influencia de sus estudios sigue hasta el día de hoy, siendo los cimientos aceptados en la comunidad científica. Uno de los test más utilizados en el área para medir el síndrome de burnout desde su publicación fue desarrollado por Maslach y Jackson durante los años de 1981 – 1986 (Serrano et al., 2021).

Desde la aparición del concepto, en los últimos 30 años el avance en el tema ha sido vertiginoso, desarrollándose en todo el mundo centenares de estudios sobre esta patología socio laboral, que describen más de 100 signos y síntomas, sin embargo, a la gran cantidad de publicaciones científicas que han explorado la presentación del síndrome en las más variadas profesiones, siguen persistiendo aspectos que no están del todo claros (Lovo, 2020).

En este contexto, el burnout llamado también síndrome de estar quemado o de quedarse exhausto, como respuesta a la excesiva exigencia laboral en profesiones de servicio, es una enfermedad descrita como un síndrome resultante del estrés crónico del trabajo que no ha sido gestionado con éxito en el índice internacional de la OMS.

Por lo tanto, la importancia de este riesgo queda reconocida desde el mismo momento en que la OMS, en la 72ª Asamblea Mundial de la Salud de la OMS, celebrada en Ginebra entre los días 22 y 28 de mayo de 2019,

incluye el síndrome de desgaste profesional expresión que sustituye a la denominación ``burnt out`` como un problema relacionado con el trabajo, siendo una de las novedades más importantes dentro de la undécima revisión de la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11) (Sierra, 2021).

Esto significa que a partir de enero de 2022 el síndrome de desgaste profesional se incluye en el capítulo 24: “Factores que influyen en el estado de salud o el contacto con los servicios de salud” dentro de la subcategoría de “problemas asociados con el empleo y el desempleo” QD85: Síndrome de desgaste ocupacional (Vivas & Fonseca, 2019).

De acuerdo con lo antes expuesto este síndrome va más allá del cansancio habitual, comprometiendo a la esfera fisiológica, física y social, en donde varias investigaciones han indagado sobre las consecuencias producidas por las tensiones laborales sobre los trabajadores, entre las cuales se describen alteraciones en el sueño, afecciones cardiovasculares, endócrinas, gastrointestinales, dolores musculares, cefalea, pérdida de peso, alteraciones inmunológicas, alteraciones en el ciclo menstrual y daño a nivel del encéfalo. Ampliando un poco la definición del síndrome de burnout, este es una respuesta al estrés laboral a partir de una experiencia compuesta por cogniciones, emociones y actitudes negativas hacia el trabajo y las personas con que se relaciona por su labor tabla 6.

Tabla 6. Test de Maslach Burnout Inventory (MBI) que mide las tres dimensiones de burnout.

1	Me siento emocionalmente agotado/a por mi trabajo.	1	2	3	4	5	6
2	Me siento cansado/a al final de la jornada laboral.	1	2	3	4	5	6
3	Me siento fatigado cuando me levanto por la mañana y me enfrente a otra jornada laboral.	1	2	3	4	5	6
4	Comprendo fácilmente como se sienten los pacientes/usuarios.	1	2	3	4	5	6
5	Creo que trato a algunos pacientes/usuarios como objetos impersonales.	1	2	3	4	5	6
6	Trabajar todo el día con mucha gente es un esfuerzo.	1	2	3	4	5	6
7	Trato muy eficazmente los problemas personales.	1	2	3	4	5	6
8	Me siento quemado por dentro.	1	2	3	4	5	6
9	Creo que estoy influyendo positivamente con mi trabajo en las vidas de otras personas.	1	2	3	4	5	6
10	Me he vuelto más insensible con la gente desde que ejerzo esta profesión.	1	2	3	4	5	6
11	Me preocupa el hecho de que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente.	1	2	3	4	5	6
12	Me siento muy activo.	1	2	3	4	5	6
13	Me siento frustrado en mi trabajo.	1	2	3	4	5	6
14	Creo que estoy trabajando demasiado.	1	2	3	4	5	6
15	En realidad, no me preocupa lo que ocurre a alguno de mis pacientes/usuarios.	1	2	3	4	5	6

16	Trabajar directamente con las personas me produce estrés.	1	2	3	4	5	6
17	Me siento estimulado después de trabajar en contacto con mis pacientes.	1	2	3	4	5	6
18	Puedo crear fácilmente una atmosfera relajada con mis pacientes.	1	2	3	4	5	6
19	He conseguido muchas cosas útiles en mi profesión.	1	2	3	4	5	6
20	Me siento acabado.	1	2	3	4	5	6
21	Trato los problemas emocionales con mucha calma en mi trabajo.	1	2	3	4	5	6
22	Siento que los pacientes/usuarios me culpan por algunos de sus problemas.	1	2	3	4	5	6

Burnout en el ambiente laboral del docente universitario

La educación superior constituye una base fundamental para la construcción y progreso de la sociedad, de allí el imperativo estratégico de invertir en mejorar la educación en este nivel. Si bien son muchos los desafíos a enfrentar, es patente el rol que cumple el trabajo docente como pieza clave de la mejora. El docente se enfrenta a muchos desafíos vinculados a la preocupación por su formación profesional, a la adquisición de estrategias pedagógicas, a la desmotivación del alumnado, a la falta de recursos, entre otras. Todos estos desafíos pueden provocar situaciones de estrés y desmotivación en los docentes, que pueden verse agravados o atenuados por el nivel de experiencia docente, así como por sus características individuales (Mesurado & Laudadio, 2019). La docencia como profesión, se ha considerado de alto riesgo para desarrollar el SB, porque obliga a la realización simultánea de tareas diversas que van desde la continua interacción con alumnos y compañeros, hasta la planeación de actividades curriculares, elaboración de informes de desempeño, evaluación constante de estudiantes y participación en actividades administrativas e investigativas.

Usualmente, estos conflictos generan frustración y estados de ánimo contradictorios que provocan poca tolerancia con el entorno circundante, sentimientos de impotencia, agotamiento, y otras manifestaciones psicosomáticas, afectando el proceso de enseñanza-aprendizaje (Chavarría et al., 2017).

A medida que el docente va adquiriendo mayor experiencia en la enseñanza universitaria va modificando y enriqueciendo no sólo su formación académica, sino que también puede ir modificando características individuales que pueden contribuir o no a atenuar la experiencia de las situaciones de estrés con las que va a enfrentarse.

Según (Mesurado & Laudadio, 2019):

El docente de hoy en día no solo tiene que responder a sus funciones y responsabilidades investigativo-administrativas, como miembro de una comunidad universitaria, sino que también debe responder a su deber intrínseco de educar los futuros profesionales. Todos estos hechos generan afectaciones a nivel físico y mental que se traducen en posteriores repercusiones en el ámbito laboral como ausentismo, altos niveles de rotación, bajos niveles de productividad, causados por el llamado SB (Pag.17).

En cada ámbito laboral los contextos del trabajo varían, del mismo modo que varían las actividades que desempeña cada profesional en su labor, por eso es imprescindible que las instituciones de educación superior

identifiquen y evalúen su contexto en particular, ya sean los factores de riesgo psicosocial como los factores protectores de los docentes, para que de esta forma se prevenga o contrarreste el impacto del SB.

Los educadores, como trabajadores que laboran en función al sistema educativo del estado, tienen sobre sí una gran responsabilidad, por lo que son objeto de una gran exigencia laboral, estas presiones laborales pueden generar alteraciones de los parámetros cardiometabólicos, asociados al estrés y el SB. Siendo este último, además un factor de riesgo en la agudización de enfermedades cardiometabólicas, así como la diabetes, las hiperlipidemias, la hipertensión, el aumento de masa corporal entre otras. Estas dolencias coaligadas al Burnout, son causantes de millones de muertes a nivel mundial (Gurumendi et al., 2021).

Determinando que el SB está estrechamente relacionado con las condiciones de excesiva exigencia laboral, cabe agregar que los estamentos docentes incluidos en la Ley Orgánica de Educación Superior (LOES), y en algunos casos una doble carga de horas de trabajo de otra institución, pudieran conllevar al cansancio o astenia, factores directos asociados con este riesgo psicosocial. Buscar fuente

El profesor universitario está sometido a la presión que supone el intentar responder a una diversidad de demandas: implantación de los nuevos planes de estudio, modificación de metodologías, evaluación permanente de la actividad docente universitaria, evaluación nacional de la calidad de la investigación, entre otras, por lo que cuando este detecta que existe una inconsistencia entre las exigencias y su respuesta, siente ansiedad, que, al no ser enfrentada, puede causarle el SB (Ugalde & Molestina, 2018).

La pandemia mundial por la COVID-19 ha trastocado la educación, pues los estudiantes y los docentes se están enfrentando a distintos cambios y retos tanto a nivel personal como académico laboral, debido a que el Ministerio de Educación a dispuesto realizar un servicio educativo no presencial o remoto, tal disposición ha obligado a los docentes a adaptarse a nuevas plataformas, modificar sus métodos de enseñanza y retroalimentación, además de la necesidad de contar con mayor capacitación y apoyo generando en los docentes sobrecarga laboral (Cortez et al., 2021).

Debido a la pandemia mundial a causa del COVID - 19, muchos fueron los cambios que se generaron en las diversas actividades y sectores, siendo el ámbito educativo uno de los grandes implicados, generando así el cierre temporal de las instituciones y por ende la imposibilidad de asistencia física a las mismas, adoptando la virtualidad para evitar así la propagación masiva del virus y a su vez, garantizando la continuidad del aprendizaje, pese a las medidas aplicadas por los gobiernos como mediada alterna, esto ha generado un gran impacto en la salud mental de toda la comunidad educativa, incluyendo así al personal docente.

El personal docente no está exento a los efectos que la pandemia puede ocasionar en su salud mental, porque se suman varios factores que los hacen un grupo poblacional susceptible; como el incremento de responsabilidades y exigencia de trabajo, el mayor requerimiento de tiempo para preparar sus clases, el asegurarse de conexiones adecuadas, el realizar seguimiento a sus estudiantes, la necesidad de mayor tiempo para conocer y explorar las distintas plataformas y contar con criterios para la toma de decisiones sobre su uso (CEPAL & UNESCO, 2020).

Los docentes han tenido que asumir nuevos retos, los cuales hacen referencia no solo a la parte académica, si no también emocionales, debido a que tienen que compaginar sus actividades laborales con las personales, agregando aquello todos los procesos de capacitación que realizaron las instituciones educativas previo a la apertura del nuevo semestre educativo, lo que generó aún más horas de trabajo y, por ende, mayor carga laboral, generando o aumentando efectos psicológicos en el personal.

En el pasado, las consecuencias del estrés crónico prolongado en docentes han recibido atención desde distintas ciencias ante la necesidad de mitigar y prevenir el SB en los maestros. Ahora, frente a las crecientes presiones en la educación por el COVID-19 que han elevado los niveles de estrés en los docentes a causa del aumento de la carga de trabajo, la preocupación por la salud, la implementación abrupta de la tecnología como medio laboral y la lucha por encontrar el equilibrio entre el trabajo y la vida personal; vuelven aún más urgente la atención del bienestar mental de los educadores (Jarrín et al., 2022).

El regreso progresivo de las actividades presenciales fomentará aún más el trabajo docente, pues estos tendrán que ser más receptivos frente a las nuevas necesidades de aprendizaje, por lo que, en su caso, tendrían que implementar nuevas técnicas pedagógicas que permitan cerrar brechas educativas.

Es claro que la presencia del SB trae costes económicos, sociales, personales y laborales tanto a la persona que lo posee, como a la organización de la cual hace parte y va posibilitando el deterioro en las diversas áreas de funcionamiento, no solamente las áreas en que la persona se desenvuelve, sino también aquellas áreas que son internas del trabajo por lo cual le tocaría estar rotando de un cargo a otro, lo que le generaría a la empresa baja productividad y más gastos (García et al., 2017).

(Guimarães et al., 2017) señalan que las estrategias más empleadas fueron aquellas en que los docentes aceptaban el problema y lo utilizaban como forma de aprendizaje, enfrentamiento al estrés, conocido como "lucha", y dando solución al problema. Las causas del estrés se debían a situaciones conflictivas cotidianas, como el acompañamiento de trabajos extracurriculares, clases extensas, circunstancias ambientales y desafectos con alumnos, los cuales deben ser encarados para el surgimiento de estrategias de confrontación, evitando, así el crecimiento de ese estrés que puede ocasionar la enfermedad.

Se necesitan maestros que se sientan motivados para asegurar una educación de calidad, por ello, las autoridades de las escuelas y de los organismos educativos deben proteger la seguridad mental y física de los maestros (Castilla et al., 2021).

El análisis de los artículos seleccionados para la presente revisión permitió establecer relación dentro del ámbito universitario latinoamericano actual en el siglo XXI, existiendo factores para padecer el SB, estudio realizado por (Anzules et al., 2022) en 53 docentes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Manabí de Ecuador sin diferencias entre sexos se destacó con un alto nivel la falta de realización personal a los docentes a tiempo completo y los únicos casos de niveles altos para la tríada del SB, correspondieron a los docentes titulares en concordancia con estudios de (Yslado et al., 2020) en donde participaron 89 docentes de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Nacional Santiago Antúnez de Mayolo (UNASAM) de Perú dando como resultado que los profesores evaluados presentan niveles significativamente más altos de SB en las dimensiones de cansancio emocional por docencia, despersonalización por docencia e investigación y en baja realización personal por docencia e investigación. Cuando el docente universitario responde ante el estrés laboral como un conflicto crónico insuperable prolongado, agotamiento emocional, desmotivación, sensación de fracaso, bajo rendimiento, entre otros; pudiera encontrarse bajo la condición del SB también descrito como el Síndrome del Desgaste, del malestar docente o del profesor quemado.

Estudios propuesto por Ponce et al. (2022) en una población de 89 docentes a tiempo completo de la Facultad de Ciencias Administrativas y Económicas de la Universidad Técnica de Manabí a quienes se les aplicó el cuestionario de afrontamiento al estrés (CAE) demostró estilos de afrontamiento inadecuados ante

el estrés laboral que resultan poco saludables en el desarrollo de estrategias desadaptativas que disminuyen la interacción con sus pares y la capacidad de resolver problemas relacionados con sus actividades laborales. Por lo tanto, cuando se analizan los resultados de los trabajos de otros autores relacionados con la presente investigación, se puede determinar que, si hay bases científicas validadas para reflejar el nexo existente del SB y los docentes universitarios, entre el estrés laboral y los docentes universitarios.

Es necesario la aplicación de evaluaciones para determinar la existencia de burnout en los docentes, el grado en que se presenta, de esta forma poder brindar la atención profesional que necesita.

Conclusiones

Dentro de los resultados obtenidos en este estudio investigativo, queda demostrado que el SB se genera debido a una respuesta inadecuada y crónica ante los estresores psicosociales presentes en el contexto del trabajo, debido a que las actuaciones que desencadenan la aparición de este síndrome suelen ser intensas y duraderas, porque el burnout se define como un proceso continuo que se manifiesta de una manera paulatina y que va interiorizando el individuo hasta provocar en éste los sentimientos propios del síndrome.

Es importante mencionar que tanto sus consecuencias físicas, mentales y emocionales reducen la capacidad de los docentes para mantenerse comprometidos con la educación, lo que dificulta a su vez la posibilidad de implementar en sus cátedras prácticas innovadoras y efectivas que proporcionen un aprendizaje de calidad, el mismo que repercute en los estudiantes percepciones y sentimientos más negativos con respecto a su educación, llevando a consecuencias académicas y conductuales adversas.

Además, es imperativo que se implementen medidas de apoyo psicológico a los docentes que presentan el síndrome y un seguimiento a los que están en riesgo, con el fin de reducir el impacto psicológico de su trabajo y hacer frente a los factores psicosociales de riesgo que puedan llevarlos al agotamiento. Es importante también, realizar planes de intervención primaria con el fin de evitar o reducir el estrés laboral en aquellos docentes que no lo padecen, por lo que resulta necesario considerar los aspectos de bienestar y salud laboral a la hora de evaluar la eficacia en las Instituciones de Educación Superior.

Referencias

- Anzules, J., Rojas, L., Véliz, I., Loor, K., Menéndez, T., & Milián, E. (2022). Síndrome de Burnout en docentes de una universidad pública ecuatoriana. QHALIKAY, 6(1), 9-15.
<https://doi.org/10.33936/qkracs.v6i1.3902>
- Castilla, S., Colihuil, R., Lagos, R., & Bruneau, J. (2021). Carga laboral y efectos en la calidad de vida de docentes universitarios y de enseñanza media. Chakiñan, 15, 166-179.
<https://doi.org/10.37135/chk.002.15.11>
- CEPAL, & UNESCO. (2020). La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19. CEPAL, UNESCO.
<http://hdl.handle.net/11362/45904>
- Chavarría, R., Colunga, F., Castellanos, J., & Méndez, K. (2017). Síndrome de burnout en médicos docentes de un hospital de 2.º nivel en México. Educación Médica, 18(4), 254-261.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.edumed.2016.09.001>

- Cortez, D., Campana, N., Huayama, N., & Aranda, J. (2021). Satisfacción laboral y síndrome de burnout en docentes durante el confinamiento por la pandemia COVID-19. *Propósitos y Representaciones*, 9(3). <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9n3.812>
- García, A., Escorcia, C., & Perez, B. (2017). Síndrome de Burnout y sentimiento de autoeficacia en profesores universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 5(2), 65-126. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2017.v5n2.170>
- Guimarães, L., Leitão, V., de Sousa, G., de Araújo, V., Feitosa, V., & Barbosa, I. (2017). Estratégias de coping utilizadas pelos docentes do curso de graduação em enfermagem. *Enfermagem*, 11(11), 4546-4552. <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v11i11a231193p4546-4553-2017>
- Gurumendi, I., Panunzio, A., Calle, M., & Borja, M. (2021). Síndrome burnout en docentes universitarios. *Revista Científica Mundo de Investigación y el Conocimiento*, 5(3), 205-219. [https://doi.org/10.26820/recimundo/5.\(2\).julio.2021.205-219](https://doi.org/10.26820/recimundo/5.(2).julio.2021.205-219)
- Herrán, D. (2019). Síndrome de Burnout en docentes: Una revisión descriptiva de estudios en Latinoamérica. *Revista Seres y Saberes*, 6. <http://revistas.ut.edu.co/index.php/SyS/article/view/1810>
- Jarrín, G., Patiño, M., Moya, I., Barandica, Á., & Bravo, V. (2022). Prevalencia del Síndrome de Burnout en docentes ecuatorianos de educación superior en tiempos de pandemia Covid-19. *Polo del Conocimiento*, 7(2), 183-197. <https://doi.org/10.23857/pc.v7i1.3579>
- Lovo, J. (2020). Síndrome de burnout: Un problema moderno. *Entorno*, 70, 110-120. <https://doi.org/10.5377/entorno.v0i70.10371>
- Mesurado, B., & Laudadio, J. (2019). Experiencia profesional, capital psicológico y engagement. Su relación con el burnout en docentes universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 12-40. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.327>
- Ponce, J., Zambrano, R., & Rodríguez, L. (2022). SARS –COV –2 y Teletrabajo: Estilos de afrontamiento frente al estrés laboral en docentes universitarios. *Científica Arbitrada en Investigaciones de la Salud “GESTAR”*, 5(9), 153-168. <https://doi.org/10.46296/gt.v5i9edespmar.0060>
- Pujol, L., Foutel, M., & Porta, L. (2019). Riesgos Psicosociales en la Profesión Académica: Un análisis interpretativo del discurso de docentes universitarios argentinos. *Núcleo Básico de Revistas Científicas Argentinas (Caicyt-Conicet)*, XX(33), 161-170.
- Rodriguez, J., Guevarra, A., & Viramontes, E. (2017). Síndrome de burnout en docentes. *IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH*, 8, 45-97.
- Rojas, J., Totolhua, B., & Rodríguez, D. (2021). Síndrome de Burnout en docentes universitarios: Una revisión sistemática. *Espiral*, 14(29), 136-150.
- Serrano, O., Carriel, A., & Sánchez, X. (2021). Cuestionario De Burnout De Maslach (MBI-Ed) dirigido a los docentes de la Facultad De Ciencias Sociales de la Universidad Técnica De Machala. 4(1), 2-12. <https://doi.org/10.51247/st.v4i1.70>
- Sierra, E. (2021). Delimitación del conceptode riesgo psicosocial en el trabajo. *Foro*, 35, 8-27. <https://doi.org/10.32719/26312484.2021.35.1>
- Ugalde, J., & Molestina, C. (2018). Burnout en docentes de la Facultad de Ingeniería Industrial de la Universidad de Guayaquil-Ecuador. *Espacios*, 39(52), 26.

- Villamar, D., Juárez, A., González, I., & Osnaya, M. (2019). Factores psicosociales y síndrome de Burnout en académicos de una universidad pública de México. *Propósitos Y Representaciones*, 7(3), 111-140. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.360>
- Vivas, S., & Fonseca, M. (2019). Síndrome de Burnout, de un fenómeno laboral a un diagnóstico médico. *Revista Colombiana de Salud Ocupacional*, 9(1), 41-48. <https://doi.org/10.18041/2322-634X/rcso.1.2019.5962>
- Yslado, R., Ramírez, E., & Espinoza, M. (2020). Burnout, docencia e investigación en profesores universitarios de la Facultad de Ciencias Empresariales de Perú y España. *Educación en Contabilidad, Finanzas y Administración de Empresas*, 11, 3-19. <http://dx.doi.org/10.12795/EDUCADE.2020.i11.02>