

EL SÍNDROME DE DESGASTE PROFESIONAL (BURNOUT) EN PROFESORES DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR DE LA CIUDAD DE AGUASCALIENTES

CINTYA GUZMÁN RAMÍREZ / MARÍA DE LOS DOLORES RAMÍREZ GORDILLO / LAURA ELENA PADILLA GONZÁLEZ
Universidad Autónoma de Aguascalientes

RESUMEN: Con el objetivo de detectar la presencia del síndrome de desgaste profesional, *burnout*, y la forma en la que éste se relaciona con las variables sexo, edad, estado civil, tipo de escuela, años de experiencia y horas extra semanales dedicadas a la docencia, se aplicó el instrumento Maslach Burnout Inventory, en su versión para educadores, a 346 profesores de educación media superior, en la ciudad de Aguascalientes. Los resultados que aquí se presentan forman parte de un trabajo más extenso. La dimensión del síndrome: falta de realización personal concentró el mayor porcentaje de profesores en nivel alto. Las variables sexo y edad mostraron relación significativa con la dimensión agotamiento

emocional, al ser las mujeres y los profesores jóvenes quienes obtuvieron mayores porcentajes en niveles altos en esta dimensión. En el trabajo se resalta la necesidad de adoptar medidas preventivas y de intervención, puesto que se localizó una cantidad considerable de profesores en los niveles medios de desgaste en las dimensiones agotamiento emocional y falta de realización personal, esto los coloca en una situación vulnerable a adquirir el síndrome, además de poner en riesgo a aquellos que presentaron niveles bajos.

PALABRAS CLAVE: Burnout, MBI, desgaste profesional, profesores, educación media superior.

Introducción

La educación media superior es trascendental en la vida de sus estudiantes, pues es durante esta etapa de desarrollo donde tienen lugar diferentes decisiones tanto personales como profesionales. Con esta idea y con base en los pobres resultados que este tipo de educación ha obtenido en algunas pruebas de calidad educativa, en 2008 se propuso la Reforma Integral de la Educación Media Superior (SEP, 2008), donde entre otras cosas, se planteó un perfil ideal del profesor y se le consideró pieza fundamental para la mejora de la calidad educativa en este nivel, sin embargo, poco se ha estudiado acerca de este actor educativo. De ahí el interés en la elaboración de este trabajo, que

exploró al síndrome de desgaste profesional en docentes de este nivel educativo con la intención de generar recomendaciones útiles para mejorar sus condiciones laborales.

El síndrome de desgaste profesional, conocido internacionalmente como *Burnout*, es un concepto que surgió en la década de 1980 con los trabajos, independientes, realizados por Freudenberger y Maslach (Schaufeli & Enzmann, 1998).

Posee un número considerable de definiciones, que pueden ser divididas en aquellas que lo ven como un estado y en las que lo consideran un proceso. Se expone en seguida la propuesta por Schaufeli & Enzman (1998) quienes retomaron las ideas centrales de ambos puntos de vista y lo definen como:

(...) un estado mental persistente y negativo relacionado con el trabajo, que se presenta en personas normales. Esta condición psicológica se desarrolla gradualmente, pero el individuo involucrado la desconoce por largo tiempo. Es además, el resultado del desajuste entre las intenciones y la realidad en el trabajo. Con frecuencia este síndrome se auto-perpetúa debido a las inadecuadas estrategias de tratamiento que son asociadas al síndrome (p.36)

Para Maslach & Leiter (1997) posee las siguientes tres dimensiones:

1. *Agotamiento emocional*. Se caracteriza por sentimientos de agotamiento y falta de capacidad para recuperarse de él, sobrecarga emocional y psicológica así como la pérdida de energía para atender a proyectos o a personas.
2. *Despersonalización*. Es un intento de protegerse a sí mismo del agotamiento. Cuando los individuos se encuentran en esta dimensión se muestran fríos y distantes respecto al trabajo y a las personas que en él se encuentran.
3. *Falta de realización personal*. Quienes la experimentan se sienten ineficaces, piensan que el mundo entero conspira en contra de sus intentos de progreso, pierden la confianza en sus habilidades y en ellos mismos, como consecuencia de esto los demás también lo hacen.

Las consecuencias que este padecimiento puede traer consigo son muy significativas y pueden ser divididas en dos tipos: las primeras son personales, que repercuten en la salud de los profesores, como la fatiga excesiva o la falta de sueño, o en las relaciones interpersonales dentro o fuera de la organización. Las segundas son para la organización,

dentro de las cuales se pueden mencionar la disminución de la motivación, aumento de la frustración, comportamientos rudos, descorteses e insensibles hacia los usuarios. Estas situaciones pueden afectar el logro de los objetivos organizacionales y provocar el deterioro de la calidad de los servicios (Maslach, 2003; Gil-Monte & Peiró, 1997).

Si bien el estudio de este fenómeno comenzó en el área de la salud, recientemente ha sido explorado en distintas áreas dentro de las cuales se encuentra la docencia, donde se ha indagado acerca de su relación con diferentes variables socio-demográficas, de formación y laborales. Se presentan en seguida algunos antecedentes que fundamentan el trabajo aquí expuesto.

Una de las variables más estudiada es el sexo. En trabajos realizados en México se ha detectado que las mujeres presentan niveles más altos en la dimensión agotamiento emocional mientras que los hombres obtienen bajas puntuaciones en realización personal (Mercado & Ramírez, 2009; Noyola & Padilla, 2009; Pando, Aranda, Aldrete, Flores & Pozos 2006; Unda, 2010).

Respecto a la variable *edad*, los hallazgos no son concluyentes, pues mientras autores como Pando & otros (2006) no encontraron diferencias significativas, otros como Unda (2006) refirieron que los profesores de entre 41 y 50 años obtuvieron niveles altos en falta de realización personal y Mercado & Ramírez (2009) encontraron, en este mismo rango de edad, altos niveles de agotamiento emocional.

Para el caso de la *variable estado civil* también se ha encontrado cierta inconsistencia. Algunos autores citados en Guerrero & Vicente (2001 p.92) indicaron que “los profesionales que tienen cierta estabilidad en la pareja e hijos presentan cierta protección ante el síndrome” mientras que Pando & otros (2006) no encontraron diferencias significativas.

La variable *años de experiencia* también ha sido estudiada y al respecto autores como Napione (2008) y Guerrero & Vicente (2001) coinciden en que parece influir más que la edad en la adquisición del síndrome, y son los profesores con mayor tiempo de experiencia quienes parecen ser menos propensos a adquirir el síndrome.

Con base en estos antecedentes, se consideró relevante identificar la presencia de las diferentes dimensiones del síndrome de desgaste profesional en profesores de educación

media superior de la ciudad de Aguascalientes y su relación con algunas variables socio-demográficas y laborales.

Metodología

El estudio se realizó mediante un enfoque cuantitativo y un diseño tipo encuesta por muestreo. La aplicación fue transversal. Se definieron como variables independientes: el sexo, la edad, el estado civil, los años de experiencia y el tipo de escuela estudiado. La variable dependiente en este caso fue el síndrome de desgaste profesional y sus tres dimensiones.

Instrumento

Se utilizó el Maslach Burnout Inventory (MBI) que tiene la finalidad de medir, a través de la percepción de los docentes, los niveles de desgaste profesional. En él se presentaron veintidós ítems a los profesores: nueve que valoran el agotamiento emocional, cinco la despersonalización y ocho la falta de realización personal. El nivel alto de desgaste se refleja en puntuaciones altas en las dimensiones de agotamiento emocional y despersonalización y en puntuaciones bajas en la falta de realización personal (Maslach, Jackson, Leiter, 1996). Este instrumento se acompañó de preguntas que indagaron acerca de las variables socio-demográficas mencionadas.

Población y muestra

La población estuvo integrada por los profesores del Centro de Educación Media (en adelante CEM) de una universidad pública estatal, catorce de las preparatorias incorporadas a esta universidad, tres Centros de Bachillerato Tecnológico Industrial y de Servicios (CBTIS) y dos Centros de Estudios Tecnológicos Industriales y de Servicios (CETYS). Estos dos últimos se tomaron como un solo tipo de escuela y para los fines de este trabajo y en adelante serán nombrados CBTIS. Todas las instituciones están ubicadas en la ciudad de Aguascalientes y la aplicación se realizó en el curso del primer semestre del ciclo escolar 2010-2011.

La muestra fue de 525 profesores, calculada mediante muestreo estratificado con estimación de respuesta, con un nivel de confianza de 95%, un margen de error de 5% y una tasa de respuesta de 60%. El total de cuestionarios recuperados fue de 346. La selección de los sujetos se realizó de forma aleatoria y las respuestas fueron

confidenciales y anónimas. En la tabla 1 se presenta el total de la población, la muestra esperada y el total de recuperación alcanzado (66%) por tipo de escuela. Conviene mencionar que dos escuelas incorporadas a la universidad decidieron no participar en el estudio.

Resultados y discusión

Descripción general

De los profesores encuestados, el 53.2% fueron mujeres y el resto hombres. El promedio de edad de los participantes fue de 44 años, el 64.1% de los profesores tenían pareja y el promedio de años dedicados a la docencia fue de 16.5.

El síndrome de desgaste profesional

Se detectó que ningún profesor obtuvo puntuaciones altas en las tres dimensiones. Sin embargo, el 1.2% de ellos presentó nivel alto del síndrome en dos dimensiones y el 14.5% reportó nivel alto del síndrome en por lo menos una dimensión.

En la tabla 2 se puede observar que la dimensión con más casos en nivel alto de desgaste fue la falta de realización personal y que la despersonalización presentó el menor número de casos en nivel alto.

Variable sexo

La tabla 3 muestra que fueron las mujeres quienes presentaron mayores porcentajes en niveles altos y medios en las dimensiones agotamiento emocional y realización personal.

En despersonalización los dos casos en nivel alto se distribuyeron equitativamente. Pero fueron los hombres quienes presentaron mayor porcentaje en el nivel medio, situación que coincide con lo expuesto por Mercado & Ramírez (2009) al mencionar que son los hombres quienes presentan niveles más altos en esta dimensión.

La prueba t permitió comprobar que las diferencias entre hombres ($X=1.12$) y mujeres ($X=1.27$) fueron significativas ($p=0.004$) únicamente en la dimensión de agotamiento emocional, estos resultados coinciden con los detectados por Grajales (2000) y Ramírez & Padilla (2008).

Edad

Como puede observarse en la tabla 3, fueron los profesores ubicados en la categoría de hasta 30 años quienes manifestaron el mayor porcentaje en los niveles alto y medio de desgaste, en agotamiento emocional. En despersonalización se presentó un caso de nivel alto en los docentes de hasta 30 años y uno en los profesores de más de 55 años, pero fueron los más jóvenes quienes obtuvieron un mayor porcentaje en el nivel medio. En falta de realización personal los profesores de más de 55 años de servicio obtuvieron un porcentaje más elevado en nivel alto de desgaste.

La prueba ANOVA con $p=0.05$ permitió establecer que en la dimensión de agotamiento emocional los profesores de hasta 30 años ($X=1.38$) y de 31 a 42 años ($X=1.27$) presentaron medias significativamente más altas en relación con la media total. El grupo de 43 a 54 años obtuvo la media de $X=1.09$ lo que lo ubicó significativamente por debajo de la media total. En las otras dos dimensiones las diferencias no resultaron significativas.

Estado civil

En la tabla 3 se puede observar que los porcentajes más altos en las dimensiones de agotamiento emocional y falta de realización personal se encontraron en los profesores sin pareja, lo que coincide con los trabajos citados por Guerrero & Vicente (2001) en donde se argumenta que los profesores casados presentan cierta protección ante el síndrome. En despersonalización, un caso de nivel alto se ubicó en los profesores sin pareja y el otro en los profesores con pareja, pero fueron estos últimos quienes obtuvieron un porcentaje más alto en nivel medio de desgaste. Sin embargo, la prueba ANOVA no encontró diferencias significativas entre ambos grupos.

Una vez descritas las variables socio-demográficas, a continuación se presentan los resultados obtenidos de las variables laborales utilizadas para este trabajo.

Tipo de escuela

Tal como se puede corroborar en la tabla 4, los resultados indicaron que en la dimensión de agotamiento emocional el tipo de escuela que obtuvo un mayor porcentaje de profesores en nivel alto y medio del síndrome fue el de las preparatorias incorporadas a la universidad.

En la dimensión de despersonalización, los únicos dos casos se presentaron en los CBTIS pero en nivel medio volvieron a ser las escuelas incorporadas las que obtuvieron un mayor porcentaje.

En la dimensión realización personal el porcentaje más importante en nivel alto se concentró en el centro de educación media con el 14.8%, pero tanto las preparatorias incorporadas a la universidad como los CBTIS presentaron porcentajes importantes en el nivel medio. La prueba ANOVA no consideró significativas estas diferencias para ninguno de los grupos.

Años dedicados a la docencia

El agotamiento emocional presentó el mayor porcentaje en nivel alto en la categoría de 6 a 15 años, seguido de la categoría hasta 5 años, que además ocupó el porcentaje más elevado en nivel medio del síndrome.

Para la despersonalización, los dos casos en nivel alto se ubicaron uno en la categoría de hasta 5 años y el otro en la de 26 a 35 años de servicio, al mismo tiempo estas categorías presentaron los porcentajes más altos en nivel medio de desgaste.

La falta realización personal tuvo el mayor porcentaje en nivel alto en la categoría de 36 años en adelante, seguida de los profesores de 16 a 25 años de experiencia.

Los hallazgos en esta variable son congruentes con lo expuesto por Napione (2008) y Guerrero & Vicente (2001) quienes mencionan que son los profesores con menos experiencia los más propensos a adquirir el síndrome sin embargo la prueba ANOVA no arrojó diferencias significativas. En la tabla 4 pueden verificarse los resultados así como notar que los profesores de hasta 5 años de servicio tienen el porcentaje más elevado en nivel medio de desgaste.

Conclusiones

Los resultados aquí expuestos manifiestan que si bien ningún profesor presentó el síndrome de desgaste profesional, es decir, ninguno obtuvo puntuaciones altas en las tres dimensiones, si existe una cantidad considerable de ellos en riesgo de adquirirlo. Esto se debe a que el 13% de los profesores se concentró en el nivel medio de desgaste en la

dimensión de agotamiento emocional, y el 23.5% en este mismo nivel pero en la dimensión falta de realización personal.

Por otro lado, fue posible detectar, que la variable sexo tiene una asociación significativa con los niveles altos de agotamiento emocional, al ser las mujeres quienes presentaron medias más elevadas que los hombres.

La edad también mostró una relación significativa, en este caso fueron los profesores más jóvenes quienes presentaron niveles más altos en agotamiento emocional.

Las variables estado civil, tipo de escuela donde trabajan y años de experiencia no presentaron relaciones estadísticamente significativas en ninguna dimensión, sin embargo si fue posible detectar algunas diferencias a nivel descriptivo.

Con base en estos resultados y debido a la naturaleza contagiosa de este padecimiento, mencionada por Maslach & Leiter (1997) se recomienda a las instituciones estudiadas tomar medidas preventivas que atiendan a los profesores ubicados en niveles medios y altos.

Tablas

Tabla 1. Población total, muestra y total de cuestionarios recuperados.

Grupos estudiados	Población total	Muestra	Total de cuestionarios recuperados	Porcentaje en relación a la muestra ajustada
CEM	195	115	81	70.4
Preparatorias incorporadas	349	210	154	73.3
CBTIS	334	200	111	55.5
Total	878	525	346	65.9

Tabla 2. Presencia del síndrome de desgaste profesional por dimensión (N_T=346)

Dimensión del desgaste	Nivel de desgaste			
	N	% Bajo	% Medio	% Alto
Agotamiento emocional	346	83.2	13	3.8
Despersonalización	346	93.4	6.1	0.6
Realización personal	345	65.2	23.5	11.3

Tabla 3. Porcentajes de profesores por dimensión del síndrome de desgaste profesional y variables socio-demográficas

(N_T=346)

	N	Agotamiento emocional			Despersonalización			Falta de realización personal		
		Bajo	Medio	Alto	Bajo	Medio	Alto	Bajo	Medio	Alto
Sexo										
Hombre	155	90.0	7.1	2.6	91.6	7.7	0.6	70.3	20.0	9.7
Mujer	176	77.3	18.2	4.5	94.3	5.1	0.6	60.6	25.7	13.7
Edad										
Hasta 30 años	45	68.9	24.4	6.7	88.9	8.9	2.2	62.2	24.4	13.3
De 31 a 42 años	105	78.1	17.1	4.8	92.4	7.6	0	63.5	24.0	12.5
De 43 a 54 años	115	92.2	7.0	0.9	97.4	2.6	0	70.4	20.9	8.7
De 55 o más	53	86.8	11.3	1.9	90.6	7.5	1.9	60.4	22.6	17.0
Estado civil										
Sin pareja	118	82.2	13.6	4.2	94.1	5.1	0.8	63.6	21.2	15.3
Con pareja	210	83.9	12.3	3.8	92.4	7.1	0.5	65.7	24.3	10.0

Tabla 4. Porcentaje de profesores por dimensión del desgaste profesional y variables laborales (N_T=346)

	N	Agotamiento emocional			Despersonalización			Falta de realización personal		
		Bajo	Medio	Alto	Bajo	Medio	Alto	Bajo	Medio	Alto
Tipo de escuela										
CEM	81	86.4	9.9	3.7	97.5	2.5	0.0	66.7	18.5	14.8
Preparatorias incorporadas	154	77.9	17.5	4.5	92.2	7.8	0.0	65.4	23.5	11.1
CBTIS	111	88.3	9.0	2.7	91.9	6.3	1.8	64.0	27.0	9.0
Años de experiencia										
Hasta 5 años	49	69.4	26.5	4.1	87.8	10.2	2.0	55.1	32.7	12.2
De 6 a 15 años	129	79.8	14.0	6.2	94.6	5.4	0.0	65.6	24.2	10.2
De 16 a 25 años	77	92.2	6.5	1.3	96.1	3.9	0.0	68.8	16.9	14.3
De 26 a 35 años	58	89.7	6.9	3.4	89.7	8.6	1.7	63.8	25.9	10.3
De 36 años o más	10	70.0	30.0	0.0	90.0	10.0	0.0	50.0	20.0	30.0

Referencias

- Gil-Monte, P. & Peiró, J. (1997). *Desgaste psíquico en el trabajo: el síndrome de quemarse*. España: Síntesis S. A.
- Grajales, T. (2000). El agotamiento emocional en los profesores de Nuevo León México: un estudio de géneros. *Memorias Centro de Investigación Educativa*. Pp. 17-31
- Guerrero, E. & Vicente, F. (2001). *Síndrome de "Burnout" o desgaste profesional y afrontamiento del estrés en el profesorado*. España: Universidad de Extremadura.
- Maslach, C. & Leiter, M. (1997). *The truth about burnout*. San Francisco: Jossey-Bass Publisher
- Maslach, C. (2003). *Burnout the cost of caring*. USA: Malor Books
- Maslach, C., Jackson, S. & Leiter, M. (1996). *Maslach Burnout Inventory*. Third edition. Palo Alto, California: Consulting Psychologists Press, Inc.

Mercado, A. & Ramírez, M. (2009). El síndrome de desgaste profesional (SDP) en docentes de educación básica secundaria en la ciudad de Aguascalientes. Ponencia presentada en el X congreso del COMIE. Veracruz, Ver.

Napione, M. (2008) *¿Cuándo Se “Quema” El Profesorado De Secundaria?* España: Ediciones Díaz de Santos.

Noyola, V. & Padilla, L. (2009). Desgaste profesional (Síndrome de Burnout) en profesores de escuelas primarias públicas del municipio de Aguascalientes. Ponencia presentada en el X congreso del COMIE. Veracruz, Ver.

Pando, M., Aranda, C., Aldrete, M., Flores, E. & Pozos, E. (2006). Factores psicosociales y síndrome de burnout en docentes de la Universidad del Valle de Atemajac, Guadalajara Méx. *Salud en Tabasco*. Vol. 12 no. 003 pp. 523-529. Recuperado el 15 de septiembre de 2009 en:

<http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=48712304>

Ramírez, M. & Padilla, L. (2008). *El síndrome de desgaste profesional en académicos*. México: Universidad Autónoma de Aguascalientes.

Schaufeli, W. & Enzmann, D. (1998). *The burnout companion to study & practice*. UK: Taylor & Francis 1798-1998.

SEP (2008). *Reforma integral de la educación media superior en México*. Recuperado el 25 de septiembre de 2009 en:

http://www.sems.udg.mx/rib-ceppems/ACUERDO1/Reforma_EMS_3.pdf

Unda, S. (2010). Estudio de prevalencia del síndrome de quemarse por el trabajo (SQT) y su asociación con sobrecarga y autoeficiencia en maestros de primaria de la ciudad de México. *Ciencia y Trabajo*. Núm. 35 pp. 257-252. Recuperado el 19 de marzo de 2010 en: <http://www.cienciaytrabajo.cl/pdfs/35/pagina257.pdf>