



## BURNOUT EN DOCENTES NOVELES EGRESADOS DE LA INSTITUCIÓN BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO DE CHIHUAHUA “PROFESOR LUIS URÍAS BELDERRÁIN”

Silvia Karely Salinas Acuña

Institución Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de Chihuahua

---

**Área temática:** Sujetos de la educación.

**Línea temática:** Condiciones institucionales del trabajo docente y trabajo académico.

**Tipo de ponencia:** Reporte final de investigación.

---

### **Resumen:**

El presente reporte expone los resultados obtenidos a través de una investigación realizada como parte de un seguimiento a egresados de la Institución Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de Chihuahua -IBYCENECH- en la que se indaga acerca de las condiciones laborales de maestros noveles, es un aspecto peculiar que regularmente no se toma en cuenta en este tipo de estudios, lo que refiere a la salud física, psicológica y emocional de los maestros, es decir, el desgaste ocupacional -burnout-. Este padecimiento se trata de una enfermedad respuesta del estrés laboral crónico (Gil-Monte, 2015). El objetivo principal es identificar y comparar el nivel de burnout de dos generaciones de egresados -2015 y 2016- de la Licenciatura en Educación Primaria. El estudio es mixto, se obtienen los datos cuantitativos por medio del Cuestionario de burnout (Wilson, 1999) aplicado a una muestra del 29.5% y a través de un grupo focal de 11 participantes, se recuperan las manifestaciones que exponen en relación al síndrome. Dentro de los principales resultados se encuentra que el 48% no presenta el síndrome, el 30% se sitúa en los niveles bajos de burnout, mientras que un 15% en medio o moderado y el 7% en niveles altos. Además, los docentes exponen algunos síntomas de agotamiento físico y emocional, pero mantienen el idealismo en su profesión. En conclusión, se proponen estudios posteriores que permitan evaluar, prevenir y atender el síndrome desde la institución de formación, como del centro de trabajo.

**Palabras clave:** Burnout, estrés, egresados, docencia.

## Introducción

### Problema de investigación

Actualmente los profesionales de la educación atraviesan por un declive, debido a la exigencia de una sociedad globalizada en contraste con la poca compensación a su labor. Por lo que el egresado de una institución formadora de docentes debe estar preparado para ser partícipe en el ámbito educativo y social al tener como objetivo un firme compromiso con la educación del país y la mejora de la calidad educativa, esta investigación permite integrar la formación académica con la realidad laboral en la cual se va a desenvolver, si el maestro novel cuenta con las herramientas eficaces en el contexto profesional o si es necesario, aportar sugerencias en cuanto a su proceso de formación en concordancia con las situaciones experimentadas.

Por lo tanto, es de suma importancia tomar en cuenta las condiciones laborales, no solo de tipo contextual, sino centrarse en el maestro como individuo, para determinar las necesidades formativas que afronten las problemáticas actuales. Con el aumento de la carga laboral, tareas administrativas, poco reconocimiento de la labor, aunado a problemas de los alumnos y padres de familia, el docente se ve inmerso en un clima organizacional de gran dificultad, que tiene que sobrellevar, y al no fallar en el afrontamiento pertinente, puede devenir en una fase avanzada del burnout (Otero-López, Santiago, Pardiñas, Mirón, & Ponte, 2011). Síndrome que se relaciona con las estrategias de afrontamiento al estrés laboral que no resultan funcionales, recurrente en trabajadores profesionales de contacto directo con los clientes de cierta organización, generalmente profesionales de la salud o de educación. (Gil-Monte, 2015).

### Estado del conocimiento

Durante una revisión detallada acerca de los estudios que anteceden a esta investigación, se encuentra gran pluralidad con respecto a enfoques, metodologías, sujetos de investigación, instrumentos, muestras y correlación de variables analizadas. De este modo se logra contrastar esta diversidad con las conclusiones encontradas, así como los errores comunes y aciertos que se identifican en investigaciones similares, entre otros factores.

La investigación *El burnout en la práctica pedagógica del docente de San Juan de Pasto* en Colombia, analiza las variables burnout y profesión docente debido a que se cataloga como una profesión propensa a padecer el síndrome. Del mismo modo que en otros estudios analizados se encuentra similitudes en cuanto al nivel bajo o medio que mencionan los autores respecto al fenómeno de burnout, sin embargo al no intervenir para su tratamiento puede existir el padecimiento de este síndrome, mismo que coincide con las investigaciones realizadas en otros países, el nivel medio o moderado resulta ser el de mayor incidencia por parte de los docentes, aunque no afecta de manera drástica al negarse la presencia de un nivel significativo de agotamiento emocional (Enríquez & Garzón, 2010).

Desde otra perspectiva, Pérez, Fulgencio y González (2013) presentan su trabajo *Burnout en personal de estancias infantiles y su relación con las habilidades y conocimientos requeridos para el puesto*, con referencia a los resultados se comprueba lo señalado por Maslach (2009) que los trabajadores con menor nivel de capacidad o habilidades en relación con las exigencias de su puesto son más propensos a agotarse emocionalmente y a presentar dicho síndrome.

El análisis de información se enfatiza al momento de realizar correlación de variables, comparación dentro de un mismo estudio y con otros, de manera que se toman como referencia las variables de género, la edad, el puesto laboral, los años de experiencia y nivel educativo que imparten los docentes. Con el fin de determinar las pautas principales que guían el presente estudio, así mismo disminuir las limitantes que pueden aparecer, retomar las sugerencias de otros estudios y analizar los elementos ausentes en las investigaciones.

### **Preguntas e hipótesis de investigación**

¿Cuál es el nivel de burnout de los docentes noveles de primaria egresados de la IBYCENECH en 2015?

*Hipótesis de trabajo:* Nivel medio del síndrome de burnout en docentes noveles de primaria egresados de la IBYCENECH en 2015

¿Cuál es el nivel de burnout de los docentes noveles de primaria egresados de la IBYCENECH en 2016?

*Hipótesis de trabajo:* Nivel medio del síndrome de burnout en docentes noveles de primaria egresados de la IBYCENECH en 2016

¿Qué diferencias existen entre los resultados obtenidos en ambas generaciones de docentes noveles?

*Hipótesis de trabajo:* Los docentes noveles de primaria egresados en 2015 presentan diferencias significativas respecto a los egresados en 2016. *Hipótesis nula:* No existe diferencia significativa entre la generación de docentes noveles de primaria y el nivel de burnout

¿Qué manifestaciones exponen los docentes noveles como respuesta al burnout? *Supuesto:* Los docentes noveles de primaria egresados de la IBYCENECH en 2015 y 2016 exponen manifestaciones referentes al síndrome de burnout con relación a las fases y síntomas que plantean los autores representativos en el estudio de este fenómeno.

### **Objetivo general**

Comparar el nivel de burnout que presentan los maestros noveles de primaria de la generación 2011-2015 y 2012-2016 de la IBYCENECH

### **Objetivos específicos**

Identificar el nivel de burnout de los docentes noveles egresados en 2015

Identificar el nivel de burnout de los docentes noveles egresados en 2016

Describir las principales manifestaciones que exponen los docentes noveles como respuesta al burnout

Contrastar los resultados obtenidos en ambas generaciones de docentes noveles

## Desarrollo

### Enfoque teórico

Al tratarse de un estudio de seguimiento de egresados, se conceptualiza el término *seguimiento de egresados* en primer orden, seguido del *síndrome de burnout* para lograr establecer la relación entre los dos conceptos a través de los fundamentos teóricos.

#### *Seguimiento de egresados*

Según el Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Monterrey (ITESM, 2006) los estudios de egresados permiten recabar información sobre su situación laboral, así como del desempeño profesional. Contribuyen a establecer un contraste entre la formación recibida y la demanda del mercado de trabajo, en cuanto a pertinencia de los estudios ofrecidos por las instituciones de educación superior.

Por otra parte, la Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior (ANUIES, 1998) destaca los estudios como “una alternativa para el autoconocimiento y para la planeación de procesos de mejora y consolidación de las instituciones educativas” (p.19).

Valenti y Varela (2004) mencionan que este tipo de estudios se centra básicamente en indagar acerca de la inserción laboral de los egresados, su desempeño profesional y la percepción que tienen acerca de la formación recibida. Esta última se sustenta en la relevancia de los egresados, como agentes ideales para evaluar en su generalidad y particularidad la eficiencia y calidad de la institución en este caso, educativa.

Por otra parte, la escuela Normal a nivel estatal opera con el Plan de Apoyo a la Calidad Educativa y la Transformación de las Escuelas Normales -PACTEN-, a través de la implementación de programas de seguimiento a egresados tiene el objetivo de realimentar los programas educativos, así como contribuir a la toma de decisiones que mejoren la calidad educativa de este tipo de instituciones (SEP, 2016).

De manera general, los planteamientos que se realizan para llevar a cabo el seguimiento de egresados residen en el perfil sociodemográfico del egresado, es decir su historial personal y profesional, la satisfacción con la formación y servicios recibidos, condiciones laborales, desarrollo de competencias, y opinión de los empleadores (Valenti y Varela, 2004).

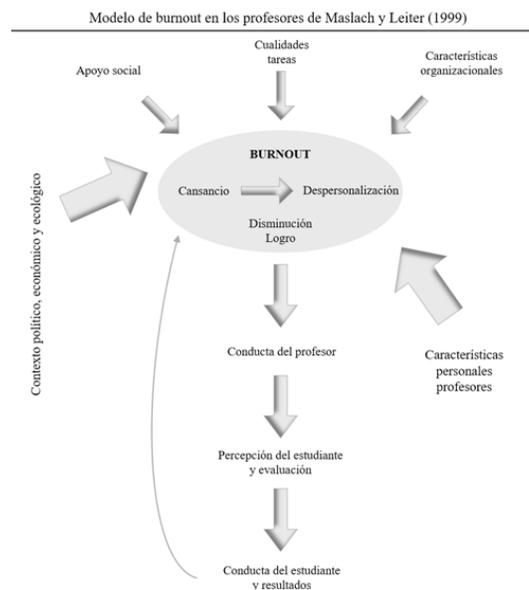
#### *Síndrome de burnout*

Este fenómeno fue descrito inicialmente por Freudenberger (como se cita en Bosqued, 2008) como “un conjunto de síntomas médico-biológicos y psicosociales inespecíficos, que se desarrollan en la actividad laboral, como resultado de una demanda excesiva de energía” (p.19).

También llamado Síndrome de Quemarse por el Trabajo -SQT-, “es un proceso que surge como respuesta al estrés laboral crónico y, por tanto, es un fenómeno que está vinculado a la aparición de riesgos psicosociales en el trabajo.” (Gil-Monte, 2015, p. 20), es una enfermedad laboral que se presenta con mayor incidencia entre la población de empleados de las empresas o instituciones que exigen un trato continuo con el público.

En el síndrome se presentan tres elementos claves que lo definen y del mismo modo permite diferenciarlo de otro tipo de padecimientos como estrés, fatiga, cansancio, entre otros. Principalmente se caracteriza por agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal. Según Otero-López et al. (2011) el agotamiento emocional refiere “al sentimiento de estar emocionalmente exhausto y agotado por el contacto cotidiano y mantenido con las personas que hay que atender...” (p.165). La despersonalización es entendida como el desarrollo de respuestas negativas hacia las personas que son los destinatarios del servicio, en este caso, los alumnos o padres de familia. Se refleja en sentimientos y actitudes como el cinismo e insensibilidad, el docente se muestra distante y frío. (Gil-Monte, 2015). Bosqued (2008) señala que el trabajador se traslada a un pobre autoconcepto, un deterioro del autoestima, insatisfacción y descontento o fracaso consigo mismo. El desempeño o los resultados de su profesión no es lo que esperaba, piensa que no ha logrado su ideal profesional y por ende tampoco el personal.

**Figura 1:** Modelo explicativo del burnout en profesores (Maslach y Leiter, 1999)



Fuente: Otero-López et al., 2011, p.193.

## Enfoque metodológico

### Enfoque

De acuerdo con el objetivo del estudio, el enfoque es mixto, Hernández, Fernández y Baptista (2010) indican que “en los métodos mixtos se combinan al menos un componente cuantitativo y uno cualitativo en un mismo estudio o proyecto de investigación” (p.546). Por lo que se busca recolectar información de tipo cuantitativa para medir el nivel de burnout de los docentes noveles, pero también rescatar los testimonios de tipo cualitativo que manifiestan en relación al síndrome de burnout.

## Diseño

El diseño es de corte transversal ya que recolecta información en un momento determinado, no obstante, el estudio forma parte de un estudio de seguimiento de egresados, los cuales según Valenti y Varela (2004) se realizan de manera longitudinal, mediante la recolección de datos por lo menos en dos ocasiones posteriores al egreso, lo que permite el análisis y la comparación de variables dentro del estudio.

## Instrumentos

Por una parte, se utiliza el Cuestionario de burnout -adaptado de Symptoms of Burnout (Freudenberger,1981) por Dr. James L. Wilson (1999)- que consta de 17 ítems de carácter cerrado y de opción múltiple en una escala del 0 al 5. El cual se encuentra dentro del formulario de Google *Encuesta de Seguimiento de Egresados IBYCENECH* que además rescata los datos sociodemográficos, condiciones laborales, nivel de satisfacción y desarrollo de competencias de los egresados.

Desde la perspectiva cualitativa se integra un grupo focal, según Monje (2011) es una técnica de "...obtención de información en estudios sociales, particularmente en investigación cualitativa. Es -focal- porque focaliza su atención e interés en un tema específico de estudio e investigación que le es propio, por estar cercano a su pensar y sentir." (p.152). En este grupo se presentan 9 preguntas abiertas, donde 3 se relacionan con el burnout, las intervenciones de los participantes son de forma voluntaria y son guiadas por un moderador.

## Análisis y discusión de resultados

A través del proceso de investigación se recuperó información específica de acuerdo al objeto de estudio, que identifica y compara el nivel de burnout de los docentes noveles de primaria egresados de la IBYCENECH en 2015 y 2016. Dentro del estudio descriptivo se muestran los resultados cuantitativos como las variables de correlación con respecto al nivel de burnout: generación y género. Para lograr interpretar los datos conforme al puntaje total de burnout obtenido, se presenta la Tabla I, que expone la clasificación de acuerdo al rango numérico en que se encontró el nivel de burnout de los sujetos.

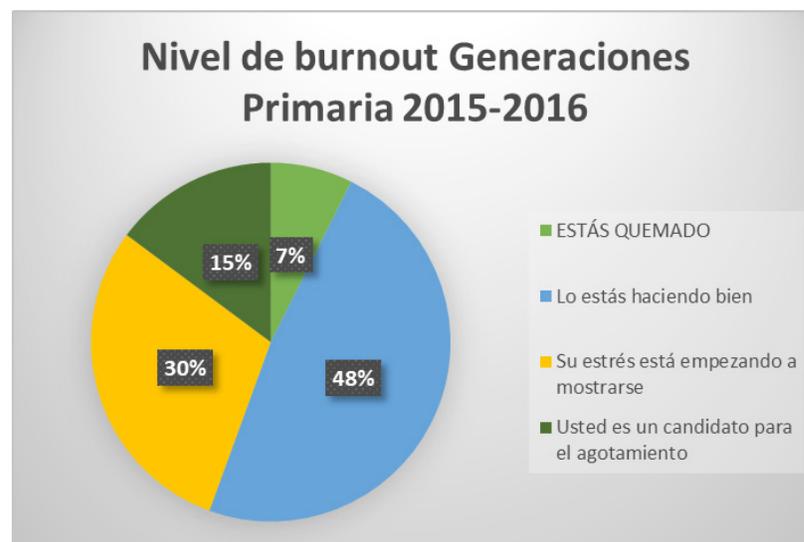
**Tabla I:** Escala interpretativa de niveles de burnout

PUNTAJE	INTERPRETACIÓN	OBSERVACIONES
0-25	"LO ESTÁS HACIENDO BIEN"	
26-35	"SU ESTRÉS ESTÁ EMPEZANDO A MOSTRARSE"	
36-50	"USTED ES UN CANDIDATO PARA EL AGOTAMIENTO"	"NECESITA CAMBIAR SU ESTILO DE VIDA.
51-65	"ESTÁS QUEMADO"	"NECESITA CAMBIAR INMEDIATAMENTE SU ESTILO DE VIDA.
66-85	"SUFRES UN NIVEL EXTREMO DE ESTRÉS"	"NECESITA INCORPORAR ACTIVIDADES REGENERATIVAS.

Fuente: Wilson, 1999

El principal resultado encontrado que permitió realizar la correlación de datos con las variables seleccionadas, fue el nivel de burnout que exhiben los maestros noveles de primaria egresados en 2015 y 2016 de la IBYCENECH que se muestra en la Figura 2, según la clasificación descrita anteriormente el nivel más bajo corresponde a la descripción Lo estás haciendo bien, el cual evidenció el mayor porcentaje de los egresados en ambas generaciones con un 48%, seguido de Su estrés está empezando a mostrarse con un 30% de sujetos en esta categoría, Usted es un candidato para el agotamiento se identifica como un nivel necesario a atender debido a que su puntaje es desde 36 a 50 puntos de burnout, en el que se sitúa el 15% de los maestros noveles. Por último, la fase denominada ESTÁS QUEMADO representa al 7% que significa un total de 6 egresados y Sufres un nivel extremo de estrés no arrojó ningún dato.

Figura 2: Nivel de burnout en Generaciones de docentes noveles de Primaria 2015-2016

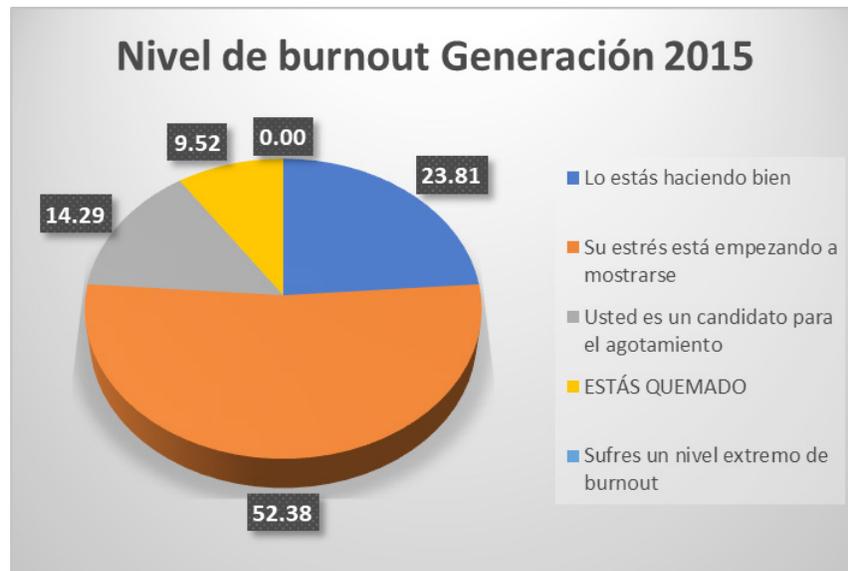


Con respecto al nivel de burnout por generación, no se encuentran diferencias significativas debido a que la media de los egresados en 2015 fue de 30.5 y con respecto a la generación 2016 fue 26.0 como se aprecia en la Tabla 2, aunque se aprecia un ligero aumento en la primera, el análisis de varianza demuestra que tiene un número de significancia de .227 lo que en términos estadísticos no resulta significativo para establecer diferencias.

Tabla 2: Media del nivel de burnout por generación de docentes noveles de primaria

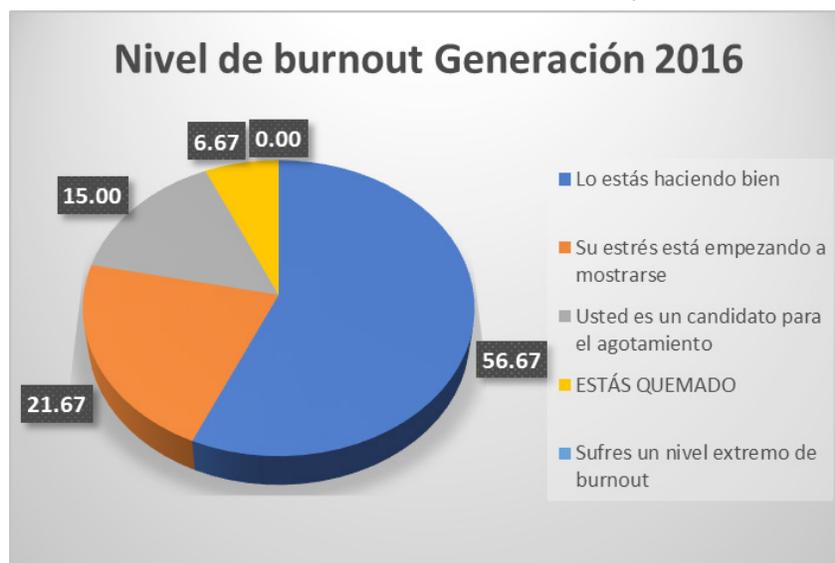
	N	MEDIA	DESVIACIÓN TÍPICA	ERROR TÍPICO	MÍNIMO	MÁXIMO
2015	21	30.5	13.7924	3.0098	2.5	65
2016	60	26.0	14.7396	1.9029	0	65
TOTAL	81	27.160	14.5492	1.6166	0	65

Figura 3: Nivel de burnout en Generación 2015 de docentes noveles de primaria



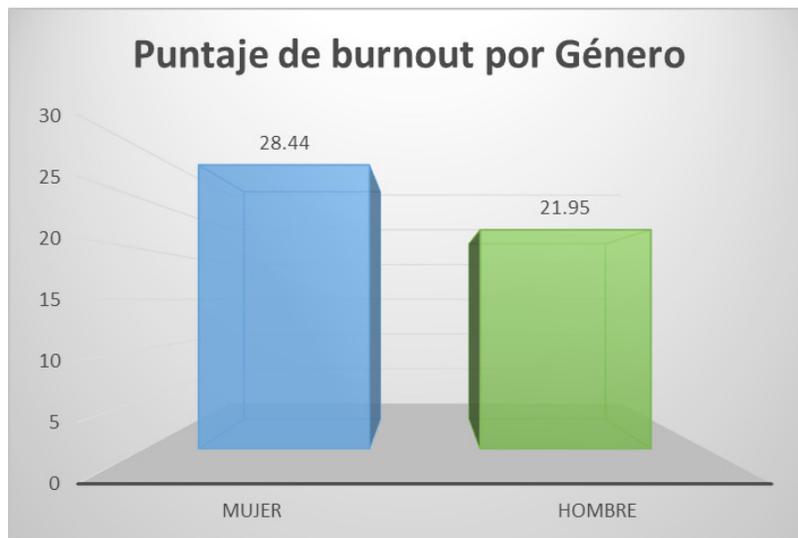
Por otra parte, se encontró un porcentaje dispar entre generaciones con respecto a la escala interpretativa, la Figura 3 expone a la 2015, donde el puntaje que prevalece es el correspondiente a *Su estrés está empezando a mostrarse* con un 52.3%, seguido de *Lo estás haciendo bien* representado por el 23.8%. Por el contrario, en la Figura 4 la generación 2016 obtuvo el mayor porcentaje en *Lo estás haciendo bien* con un 56.6% seguido de *Su estrés está empezando a mostrarse* con un 21.6%. Aunque las dos clasificaciones se encuentran dentro de un nivel bajo del síndrome, se puede identificar una tendencia por la generación 2015 más cercana a desarrollar el padecimiento. Cabe resaltar que ninguna generación alcanzó la clasificación *Sufres un nivel extremo de burnout*, pero si *ESTÁS QUEMADO* con un 9.52% en la 2015 y 6.67% para 2016.

Figura 4: Nivel de burnout en Generación 2016 de docentes noveles de primaria



Además, se realizó la correlación con la variable género. En la Figura 5 se puede distinguir un ligero aumento de 6.4 en el puntaje total de burnout de las mujeres en relación a los hombres. Sin embargo, no resulta significativo para diferenciar la prevalencia del síndrome por género en este estudio.

Figura 5: Puntaje de burnout por Género



En cuanto al enfoque cualitativo de la investigación, se recatan algunos testimonios de los docentes noveles egresados de la IBYCENECH que evidencian la característica del síndrome como agotamiento emocional, con el ejemplo del Egresado G:

“... pero eso me mueve mucho y me frustra y siento que en esa cuestión emocional, este batallo para controlarlo, el también algo que me mueve mucho es siempre tener trabajo, siempre desde que entras, siempre tienes trabajo así que piénsenle muy bien a ver qué hago, así como que ando muy libre, no, siempre hay trabajo, siempre hay algo que hacer siempre hay algo que me falta que eso es algo muy bien sabido, siempre hay algo que mejorar, pero el hecho de tener trabajo administrativo y siempre trabajo de la escuela porque no todo lo puedes terminar allí, siento también que mueves mucho las emociones.”

Según Cherniss (citado en Otero-López et al, 2011) los estresores de tipo organizacional, es decir, dentro del clima de trabajo son la ausencia de orientación de los profesionales, sobrecarga laboral, entre otros. Además, Bosqued (2008) menciona que el paso del tiempo, la carga laboral y la confrontación con la realidad son manifestaciones de las primeras fases del burnout.

## Conclusiones

Conforme al proceso durante el desarrollo de la investigación, el procedimiento y análisis de los resultados, entre otros elementos intrínsecos del estudio, se realiza una reflexión acerca de la investigación de manera general, pero también desde la perspectiva del investigador como aprendizajes y experiencias concretas para posteriores investigaciones.

Uno de los principales hallazgos refleja la situación física, psicológica y emocional de los docentes noveles que se traduce en niveles bajos de burnout, en su mayoría. Por lo que ofrece una visión positiva en cuanto a la formación de docentes capaces de solucionar problemáticas, en este caso, referentes al estrés laboral crónico.

La hipótesis de trabajo se disprueba debido a que no existen diferencias significativas en cuanto a la generación de egreso, por lo que no se establece relación de esta variable con los datos sociodemográficos como sexo, estado civil, salario, subsistema o estudios posteriores.

Se comprueba el supuesto, ya que los docentes exponen manifestaciones del burnout, cabe resaltar que son aquellas relacionadas con la dimensión de agotamiento emocional y características de las primeras fases del síndrome, donde la causa se deduce por ser maestros con poca trayectoria en la profesión, de ahí la importancia del seguimiento.

Los resultados evidencian un porcentaje bajo de maestros en situación de riesgo, no obstante, es necesario atender esos signos de alerta por medio de estrategias moderadoras como campañas de concientización, valoración oportuna o círculos de apoyo social entre compañeros y amigos mediante la conversación como método para mitigar el síndrome.

Como recomendaciones dentro de los estudios posteriores, se plantea el análisis de variables organizacionales como carga de trabajo, desempeño laboral, relaciones interpersonales y clima de trabajo para que se valoren como factores moderadores del burnout.

Dentro de los nuevos planteamientos, se propone realizar estudios que relacionen las competencias profesionales y/o la satisfacción con la formación para establecer posibles diferencias significativas.

Desde la perspectiva de políticas públicas, es necesario continuar con este tipo de investigaciones que avalen y ofrezcan información empírica de la situación actual de los docentes en cuanto a salud, debido a que el burnout se considera una enfermedad laboral que se debe tratar como tal, a través de atención médica y psicológica desde la responsabilidad institucional de los empleadores de docentes.

## Referencias

- ANUIES. (1998). *Esquema básico para estudios de egresados en educación superior: Propuesta*. México: ANUIES.
- Bosqued, M. (2008). *Quemados: El síndrome del burnout. Qué es y cómo superarlo*. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica.
- Enríquez, M., & Garzón, F. (2012). El burnout en la práctica pedagógica del docente de San Juan de Pasto. *Universidad y Salud*, 1(15), 50-66.
- Gil-Monte, P. (2015). *El síndrome de quemarse por el trabajo (burnout): Una enfermedad laboral en la sociedad del bienestar*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.
- ITESM. (2006). *Manual de Instrumentos y Recomendaciones sobre el Seguimiento de Egresados*. Monterrey: ITESM-Grupo Noriega Editores.
- Maslach, C. (2009). *Comprendiendo en burnout*. *Ciencia y Trabajo*, 11(32), 37-43.
- Monje, C. (2011). *Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa: Guía didáctica*. Neiva: Universidad Surcolombiana.
- Otero-López, J., Santiago, M., Pardiñas, M., Mirón, L., & Ponte, D. (2011). *Estrés laboral y burnout en profesores de Enseñanza Secundaria*. Madrid: Ediciones Díaz de Santos.
- Pérez, E., Fulgencio, M., & González, A. (2013). *Burnout en personal de estancias infantiles y su relación con las habilidades y conocimientos requeridos para el puesto*. *Revista de Educación y Desarrollo*, (24), 5-12.
- SEP. (2016). *Guía Plan de Apoyo a la Calidad Educativa y la Transformación de las Escuelas Normales (PACTEN) 2016-2017*. Recuperado de <http://www.dgespe.sep.gob.mx/web/public/guiapacten/Gui%CC%81a%20PACTEN%202016%20y%202017.pdf>
- Valenti, G., & Varela, G. (2004). *Diagnóstico sobre el estado actual de los estudios de egresados*. México: ANUIES.
- Wilson, J. (1999). *Burnout Questionnaire*. Recuperado de <https://adrenalfatigue.org/burnout-questionnaire/>