



**Revista EDUCATECONCIENCIA.**  
**Volumen 19, No. 20.**  
**ISSN: 2007-6347**  
**Periodo: julio - septiembre 2018**  
**Tepic, Nayarit. México**  
**Pp. 6 - 17**

**Recibido: 6 de julio**  
**Aprobado: 17 de agosto**

**Síndrome de Burnout en el Personal Docente de la Unidad Académica del Norte del Estado de Nayarit**

**Burnout Syndrome in the Teaching Staff of the Unidad Académica del Norte del Estado de Nayarit**

**Autores**

**Haydeé del Carmen Chávez Sánchez**  
Universidad Autónoma de Nayarit  
haydeechs@hotmail.com

**Gabriela Chávez Sánchez**  
Universidad Autónoma de Nayarit  
gabychavezsanchez@hotmail.com

**Rosa Ruth Parra García**  
Universidad Autónoma de Nayarit  
ruthparra@msn.com

**Juencio Hernández García**  
Universidad Autónoma de Nayarit  
juenciohdezg@hotmail.com

## **Síndrome de Burnout en el Personal Docente de la Unidad Académica del Norte del Estado de Nayarit**

### **Burnout Syndrome in the Teaching Staff of the Unidad Académica del Norte del Estado de Nayarit**

**Haydeé del Carmen Chávez Sánchez**

Universidad Autónoma de Nayarit

haydeechs@hotmail.com

**Gabriela Chávez Sánchez**

Universidad Autónoma de Nayarit

gabychavezsanchez@hotmail.com

**Rosa Ruth Parra García**

Universidad Autónoma de Nayarit

ruthparra@msn.com

**Juvencio Hernández García**

Universidad Autónoma de Nayarit

juvenciohdezg@hotmail.com

#### **Resumen**

El estudio presenta una investigación que se realizó con el personal docente de la Unidad Académica del Norte del Estado de Nayarit en Acaponeta Nayarit; con el objetivo de conocer si existe el síndrome de Burnout en los profesores. Se utilizó como instrumento el cuestionario de Maslach Burnout Inventory adaptado a las instituciones educativas. Es una investigación documental y de campo; transversal porque se aplicará en cierto momento del tiempo. Se realizó con los 26 docentes que laboran en la Institución. Dentro de los aspectos a medir se encuentra el cansancio emocional, la despersonalización y la realización personal.

**Palabras clave:** Síndrome de Burnout, docentes universitarios, estrés laboral.

#### **Abstract**

The study presents an investigation that was carried out with the teaching staff of the Unidad Académica del Norte del Estado de Nayarit in Acaponeta Nayarit; with the objective of knowing if there is Burnout syndrome in teachers. The Maslach Burnout Inventory questionnaire adapted to educational institutions was used as an instrument. It is a documentary and field research; transversal because it will be applied at a certain moment of time. It was carried out with the 26 teachers who work in the Institution. Among the aspects to be measured are emotional exhaustion, depersonalization and personal fulfillment.

**Keywords:** Burnout syndrome, university teachers, work stress.

## **Introducción**

Existen muchos factores que provocan el estrés en los seres humanos, pueden ser económicos, emocionales, actitudinales, laborales, etc. Los docentes universitarios se enfrentan a diferentes situaciones que combinados con sus sentimientos y actitudes pueden desencadenar en estrés laboral o síndrome de burnout.

La profesión docente no se limita a cumplir horas en el aula, sino que incluye actividades como planificación, evaluación, asesorías, tutorías, son facilitadores de diplomados, etc.; Además los docentes para poder contar con el Perfil PRODEP deben realizar actividades de investigación a los que se debe invertir mucho trabajo y tiempo, sin dejar de lado la exigibilidad de las instituciones educativas por mejorar la calidad educativa por lo cual tienen que estar en constante capacitación.

Todas estas actividades pueden desencadenar un alto nivel de estrés que se puede presentar como síndrome de burnout.

El que hablo por primera vez de Burnout o introdujo este término, fue Herbert J. Freudenberger y lo define como “conjunto de síntomas médico-biológicos y psicosociales inespecíficos, que se desarrollan en la actividad laboral, como resultado de una demanda excesiva de energía” (Freudenberger 1974, citado en Ponce, Bulnes & otros, 2005, p87).

El síndrome de burnout es “un agotamiento emocional, despersonalización y reducido logro personal que puede ocurrir entre individuos que trabajan de alguna forma con personas, es decir, profesiones de servicio o asistenciales” (Maslach y Jackson, 1986 citado en Quass, C, 2006, p. 66).

En la Unidad Académica del Norte se ofertan 5 licenciaturas: Administración, Contaduría, Mercadotecnia, Ciencias de la Educación y Derecho; teniendo una población estudiantil de aproximadamente 800 alumnos en tres turnos, matutino, vespertino y semiescolarizado, estos estudiantes son atendidos por 26 docentes de los cuales 13 son de tiempo completo, y el resto contrato por horas.

Derivado de lo anterior y tomando en consideración que además algunos de los docentes de la institución en este momento están realizando estudios de postgrado o doctorados; y que algunos otros tienen otro empleo surge la inquietud de determinar si existe estrés laboral o en algún grado el síndrome de burnout.

El objetivo es dar respuesta a los planteamientos de si ¿Existe síndrome de Burnout en la planta docente de la Unidad Académica? y ¿En qué proporción?; Además de medir el cansancio emocional, la realización personal y la despersonalización.

### **Objetivos de la Investigación:**

#### **Objetivo General:**

Determinar el síndrome de Burnout en el personal de la Unidad Académica del Norte del Estado de Nayarit.

#### **Objetivos Específicos:**

- ❖ Identificar los aspectos teóricos respecto al síndrome de burnout.
- ❖ Medir los aspectos del cansancio emocional, despersonalización y realización personal en los docentes de la Unidad Académica del Norte del Estado de Nayarit.
- ❖ Diagnosticar la proporción de docentes que presentan el síndrome de burnout.

### **Revisión bibliográfica**

El síndrome de burnout es conocido también como síndrome del quemado y se considera una de las manifestaciones del estrés en el trabajo; Edelwich y Brodsky, lo describen como una “pérdida progresiva de idealismo, energía y propósito” (Edelwich-Brodsky, 1980, citado por Forbes, R., 2011). Por su parte Guerrero Barona dice que es “estar quemado, desgastado y exhausto y perder la ilusión en el trabajo” (Guerrero, B., 1988 citado por Ponce, C. 2005),

En ese sentido podemos decir que el burnout es un agotamiento emocional, así como despersonalización y la disminución en las actividades laborales que se presenta

frecuentemente en aquellas actividades que tienen contacto con personas o que ofrecen servicios como el caso de los docentes universitarios.

Marrau (2004), menciona, que la a forma de manifestarse se presenta con los siguientes síntomas:

- ❖ **Psicosomáticos:** alteraciones cardiorrespiratorias, jaquecas, fatiga crónica, trastornos del sueño, úlceras y desórdenes gástricos, tensión muscular, mareos y vértigos, etcétera.
- ❖ **De conducta:** predominio de conductas adictivas y evitativas consumo aumentado de café, alcohol, ausentismo laboral, bajo rendimiento personal, distanciamiento afectivo de enfermos y compañeros y frecuentes conflictos interpersonales en el ámbito de trabajo y de la propia familia.
- ❖ **Emocionales:** irritabilidad incapacidad de concentración distanciamiento afectivo.
- ❖ **Laborales:** deterioro del rendimiento, acciones hostiles, conflictos, accidentes, ausentismo, rotación no deseada, abandono.
- ❖ **Mentales:** sentimientos de vacío, agotamiento, fracaso, impotencia, baja autoestima y pobre realización personal. Es frecuente apreciar nerviosismo, inquietud, dificultad para concentrarse y una tolerancia a la frustración con comportamientos paranoides y/o agresivos hacia los pacientes, compañeros y la propia familia.

Por otro lado, otros autores mencionas que las manifestaciones más importantes de este síntoma son: Negación, aislamiento, ansiedad, miedo o temor, depresión, ira, desinterés en las actividades laborales, cambio de personalidad, irritabilidad, desorganización, cargas excesivas de trabajo, abandono de sí mismo, entre otras. (Gutierrez, G., Celis, M., & otros, 2008).

De acuerdo con estos autores podemos decir que son los síntomas tienen que ver con aspectos emocionales y laborales, que nos servirán para identificar si existe síndrome de burnout en nuestra Unidad Académica.

## **Metodología**

Los datos se medirán por medio del Cuestionario de Maslach de 1986 que está conformado por 22 ítems en forma de afirmaciones sobre los sentimientos y actitudes del profesional en su trabajo y hacia los estudiantes. Este cuestionario será adaptado para aplicarlo a los docentes y su función es medir el desgaste profesional.

Se consideran los 3 aspectos del síndrome: el agotamiento emocional, despersonalización y realización personal.

Los rangos de medida de la escala son:

- 0= Nunca
- 1= Pocas veces al año o menos
- 2= Una vez al mes o menos
- 3= Unas pocas veces al mes o menos
- 4= Una vez a la semana
- 5= Pocas veces a la semana
- 6= Todos los días

Las puntuaciones se calculan con la sumatoria de los ítems de cada aspecto evaluado como se presenta a continuación:

<b>Aspecto Evaluado</b>	<b>Ítems</b>	<b>Indicios de Burnout</b>
Cansancio Emocional	1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16 y 28	Mas de 26
Despersonalización	5, 10, 11, 15 y 22	Mas de 9
Realización Personal	4, 7, 9, 12, 17, 18, 19 y 21	Menos de 34

Tabla 1. Aspectos Evaluador

Fuente: Elaboración Propia

Los valores de referencia para cada uno de los aspectos son;

<b>Puntuación</b>	<b>Cansancio Emocional</b>	<b>Despersonalización</b>	<b>Realización Personal</b>
<b>Bajo</b>	0 - 18	0 - 5	0 - 33
<b>Medio</b>	19 - 26	6 - 9	34 - 39
<b>Alto</b>	27 - 54	10 - 30	40 - 56

Tabla 2. Valores de Referencia

Fuente: Elaboración Propia.

En la Unidad Académica del Norte del Estado de Nayarit laboran 26 docentes, sin embargo, al momento de aplicar el cuestionario, solo se encontraban presentes 25 que trabajan en las Licenciaturas de Contaduría, Administración, Mercadotecnia, Ciencias de la Educación y Derecho, que es con los que se llevó a cabo la investigación.

### **Resultados y Conclusiones**

La investigación se realizó con 25 docentes de los cuales el 60% son mujeres y el 40% hombres, sus edades oscilan entre los 27 y 55 años; el 60% tiene el grado de maestría y el 40% licenciatura. El 84% son casados o viven con su pareja y un 16% son solteros.

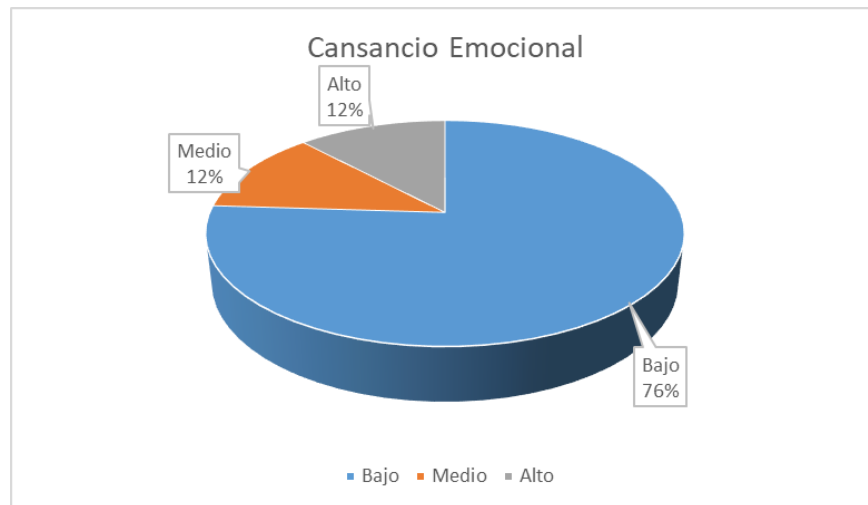
En lo que se refiere a su tipo de contratación el 48% trabajan tiempo completo, 12% tiene base por horas y el 40% son de contrato. Los que manifiestan dedicarse por completo al trabajo en la institución representan el 68% y los que cuentan con otro trabajo son el 32%.

El 68% de los docentes en este momento está realizando estudios de postgrado o doctorado y el 32% no estudian actualmente.

A continuación, presentaremos los resultados tomando como base cada uno de los aspectos a medir.

#### **Cansancio Emocional.**

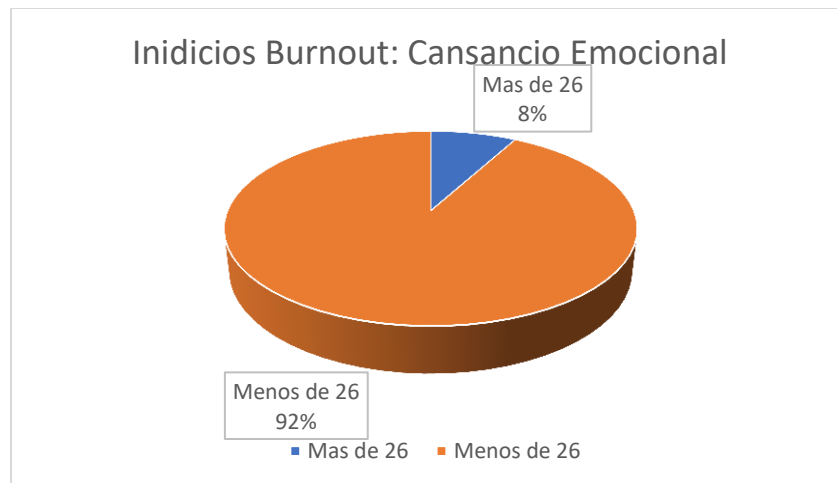
Considerando los ítems que miden el cansancio emocional los resultados fueron los siguientes: el 76% presenta un nivel bajo, el 12% nivel medio y el otro 12% nivel alto.



Gráfica 1. Aspecto Cansancio Emocional

Fuente: Elaboración Propia

Respecto a indicios de burnout el 98% de los docentes no lo tienen y solo un 8% si presentan este síntoma respecto al cansancio emocional.



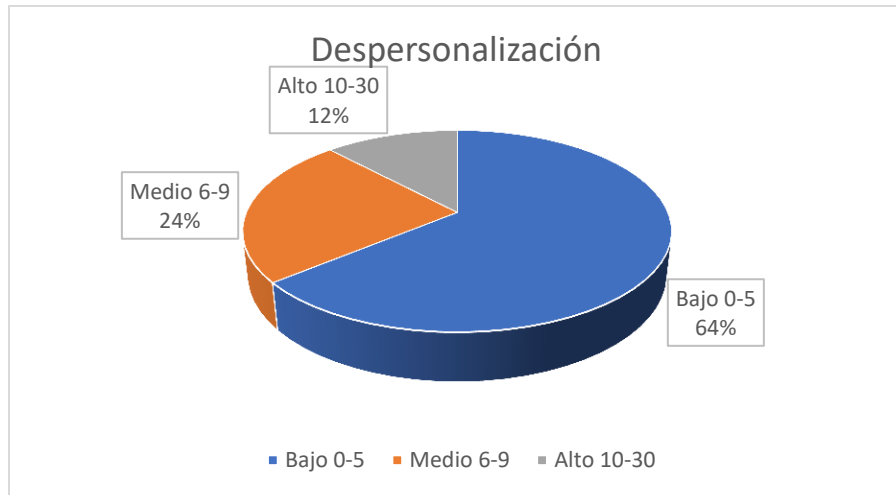
Gráfica 2. Indicios de Burnout en Cansancio Emocional

Fuente: Elaboración Propia

### Despersonalización.

Al medir este aspecto tenemos que el 64 % tiene un nivel bajo, el 24% nivel medio y el 12% en nivel alto.

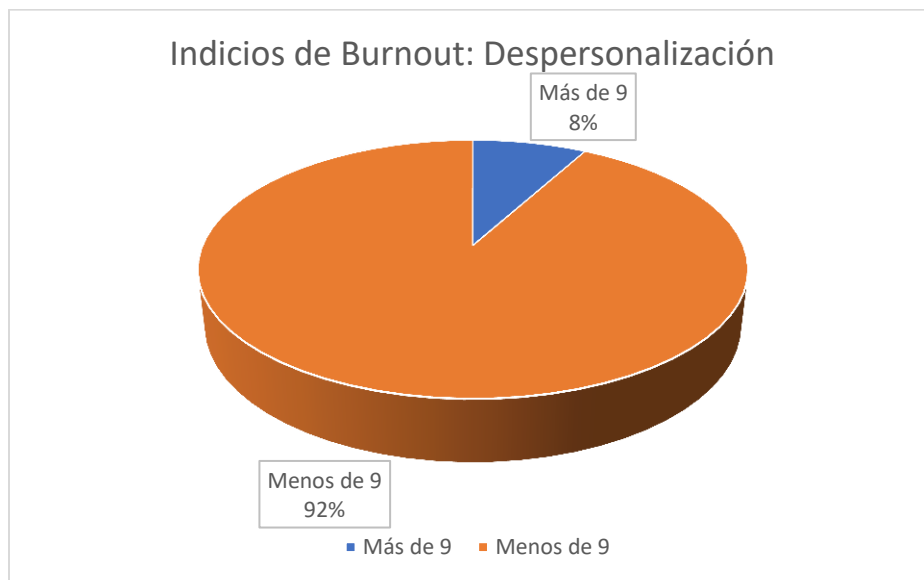




Gráfica 3. Aspecto Despersonalización

Fuente: Elaboración Propia

El 92% no presenta indicios de Burnout y el resto de los docentes, el 8 % si lo presenta al considerar el aspecto despersonalización.

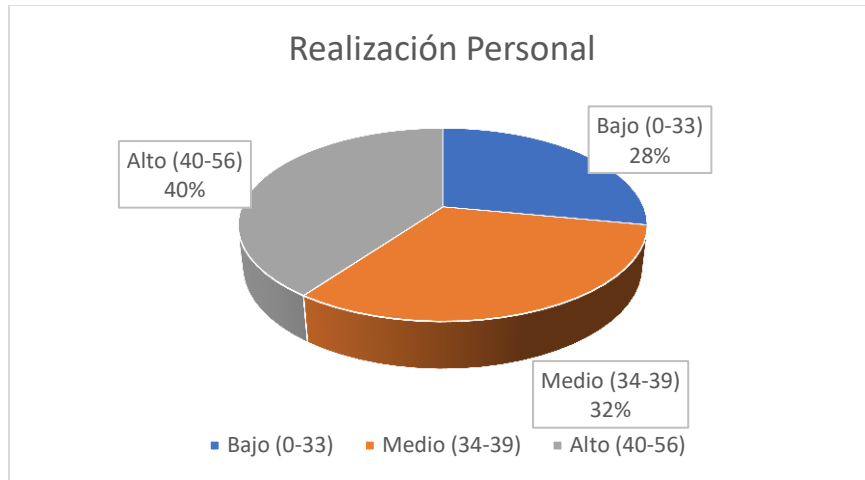


Gráfica 4: Indicios de Burnout en Despersonalización

Fuente: Elaboración Propia

## **Realización Personal,**

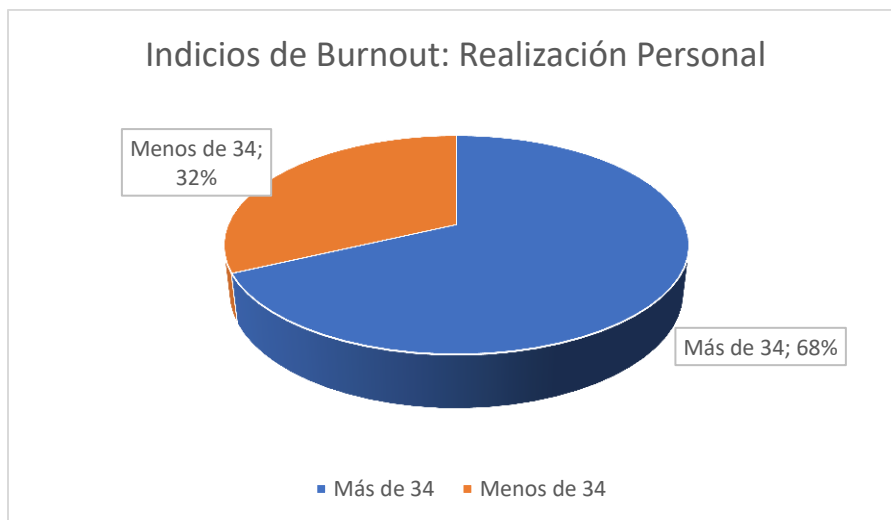
Los resultados en la realización personal arrojan que un 40% de los docentes se encuentran en un nivel alto; 32% nivel medio y el 28% restante manifiestan un nivel bajo.



Gráfica 5. Aspecto Realización Personal

Fuente: Elaboración Propia.

Por otro lado, el 68% de los docentes no presentan indicios de burnout en lo referente a la realización personal y el 32% si lo manifiestan.

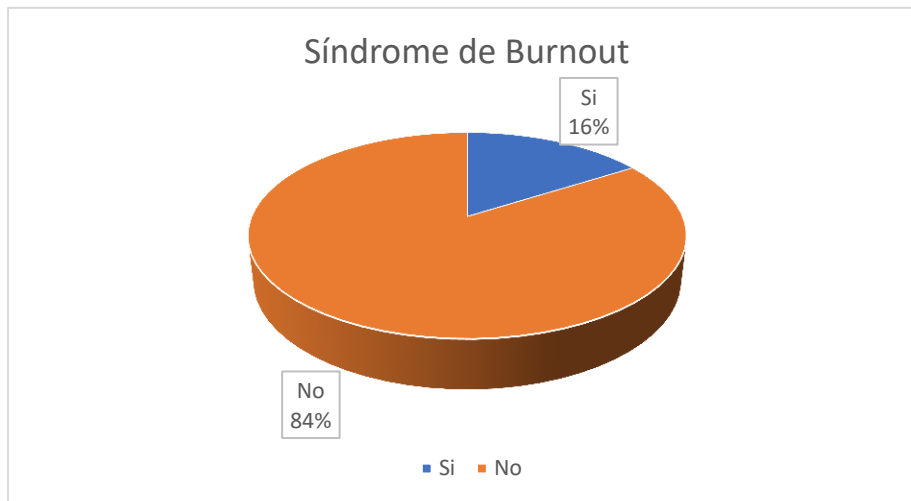


Gráfica 6. Indicios de Burnout en Realización Personal.

Fuente: Elaboración Propia.

## **Síndrome de Burnout.**

Este resultado presenta que el 84% de los docentes no presenta síndrome de burnout, sin embargo, existe un 16% que si manifiesta este síntoma.



Gráfica 7. Síndrome de Burnout

Fuente: Elaboración Propia

De acuerdo con lo anterior podemos decir que los objetivos de la presente investigación fueron cumplidos, ya que se identificaron los aspectos teóricos de síndrome de burnout, se midieron los aspectos del síndrome de burnout referentes a cansancio emocional, despersonalización y realización personal. Se determinó que en la Unidad Académica del Norte de Nayarit existe síndrome de Burnout en el 16% del personal docente, lo cual se debe considerar al asignar las actividades que deben realizar para no aumentar esa proporción, ya que existen docentes que están en nivel medio de indicios y que en un momento dado podrían incrementar los niveles de docentes que cuentan con este síntoma.

## **Referencias**

Cárdenas, M., Méndez, L., y González, M., (2014). Evaluación del Desempeño Docente, Estrés y Burnout en Profesores Universitarios, Volumen 14 (1), 1-22.

- Forbes, R. (2011). El Síndrome de Burnout: síntomas, causas y medidas de atención de la empresa. Número 160, *Éxito Empresarial*. 1-4.
- Gutierrez, G., Celis, M., Moreno, S. & otros. (2006), Síndrome de Burnout, *Aurch Neurocién*. Volumen 11 (4), 305-309.
- Marrau, C., (2004). El síndrome de Burnout y sus posibles consecuencias en el trabajador docente. *Fundamentos en Humanidades*. Volumen V (10), 53-68.
- Monte, G. (2003). Burnout síndrome: ¿síndrome de quemarse por el trabajo, desgaste profesional, estrés laboral o enfermedad de Tomás?, Volumen 19 (2), 181-197.
- Moreno, J. B., Garrosa H. E. y González G. J. (2000). La evaluación del estrés y el burnout del profesorado: el CBP-R, Volumen 16 (2), 151-171.
- Moriano, J., y Herruzo, J. (2004). Estrés y Burnout en Profesores, Volumen 4 (3), 597-221
- Ponce, C., Bulnes B., S y Aliaga R. (2005). El síndrome del “Quemado” por estrés laboral asistencia en grupos de docentes universitarios, Volumen 8 (2), 87-112.
- Quaas, C. (2006). Diagnóstico de Burnout y Técnicas de Afrontamiento al estrés en profesores Universitarios de la Quinta Región de Chile, Volumen V (1), 65-75.