

# BURNOUT EN PROFESORES DE VILLAHERMOSA TABASCO: ANÁLISIS CORRELACIONAL CON VARIABLES SOCIO DEMOGRÁFICAS Y LABORALES

---

FLAVIO MOTA ENCISO / ALEJANDRA ORDÓÑEZ MÉNDEZ

Unidad Académica de Humanidades y Negocios, Universidad Autónoma de Guadalajara

LAURA MOLLINADO RIVEROS

Normal Primaria

**RESUMEN:** El presente trabajo tiene el propósito de elaborar un diagnóstico del nivel de estrés que viven los docentes de diferentes niveles educativos en la ciudad de Villahermosa, Tabasco, identificando los grados de riesgo y buscando relaciones con algunas variables sociodemográficas, para luego contrastar los hallazgos en los diferentes niveles educativos. En el aspecto conceptual el tema de estrés se aborda desde el constructo denominado “*burnout*” o sensación de “estar quemado por el trabajo”, desarrollado por Freudenberg en 1975. La evaluación se realiza por medio de la encuesta MBI-ES (*Maslach Burnout Inventory–Educators Survey*), denominada en su versión al español Escala de Maslach, desarrollada por Cristina Maslach y Susan Jackson en 1986. Para el análisis considera

las tres escalas que la componen: Agotamiento Emocional, Despersonalización y Realización Personal

Sus objetivos son: Identificar los grados de estrés, a través del síndrome de *burnout* de los profesores de diferentes niveles educativos y comparar los grados de riesgo entre profesores de diferentes niveles educativos, encontrar relaciones entre diferentes variables sociodemográficas y laborales y verificar si existe correlación entre el nivel de estrés detectado por medio de la encuesta de Maslach y el nivel de estrés “sentido” o “percibido” por los docentes.

**PALABRAS CLAVE:** Estrés, Salud Ocupacional, Riesgos de Trabajo, Profesionales de la Educación.

## Antecedentes

Herbert Freudenberg (1975) psicólogo clínico de la ciudad de Nueva York, es el primer profesional en nombrar y utilizar el término *burnout*, para referirse a los síntomas que experimentaron tanto él como sus colaboradores mientras ayudaban a personas que tenían problemas con el abuso de drogas. Después de un periodo de sentir cansancio, ira, depresión, Freudenberg llegó a la conclusión que debido al tipo de población con la que él trabajaba, es decir, personas que estaban especialmente necesitadas y que demandaban

gran parte de su atención, provocaba que sintiera que no podía dar más de sí. Fue así como en aquella época se utilizó el término *burnout* para referirse principalmente a los efectos que ocasionaban en las personas cuya labor estaba orientada a trabajar con adictos a las drogas crónicas, de tal manera que las instituciones de sanidad dedicadas a esta labor tomaran las medidas correspondientes para procurar el bienestar físico y mental de su personal.

En el año 1973, mismo año en el que Freudenberg escribe sobre *burnout*, Maslach presenta un documento a la Asociación Americana de Psicología en el que enfatiza cómo el estrés relacionado con el puesto, puede llevar a una persona a tratar de manera deshumanizada a sus clientes. Para Cristina Maslach el *burnout* es *un síndrome caracterizado por agotamiento emocional y cinismo que se da frecuentemente entre los individuos que están de alguna manera en contacto con las personas. Así como también el desarrollo de actitudes negativas... o despersonalización hacia los clientes y la tendencia a evaluarse negativamente con respecto al trabajo.* (Maslach y Jackson, 1981).

Con el interés de desarrollar algún recurso para medir este fenómeno, Maslach y Jackson diseñan el MBI-GS (Maslach Burnout Inventory – General Survey, 1981), instrumento que evalúa los tres síntomas del *burnout*. Al contar con este recurso, surge el interés de estudiar casos similares en otras profesiones, entre las que destaca la actividad docente.

## El problema

La tarea docente cada vez se torna una actividad más compleja y las consecuencias de este cambio afecta a todos los involucrados, particularmente a quienes viven cotidianamente la educación: profesores y alumnos. Si bien los estudiantes representan el foco de atención del proceso educativo, de los maestros depende en buena parte el éxito de esta empresa, pues ellos planean, dirigen y evalúan el desarrollo y desempeño de los estudiantes.

En esta perspectiva, la salud mental del maestro se convierte en piedra angular de la educación. Cuando un docente sufre alguna enfermedad física, un efecto regular es que se ponga en reposo, fuera de la escuela, hasta que esté en condiciones deseables para regresar al aula; pero cuando sufre un problema de salud mental, sobre todo del tipo del estrés, permanece en clase, y muchas veces ni tiene conciencia de su enfermedad, pero

las consecuencias se acumulan para él y los alumnos sufren por ello. La síntesis de este problema es expresada por Mouly desde 1978 en las siguientes palabras:

*“Parece que algunos maestros tienen las manos tan llenas de sus propios problemas que difícilmente puede esperarse que trabajen bien en el desarrollo de sus alumnos. Solo se necesitan uno o dos en cada escuela para echar a pique el programa de higiene mental en ella. El daño hecho por unos pocos maestros que están mejor en el papel de beneficiarios que de orientadores es a menudo tan irreparable como inexcusable”.*

El presente trabajo se centra en elaborar un diagnóstico del nivel de estrés que viven los docentes de diferentes niveles educativos en la ciudad de Villahermosa, Tabasco, identificando los grados de riesgo y buscando relaciones significativas con algunas variables sociodemográficas, para luego contrastar los hallazgos entre profesores de los diferentes niveles educativos, y así lograr una visión general del problema. En el aspecto conceptual el tema de estrés se aborda desde el constructo denominado *“burnout”* o sensación de “estar quemado por el trabajo”, desarrollado por Freudenberg en 1975. La evaluación se realiza por medio de la encuesta MBI-ES (*Maslach Burnout Inventory–Educators Survey*), denominada en su versión al español Escala de Maslach, desarrollada por Cristina Maslach y Susan Jackson en 1986.

## Objetivos:

- a. Identificar los grados de estrés, a través del síndrome de *burnout* de los profesores de diferentes niveles educativos en la ciudad de Villahermosa, Tabasco.
- b. Encontrar relaciones entre diferentes variables personales y académicas con el síndrome de *burnout* en profesores de los diferentes niveles educativos en la ciudad de Villahermosa, Tabasco.
- c. Verificar si existe correlación entre el nivel de estrés detectado por medio de la encuesta de Maslach y el nivel de estrés “sentido” o “percibido” por los docentes.

## La metodología

Es un estudio descriptivo de tipo correlacional. Toma en consideración algunas variables sociodemográficas y laborales: sexo, edad, estado civil, número de hijos, actividad depor-

tiva, grado académico alcanzado por el docente, nivel de enseñanza, años de experiencia profesional, años de experiencia docente y tiempo destinado a la actividad docente para contrastarlas con la presencia del síndrome de *burnout*, evaluado con la prueba de Maslach, y analiza los resultados en las tres escalas que la componen: Agotamiento Emocional, Despersonalización y Realización Personal.

En esta investigación participaron 161 maestros de los niveles educativos de preescolar, primaria, secundaria, preparatoria, licenciatura y postgrado que laboran en un par de instituciones particulares de la ciudad de Villahermosa, Tabasco,

La versión de la escala MBI empleada durante la investigación es la MBI-ES (Maslach Burnout Inventory Educators Survey), adaptación que Maslach, Jackson y Leiter hicieron en el año 1996, y cuya traducción oficial al castellano fue hecha por Seisedos en 1997. El MBI-ES es un instrumento dividido en tres escalas: El Agotamiento Emocional, evalúa la sensación de sentirse desbordado y agotado en el contexto laboral. La segunda escala, la Despersonalización mide las respuestas personales de los participantes hacia sus compañeros de trabajo y hacia los beneficiarios del servicio, en este caso los alumnos. Y la tercera escala, la Realización personal considera los sentimientos de competencia y éxito del participante hacia su trabajo. El síndrome de *burnout* resulta de las combinaciones entre las escalas.

La prueba señala que el profesional estará más desgastado cuanto más altas sean las puntuaciones obtenidas en las áreas de Agotamiento Emocional y Despersonalización y más baja sea su puntuación en la de Realización Personal. Un grado de *burnout* medio se reflejará al obtener puntuaciones medias en las tres escalas, y si los resultados son bajos en Agotamiento Emocional y Despersonalización y alto en Realización Personal, indicará que el profesional posee un muy buen ajuste o buena salud mental.

Con el fin de categorizar a los maestros en los diversos niveles que se pueden presentar a lo largo de un *continuum*, desde la presentación del síndrome de *burnout* hasta la ausencia completa del mismo, se diseñó un método que permite calcular el nivel de acercamiento o riesgo de presentar el síndrome. Toma como punto de partida los baremos que propone Bosqued, que califica cada una de las áreas evaluadas en alta, media o baja. Combina luego estos tres datos generados, (Agotamiento Emocional, Despersonalización y Realización Personal) y asigna una categoría. Se identificaron siete categorías, que provisionalmente han sido nominadas *Burnout* (BO), Alto Riesgo (AR), Riesgo Moderado

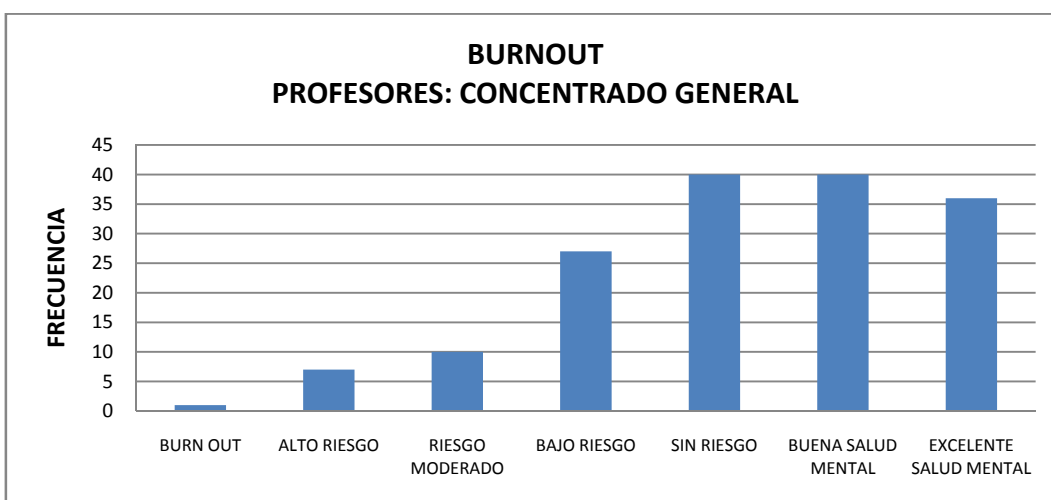
(RM), Bajo Riesgo (BR), Sin Riesgo Inmediato (SR) Buena Salud Mental (SM) y Excelente Salud Mental (ES). Para efectos estadísticos asignamos valores que van desde 0 para calificar la categoría de Excelente Salud Mental, hasta 6 para valuar la presencia del síndrome de *burnout*.

Para analizar los resultados obtenidos se utilizaron el coeficiente de correlación de Pearson, para evaluar la relación entre las variables.

## Análisis de resultados

Respecto al primer cuestionamiento de la investigación, sobre el nivel de estrés manifestado en la escala de Maslach de los profesores de diferentes niveles educativos en la ciudad de Villahermosa, Tabasco, 20 maestros (de 161 analizados) presentan puntuaciones que van de riesgo moderado (4) a *burnout* (6). (Figura 1). Este hallazgo es aparentemente tranquilizador, porque, si bien la cifra no es muy alta, nos habla de que al menos uno de cada 10 maestros presenta el síndrome o se encuentran en riesgo de presentarlo. Pero las consecuencias pueden ser mucho mayores, porque, como es referido en estudios precedentes, la presencia del *burnout* en un solo maestro, puede tener efectos multiplicadores en sus alumnos y colegas.

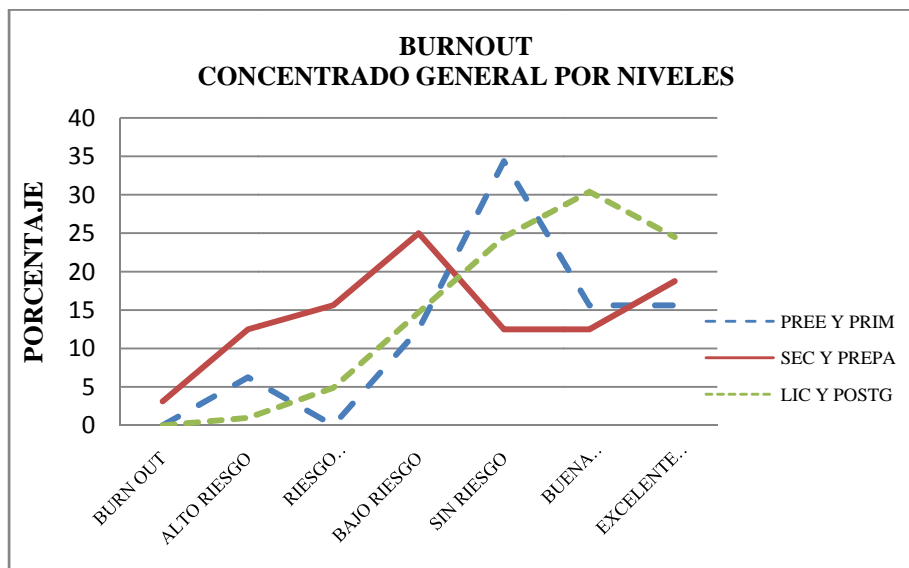
**Figura 1. Concentrado general según el nivel de Burnout**



Al hacer las comparaciones entre los diferentes niveles educativos se observa que tiende a presentarse con mayor frecuencia en profesores de secundaria y preparatoria y menos en los universitarios. (Figura 2). Es un dato interesante que demuestra el desgaste emo-

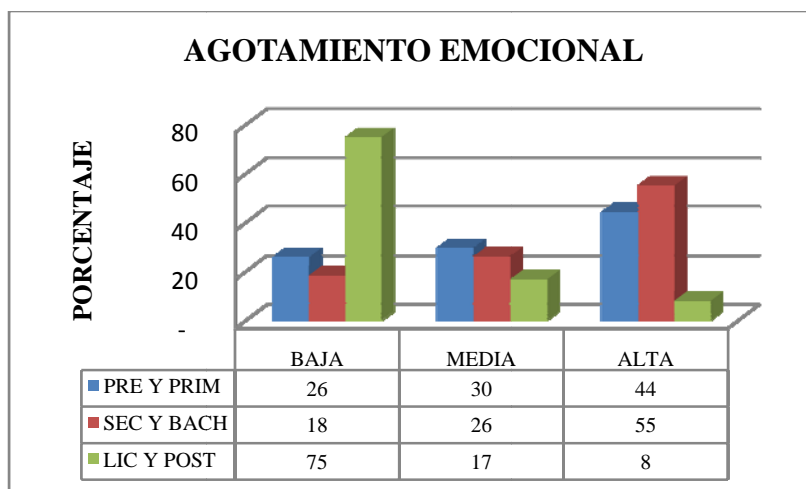
cional que acompaña a la docencia cuando se trabaja con adolescentes y con niños, en ese orden. Al parecer la docencia universitaria está menos expuesta al síndrome.

**Figura 2. Concentrado general del índice de Burnout por niveles educativos.**



Al analizar los puntajes por cada una de las áreas de la prueba, se puede comprobar que el Agotamiento Emocional (Figura 3) se presenta notoriamente superior en secundaria y preparatoria, seguido por la primaria y el preescolar. En esta área los profesores de licenciatura y postgrado presentan bajos niveles de agotamiento, 75%. Esta cifra parece muy elevada, presentando a los profesores universitarios con un mínimo de agotamiento emocional, pero las condiciones de contexto quizás lo justifiquen.

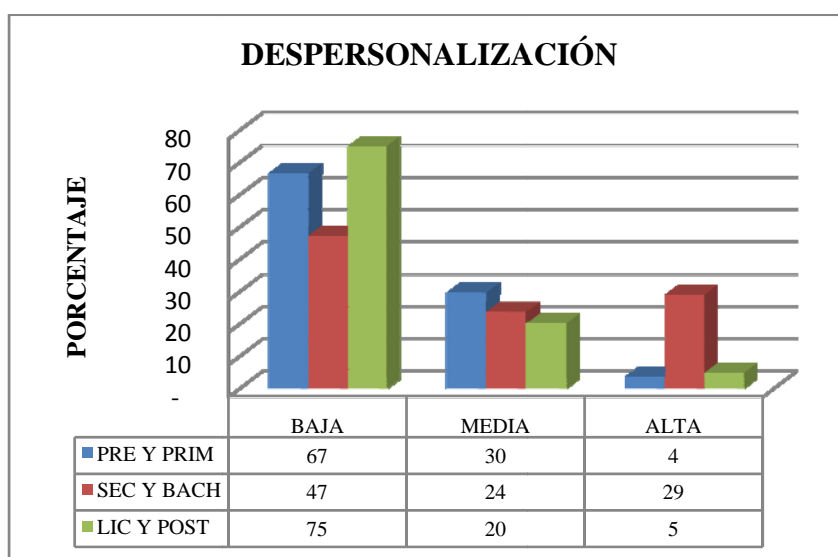
**Figura 3. Escala de Agotamiento Emocional.**



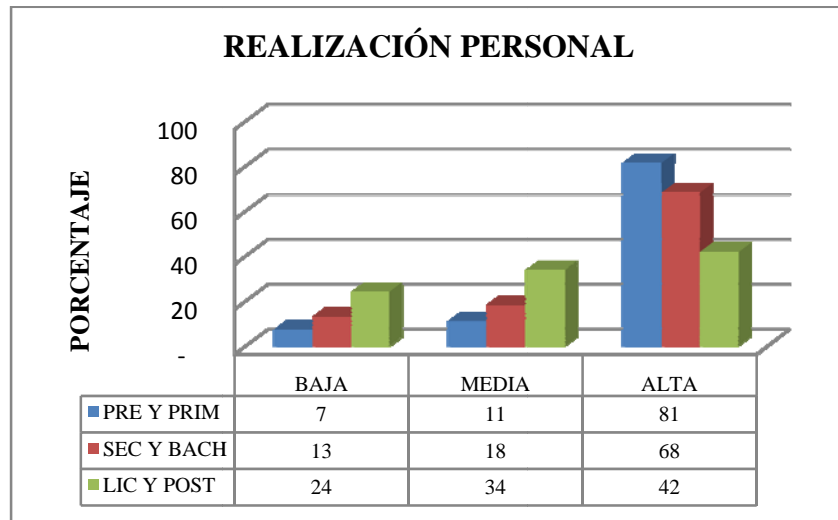
En el área de Despersonalización (Figura 4) se mantiene la relación anterior, con un porcentaje del 25% en profesores de secundaria y bachillerato con puntajes altos, lo cual sí es alarmante. Uno de cada cuatro profesores presenta alteraciones de personalidad, que afectan sus respuestas personales con los que se relaciona, principalmente sus alumnos. Un porcentaje similar se presenta en profesores de primaria y preescolar, pero con puntuaciones medias. Los profesores menos afectados son los universitarios, pues sólo alrededor del 5% presentan puntuaciones altas en esta área.

En cambio, un 20% de profesores de licenciatura y postgrado presenta puntajes bajos en Realización Personal (Figura 5) comparados con aproximadamente un 10% de profesores de secundaria y bachillerato y un 5% de preescolar y primaria. Solamente el 42% de los profesores del nivel superior presentan altos niveles en esta escala, cifra notoriamente baja, comparada con el 68% de los profesores de secundaria y bachillerato y el 81% de los maestros de preescolar y primaria. Este aspecto es muy interesante y sin duda abre una nueva línea de investigación, pues al parecer, si bien los maestros universitarios están menos expuestos al *burnout* considerado globalmente, los profesores de preescolar y primaria, y aún los de secundaria y bachillerato, alcanzan niveles más altos de realización personal. Los niveles básicos aparentan ser más desgastantes, pero también fuente de mayores satisfacciones.

**Figura 4. Escala de Despersonalización.**



**Figura 5. Escala de Realización Personal.**



En un segundo apartado del trabajo se pretende encontrar relaciones entre diferentes variables personales y académicas con el síndrome de *burnout*. Las variables analizadas se cuantificaron para proceder al análisis estadístico, con los siguientes resultados:

**Tabla 2: Resultados de las correlaciones de Burnout con variables sociodemográficas**

VARIABLES	CORRELACIÓN	VALOR P	SIGNIFICADO
Burnout Edad	0.0019	0.9608	Correlación nula
Burnout Sexo	-0.0038	0.9621	Correlación nula
Burnout Estado civil	-0.0701	0.3770	Correlación muy baja
Burnout Número de hijos	0.0677	0.3934	Correlación muy baja
Burnout Deporte	-0.1644	0.0373	Correlación inversa significativa para un 95% de nivel de confianza.
Burnout Grado académico	0.0403	0.6117	Correlación muy baja
Burnout Nivel escolar en que trabaja	-0.1920	0.0147	Correlación inversa significativa para un 95% de nivel de confianza
Burnout Experiencia docente	0.0611	0.4415	Correlación muy baja
Burnout Experiencia profesional	-0.0828	0.2966	Correlación muy baja



Los puntajes de burnout resultaron significativos al relacionarse con dos de las variables estudiadas. La primera es en los profesores que practican algún deporte; a mayor tiempo dedicado al deporte, menos *burnout*. Este dato demuestra que el deporte es sin duda un excelente medio para combatir el estrés. La otra variable con la que se correlaciona el *burnout* es el nivel educativo donde se labora, también con signo negativo; a menor nivel educativo, mayor *burnout*. El síndrome se asocia básicamente con los grados inferiores: secundaria, bachillerato y preescolar, en ese orden.

En un análisis de las escalas de la prueba con cada una de las variables sociodemográficas y laborales, resultaron también correlaciones significativas las siguientes:

La escala de Agotamiento Emocional se relaciona con las variables de tiempo dedicado al deporte (-0.2335), nivel educativo en que labora el maestro (-0.4962) y sexo (0.2302). La Escala de despersonalización correlaciona con la variable Estrado civil (-0.1553). En la cuantificación de esta variable se asignaron los puntajes 1, para los solteros, 2, casados y 3, otros (divorciados, viudos u otros). Esto significa que los profesores clasificados en la categoría “otros” presentan más riesgo y los solteros, el menor problema en esta escala. La Escala de Realización Personal se relaciona el grado académico (-0.1815), el nivel en que el profesor labora (-0.3661) y la variable sexo (0.1717). Resulta realmente interesante el análisis de esta escala. Al parecer los profesores de preescolar y primaria valoran más sus logros personales que los de la universidad. Lo mismo sucede con el grado: los profesores con licenciatura manifiestan un mayor nivel de logro que los profesores con maestría y doctorado. Por otra parte, si bien las mujeres muestran un mayor nivel de Agotamiento Emocional, también presentan valores mayores que los hombres en la escala de Realización Personal.

El tercer objetivo tenía como finalidad verificar si existe correlación entre el nivel de estrés detectado por medio de la encuesta de Maslach y el nivel de estrés “sentido” o “percibido” por los docentes. La encuesta incluía una pregunta inicial, previa a contestar la encuesta, donde se les pedía que señalaran el nivel de estrés que sentían, ubicándolo en una escala de siete valores que van desde nada estresado a muy estresado. Se quería comprobar qué tan “confiable” resultaba la opinión de los maestros al declarar su nivel de estrés, contrastando su apreciación con la prueba de Maslach. La respuesta obtenida es que la valoración del maestro sobre su nivel de estrés, sí correlaciona significativamente con la prueba de Burnout, tanto en los valores generales como en cada una de las escalas que evalúa.

## Discusión de resultados

La investigación se realizó en Villahermosa Tabasco, una ciudad media de México, donde se presume que la presencia del *burnout* no está tan acentuada y generalizada como en las grandes ciudades del país. Pero los hallazgos son por demás interesantes y preocupantes. Sin duda el contexto es un referente importante para interpretar los resultados.

Entre los resultados más relevantes se encuentra el que al menos uno de cada diez profesores sufre o está en riesgo de sufrir esta enfermedad. Pero el riesgo identificado para los profesores de secundaria y preparatoria sí es altamente preocupante, ya que son los que presentan mayores probabilidades de sufrir estrés y sus consecuencias. Esto debe alertarnos sobre la necesidad de tomar medidas que prevengan y corrijan, en la medida de lo posible, sobre todo ante el hecho de que el estrés del profesor puede multiplicarse y afectar a sus alumnos, colegas y padres de familia. Y desde luego a su propia familia. Este problema se enfatiza si consideramos los resultados en la escala de Despersonalización, en donde el 29% de profesores de este nivel presenta puntajes altos y el 24% niveles medios. Sumados, más de la mitad de los profesores de este nivel presenta dificultades en la manera de responder hacia sus compañeros y alumnos. Desde luego que las dos escalas están estrechamente vinculadas. Dorman (2003) encontró relaciones significativas de la organización y el ambiente en el salón con la despersonalización y el agotamiento emocional.

Tres de cada cuatro profesores de educación básica y media superior se sienten agotados, aunque sólo uno de educación superior. Es evidente que el profesor no puede rendir lo esperado si siempre está cansado. Schorn y Buchwald (2007) encontraron resultados similares en el estudio que realizaron en la Universidad de Wuppertal en Alemania. Ese mismo estudio reveló niveles también más o menos coincidentes para el área de Despersonalización. Dorman (2003) reporta que la sobrecarga del trabajo se relaciona con el Agotamiento Emocional. Por otra parte resulta preocupante que sólo un 42% de los profesores de licenciatura y postgrado obtuvieran puntajes altos en la escala de Realización Personal, comparados con preescolar y primaria, que tiene el doble de porcentaje mencionado, con profesores más satisfechos con su labor docente.

Las correlaciones encontradas en las escalas de Agotamiento Emocional y Realización Personal manifiestan aparentes contradicciones con las variables de grado académico de los profesores y el nivel donde laboran. Al parecer los profesores con licenciatura y que

trabajan en los niveles básicos tiene una apreciación más favorable sobre sus logros que los universitarios, pero se encuentran más agotados emocionalmente. Sin duda estos resultados abren nuevas líneas de investigación

Las relaciones entre la variable sexo y las escalas de Agotamiento Emocional y Realización Personal también resultan interesantes. Si bien las mujeres presentan puntajes más altos en la escala de Agotamiento, también lo hacen en la de Realización Personal. Al parecer se sienten más agotadas con el trabajo escolar, pero también más realizadas.

Por otra parte, la apreciación del propio profesor sobre su nivel de estrés correlaciona significativamente con la prueba de Maslach, tanto en los puntajes generales como en los de cada una de las escalas que componen la prueba. Estos resultados también lo reportan en su investigación Schorn y Buchwald (2007): el agotamiento se asocia con la propia apreciación del estrés de los profesores.

## Referencias bibliográficas

- Bosqued, M. (2008). Quemados. El síndrome de burnout. Qué es y cómo superarlo. Barcelona: Paidós.
- Dorman, J. (2003) Testing a model for teacher burnout. *Australian Journal of Educational and Developmental Psychology*. 3, 35-47.
- Faber, B.A. (1991) *Crisis in education: stress and burnout in the American teacher*. San Francisco: Jossey-Bass
- Freudenberg, H.J. (1975) The staff burnout syndrome in alternative institutions. *Psychotherapy: theory, research and practice*, 12, 75.
- Maslach, C. (1976) Burned out. *Human Behavior*. 5, 16-22.
- Maslach, C. y Jackson, S. (1981) The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*. 2, 99-113.