

Indicadores de Síndrome de Burnout en docentes de educación superior con contrato tiempo completo

Luz Mariela Osorio Castañeda¹; Laura Milena Fernández Oviedo²;
José Alonso Andrade Salazar³

RESUMEN

Esta es una investigación cuantitativa, descriptiva y de corte transversal, cuyo objetivo es encontrar indicadores de síndrome de Burnout en docentes de educación superior con contrato tiempo completo, para lo cual se aplicó una ficha de caracterización Sociodemográfica y el inventario de Burnout Malash (Bria, Spânu, Băban, & Dumitrașcu, 2014). Se encontró que el 86% de docentes tiene síndrome de Burnout moderado y el 14% grave, caracterizado por cansancio físico y mental, apatía laboral, sentirse al límite y defraudado con el trabajo realizado.

PALABRAS CLAVES

Burnout;
Calidad de Vida Laboral;
Fatiga; Enseñanza Universitaria;
Estrés
Keywords: Burnout;
Quality of Working Life;
Fatigue;
College Teaching;
Stress (Tesauro
Tesauro ERIC)

- 1 Estudiante de VI semestre del programa de psicología de la Fundación Universitaria del Área Andina. E-mail: losorio48@estudiantes.areandina.edu.co
- 2 Estudiante de VI semestre del programa de Psicología de la Fundación Universitaria del Área Andina. E-mail: lfernandez21@estudiantes.areandina.edu.co
- 3 Ph.D. Pensamiento complejo. Docente investigador. Líder del Semillero Psicoprev del programa de Psicología de la Fundación Universitaria del Área Andina sede Pereira. Email: jandrade20@areandina.edu.co

Indicators of Syndrome of Burnout in teachers of top education with contract complete time

ABSTRACT

This one is a quantitative, descriptive investigation and of transverse court, which aim is to find indicators of Burnout's syndrome in teachers of top education with contract complete time, for which applied to itself a card of characterization Sociodemográfica and Burnout Malash's inventory (Bria, Spânu, Băban, and Dumitrașcu, 2014). One thought that 86 % of teachers has syndrome of moderate Burnout and 14 % burden, characterized by physical and mental weariness, labor apathy, to feel to the limit and defrauded with the realized work.

KEYWORDS

Burnout;
Vida Laboral's Quality;
It fatigues;
University Education;
Stress Keywords: Burnout;
Quality of Working Life;
Fatigue;
College Teaching;
Stress (Tesauro Tesauro ERIC)

INTRODUCCIÓN

El estrés laboral crónico es una de las principales fuentes de riesgos psicosociales en cualquier tipo de organización laboral; asimismo en el sector de servicios, una de las formas habituales de manifestación es el síndrome de Burnout que se traduce como “quemarse en el trabajo” (Maslach & Jackson, 1981). Según la comunidad científica, el síndrome agrupa síntomas y signos recurrentes que pueden indicar una patología (Mercado & Silva, 2011), y puede también ser efecto de formas de acoso psicológico y psicosocial, y una inapropiada elección del quehacer laboral (Andrade & Sanabria, 2013; Maslach & Jackson, 1981); de allí que el Burnout sea asociado a la desmotivación emocional y cognitiva ante la sobre carga laboral, estados que propician a menudo el abandono de interés por el trabajo, las competencias y las interacciones laborales (Mercado & Silva, 2011). El Burnout aparece como producto de una percepción de discrepancia de los esfuerzos realizados y los conseguidos (Alarcón, 2011; Andrade & Sanabria, 2013; Demerouti, Bakker, Nachreiner, & Schaufeli, 2001). Al respecto Cristina Maslach y Susan Jackson (1981) lo describieron como un síndrome de estrés crónico que emerge cuando la persona no cuenta con las estrategias de afrontamiento que se deben utilizar para enfrentar el estrés laboral teniendo como consecuencia alteraciones importantes en la salud física y mental. El Burnout presenta tres dimensiones importantes: agotamiento emocional, despersonalización o cinismo y baja realización personal en el trabajo (Bria et al., 2014; Maslach & Jackson, 1981; Maslach & Leiter, 2008).

El proceso que rodea al Burnout difiere de unos individuos a otros y se consolida en las personas de manera progresiva. El Burnout revela respuestas desadaptativas ante un estado de estrés crónico que obedece a la tensión asociada a la experiencia laboral diaria y a ciertos acontecimientos estresantes de la vida, situación que suele ser prevalente en docentes sometidos a largas jornadas y espacios laborales estresantes (Hakanen, Bakker, & Schaufeli, 2006; Schaufeli, Daamen, & Van Mierlo, 1994). Algunas de las causas del síndrome de burnout en los docentes se asocian a condiciones ambientales inapropiadas, aumento de funciones y cátedras asignadas, conflictos con alumnos, el escaso apoyo por parte de las instituciones educativas para sus procesos de cualificación, y otros conflictos con padres de familia y colaboradores (Bedoya, Vega, Severiche, & Meza, 2017; Borges, Ruis, Rangel, & González, 2012; Ibañes, Bienty, Thomas, & Martinez, 2011).

La sobrecarga laboral y las presiones, llevar trabajo a la casa, postergar el disfrute de su familia e hijos, conflictos con coordinadores y superiores, un elevado estado de estrés e irritabilidad, derivaciones somáticas de la ansiedad, depresión, sensación de inadecuación ambiental y desmotivación en la ejecución de las actividades asignadas, forman parte de las consecuencias más graves del síndrome. La Encuesta nacional en salud mental del Ministerio de Salud y Protección Social (2015) reveló que los colombianos consideran que uno de los elementos que da sentido a la salud mental es: “No preocuparse, no estresarse, no sufrir: hombres (32,5 %) y mujeres (32,3 %) entre 18 y 44 años; hombres (29,8 %) y mujeres (31,8 %) mayores de 44 años” (p. 64), aspectos que cuando se ven afectados en docentes disminuyen la percepción y vivencia del bienestar psicológico (Bedoya et al., 2017; Borges et al., 2012), lo

cual constituye una clara violación a Ley 1652 del Sistema de Riesgos Laborales (Congreso de Colombia, 2012). La encuesta también indicó que la ansiedad elevada se encuentra presente en los adultos de 18 a 44 años, ya que el 67% tiene 5 o más síntomas de ansiedad, el 4.17%, 7 o más síntomas de depresión.

El estrés según el DSM-V (Organización Mundial de la Salud, 2015) en grados extremos puede inducir la despersonalización, lo cual hace referencia a una alteración de la percepción o de la experiencia de uno mismo de tal manera que la persona se siente “separado” de una parte importante de sus procesos mentales o de su cuerpo, mientras que otros identifican el síndrome como una forma de afrontar las vicisitudes del trabajo en lugar de una verdadera enfermedad (Andrade & Sanabria, 2013; Costa De Robert, Barontini, Forcada, Carrizo, & Almada, 2010; Gonzáles & Landero, 2011; Maslach & Jackson, 1981).

MÉTODO

Diseño: Es una investigación cuantitativa, descriptiva y de corte transversal.

Población: Se evaluaron 35 docentes de educación superior que laboran en la ciudad de Pereira con contrato a tiempo completo y con uno o más ocupaciones laborales adicionales.

Instrumento: se aplicó una ficha de caracterización psicosocial y el inventario de Maslach (Bria et al., 2014), que está constituido por 22 ítems a modo de afirmaciones, con el cual se pretende medir la frecuencia e intensidad con la que se sufre el Burnout.

Procedimiento: aprobación y diseño del proyecto de investigación; aprobación de las condiciones bioéticas de la investigación (consentimiento informado); firma de consentimiento informado y aplicación de instrumento; análisis y sistematización de datos; construcción de resultados, discusión y evaluación de la información final de investigaciones; devolución de los resultados a las instituciones y comunidades.

RESULTADOS

De acuerdo a los datos de la ficha de información sociodemográfica se obtuvo que el 63% de los encuestados tiene entre 36-55 años, el 20% 56-67 y el 17% 25-35 años. El 80% son hombres y el 20% mujeres. El 83% tiene posgrado, el 11% pregrado completo y el 6% tecnólogo. El 77% tiene una familia nuclear, el 14% monoparental y el 9% familia extensa. EL 54% tiene contrato indefinido, el 26% definido y el 20% tiempo fijo. El 77% trabaja en una sola institución, el 20% en dos y el 3% en 3 instituciones. El 43% siente que su trabajo actual ha afectado su vida social, 29% laboral, 14% relación de pareja y el 14% no siente que afecte en su vida. El 60% no consume energizantes y el 40% sí. El 66% no tiene problemas de sueño, y el 34% sí. El 40% trabaja de más por sentirse activo, 26% por otras razones, 20% por necesidad económica, 9% por oportunidad laboral y el 6% por estabilidad laboral. El 97% tiene a su cargo entre 1 y 3 personas.

El inventario de Burnout Maslash reveló que el 86% de los encuestados presenta un nivel moderado de burnout y el 14% un burnout elevado. No se presentó Burnout bajo (Tabla 1).

Tabla 1.

Tipo de Burnout presentado por los docentes Tiempo Completo

Sin Burnout	Burnout bajo	Burnout moderado	Burnout elevado
0%	0%	86%	14%

En los cruces de variables encontró que en el burnout elevado (BE) prevalece el contrato indefinido 80%, y 50% en el Burnout moderado (BM); en ambos aparecen problemas de sueño (40% y 33%); familias nucleares (80% y 77%); 1 solo trabajo (80% y 77%); consumo de energizantes (40% y 36%) y afectaciones laborales (40% y 38%); entre 1 y 3 personas a cargo (100% y 97%); decepción al final del año por el trabajo (80% y 40%); agotamiento físico al finalizar el mes (60% y 50%) y al finalizar la semana (43% y 40%); cansancio por trabajar con gente algunas veces al año (80% y 27%) y por hacerlo directamente y de forma diaria (80% y 37%) y sentirse diariamente al límite de sus posibilidades (60% y 47%) (Tabla 2).

Tabla 2.

Cruce de variables Tipos de Burnout indicadores de Burnout

Tipo de	Posgrado	Familia nuclear	Contrato indefinido	Término o fijo	1 trabajo	Afectación laboral	Consumo energizantes	Problema de sueño
Burnout elevado	100%	80%	80%	20%	80%	40%	40%	40%
Burnout moderado	80%	77%	50%	50%	77%	38%	36%	33%

Tipo de	1 a 3 personas a cargo	Algunas veces al año defraudado o por el	Agotamiento físico	agotado al fin de la	Cansancio por trabajar con gente algunas veces al	Desinterés diario por la que suceda a	Cansancio diario por trabajar con gente	Sentirse a diario al límite de sus posibilidades
Burnout elevado	100%	80%	60%	43%	80%	80%	80%	60%
Burnout moderado	97%	40%	50%	40%	27%	83%	37%	47%

DISCUSIÓN

Acorde al objetivo de esta investigación: describir los indicadores de síndrome de burnout en docentes de educación superior con contrato tiempo completo, se encontró que todos lo presentan en niveles altos y moderados, lo cual concuerda con lo encontrado por otras investigaciones (Bedoya et al., 2017; Borges et al., 2012; Rodríguez, Martíneztomás, & Fernández, 2017), y que guarda relación en los sujetos investigados con el grado de cualificación –mayor Burnout en profesores con postgrado-, el cansancio físico y mental, aumento de responsabilidades con el hogar, tipo de contrato –mayor en contratos indefinidos-, aspecto que según Hakanen et al., (2006) y Schaufeli et al., (1994) tiene efectos emocionales permanentes en el rendimiento laboral, las creencias positivas acerca de la autorrealización, el sentido de la felicidad, las interacciones intra y extralaborales, y el tiempo dedicado a hacer algo diferente a trabajar, a lo cual se añade afectaciones al estilo y sentido de vida (Bogarín, Valle, Suárez, & López, 2016; Schaufeli et al., 1994).

En los docentes evaluados, el efecto del Burnout alto tuvo una elevada connotación física y laboral, aspectos identificados con frecuencia elevada, además de desinterés por procesos académicos al final de los periodos académicos, y también por las interacciones con otros; además de apatía frente a lo que pueda suceder a los compañeros de trabajo y sentirse al límite de las posibilidades, lo cual coincide con lo expuesto por Maslach, Schaufeli, & Leiter (2001) y Maslach y Jackson (1981), quienes señalan que en estado elevado de estrés laboral las personas suelen tornarse apáticas cuando no, desinteresadas por los beneficios que existen en el trabajo mancomunado y colaborativo. Sin embargo, en los docentes con Burnout moderado el cansancio fue menor al igual que el entrar en contacto diario con otros, lo cual puede deberse a que en estos docentes priman contratos a término fijo –por periodos semestrales o anuales-, por lo que tienen periodos mayores de descanso entre semestres –periodos académicos- y las cargas laborales e investigativas suelen ser menores que en los contratos indefinidos, y a pesar de que estos tiene mayor seguridad laboral, las instituciones suelen cargarlos de mayores labores y actividades académicas, aspecto señalado como nocivo para la salud mental y física y el desarrollo profesoral (Bedoya et al., 2017; Ibañes et al., 2011; Maslach & Leiter, 2008)

REFERENCIAS

- Alarcón, G. M. (2011). A meta-analysis of burnout with job demands, resources, and attitudes. *Journal of Vocational Behavior*, 79(2), 549–562. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2011.03.007>
- Andrade, J. A., & Sanabria, Y. (2013). Prevalencia del síndrome de burnout en personal de enfermería de una clínica de la ciudad de ibagué. Enero-Junio, 16(29), 170–183. Retrieved from <http://portal.unisimonbolivar.edu.co:82/rdigital/psicogente/index.php/psicogente>
- Bedoya, E. A., Vega, N. E., Severiche, C. A., & Meza, M. (2017). Síndrome de Quemado (Burnout) en Docentes Universitarios. *Formación Universitaria*, 10, 51–58.
- Bogarín, M., Valle, R., Suárez, M., & López, M. (2016). El síndrome de burnout en educación superior. *Revista Educateconciencia*, 11, 230–241.
- Borges, A., Ruis, M., Rangel, R., & González, P. (2012). Síndrome de Burnout en docentes de una Universidad pública de Venezuela. *Comunidad y Salud*, 10, 1–9.
- Bria, M., Spânu, F., Băban, A., & Dumitrașcu, D. L. (2014). Maslach Burnout Inventory – General Survey: Factorial validity and invariance among Romanian healthcare professionals. *Burnout Research*, 1(3), 103–111. <https://doi.org/10.1016/J.BURN.2014.09.001>
- Congreso de Colombia. Ley 1562 de 2012 (2012). República de Colombia: Sistema de Riesgos Laborales. Retrieved from <http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=48365>
- Costa De Robert, S., Barontini, M., Forcada, P., Carrizo, P., & Almada, L. (2010). Estrés psicosocial y baja resiliencia, un factor de riesgo para la hipertensión arterial. *Revista Argentina de Cardiología*, 78, 425–431.
- Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F., & Schaufeli, W. B. (2001). The job demands-resources model of burnout. *Journal of Applied Psychology*, 86(3), 499–512. <https://doi.org/10.1037//0021-9010.86.3.499>
- González, M., & Landero, R. (2011). Diferencias en Estrés Percibido, Salud Mental y Física de acuerdo al Tipo de Relación Humano-Perro. *Revista Colombiana de Psicología*, 20(1), 75–86.
- Hakanen, J. J., Bakker, A. B., & Schaufeli, W. B. (2006). Burnout and work engagement among teachers. *Journal of School Psychology*, 43(6), 495–513. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2005.11.001>
- Ibañez, E., Bienty, Á., Thomas, Y., & Martínez, J. (2011). Prevalencia y factores asociados al Síndrome de Burnout en docentes de odontología Fundación Universitaria San Martín, año 2011. *Revista Colombiana de Enfermería*, 1–7.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior*, 2(2), 99–113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>

REFERENCIAS

- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2008). Early predictors of job burnout and engagement. *Journal of Applied Psychology, 93*(3), 498–512. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.93.3.498>
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job Burnout. *Annual Review of Psychology, 52*(1), 397–422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- Mercado, A., & Silva, V. (2011). El síndrome de quemarse por el trabajo (burnout) en educación básica.
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2015). Encuesta Nacional En Salud Mental Colombia. Bogotá. Retrieved from http://www.visiondiweb.com/insight/lecturas/Encuesta_Nacional_de_Salud_Mental_Tomo_I.pdf
- Organización Mundial de la Salud. (2015). DSM-V. Diagnostic and statistical manual of mental disorders. Washington, D.C: American Psychiatric Association.
- Rodríguez, A., Martíneztomás, & Fernández, M. (2017). Impacto del burnout en el desarrollo profesional del profesorado universitario. una revisión de la investigación. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación Del Profesorado, 20*, 161–178.
- Schaufeli, W. B., Daamen, J., & Van Mierlo, H. (1994). Burnout among Dutch Teachers: An Mbi-Validity Study. *Educational and Psychological Measurement, 54*(3), 803–812. <https://doi.org/10.1177/0013164494054003027>.