
ARTÍCULO DE INVESTIGACIÓN

BURNOUT Y PROBLEMAS DE SALUD MENTAL EN DOCENTES: DIFERENCIAS SEGÚN CARACTERÍSTICAS DEMOGRÁFICAS Y SOCIOLABORALES

BURNOUT AND MENTAL HEALTH ISSUES IN TEACHERS: DIFFERENCES RELATED TO DEMOGRAPHIC AND SOCIAL-LABOR ASPECTS

AILED DANIELA MARENCO-ESCUDEROS*, JOSÉ HERNANDO ÁVILA-TOSCANO**

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA REFORMADA, BARRANQUILLA - COLOMBIA

FECHA RECEPCIÓN: 16/09/2015 • FECHA ACEPTACIÓN: 10/11/2015

Para citar este artículo: Marenco-Escuderos, A., Ávila-Toscano, J. (2016). Burnout y problemas de salud mental en docentes: diferencias según características demográficas y sociolaborales. *Psychologia: Avances de la Disciplina*, 10(1), 91-100.

Resumen

A través de este estudio se evaluó la existencia de diferencias entre las manifestaciones de burnout y los problemas de salud mental en docentes de acuerdo con sus características demográficas y sociolaborales. La evaluación se cumplió con 235 docentes del nivel medio académico de cuatro instituciones oficiales en Colombia, aplicando el MBI-Ed y el GHQ-28 a través de un estudio empírico de diseño comparativo. Se observó mayor agotamiento y baja realización profesional entre las mujeres, los solteros y sin hijos; los hombres tendieron más a despersonalizarse. Problemas de salud mental como ansiedad-insomnio y síntomas somáticos fueron más frecuentes entre docentes con contratación fija, mayor número de horas de trabajo diario y menor experiencia profesional. Se discuten las implicaciones de las variables individuales y las asociadas con el contexto laboral en la aparición de burnout y condiciones que afectan la salud psicológica del educador; es necesario reconocer el papel de estas variables para generar escenarios educativos y condiciones de desempeño que permitan al docente lidiar con el estrés de su tarea de forma adecuada.

Palabras clave: burnout, salud mental, características socio-demográficas, docentes.

Abstract

This study estimated the existence of differences between burnout episodes and mental health problems in teachers according to demographic and social-labor aspects; 235 high school teachers from four public schools in Colombia were evaluated, applying the MBI-Ed and GHQ-28 through an empiric study with a comparative design. Higher exhaustion and less professional fulfillment were observed in women, unmarried

* Psicóloga. Maestrante en Psicología. Joven Investigadora Colciencias. Docente Investigadora adscrita al Grupo de investigación PSICUS – Psicología, Cultura y Sociedad. Correspondencia: Carrera 38 N° 74-179, Barranquilla, Colombia. Departamento de Investigaciones. Corporación Universitaria Reformada. Correo-e: amarenco@unireformada.edu.co

** Psicólogo, Magíster en psicología, Doctorando en ciencias humanas y sociales. Líder científico Grupo de investigación PSICUS – Psicología, Cultura y Sociedad. Director de investigaciones. Corporación Universitaria Reformada. Investigador Asociado clasificado por Colciencias.

and without children, men tended to depersonalize more. Mental health problems as anxiety-insomnia and somatic symptoms were more common between teachers with fulltime contracts, higher work intensity and lesser professional experience. The implications in individual variables and implications referred to labor context are discussed in the appearance of Burnout and conditions that affect the educator's mental health, it is necessary to recognize the role of these variables to generate educative scenarios and performance conditions that allow the teacher to deal with stress of his task properly.

Keywords: burnout, mental health, social-labor aspects, teachers.

Introducción

El síndrome de burnout o síndrome de estar quemado por el trabajo, es en la actualidad uno de los males psicoemocionales más reseñados en la literatura científica, en la que se resalta la manifestación de múltiples condiciones sintomáticas resumidas en tres grandes dimensiones del problema: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización profesional (Avey, Luthans, Smith & Palmer, 2010; Da Silva, Gil-Monte, De Fátima, & Bovi, 2013; Gil-Monte, 2012; Ríos, Godoy, & Sánchez-Meca, 2011; Tejada & Gómez, 2012).

Estos síntomas son experimentados por el trabajador como respuesta a estímulos estresores y derivan en el surgimiento de otros problemas en el trabajo como escasa productividad, ausentismo, relaciones negativas con otros y una autoevaluación negativa por parte del trabajador (Linares & Gutiérrez, 2012). Su aparición es más común entre empleados que requieren contacto directo con personas y que implican el ofrecimiento de algún nivel de asistencia (consejos, protección, cuidado, aprendizaje) (Gómez, Guerrero & González-Rico, 2014; Tejada & Gómez, 2012).

El cuerpo profesoral, en sus distintos niveles de formación, es uno de los conjuntos gremiales en los que se han reportado estudios relacionados con el burnout tanto en el contexto nacional (Díaz, López & Varela, 2012; Gantiva, Jaimes, & Villa, 2010; Ibáñez et al., 2012) como en el internacional (Gastaldi, Pasta, Longobardi, Prino, & Quaglia, 2014; Gil Monte, Carlotto & Gonçalves, 2011; Jiménez, Jara, & Miranda, 2012), y con cierta frecuencia también se ha reseñado el apareamiento del síndrome con manifestaciones problemáticas en la salud psicoemocional y física del docente, siendo comunes los conflictos entre la vida familiar y el desarrollo profesional, al igual que el surgimiento de alteraciones en los sentimientos y emociones, agotamiento mental, problemas psicosomáticos, depre-

sión y percepciones negativas de su estado de salud en general (Figueiredo-Ferraz, Gil-Monte, Ribeiro, & Grau-Alberola, 2013). También se ha reportado la presencia de un estado emocional negativo caracterizado por hipervigilancia, preocupación permanente y miedo (León, 2011; Marrau, 2004; Stevens & Higgins, 2002), así como mayor deterioro y peor funcionamiento de su salud psicológica en comparación con la media poblacional (Zhang et al., 2014).

Tal panorama denota la existencia de problemáticas de desgaste y las dificultades en la salud mental a las que están expuestos los docentes, sin embargo, este estudio más que probar la descrita interacción entre estas variables, se enfoca en su análisis desde la participación de condiciones demográficas y sociolaborales frente a las cuales pueden haber diferencias significativas tanto en las manifestaciones de burnout, como en los problemas de salud mental. Al respecto es necesario reconocer que los entornos laborales cuentan con variables diversas capaces de afectar la aparición de una y otra problemática abordada, en el caso de los docentes se reconoce la participación de condiciones sociolaborales como clima laboral, limitaciones en la promoción, sobrecarga laboral, inestabilidad en el cargo, salarios bajos o fuera de las expectativas, manejo de un número elevado de estudiantes, trastornos de conducta o aprendizaje de sus alumnos (Antonioni, Polychroni, & Vlachakis, 2006), afrontamiento de nuevas tecnologías o exigencias de conocimiento y capacitación cada vez más elevadas y la situación económica del plantel (Hermosa, 2006; Gómez-Ortiz & Moreno, 2009; Ortiz et al., 2012; Restrepo-Ayalal, Colorado, & Cabrera, 2005).

Todo ello, aunando las diferencias individuales que se relacionan con las condiciones demográficas tales como el sexo, el estado civil del docente, tener o no hijos, entre otras. Se ha evidenciado por ejemplo, que aquellos docentes que no cuentan con pareja permanente, es decir que son solteros, tienen una mayor probabi-

lidad de experimentar burnout (Figueiredo-Ferraz et al., 2013); así mismo, en relación con el sexo (especialmente mujeres), el nivel de estudio (licenciados) y el número de horas laboradas (más de 40 horas semanales), se ha indicado que estas variables poseen relaciones estadísticamente significativas con el agotamiento emocional (Moreno, Meda, Rodríguez, Palomera & Morales, 2006), al igual que la edad, el tiempo de servicio (Ibáñez et al., 2012) y el nivel de experiencia (Antonioni et al., 2006; Klassen & Chiu, 2010).

Adicionalmente, los problemas que afectan la salud mental del profesorado se relacionan con condiciones propias del ejercicio laboral, tales como situaciones especiales con estudiantes, tareas pendientes, actividades excesivas, entre otros, los cuales conducen a manifestar sentimientos de culpa y lagunas mentales en el docente (Institute for Health Metrics and Evaluation, 2013; León, 2011; Lorente et al., 2008). Este tipo de condiciones pueden influir en el desarrollo de estrés laboral el cual se ha descrito como un notable predictor de agotamiento emocional (Esteras, Chorot, & Sandín, 2014). Así mismo, para los docentes la percepción que poseen acerca de sus relaciones profesionales —con compañeros y padres de familia— se ha considerado como el principal factor individual determinante para la evaluación de la salud mental y la calidad producto de su labor (Perry, Le May, Rodway, Tracy, & Galer, 2005).

Sin embargo, a pesar de la evidencia que existe en relación con estas variables, los expertos a nivel internacional coinciden en que aún resultan insuficientes los estudios, puesto que tanto los problemas de salud mental como el surgimiento de burnout no son condiciones que se pueden atribuir exclusivamente a aspectos de orden laboral. Teniendo en cuenta lo anterior, podemos señalar

que se requiere explorar otros elementos como los relacionales, las diferencias demográficas, además de variables de personalidad, sociales, organizacionales y físicas (Wang, Zhang, & Jackson, 2013).

En resumen, se han descrito dos escenarios problemáticos que afectan al profesorado, el burnout y las dificultades de salud mental, así como la participación de las condiciones demográficas y laborales frente a estos fenómenos; en función de ello, en este estudio el objetivo se enfocó en identificar diferencias significativas al contrastar las variables de análisis, es decir, identificar si las manifestaciones de burnout y los problemas de salud mental son diferencialmente significativas de acuerdo con las características demográficas (sexo, estado civil, tener o no hijos) y sociolaborales (nivel de formación y profesionalización, tipo de contrato, tener más de un empleo, relaciones laborales, tiempo de servicio y años de experiencia) de un conjunto de docentes de nivel escolar en el Caribe colombiano.

Método

Diseño y participantes

Se desarrolló una investigación empírica de diseño comparativo (Ato, López, & Benavente, 2013) en la cual participaron 235 docentes, 84 hombres (37.7%) y 151 mujeres (64.3%), adscritos a cuatro instituciones educativas oficiales de Barranquilla (Colombia).

En su mayoría superaban los 40 años de edad (61.3%, $n=144$), 27.2% ($n=64$) tenían entre 31 y 40 años y 11.5% ($n=27$) tenían entre 20 y 30 años. El grueso de los participantes sostenía relación conyugal y tenían hijos. La información de todas las características de la muestra aparece en la tabla 1.

Tabla 1. Descripción de las variables demográficas y sociolaborales evaluadas en la muestra

Variables Demográficas			
Denominación	Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Sexo	Hombre	84	37.7
	Mujer	151	64.3
Hijos	Con hijos	191	81.7
	Sin hijos	44	18.3
Estado civil	Soltero	76	32.7
	Con relación conyugal	159	67.7

Variables Sociolaborales			
Denominación	Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Tipo de contrato	Fijo	74	68.5
	Indefinido	161	31.5
Múltiple vinculación	Más de un empleo	55	23.4
	Un empleo	180	76.6
Profesionalización	Pregrado	120	51.1
	Postgrado	115	48.9
Horas diarias de trabajo	Menor o igual a 8	133	56.6
	Más de 8	102	43.4
Relaciones laborales	Excelentes	91	38.7
	Buenas	140	59.6
	Regulares	4	1.7
Tiempo de servicio	1 a 10 años	71	30.2
	11 a 20 años	101	43
	> 20 años	63	26.8
Años de experiencia	1 a 10 años	45	19.1
	11 a 20 años	115	48.9
	> 20 años	75	31.9

Instrumentos

Maslach Burnout Inventory en su versión para docentes (MBI-Ed) (Maslach & Jackson, 1986). Se trata de un cuestionario diseñado para medir lo que siente y piensa el trabajador en relación con su trabajo, de forma que permite identificar las tres dimensiones del burnout: realización personal, despersonalización y agotamiento emocional. Está constituido por 22 reactivos con escala de medición tipo Likert de 6 puntos que permiten clasificar cada dimensión según su nivel de intensidad en alto, moderado y bajo. Este instrumento ha sido utilizado en Colombia en un gran número de estudios (Gantiva et al., 2010; Tejada & Gómez, 2012) y cuenta con validación mostrando valores favorables de consistencia interna (agotamiento emocional $\alpha=0.62$; despersonalización $\alpha=0.72$; realización personal $\alpha=0.76$) (Restrepo-Ayala et al., 2006).

Cuestionario de Salud General (General Health Questionnaire, GHQ-28) (Goldberg & Hillier, 1979). En este estudio se empleó la versión de 28 ítems la cual posee un coeficiente alfa de Cronbach de 0.89 (Juárez & Guerra, 2011). El GHQ-28 ha sido diseñado para identificar cuatro manifestaciones problemáticas de salud

mental: síntomas somáticos, ansiedad-insomnio, disfunción social y depresión, sin que su uso implique fines diagnósticos clínicos. Cada dimensión está constituida por 7 ítems con escala Likert de 4 opciones a través de las cuales se identifica si recientemente el evaluado ha experimentado alguno de los síntomas indagados, para ello dispone de un punto de corte en el cual la puntuación superior a 5/6 señala un caso probable con especificidad de 82% y sensibilidad de 84.6% (Álvarez & Crespo, 1995). Este instrumento ha sido validado transculturalmente (Goldberg et al., 1997) y su uso es común en Colombia con poblaciones diversas (Gómez-Ortiz & Moreno, 2009).

Procedimiento

Se accedió al contacto personal con los docentes tras la autorización de las instituciones educativas. Los contactos para socializar los objetivos del estudio y sus implicaciones metodológicas y éticas se dieron en espacios alternos a la jornada educativa.

La participación se realizó de forma libre y voluntaria, respetando el anonimato de los participantes quienes además tuvieron pleno conocimiento de los fi-

nes del estudio, el cual se cumplió bajo el amparo de las disposiciones éticas en investigación con seres humanos de la Declaración de Helsinki, de la Asociación Mundial de Medicina y la Ley 1090 de septiembre 6 de 2006, emanada del Congreso de la República de Colombia, por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología en este país, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones.

La aplicación de los instrumentos se cumplió en jornadas únicas, de manera grupal y en un espacio de cada institución educativa que garantizaba las propicias condiciones ambientales para el desarrollo de los instrumentos. El proceso tuvo una duración aproximada de 40 minutos por cada institución.

Análisis de datos

Los datos fueron cargados en SPSS 18.0 y se evaluaron con el procedimiento no paramétrico de comparación de medias dado que la distribución de la salud mental no cumplió los supuestos de normalidad y homocedasticidad necesarios para el análisis paramétrico con ANOVA. Se emplearon como variables dependientes las manifestaciones de burnout y los problemas de salud mental, mientras que las variables de agrupación fueron las sociolaborales y las demográficas. Para el caso en que la agrupación estaba definida por dos grupos se aplicó la U de Mann-Whitney, mientras que el análisis con más de dos grupos se cumplió con la prueba de Kruskal-Wallis para k muestras independientes que constituye una excelente alternativa al ANOVA de un factor. Sin embargo, tras esta prueba se hizo necesario el reconocimiento de los grupos donde se identificaron diferencias significativas, para este fin también se aplicó U de Mann-Whitney.

Resultados

En la evaluación de burnout se identificó que las manifestaciones de agotamiento emocional fueron reportadas por 23% (n=54) de los participantes, la despersonalización se registró en 22.5% (n=53) y finalmente las problemáticas de baja realización profesional correspondieron al 42.1% (n=99) de los evaluados. En total 22.1% de los docentes manifestó problemáticas que sugieren presencia del síndrome de burnout.

Las dificultades relacionadas con la salud mental tampoco mostraron prevalencias altas, sobresalió la sintomatología somática con un porcentaje de 19.1% (n=45), mientras que en un resultado muy cercano estuvo ansiedad e insomnio con 18.7% (n=44). El tercer indicador más frecuente fue la disfunción social cuyo reporte fue de 15.3% (n=36) y el último lugar lo tuvo la depresión que solo se reportó en 0.4% (n=1).

El contraste de las manifestaciones de burnout y los problemas de salud mental con las características demográficas y sociolaborales, descartó la existencia de diferencias significativas de estos indicadores en relación con la profesionalización o con tener más de un empleo. Por su parte, las diferencias que sí fueron significativas aparecen en las tablas 2 y 3.

Tabla 2. Prueba de contraste de diferencias significativas entre dimensiones de burnout y características demográficas y sociolaborales de los docentes

Variables		Estadísticos de contraste	
De contraste	De agrupación	U de Mann-Whitney*	Z
Agotamiento emocional	Sexo	4581.0	-3.59
	Hijos	3148.5	-2.59
	Estado civil	5039.5	-2.06
Despersonalización	Tipo de contrato	4835.0	-2.32
	Sexo	5360.0	-2.10
	Tipo de contrato	4299.0	-3.55
Baja realización profesional	Sexo	5061.5	-2.63
	Hijos	3226.5	-2.40
	Estado civil	4552.0	-3.06
	Tipo de contrato	4244.5	-3.55

* $p < 0.05$

De acuerdo con la información de la tabla 2, el sexo tuvo diferencias significativas, las mujeres mostraron mayor tendencia al agotamiento emocional y más

afectación en su realización profesional que los hombres, pero estos últimos tuvieron rangos medios más elevados para la despersonalización. Por su parte, las personas con hijos presentaron menos agotamiento y baja realización aunque en ellos fue mayor la despersonalización en comparación con docentes sin hijos. El estado civil solo fue significativo para agotamiento emocional y baja realización profesional, en ambos casos fue mayor entre los solteros. Por último, los docentes con tipo de contrato con terminación fija presentaron puntuaciones más altas en todas las manifestaciones de burnout que aquellos con contrato a término indefinido.

Tabla 3. Prueba de contraste de diferencias significativas entre problemáticas de salud mental y características demográficas y sociolaborales de los docentes

Variables		Estadísticos de contraste	
De contraste	De agrupación	U de Mann-Whitney*	Z
Síntomas somáticos	Sexo	5343.5	-2.11
	Hijos	3176.0	-2.58
Ansiedad-insomnio	Hijos	3321.5	-2.20
	Estado civil	4856.5	-2.47
Disfunción social	Horas de trabajo	5502.5	-2.55
Depresión grave	Hijos	3474.5	-2.54
	Estado civil	5116.0	-2.70

* $p < 0.05$

Frente a la salud mental la diferencia entre hombres y mujeres sólo se registró en los síntomas somáticos siendo más frecuentes entre las damas. Precisamente, los problemas somáticos junto a ansiedad e insomnio y depresión también fueron más comunes en docentes sin hijos y entre quienes eran solteros (a excepción de síntomas somáticos que no fue significativa para el estado civil). Por último se observó mayor nivel de disfunción social entre los docentes que reportaron trabajar durante más de ocho horas diarias en comparación con los docentes que laboran menos de ocho horas por día.

Por su parte, la tabla 4 reúne la prueba de contraste para las características sociolaborales de más de dos grupos, en este caso representadas por las relaciones laborales, el tiempo de servicio y los años de experiencia del personal docente evaluado.

Tabla 4. Prueba de Kruskal-Wallis entre dimensiones de burnout, problemas de salud mental y características sociolaborales

Variables de contraste	Valores Chi cuadrado		
	Relaciones laborales	Tiempo servicio	Años de experiencia
Síntomas somáticos	.581	5.659	10.353*
Ansiedad-insomnio	5.385	6.840*	7.196*
Disfunción social	1.804	1.219	1.690
Depresión grave	6.151*	.109	.101
Agotamiento emocional	3.753	6.716*	7.775*
Despersonalización	17.020*	5.105	.743
Realización personal	15.698*	5.324	5.984*

* $p < 0.05$

Los síntomas somáticos fueron mayores en los docentes menos experimentados, mostrando rangos medios más altos los profesores que tenían entre 1 y 10 años de experiencia ($RM = 98.59$) frente al grupo de profesores con más de 10 años (73.42) ($U = 1773.5$, $Z = -3.164$, $p < 0.05$), y al grupo con más de 20 años ($RM = 54.42$) de tarea profesional ($U = 1231.5$, $Z = -2.535$, $p < 0.05$). Los docentes menos experimentados también obtuvieron los rangos medios más elevados en comparación con los demás grupos frente al indicador de ansiedad e insomnio ($U = 1207.5$, $Z = -2.651$, $p < 0.05$) y frente al agotamiento emocional propio del burnout ($U = 1797.5$, $Z = -2.665$, $p < 0.05$).

Un resultado similar a los datos anteriores se observa en las manifestaciones de ansiedad e insomnio pero esta vez en relación con el tiempo de servicio en la institución donde fueron evaluados los docentes. Aquellos que tenían más de 20 años de trabajar en su respectivo centro educativo mostraron menores niveles de ansiedad e insomnio que quienes tienen entre 1 y 10 ($U = 1802.0$, $Z = -1.974$, $p < 0.05$), o quienes tienen entre 10 y 20 años ($U = 2456.5$, $Z = -2.490$, $p < 0.05$), así mismo,

presentaban menos agotamiento emocional que los docentes del primer ($U=2454.0$, $Z=-2.465$, $p<0.05$) y segundo grupo ($U=1776.0$, $Z=-2.062$, $p<0.05$), respectivamente.

La depresión grave mostró diferencias entre quienes señalan sostener relaciones laborales buenas ($RM=121.64$) y quienes indican que son excelentes ($RM=107.32$), para este caso, los índices de depresión fueron mayores en el primer grupo ($U=5580.0$, $Z=-2.249$, $p<0.05$). Ocurrió lo mismo con la despersonalización, al ser mayor entre quienes consideraban que sus relaciones eran buenas frente a los que las juzgaban como excelentes ($U=4558.5$, $Z=-3.785$, $p<0.05$), y una situación análoga para la evaluación de baja realización personal que fue menor en el segundo grupo ($U=4644.0$, $Z=-3.491$, $p<0.05$), así mismo, fue aún más baja entre quienes aseguraban que sus relaciones eran regulares ($U=93.50$, $Z=-2.275$, $p<0.05$).

Discusión

Los docentes están expuestos a múltiples condiciones capaces de generar estrés psicológico e incluso de afectar su salud mental, por ello las alteraciones psicocemocionales y la presencia de burnout no son condiciones raras entre el profesorado; la propia naturaleza de su trabajo —que demanda un alto nivel de asistencia e interacción con otros— constituye una fuente de estrés, al igual que los problemas que surgen en la relación con los estudiantes (Antoniou et al., 2006). Los resultados del estudio aquí presentado corroboran la problemática que representa la existencia de manifestaciones del síndrome de burnout en los docentes, así como los problemas de su salud mental los cuales muestran diferencias significativas en función de sus características individuales o laborales.

En un principio, la información obtenida señala la existencia de burnout en 22.1% de los docentes evaluados, que se manifiesta en mayor medida a través de la baja realización personal, seguida por el agotamiento personal y finalmente por la despersonalización. Si bien es cierto que el reporte de burnout no es elevado, sí resulta llamativo en la medida que la mayoría de los docentes presentó al menos una de las dimensiones con resultados problemáticos, lo que los pone en riesgo de desarrollar la sensación de estar quemado en la medida

que continúen expuestos a las condiciones que detonan el fenómeno; de hecho, comparativamente con otros estudios (Avey et al., 2010; Díaz et al., 2012; Gil-Monte, 2012; Hermosa, 2006; Wang et al., 2013), los resultados sugieren que entre los docentes del Caribe colombiano parece ir tomando terreno el reporte de burnout.

Una situación análoga se da con las problemáticas de salud mental, siendo la disfunción social la más acentuada o cuanto menos la más común, seguida de los problemas somáticos y la ansiedad e insomnio, sin embargo, a diferencia de lo reportado previamente (Gómez-Ortiz & Moreno, 2009), las manifestaciones depresivas —a excepción de un caso concreto— no tuvieron lugar entre la muestra estudiada.

Tanto el burnout como los problemas de salud mental mostraron un comportamiento llamativo en función de las características de los docentes, por un lado, se identificó que ambas variables muestran diferencias con relación al sexo y al estado civil. La condición sexual ha sido estudiada en diversas oportunidades reseñando una mayor tendencia entre las mujeres a ver afectada su capacidad de autoeficacia (baja realización profesional) y mayor intensidad de estrés por las cargas laborales, incluso, son quienes más afectación muestran ante la conducta disfuncional de los alumnos (Klassen & Chiu, 2010), en el caso de este estudio, nuestros datos señalan que los niveles de agotamiento emocional y de baja realización profesional son mayores entre las maestras, así como mayor tendencia a la somatización en comparación con los docentes hombres, mientras que estos tienden más a despersonalizarse, información muy cercana a la reseñada en la investigación internacional (Purvanova & Muros, 2010), de modo que nuestros datos refuerzan dicha evidencia.

Un sustrato similar se encuentra en el estado civil en tanto la información obtenida recalca el valor de contar con una relación sentimental estable pues las personas que la poseen muestran mejor desempeño frente a los fenómenos estudiados. Esta es una evidencia reiterada por la literatura (Figueiredo-Ferraz et al., 2013) y una de las explicaciones de mayor admisión radica en la posibilidad de acceder a medios de soporte y acompañamiento emocional prodigado por parte de la pareja y de la familia en general (Pas, Bradshaw, Hershfeldt, & Leaf, 2010), lo cual cobra fuerza en el presente estudio pues además de

la consabida diferencia frente al estado civil, también se halló un mejor rendimiento frente al burnout en quienes tenían familia conyugal (hijos), y a la par, quienes no tenían hijos mostraron más problemas de salud mental. Sin embargo, retomando la discusión del papel del estado civil, en honor a la objetividad debe decirse que la evidencia sigue sin ser concluyente pues existe disenso ofrecido por resultados como los de Díaz et al. (2012), quienes no identificaron diferencias entre quienes tienen o no pareja habitual, aunque con las limitaciones propias de la muestra empleada por su reducido tamaño.

Las condiciones relacionadas con el contexto sociolaboral también merecen una revisión; el tipo de contratación por ejemplo, mostró diferencias en el burnout siendo más elevado el reporte problemático entre los docentes con contratación a término fijo. Trabajar durante más de ocho horas diarias fue otro factor con resultados diferenciales para burnout y salud mental en comparación con los trabajadores que laboran menos de ese tiempo. Esta información sugiere que algunas condiciones laborales como la posible falta de percepción de estabilidad laboral producto de las condiciones contractuales puede afectar al docente al punto de relacionarse con la experiencia de desgaste profesional; carecer de seguridad en las condiciones contractuales puede inducir al surgimiento de temores respecto al futuro e incluso a la reducción del impacto que pueda tener el trazado de retos personales en el trabajo (Klassen & Chiu, 2010), así mismo, contar con una carga laboral elevada comúnmente se ha descrito como uno de los factores más relacionados con la reducción de la autoeficacia, incluso se ha indicado que en conjunto con otras variables (como la falta de organización en el plantel, las condiciones de gestión y rendición de cuentas, etc.) se asocia con altos niveles de estrés y problemas de salud física en el docente (Shernoff, Mehta, Atkins, Torf, & Spencer, 2011).

Por último, dentro del abanico de factores frente a los cuales hay diferencias significativas sobresale la experiencia de los trabajadores y la valoración de las relaciones con los compañeros. Frente a la primera variable no cabe duda que la falta de experiencia constituye un claro factor de riesgo frente al burnout y a problemas de salud mental asociados con el estrés laboral; los antecedentes señalan que los docentes más jóvenes y menos experimentados suelen ser más frecuentemente objeto

del agotamiento (Antoniou et al., 2006) mientras que los profesores con más experiencia suelen ser más autoeficaces (Klassen & Chiu, 2010). Por su parte, el clima laboral es un elemento muy importante en la medida que las percepciones generadas por parte del profesorado influyen en su nivel de satisfacción con el trabajo; en las mujeres por ejemplo, se ha descrito que la experiencia de burnout interfiere con el normal desempeño de sus relaciones sociales en el sitio laboral impactando además en su salud física (Shernoff et al., 2011). Una situación análoga se aprecia en nuestros datos en la medida que se registra aumento de los problemas de salud mental y burnout entre quienes tienen una menor valoración de las relaciones con los colegas, situación que además podría llegar a influir en el nivel de desempeño profesional en cuanto el juicio acerca de la calidad de las relaciones con los colegas es un elemento con injerencia en la forma como evalúan los docentes su escenario productivo y su actividad misma (Perry et al., 2005).

Resultados como los descritos ponen el énfasis de la discusión acerca de las condiciones laborales y su interacción con las características propias del trabajador docente en relación con el surgimiento de problemas psicoemocionales asociados con el trabajo, un tema de especial atención si se considera que el escenario productivo es quizá aquel en el que el individuo contemporáneo pasa la mayor parte de su tiempo diario y por tanto, es de esperarse una gran influencia sobre las condiciones de desarrollo de las personas. La sensación de desgaste profesional asociada con el servicio de asistencia o acompañamiento de otras personas merece toda la atención de parte de las organizaciones educativas e incluso desde el ámbito de los organismos nacionales con injerencia en el tema, puesto que son diversas las condiciones que hacen de los centros de formación un caldero de situaciones susceptibles de afectar la salud del docente, transformándose en una problemática general con implicaciones serias tanto para el bienestar del profesorado como para la calidad misma del proceso enseñanza-aprendizaje.

Referencias

- Álvarez, E., & Crespo, M. D. (1995). Morbilidad psiquiátrica en Atención Primaria: resultados de un estudio epidemiológico con el cuestionario GHQ-28

- de Goldberg. *Revista de Medicina de la Universidad de Navarra*, 40(1), 6-14.
- Antoniou, A. S., Polychroni, F., & Vlachakis, A. N. (2006). Gender and age differences in occupational stress and professional burnout between primary and high-school teachers in Greece. *Journal of Managerial Psychology*, 21(7), 682-690. <http://dx.doi.org/10.1108/02683940610690213>
- Ato, M., López, J.J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059.
- Avey, J., Luthans, F., Smith, R., & Palmer, N. (2010). Impact of the positive psychological capital on employee well-being over time. *Journal of Occupational Health Psychology*, 15, 17-28.
- Da Silva, L., Gil-Monte, P., De Fátima, R., & Bovi, G. (2013). Prevalência da síndrome de burnout em uma amostra de professores universitários brasileiros. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 26(4), 636-642.
- Díaz, F., López, A., & Varela, M. T. (2012). Factores asociados al síndrome de burnout en docentes de colegios de la ciudad de Cali, Colombia. *Universitas Psychologica*, 11(1), 217- 227.
- Esteras, J., Chorot, P., & Sandín, B. (2014). Predicción del burnout en los docentes: Papel de los factores organizacionales, personales y sociodemográficos. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 19(2), 79-92. doi: <http://dx.doi.org/10.5944/rppc.vol.19.num.2.2014.13059>
- Figueiredo-Ferraz, H., Gil-Monte, P., Ribeiro, B., & Grau-Alberola, E. (2013). Influence of a cognitive behavioural training program on health: A study among primary teachers. *Revista de Psicodidáctica*, 18(2), 343-356.
- Gantiva, C., Jaimes, S., & Villa, M. (2010). Síndrome de Burnout y estrategias de afrontamiento en docentes de primaria y bachillerato. *Psicología desde el Caribe*, 26, 36-50.
- Gastaldi, F., Pasta, T., Longobardi, C., Prino, L. E., & Quaglia, R. (2014). Measuring the influence of stress and burnout in teacher-child relationship. *European Journal of Education and Psychology*, 7(1), 17-28. doi: 10.1989/ejep.v7i1.149
- Gil-Monte, P. (2012). Riesgos psicosociales, estrés laboral y síndrome de quemarse por el trabajo (burnout) en docentes. En V. Mellado, L.J. Blanco, A.B. Borrachero & J.A. Cárdenas (Eds.). *Las Emociones en la Enseñanza y el Aprendizaje de las Ciencias Experimentales y las Matemáticas*. (pp. 19-41). Badajoz: Deprofe.
- Gil Monte, P., Carlotto, M., & Gonçalves S. (2011). Prevalence of burnout in a sample of Brazilian teachers. *European Journal of Psychiatry*, 25(4), 205-212.
- Goldberg, D.P., & Hillier, V.F. (1979). A scaled version of the general health questionnaire. *Psychological Medicine*, 9(1), 139-145. doi: <http://dx.doi.org/10.1017/S0033291700021644>
- Goldberg, D. P., Gater, R., Sartorius, N., Ustun, T. B., Piccinelli, M., Gureje, O., & Rutter, C. (1997). The validity of two versions of the GHQ in the WHO study of mental illness in general health care. *Psychological Medicine*, 27, 191-197.
- Gómez, R., Guerrero, E., & González-Rico, P. (2014). Síndrome de Burnout docente. Fuentes de estrés y actitudes cognitivas disfuncionales. *Boletín de Psicología*, 112, 83-99.
- Gómez-Ortiz, V. & Moreno, L. (2009). Factores psicosociales del trabajo (demanda-control y desbalance esfuerzo-recompensa), salud mental y tensión arterial: un estudio con maestros escolares en Bogotá, Colombia. *Universitas Psychologica*, 9(2), 393-407.
- Hermosa, A. (2006). Satisfacción laboral y síndrome de “burnout” en profesores de educación primaria y secundaria. *Revista Colombiana de Psicología*, 15(1), 81-89.
- Ibáñez, J., López, J., Márquez, A., Sánchez, N., Flórez-Alarcón, L., & Vera, A. (2012). Variables sociodemográficas relacionadas al síndrome de burnout en docentes de colegios distritales. *Psychologia. Avances en la Disciplina*, 6(2), 103-116.
- Institute for Health Metrics and Evaluation (2013). *The Global Burden of Diseases: Generating Evidence, Guiding Policy*. Seattle, WA: IHME.
- Jiménez, A. Jara, M. J., & Miranda, E. (2012). Burnout, apoyo social y satisfacción laboral en docentes. *Revista da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional*, 16(1), 125-134.

- Juárez, F., & Guerra, Á. (2011). Características socioeconómicas y salud en personas pobres y desplazadas. *Psicología: Teoría e Pesquisa*, 27(4), 511-519.
- Klassen, R. M., & Chiu, M. M. (2010). Effects on teachers' self-efficacy and job satisfaction: Teacher gender, years of experience, and job stress. *Journal of Educational Psychology*, 102(3), 741-756. <http://dx.doi.org/10.1037/a0019237>
- León, G. (2011). Los profesionales de secundaria, como factores de riesgo en el síndrome de Burnout. *Revista electrónica Educare*, 15(1), 177-191.
- Linares, O., & Gutiérrez, R. (2010). Satisfacción laboral y percepción de salud mental en profesores. *Revista Mexicana de Investigación en Psicología*, 2(1), 31-36.
- Lorente, L., Salanova, M., Martínez, I., & Schaufeli, W. (2008). Extension of the Job Demands-Resources model in the prediction of burnout and engagement among teachers over time. *Psicothema*, 20(3), 354-360.
- Martínez-Benlloch, I. (2003). Los efectos de las asimetrías de género en la salud de las mujeres. *Anuario de Psicología*, 34(2), 253-266.
- Marrau, C. (2004). El síndrome de Burnout y sus posibles consecuencias en el trabajador docente. *Fundamentos en Humanidades*, 5(2), 53-68.
- Maslach, C., & Jackson, S. (1986). Job burnout and effects. *Consulting Psychology*, 27, 89-97.
- Moreno, B., Meda, R., Rodríguez, A., Palomera, A., & Morales, M. (2006). El síndrome de burnout en una muestra de psicólogos mexicanos: prevalencia y factores sociodemográficos asociados. *Psicología y Salud*, 16(1), 5-13.
- Ortiz, M., Castelv, M., Espinoza, L., Guerrero, R., Lienqueo, P., Parra, R. et al. (2012). Tipos de personalidad y síndrome de burnout en educadoras de párvulos en Chile. *Universitas Psychologica*, 11(1), 229-239.
- Pas, E., Bradshaw, C., Hershfeldt, P., & Leaf, P. (2010). A multilevel exploration of the influence of teacher efficacy and burnout on response to student problem behavior and school-based service use. *School Psychology Quarterly*, 25(1), 13-27.
- Perry, C., Le May, N., Rodway, G., Tracy, A., & Galer, J. (2005). Validating a work group climate assessment tool for improving the performance of public health organizations. *Human Resources for Health*, 21, 3-10.
- Purvanova, R. K., & Muros J. P. (2010). Gender differences in burnout: A meta-analysis. *Journal of Vocational Behavior*, 77(2), 168-185.
- Restrepo-Ayalal, N., Colorado, G., & Cabrera, G. (2005). Desgaste emocional en docentes oficiales de Medellín. *Revista de Salud Pública*, 8(1), 63-73.
- Ríos, M.I, Godoy, C., & Sánchez-Meca, J. (2011). Síndrome de quemarse por el trabajo, personalidad resistente y malestar psicológico en personal de enfermería. *Anales de Psicología*, 27(1), 71-79.
- Shernoff, E. S., Mehta, T. G., Atkins, M. S., Torf, R., & Spencer, J. (2011). A qualitative study of the sources and impact of stress among urban teachers. *School Mental Health*, 3(2), 59-69.
- Stevens, M., & Higgins D. J. (2002). The influence of risk and protective factors on burnout experienced by those who work with maltreated children. *Children Abuse Review*, 11(5), 313-331.
- Tejada, P., & Gómez, V. (2012). Prevalencia y factores demográficos y laborales asociados al burnout de psiquiatras en Colombia. *Universitas Psychologica*, 11(3), 863-873.
- Wang, J., Zhang, D., & Jackson, L. (2013). Influence of self-esteem, locus of control, and organizational climate on psychological empowerment in a sample of Chinese teachers. *Journal of Applied Social Psychology*, 43(7), 1428-1435.
- Zhang, L., Zhao, J., Xiao, H., Zheng, H., Xiao, Y., Chen, M., & Chen, D. (2014). Mental health and burnout in primary and secondary school teachers in the remote mountain areas of Guangdong Province in the People's Republic of China. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 10, 123-130. doi: 10.2147/NDT.S56020