

# Aulas que enferman<sup>1</sup>

## *Class-rooms that cause illness*

*Susana Albanesi de Nasetta, Miguel De Bortoli y Sonia Tifner<sup>2</sup>*

### RESUMEN

El objetivo del presente trabajo fue investigar el síndrome de burnout en un grupo de docentes de varias escuelas de la ciudad de San Luis, Argentina. Se tomó una muestra total de 95 docentes, de los cuales 83 eran mujeres y 12 varones, a quienes se aplicó el Maslach Burnout Inventory. Los resultados ponen de manifiesto que los docentes más jóvenes alcanzan puntuaciones más elevadas en despersonalización que los docentes de mayor edad.

**Palabras clave:** Burnout; Estrés laboral; Despersonalización; Docentes.

### ABSTRACT

*This research explored the burnout syndrome in a group of teachers of different schools of San Luis, Argentina. A total sample of ninety teachers, from whom eighty-three were females and twelve males, was assessed through the Maslach Burnout Inventory. The results show that the young teachers reported higher scores in depersonalization than the older ones.*

**Key words:** Burnout; Work stress; Depersonalization; Teachers.

## INTRODUCCIÓN

El objetivo del presente trabajo fue investigar el síndrome de estrés laboral en docentes de la ciudad de San Luis, Argentina. Es necesario destacar que durante el año 2004 se llevó a cabo en dicha ciudad una reforma sustancial del estatuto docente, la que provocó un considerable malestar en este grupo de trabajadores que repercutió, por consiguiente, en los usuarios de los servicios de educación.

Desde hace muchos años el estatus del docente ha cambiado considerablemente; ya no es visto como una fuente de conocimiento y como un personaje respetado y reconocido socialmente, sino que su profesión está siendo desvalorizada en todos sus aspectos, sin reconocer que es quien brinda uno de los servicios más importante para el individuo ya que la educación es uno de los valores más significativos de cualquier sociedad.

Es por ello que se consideró importante conocer el estado en que se hallan tales docentes, quienes constituyen los pilares para el posterior desenvolvimiento en la vida de los educandos, por lo que también es fundamental la prevención de trastornos en este ámbito.

Desde su enunciación por Freudenberg (1974), el síndrome de burnout ha sido un concepto ampliamente empleado en la literatura científica sobre estrés laboral. Se le describe como un proceso que comienza con una carga emocional y su correspondiente tensión, que conduce al agotamiento del sujeto,

---

<sup>1</sup> El presente trabajo fue realizado en el marco de los Proyectos 428501 y 419501 de la Universidad Nacional de San Luis, Argentina.

<sup>2</sup> Facultad de Ciencias Humanas, Universidad Nacional de San Luis, Ejército de los Andes 950, 5700 San Luis, Argentina, correo electrónico: nasetta@unsl.edu.ar. Artículo recibido el 20 de febrero y aceptado el 15 de mayo de 2006.

quien comienza a exhibir conductas de distanciamiento y actitudes cínicas respecto de las personas que atiende, lo cual crea dudas con respecto a su competencia y realización personal.

Sin dejar de desconocer los múltiples factores organizacionales que propician contextos estresantes en el trabajo (Maslach, Schaufeli y Leiter, 2001), los investigadores están prestando cada vez más atención al enfoque que estudia las diferencias individuales en los trabajadores como factores protectores ante el estrés laboral, pues se observan notables variaciones en los niveles de estrés y depresión y en el número de bajas laborales entre dichos profesionales. Tales diferencias indican que no todos ellos sufren inevitablemente estrés laboral u otras consecuencias negativas producidas por el entorno laboral, lo que sugiere la existencia de factores no exclusivamente organizacionales que pueden ser importantes para reducir o incrementar los niveles de malestar o el estrés laboral.

En esta línea, algunas investigaciones apuntan a que los recursos personales y las variables emocionales y de personalidad del profesor desempeñan un importante papel en la explicación de sus niveles de estrés laboral (Fernández y Gómez, 2004; Taris, Peeters, Le Blanc, Schreurs y Schaufeli, 2001).

Hay varios trabajos sobre este problema; por ejemplo, el síndrome de burnout en docentes de educación primaria de la zona metropolitana de Guadalajara (México) fue abordado por Aldrete, Pando y Aranda (2002), quienes realizaron una investigación transversal y descriptiva en una muestra de maestros que trabajaban en 25 escuelas primarias de esa zona aplicando el Maslach Burnout Inventory (Maslach y Jackson, 1986), detectando que más de una cuarta parte de los entrevistados manifestaba agotamiento emocional, baja realización en el trabajo y despersonalización en su más alto nivel. Sus resultados muestran que el síndrome está determinado por tener más de una jornada de trabajo y que el sexo femenino manifiesta mayor agotamiento emocional, así como la percepción de que no es suficiente el tiempo para realizar las actividades como docentes. En España, Extremera y Fernández (2005) realizaron una investigación para relacionar la inteligencia emocional, la salud mental y el burnout en profesores de se-

cundaria, hallando que los profesores que obtuvieron mayores puntuaciones en la dimensión de manejo emocional exhibían mayor claridad emocional, mejor salud mental, mayor realización personal y, por ende, menores niveles de despersonalización. Estos resultados apoyan la diferencia conceptual entre la capacidad percibida de manejo emocional y la capacidad real de manejo emocional en situaciones cotidianas. Asimismo, el factor humano en la docencia de educación secundaria fue investigada por Flores (2001); en su estudio, participaron doce profesores de institutos catalanes, siendo la muestra de 165 docentes, cuya edad media fue de 40 años. La recogida de los datos se orientó a configurar un cuerpo de información acerca del desarrollo profesional de los docentes en referencia a sus circunstancias personales, sus actitudes hacia la profesión, la formación realizada, la eficacia percibida, las fuentes de estrés y su forma de afrontarlas. Los resultados demuestran que las fuentes de estrés cambian a lo largo de la carrera docente; así, en el caso de los docentes jóvenes, fueron los alumnos y las condiciones laborales, mientras que los docentes más experimentados señalaron como fuente de estrés el entorno social.

En Francia, Jaoul y Kovess (2000) realizaron una investigación en una muestra de 6,650 personas de la población general, de las cuales 3,856 eran docentes. Pudieron detectar que los docentes no mostraban mayores tasas de morbilidad psiquiátrica que la población general, excepto en el caso de las mujeres cuyas edades estaban comprendidas entre 50 y 65 años, quienes manifestaron una tasa de depresión (episodios actuales o pasados) mayor que las mujeres de igual franja etárea de la población general (11.1 vs. 4.5%). Los autores señalan que los docentes se autoevalúan como estresados, pero es difícil compararlos con otros profesionales, pues el sentirse estresado no constituye en sí mismo una enfermedad.

La prevalencia del síndrome de burnout en los maestros fue estudiada también por Cordeiro, Guillén, Gala y cols. (2003), quienes se centraron en la búsqueda del grado de salud laboral del profesor a través del estudio de los niveles de burnout y depresión, e intentaron vislumbrar cómo influyen las variables sociopersonales, las relacionadas con

la experiencia docente y las contextuales, es decir, los factores a los que el profesor atribuye su malestar. Los resultados indican una alta prevalencia del síndrome de burnout (41%) y depresión (25%) en docentes de nivel primario de la zona educativa de la bahía de Cádiz, siendo los sujetos que alcanzaban los índices más elevados del síndrome quienes manifestaron un mayor grado de depresión.

## MÉTODO

### Muestra

El presente trabajo fue de tipo exploratorio, transversal y no experimental, para el cual se utilizó una muestra de 95 docentes (83 mujeres y 12 varones) que cumplían sus funciones en diferentes escuelas pertenecientes a los niveles EGB1, EGB2 y EGB3 del sistema educativo vigente en la provincia citada.

### Instrumento

Para evaluar el síndrome de burnout se administró el Maslach Burnout Inventory (MBI) de Maslach y Jackson (1986). Éste consta de 22 ítems que evalúan tres variables del síndrome de estrés laboral: cansancio emocional (CE), despersonalización (DP) y falta de realización personal (RP).

Si bien este cuestionario fue elaborado inicialmente para el área de la salud, posteriormente se han realizado adaptaciones para otro tipo de profesionales. La escala ha sido adaptada mediante una versión experimental española a partir de la edición original de 1986 de Maslach y Jackson. La traducción española del MBI fue la que se aplicó en la presente investigación en forma autoadministrada.

Iwianicki y Schawab (1981) y Gold (1984) probaron la validez factorial de esta versión del MBI. Los valores de alfa de Cronbach fueron .90 para agotamiento emocional, .76 para despersonalización y .76 para realización personal.

Dicho cuestionario fue aplicado de manera individual en diferentes escuelas de la ciudad cita-

da. Se obtuvo la colaboración voluntaria espontánea de cada uno de los docentes luego de la explicación hecha por los autores del presente trabajo.

### Procedimiento estadístico

Se procedió a extraer la media y desviación estándar (M y DE) de las diferentes escalas que componen el MBI y otras variables tenidas en cuenta, como edad y tiempo de antigüedad que tenían los integrantes de la muestra.

Con el propósito de comprobar si había diferencias significativas en las puntuaciones obtenidas en las escalas del cuestionario atribuibles a la edad de las personas que componían la muestra, se consideraron dos grupos etáreos: de 25-45 años y de 46-60 años.

Se tuvo en cuenta el tiempo de antigüedad en la docencia de los integrantes de la muestra, el cual se dividió asimismo en dos grupos: de 2-20 años y de 21-39 años.

Con el mismo fin, se comparó el género de los integrantes de la muestra: hombres y mujeres. Se procedió a aplicar la prueba no paramétrica de Mann-Whitney para muestras independientes.

A fin de constatar la existencia de algún tipo de asociación entre las variables nominales y las diferentes escalas del MBI, se aplicó un análisis de la varianza.

Las variables nominales que se tuvieron en cuenta fueron: estado civil (casados o en pareja y solteros o viudos), hijos (si los integrantes de la muestra tenían o no hijos) y turnos (si cumplían turnos de trabajo doble –es decir, mañana y tarde– o simple, si sólo cumplían horario matutino o vespertino).

## RESULTADOS

En primer término se presentan las medias y desviaciones estándar de cada uno de los grupos de edad y tiempo de antigüedad en la docencia de los integrantes de la muestra en los puntajes obtenidos en las escalas del MBI.

**Tabla 1.** M y DE de las puntuaciones obtenidas en el MBI (Grupo total = 95).

Variable	N	Mínimo	Máximo	M	DE
Edad 1	46	25.00	45.00	38.18	5.75
Edad 2	49	46.00	62.00	54.44	4.02
T. Antig. 1	66	1.00	20.00	13.04	5.76
T. Antig. 2	29	22.00	45.00	27.79	5.34
CE	95	1.00	52.00	18.76	10.53
DP	95	1.00	20.00	5.85	4.99
RP	95	20.00	48.00	37.38	7.71

En la Tabla 2 se muestran las M obtenidas en los subgrupos de edad tenidos en cuenta: Edad 1 (25-45 años) y Edad 2 (46-60 años), así como los

resultados de la aplicación de la prueba de Mann-Whitney.

**Tabla 2.** Valores de Mann-Whitney obtenidos en las diferentes escalas del MBI en cada grupo etáreo: Edad 1 (N = 45) Edad 2 (N = 50).

Escala	Edad	N	Medias de rango	Sig.
CE	1	45	47.90	0.97
	2	50	48.09	
DP	1	45	54.53	0.02
	2	50	42.12	
RP	1	45	46.38	0.58
	2	50	49.46	

Se hallaron diferencias estadísticamente significativas en la variable DP (despersonalización), donde los docentes cuyas edades estaban comprendidas entre los 25 y 45 años exhibieron las puntuaciones más elevadas.

En la Tabla 3 se presentan las M obtenidas en los subgrupos que se tuvieron en cuenta en relación a la antigüedad laboral: Tiempo de Antigüedad 1 (2-20 años) y Tiempo de Antigüedad 2 (21-39 años), y asimismo los resultados de aplicar la prueba de Mann-Whitney para muestras independientes.

**Tabla 3.** Valores de Mann-Whitney obtenidos en las diferentes escalas del MBI en cada grupo de antigüedad laboral: Antigüedad 1 (N = 66), Antigüedad 2 (N = 29)

Escala	Antigüedad	N	Medias de rango	Sig.
CE	1	66	47.15	0.65
	2	29	49.93	
DP	1	66	50.52	0.17
	2	29	42.26	
RP	1	66	47.53	0.80
	2	29	49.07	

No hubo diferencias estadísticamente significativas entre los docentes con diferentes tiempos de antigüedad laboral tenidos en cuenta en la presente muestra.

En la tabla 4 se presentan los valores de Mann-Whitney obtenidos en las escalas del MBI, según el género de los integrantes de la muestra.

**Tabla 4.** Valores de Mann-Whitney entre las puntuaciones obtenidas en las escalas del MBI según el género. Hombres (N=12) y Mujeres (N=83).

Escala	Género	N	Medias de rango	Sig.
CE	1	12	49.29	0.86
	2	83	47.81	
DP	1	12	51.38	0.64
	2	83	47.51	
RP	1	12	38.46	0.19
	2	83	49.38	

No se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre el grupo de hombres y el de mujeres en las diferentes variables del MBI.

En la Tabla 5 se muestran los resultados obtenidos de la aplicación del análisis de varianza

para analizar la relación existente entre las puntuaciones del MBI y las variables nominales tenidas en cuenta en el presente trabajo: estado civil, hijos y turnos.

**Tabla 5.** Análisis de varianza del grupo total (N = 95).

VARIABLES NOMINALES	CE	DP	RP
Estado civil	0.42	0.28	0.490
Hijos	0.67	0.39	0.140
Turnos	0.98	0.81	0.007

Hubo diferencias con significación estadística en la variable de realización personal, presentando los docentes que cumplen doble turno de trabajo las puntuaciones más elevadas; no se encontraron diferencias significativas en las demás variables nominales tenidas en cuenta.

## DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos en el presente estudio mediante la aplicación del MBI y el posterior procesamiento estadístico de los datos se compararon con los resultados obtenidos por Seisdedos (1986) en muestras estadounidense y española, respectivamente.

En la muestra con la que se trabajó se pudo detectar que, con respecto a la muestra estadounidense de docentes de enseñanza primaria y media, las puntuaciones medias en las variables del cuestionario aplicado fueron menores en cansancio emocional y despersonalización y mayores en realización personal.

Cuando se realizó la comparación de la muestra local con la muestra española de docentes, se pudo detectar que las puntuaciones obtenidas en la presente muestra fueron menores en cansancio

emocional y realización personal y mayores en despersonalización.

En la presente muestra se pudo detectar que los docentes más jóvenes, cuyas edades estaban comprendidas entre 25 y 45 años, alcanzaron puntuaciones más elevadas en despersonalización que los docentes de mayor edad. Esto se relaciona con una respuesta impersonal y fría hacia los receptores de los servicios, que en este caso eran los alumnos. Al respecto, Flores (2001) encontró en una investigación realizada con profesores catalanes que las fuentes de estrés laboral de los docentes más jóvenes se relacionaban con el contacto con los alumnos y las condiciones laborales.

Cuando en este estudio se compararon los años de antigüedad en la docencia, si bien no hubo diferencias estadísticas entre ambos grupos, fue posible detectar que la media de rangos de despersonalización de los docentes con menos años de antigüedad en su trabajo fueron más elevadas. Al respecto, Aldrete y cols. (2002) hallaron en un estudio hecho con docentes de Guadalajara (México) que una de las variables que se asocian al síndrome de burnout es la antigüedad en el trabajo.

Cuando se realizó la comparación entre las escalas del MBI en relación con el género de los integrantes de la muestra, no se registraron diferencias

significativas, pero cabe destacar que en la presente muestra el número de mujeres fue mayor que el grupo de hombres, lo que pone de manifiesto que la docencia sería una elección más frecuente en mujeres.

Seisdedos (1986), en relación con este tópico, pudo detectar una pequeña diferencia en cuanto a la escala de despersonalización, en la que los hombres obtienen puntuaciones más elevadas que las mujeres; dicho autor plantea que esta pequeña diferencia no debe ser considerada de importancia como otras variables para predecir el síndrome de burnout o del "quemado".

Cuando se analizaron los datos obtenidos al establecer la relación entre las puntuaciones del MBI y las diferentes variables que se tuvieron en cuenta en el presente estudio, se pudo notar que los docentes que cumplían doble turno de trabajo obtuvieron puntuaciones más elevadas en realización personal. Estos resultados son opuestos a los hallados en la investigación realizada por Aldrete y cols. (2002), quienes consideran que el tener más de una jornada de trabajo se asocia al síndrome de burnout. En un país como Argentina, el índice de desocupación elevado y la gran cantidad de trabajo "en negro" (sin aportes a obra social ni jubilación) hacen que tener dos trabajos "en blanco" pueda ser un motivo de realización personal.

Los resultados obtenidos en la presente investigación deben alertar sobre la necesidad de dignificar la profesión docente, lo que implica reconocer las dificultades que presenta la institución escolar y el riesgo laboral al que se encuentran expuestos los profesionales de la enseñanza.

El estudio aquí reportado muestra que la enseñanza en otras profesiones que ofrecen servicios directos a sus clientes es una ocupación que está sometida a fuertes presiones y, por consiguiente, a situaciones estresantes, "frente al idílico mito del docente, entendido como vocación, en un ambiente de reconocimiento social con objetivos claros y con recursos adecuados" (Villanueva, 2000).

En la actualidad, los docentes, en su gran mayoría, paralelamente a su labor cotidiana, deben ayudar u orientar a sus alumnos en forma individual o colectiva, por lo que pasan a cumplir funciones de apoyo, a lo que deben sumarse las exigencias que la sociedad impone al docente, tales como la vocación de servicio, la solidaridad y el amor a sus alumnos y a la institución de la que es parte. Por esto, sería importante crear condiciones para que los docentes puedan mejorar su calidad de vida en el trabajo y acrecentar una formación que les permita afrontar las situaciones de estrés para evitar la aparición de diversas enfermedades producidas por el estrés crónico. Todo esto será posible si se elaboran políticas integradas que tiendan a atraer a hombres y mujeres motivados a desempeñar el compromiso de educar.

El presente estudio ha sido de tipo transversal, es decir se ha evaluado el síndrome de burnout en una sola ocasión y en una sola muestra, por lo que sería de gran importancia realizar estudios longitudinales de seguimiento durante varios períodos de tiempo, lo que permitirá obtener información sobre sucesivas fases del mencionado síndrome.

## REFERENCIAS

- Aldrete R., M., Pando M., M. y Aranda B., C. (2002). *El síndrome de burnout en docentes de educación primaria de la zona metropolitana de Guadalajara*. Guadalajara (México): Instituto Regional de Investigación en Salud Pública de la Universidad de Guadalajara. Disponible en línea: [www.smsp.org.mx](http://www.smsp.org.mx).
- Cordeiro C., J., Guillén G., C., Gala L., F., Lupiani J., M., Benítez G., A. y Gómez S., A. (2003). Prevalencia del síndrome de burnout en los maestros. Resultados de una investigación preliminar. *Psiquiatría.Com*, 7(1). Disponible en línea: <http://www.psiquiatría.com/articulos/estrés/11393>.
- Extremera P., N. y Fernández B., P. (2005). Examen de las relaciones entre inteligencia emocional, salud mental y burnout en profesores de secundaria: un estudio piloto. *6º Congreso Virtual de Psiquiatría*. Disponible en línea: <http://www.psiquiatría.com/articulos/estrés/20375>.
- Fernández C., J. y Gómez B., J. (2004). Influencia de la inteligencia emocional percibida en el estrés laboral de enfermería. *Ansiedad y Estrés*, 10, 29-41.
- Flores R., D. (2001). *El factor humano en la docencia de educación secundaria: un estudio de la eficacia docente y estrés a lo largo de la carrera profesional*. Tesis doctoral. Barcelona: Universitat Autònoma de Barcelona.

- Freudenberger, H. (1974). Staff burn-out. *Journal of Social Issues*, 30, 159-169.
- Gold, Y. (1984). The factorial validity of the Maslach Burnout Inventory in a sample of California elementary and juniors high school classroom teachers. *Educational and Psychological Measurement*, 42, 1141-1151.
- Iwianicki, E. y Schawab, R. (1981). A cross validation study of Maslach Burnout Inventory. *Educational and Psychological Measurement*, 41, 1167-1174.
- Jaoul, D. y Kovess, D. (2000). *El burnout en los docentes*. Disponible en línea: [www.intramed.net/actualidad/art](http://www.intramed.net/actualidad/art).
- Maslach, C. y Jackson, S. (1986). *Maslach Burnout Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Maslach, C., Schaufeli, W.B. y Leiter, M.P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397-422.
- Seisdedos, N. (1986). *Inventario de Burnout de Maslach. Síndrome del "quemado" por el estrés laboral asistencial*. Madrid. TEA.
- Taris, T.W., Peeters, M.C.W., Le Blanc, P.M., Schreurs, P.J.G. y Schaufeli, W.B. (2001). From inequity to burnout: the role of job stress. *Journal of Occupational Health Psychology*, 6, 303-323.
- Villanueva, A. (2000). Desgaste emocional, estrategias de afrontamiento y trastornos psicofísicos en profesionales de la enseñanza. *Boletín de Psicología*, 50, 37-52.