


FACTORES DE ESTRÉS EN DOCENTES UNIVERSITARIOS Y PRESENCIA DE SÍNDROME DE BURNOUT

 Marta Guadalupe Paniagua Cienfuegos¹

INTRODUCCIÓN

Al discutir temas como el estrés y el síndrome de burnout se deben tomar en cuenta una serie de elementos y condiciones relacionadas a estas situaciones, especialmente al referirse a una profesión como la de docente a nivel universitario; sobre este tema existe una serie de investigaciones como un artículo realizado por la Universidad Pedagógica de El Salvador titulado “Impacto de las alteraciones psicosociales en la población docente de educación superior de el Salvador en 2012”. El estrés es una enfermedad que se encuentra presente en todas las profesiones, en unas más que en otras, teniendo presencia más en aquellas profesiones en las cuales se tiene contacto con otras personas, como la docencia. Los docentes están expuestos a muchos factores que pueden aumentar sus niveles de estrés, desde factores internos como la personalidad o externos como el ambiente de trabajo. Al detectar la presencia de altos niveles de estrés en un docente se está a la puerta de caer en el síndrome de burnout, ya que muchos autores sostienen que un estrés laboral crónico y mantenido puede ser causa de este síndrome. El objetivo de este estudio fue detectar la presencia de estrés y síndrome de burnout en docentes de la Universidad Técnica Latinoamericana.

METODOLOGÍA

La metodología sobre la cual se trabajó fue principalmente cualitativa; descriptiva en cuanto a que se tomaron en cuenta las características sociodemográficas, laborales y grado de desgaste profesional del personal docente. El estudio se realizó bajo el modelo de investigación-acción, el cual busca llevar a cabo un proceso reflexivo que permita tomar acciones y generar condiciones de mejora para los docentes. La muestra fue de 40 docentes: 7 de planta y 33 horas clases.

Los instrumentos utilizados fueron:

Escala sintomática de estrés. El conjunto de síntomas es tomado de una prueba del Instituto del Seguro Social Mexicano, el cual es adaptado del Cuestionario de Problemas Psicosomáticos (o CPP); consta de 12 ítems que fueron analizados por medio de la escala por ellos proporcionada.

¹ Docente investigadora, Universidad Técnica Latinoamericana. marta.paniagua@utla.edu.sv, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1246-596X>

Inventario de estrés para maestros. Desarrollado por Gregory J. Boyle en 1979, consiste de 19 ítems, adaptado para docentes universitarios.

Inventario de Burnout de Maslach (MBI). Es una adaptación del Inventario de Burnout de Maslach, en su forma para docentes. Consiste de 22 ítems.

RESULTADOS

Los resultados en el análisis de los instrumentos demostraron que los docentes tienen una percepción del estrés diferente al estrés reflejado por la prueba, como se puede ver en la siguiente gráfica.

Figura 1. Nivel de estrés percibido y nivel de estrés real de los docentes

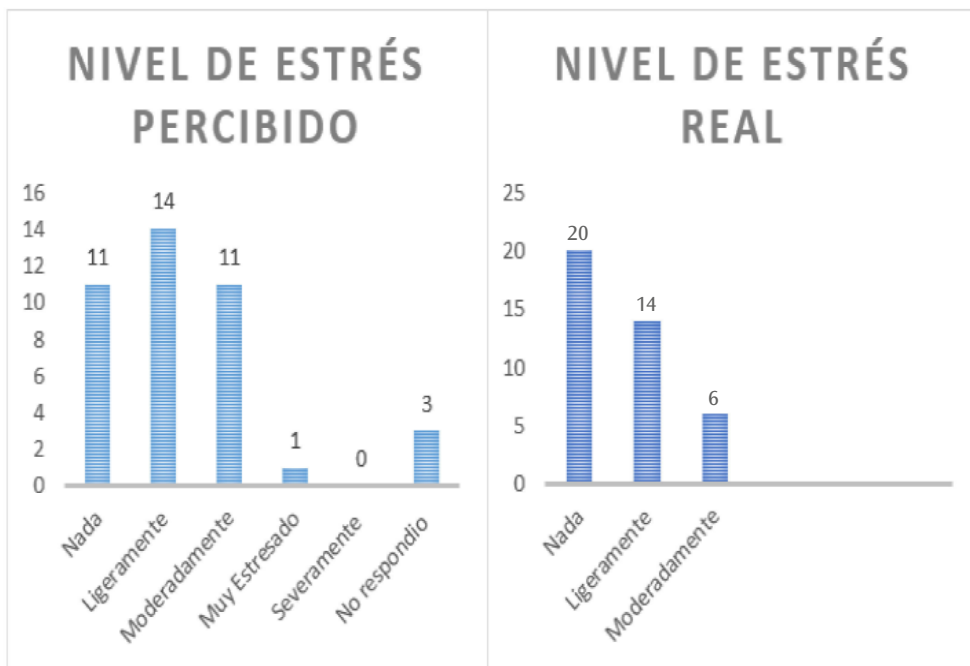


Tabla 1. Nivel de estrés percibido

	Nivel de estrés percibido	
Nada	11	27 %
Ligeramente	14	35 %
Moderadamente	11	27 %
Muy estresado	1	3 %
Severamente	0	0 %
No respondió	3	8 %
Total	40	100 %

Tabla 2. Nivel de estrés real

	Nivel de estrés real	
Nada	20	50 %
Ligeramente	14	35 %
Moderadamente	6	15 %
Total	40	100 %

La investigación dio como resultado una tabla de factores estresores para los docentes:

Tabla 3. Factores estresores para los docentes

Orden de importancia	Estresores
1	Programas mal definidos o poco detallados
2	Mucho trabajo para hacer
3	Responsabilidad con los estudiantes (con los resultados en los parciales, entre otros)
4	Salario inadecuado
5	Estudiantado difícil
6	Trabajo burocrático o administrativo (llenar informes, reuniones)
7	Déficit de recursos materiales, escasez de equipo o de facilidades para el trabajo
8	Comportamiento descortés o irrespetuoso de los estudiantes
9	Pobre disposición al trabajo por parte de los estudiantes
10	Falta de reconocimiento al buen trabajo
11	Tener un estudiantado numeroso
12	Introducción de cambios en el sistema de enseñanza
13	Pobres perspectivas de promoción profesional
14	Falta de tiempo para atender a los estudiantes individualmente
15	Bullicio de los estudiantes
16	Periodos de receso muy cortos o insuficientes
17	Presiones de los supervisores
18	Actitudes y comportamientos de otros docentes o conflictos con colegas
19	Mantener la disciplina en la clase

CONCLUSIONES

De todo lo expuesto se concluye:

1. Que el estrés laboral puede ser prevenido desde distintos ámbitos y niveles.
2. Los docentes deben ser conscientes de su capacidad de manejo positivo de las situaciones de tensión.
3. Las universidades son responsables de prevenir y detectar disfunciones laborales, disponer de protocolos eficaces y velar por su correcto cumplimiento.
4. Que los docentes de la Universidad Técnica Latinoamericana no presentan niveles altos de estrés y por consiguiente no hay presencia del síndrome de burnout.

FUENTES CONSULTADAS

1. Leka S, Griffiths A, Cox T. La organización del trabajo y el estrés. Serie protección de la salud de los trabajadores, n.º 3 [Internet]. Ginebra, Suiza: Organización Mundial de la Salud; 2004 [citado 2018 Jun]. 37 p. Disponible en: <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/42756/9243590472.pdf?sequence=1>
2. Psicología y Mente [Internet]. [Lugar de publicación desconocido] Psicología y Mente. Burnout (Síndrome del Quemado): cómo detectarlo y tomar medidas; 2015 May 26 [citado 2018 Jun]; [aproximadamente 12 p.] Disponible en: <https://psicologiaymente.com/organizaciones/burnout-sindrome-del-quemado>
3. Azcona Castellot JR, Guillén Subirán C, Meléndez López A, Pastrana Jiménez JI; Iniesta Álvarez A, coordinador. Guía sobre el manejo del estrés desde Medicina del Trabajo [Internet]. Barcelona, España: Sans Growing Brands; 2016 [citado 2018 Jun]. 76 p. Disponible en: <https://www.sesst.org/wp-content/uploads/2019/02/guia-manejo-estres-medicina-trabajo.pdf>
4. Ruiz Torres JA. El bienestar emocional del docente. Revista de Educación Inclusiva [Internet]. 2016 Jun [citado 2018 Jun];9(2):183–94. Disponible en: <https://revistaeducacioninclusiva.es/index.php/REI/article/view/59/54>
5. Paniagua Serrano FG. Anuario de Investigación 2014 – Universidad Evangélica de El Salvador [Internet]. San Salvador, El Salvador: Editorial UEES; 2014. Relación entre el estrés laboral y la calidad de vida asociada con la salud del personal contratado a tiempo completo en una institución de educación superior del Área Metropolitana de San Salvador [citado 2018 Jun]. 42 p. Disponible en: <https://dsuees.uees.edu.sv/server/api/core/bitstreams/32ef28df-0286-457a-a8bb-c7f975d4b2bb/content>

