

**EVALUAR LOS NIVELES DE ESTRÉS LABORAL (BURNOUT) EN DOCENTES
DE LA BÁSICA SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA RAFAEL
POMBO –SEDE ANTONIO NARIÑO DE LA CIUDAD DE POPAYÁN**

RUBY CASTAÑO HERNÁNDEZ



**FUNDACIÓN UNIVERSITARIA DE POPAYÁN
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS
TRABAJO SOCIAL
NOCTURNA
POPAYÁN
2021**

**EVALUAR LOS NIVELES DE ESTRÉS LABORAL (BURNOUT) EN DOCENTES
DE LA BÁSICA SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA RAFAEL
POMBO –SEDE ANTONIO NARIÑO DE LA CIUDAD DE POPAYÁN**

RUBY CASTAÑO HERNÁNDEZ

Trabajo de grado para optar por el título de Trabajadora Social

Asesor

MG. MARÍA CRISTINA DURÁN LÓPEZ



**FUNDACIÓN UNIVERSITARIA DE POPAYÁN
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS
TRABAJO SOCIAL
NOCTURNA
POPAYÁN**

CONTENIDO

	Pág.
RESUMEN	5
INTRODUCCIÓN	6
1 OBJETIVOS	8
1.1 OBJETIVO GENERAL	8
1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	8
2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	9
2.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA	9
3 JUSTIFICACIÓN	12
4 MARCO TEÓRICO	15
4.1 A NIVEL INTERNACIONAL	15
4.1.1 El Burnout y la OMS.	17
4.1.2 El Burnout desde la salud.	17
4.1.3 Estrés desde la perspectiva psicosocial.	18
4.1.4 Estrés de los docentes.	20
4.1.5 Investigaciones acerca de las fuentes del Burnout.	21
4.2 NIVEL NACIONAL	23
4.2.1 El Trabajo Social y los docentes frente al Burnout.	24
5 METODOLOGÍA	26
5.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN	26
5.2 MÉTODO DE INVESTIGACIÓN	26
5.2.1 VARIABLES DE LA INVESTIGACIÓN	28
5.3 INSTRUMENTOS DE DESARROLLO DEL PROYECTO	29
6 RESULTADOS	32
6.1 CUESTIONARIO SOCIO-DEMOGRAFICO	32

6.2 CUESTIONARIO DE BURNOUT DE MASLACH PARA DOCENTES (MBI-Ed)	32
6.2.1 AGOTAMIENTO EMOCIONAL	32
6.2.2 DESPERSONALIZACION	33
6.2.3 REALIZACION PERSONAL	33
6.3 ESTRESORES	34
7 ANALISIS DE RESULTADOS	35
8 CONCLUSIONES	39
9 RECOMENDACIONES	40
1. BIBLIOGRAFÍA	41
2. ANEXOS	46

LISTA DE ANEXOS

	Pág.
Anexo A. Encuesta sociodemográfica para docentes de la educación media de la Institución Educativa Rafael Pombo de la ciudad de Popayán año 2021	46
Anexo B. Cuestionario de Burnout de Maslach para docentes (MBI – Ed)	48
Anexo C. Escala de estresores en docentes en tiempos de pandemia	50
Anexo D. Consentimiento informado	52

RESUMEN

Palabras clave: Burnout, docencia, clases presenciales, clases virtuales.

Cuando el docente es superado por un estrés prolongado se puede decir que empezó a padecer el síndrome de burnout (SQT) que consiste en sufrir agotamiento emocional, despersonalización, y bajo logro o realización personal.

Los docentes de la Institución Educativa Rafael Pombo constituyen una población con mayor vulnerabilidad al síndrome de burnout por las condiciones adversas con las que desarrollan su labor.

El objetivo general de este trabajo es mediante unas encuestas, medir el grado de burnout, que pueda estar afectando al docente, también realizar un análisis del grado de prevalencia que puedan tener ciertos estresores,

Es importante establecer esta información a raíz de que la OMS declaró el burnout como enfermedad laboral y a partir del primero de enero del 2021 todos los entes de salud deben tenerla en cuenta.

Mediante una metodología para lo cual se adoptará una investigación de tipo cualitativa con el fin de analizar los resultados de las encuestas aplicadas a encuestas. Asimismo, se desarrollará un modelo de gestión de casos por medio del cual se determine el rol de trabajador social en la comunidad educativa con Burnout. Ya que los datos recogidos describen la prevalencia del Burnout en la muestra estudiada en un momento preciso y relacionando así, la práctica del trabajador social en dicho caso. Para tal medición se utilizará como herramienta la tabla de encuesta de la doctora Cistina Maslach (BMI) también se hará uso la tabla de Peiró (2005) con la finalidad de medir la prevalencia de los estresores que los están afectando.

INTRODUCCIÓN

En el presente trabajo investigativo se realizará un análisis a un grupo de docentes de básica secundaria de la Institución Educativa Rafael Pombo sede Antonio Nariño de la ciudad de Popayán en el Cauca, que, en razón de la pandemia decretada por el COVID19, vivieron un cambio en el manejo de sus clases de la modalidad presencial donde el docente gestiona los procesos de aprendizaje de los alumnos dentro del aula, a la modalidad virtual, la cual los conllevó a una superposición de espacios con otros miembros de la familia y tareas que se acumulan, frente a el cambio de logística, y pedagogía o sea la forma de encontrar nuevas maneras de enseñar, tecnologías, rediseñando clases a distancia y los cambios socio afectivos acompañados de sentimiento de soledad ya que se encuentran aislados en el proceso de aprendizaje y de cómo enfrentan esa adaptación, ya que en el ejercicio de la docencia existen muchos factores que repercuten en las condiciones de trabajo, lo cual les genera altos niveles de estrés.

Lo anterior, ha provocado en los docentes, entre otras situaciones, experimentar niveles de estrés superiores a sus capacidades, produciendo afectación en su bienestar y disfrute de la cotidianidad, manifestando síntomas y alteraciones en su salud.

El estrés del docente puede ser definido como la experiencia de las funciones negativas o desagradables tales como el enfado, frustración ansiedad, depresión, nerviosismo que resultan de un aspecto de trabajo que va acompañado de cambios físicos Y bioquímicos, hiperactividad, perdida de energía física, trastornos de ansiedad, daño primario y como último una muerte prematura. Como resultado de un estrés prolongado se puede llegar a burnout o SQT (estar quemado por el trabajo), en el docente con síntomas a nivel emocional como (irritabilidad, ansiedad,

sobre todo en el trabajo, frustración, aburrimiento, dificultades a nivel afectivo (familia, pareja, compañeros y estados depresivos).

Debido al exceso de trabajo, la reducción del tiempo libre y no menos importante, la afectación de la salud por el incremento del estrés.

Por otro lado, están las dificultades que afrontan los estudiantes por el mismo motivo, que son de múltiple orden y repercuten negativamente en la labor desarrollada por los docentes; ya que de forma presencial y virtual existe una interdependencia en la interacción de estos actores; sumado a la diferencia en el nivel de maduración y el desarrollo cognitivo que hace más difícil para los estudiantes, comprender y practicar con el cambio de sistema a la educación virtual; por cuanto, ésta requiere habilidades y cualidades como la disciplina, la auto regulación, la autonomía y el compromiso para poder empoderarse de su propio proceso de aprendizaje.

Lo anterior, ha provocado en los docentes, entre otras situaciones, experimentar niveles de estrés superiores a sus capacidades, produciendo afectación en su bienestar y disfrute de la cotidianidad, manifestando síntomas y alteraciones en su salud.

1 OBJETIVOS

1.1 OBJETIVO GENERAL

Evaluar los niveles de estrés laboral (síndrome de Burnout) en profesores de básica secundaria de la Institución Educativa Rafael Pombo – sede Antonio Nariño de la ciudad de Popayán, como efecto del cambio de modalidad presencial a la modalidad virtual.

1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Caracterizar la población de educadores de la básica secundaria de la Institución Educativa Rafael Pombo – sede Antonio Nariño de la ciudad de Popayán en el año 2021
- Identificar los factores estresores que afectan la salud de los docentes de la básica secundaria de la Institución Educativa Rafael Pombo – sede Antonio Nariño de la ciudad de Popayán en el año 2021.
- Determinar estrategias desde el Trabajo Social para abordar el síndrome de Burnout en los docentes de la básica secundaria de la Institución Educativa Rafael Pombo – sede Antonio Nariño de la ciudad de Popayán en el año 2021

2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

¿Qué efectos genera en su vida personal, familiar y social, el síndrome de Burnout generado por el cambio de educación de modalidad presencial a modalidad virtual, en profesores de básica secundaria de la Institución Educativa Rafael Pombo – sede Antonio Nariño de la ciudad de Popayán, en el año 2021?

2.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

La docencia actualmente es reconocida como una profesión altamente estresante, dado que el personal docente debe enfrentarse a un sinnúmero de actividades que rebasan sus capacidades; ejemplo de ello son las problemáticas que deben de atender el día a día al interior de la institución educativa y su trabajo pedagógico. Así las cosas, también se enfrentan a las variables cognitivas, meta cognitivas, motivacionales y conductuales¹ del estudiante como la falta de disciplina, bajo nivel de aprendizaje, incompreensión en sus hogares; además, la búsqueda de su identidad, son situaciones que conlleva a que los adolescentes busquen el apoyo de los docentes y a éstos a la interacción con las diferentes problemáticas expuestas por el estudiante, porque generalmente, ellos vienen de hogares disfuncionales.

A raíz de la emergencia sanitaria desencadenada por el virus de Covid 19, se originó el confinamiento en los hogares, ocasionando que en el personal docente se incrementaron tareas a través de las tecnologías de la comunicación y de la información (TIC's), manejo de plataformas e inicio de sesiones virtuales para dar continuidad al calendario académico, actividades para las cuales los docentes no

¹ SUÁREZ RIVEIRO, José Manuel; ANAYA NIETO, Daniel. Educación a distancia y presencial: diferencias en los componentes cognitivo y motivacional de estudiantes universitarios. En: RIED, Revista Iberoamericana de Educación a Distancia, [S.l.], 2004, vol. 7, no. 1-2, p. 65–75, 2004. Disponible en: <http://revistas.uned.es/index.php/ried/article/view/1075/991>

estaban suficientemente capacitados, lo cual llevó a que éstos se capacitaran de manera intensiva y acelerada sobre el uso de las Tics y adaptarse a ellas para así, dar cumplimiento a lo requerido.

Los cambios para los docentes se han evidenciado en aspectos como la formación tecnológica, el aumento en el tiempo para preparar clases, la atención a los padres de familia, la reducción del tiempo libre, la colisión entre las esferas laboral y privada, entre otras. Lo que para los docentes ha significado la afectación de la salud en la parte emocional y física que les está generando un gran estrés, influyendo negativamente en la relación entre el individuo y el entorno, y que desborda sus recursos debido a la demanda de tareas y, por ende, roles interpersonales que ponen en peligro el bienestar familiar generando conductas agresivas y depresivas.

La falta de comunicación e imposibilidad de trazar planes a largo plazo por el carácter eventual de sus contratos en algunos, se refleja en elevada tensión emocional unida a frustraciones, insatisfacciones, y falta de entendimiento con otros colegas, padres y alumnos. Estas situaciones pueden desencadenar en los profesores estados de ánimo alterados, como fatiga, insomnio, trastornos digestivos, descenso de la concentración y del rendimiento. A veces estas presiones laborales y familiares afectan al docente con tanta fuerza que su organismo se desequilibra a tal punto que podemos pensar en el síndrome de agotamiento profesional o síndrome de Burnout, el cual se define de la siguiente manera: “respuesta al estrés laboral crónico que se manifiesta en los profesionales de las organizaciones de servicio que trabajan en contacto con los clientes o usuarios de la organización”², cuyas características son: pérdida de ilusión por el trabajo, agotamiento físico y emocional, actitudes negativas hacia los clientes de la organización, y, en determinados casos sentimientos de culpa. Estrés que se ve intensificado por la inusual situación a la que se ven expuestos los docentes de

² (Gil monte,2005) 186 pag.El síndrome de(SQT) (burnout) Una enfermedad laboral en la sociedad de bienestar.

secundaria del colegio público Rafael Pombo de la ciudad de Popayán, en esta época de pandemia.

3 JUSTIFICACIÓN

La importancia de este proyecto consiste en conocer los niveles de estrés de los docentes generados como consecuencia del afrontamiento al cambio en la modalidad de clases de presenciales a virtuales, donde las actividades laborales se entrecruzaron con las actividades personales y familiares, teniendo un cúmulo de actividades al mismo tiempo lo cual les genera altísimos grados de estrés.

Es importante tener en consideración a los docentes como seres humanos que laboran para el bienestar de los niños y adolescentes en cuyas manos descansa el bienestar de las generaciones presentes y futuras de nuestro país, y los grados de estrés que enfrentan en su día a día muchas veces ignorados y no siendo reconocida su labor.

En consecuencia, es de interés estudiar el tema porque está relacionado con el ambiente laboral donde se presentan diferentes problemas de salud a nivel psicológico, fisiológico y conductual, Cuando el docente no puede gestionar adecuadamente el nivel de estrés. Es de considerar que por la condición de restricción dentro de sus hogares sus labores se han visto incrementadas por diferentes factores inherentes al medio de su trabajo. Es de tener en cuenta que “el estrés laboral no es algo nuevo para el docente. Los maestros tienen una tendencia a sufrir el *Burnout*, el cual se describe como el “estado de agotamiento que sufre una persona en respuesta al estrés crónico laboral. Los maestros están propensos a este tipo de cansancio físico, mental y emocional, lo cual llega a afectar la misión educativa con la que emprendieron su llamamiento vocacional”³. Y nuestros docentes no son ajenos a esta problemática.

³ ARANDA BELTRÁN, Carolina; PANDO MORENO, Manuel y PÉREZ REYES, María Berenice. Apoyo social y síndrome de quemarse en el trabajo o burnout: una revisión. Citado en DÍAZ, Sareth. El estrés laboral docente durante COVID – 19. En: ACSI. Disponible en <https://acsilat.org/en/articulos-y-noticias/estres-docente-covid19>

Este tema surgió de la observación sobre la realidad de personas allegadas y su experiencia personal y encuentra su fundamento teórico en la literatura de la década de los setenta en los Estados Unidos. Posteriormente, en la década de los ochenta en Europa y a mediados los noventa se extiende su estudio a Asia, Medio Oriente, Latinoamérica, Austria y Nueva Zelanda. Finalmente, a principios del siglo XXI, a China, India y África⁴.

Es un hecho que, en la docencia, la Psicología tanto como el Trabajo Social son consideradas como especialidades de “ayuda” y sería importante la interconexión de estas tres disciplinas en un trabajo mancomunado con la finalidad de llevar a feliz término la labor de la educación y así mermar los índices de estrés enfrentado por estas disciplinas. Con este acoplamiento se puede hacer el trabajo del docente menos estresante, más ameno y más cordial. Sin perder cada disciplina su razón de ser.

¿Por qué desarrollar esta investigación y abordar esta problemática en la institución educativa Rafael Pombo?

El estrés y el burnout son situaciones problemáticas que se viven en las Instituciones escolares estatales, determinadas por condiciones laborales adversas principalmente por falta de adecuación de espacios y falta de herramientas que faciliten la enseñanza y el aprendizaje. Los docentes de la Institución Educativa, Rafael Pombo no están exentos de padecer estas situaciones. Cuando se presentó la pandemia esta situación se intensificó debido a la carencia de portátiles la conectividad y el desconocimiento de las TIC, de parte de los docentes para lo cual

⁴(Shaufeli et al., 2009)

https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/33571471/Como_evaluar_los_riesgos_psicosociales-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1627006329&Signature=f0XqecgMsXlIFkugTNCImfmAmNH1dGkAbdPvj-zb1fWDhntgzswUXdha0gxq27kQJchMPekWYTX1lIfAq1SxpU75E5PKTNoNwxFvZWsXje9DbyE7WtkSvowE5sGwf3AVHS7V-2Rkh2uh~o~gVTVI3G12ntIVm21B~bO8vQDYqTh-twMleMIBIKvwe0B5GkEiMx0YsuK mz7CgWPJaOZ1JxBGyxzRLxUa25MCfprtrXcilDZnlbb-HqJBSz8RjAR9ZkpJLDSnAa1Xx2uMTZo45-Z9W~dmpnKU6Qu~l3mnoFyWQy~MZb8DUne~6uD9lgMGITx8BHedP-ofBsrUqs5hdw__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA

Tuvieron que tomar capacitaciones intensivas, con la finalidad de adaptarse y prepararse para dictar clases virtuales. Y, al tener que enfrentar un cambio inesperado en su ritmo y estilo de trabajo, se vieron expuestos a sufrir altos grados de estrés.

A nivel local hay muy poca información sobre el Burnout, sólo figura un estudio realizado en 2010 en docentes universitarios más no en docentes de secundaria. En Colombia el estudio de Burnout no ha sido muy prolífero porque como lo referenciaron Bermúdez Piñeros et al.⁵, el Burnout aún no era catalogado aún como enfermedad laboral y, por lo tanto, no reconocida por el Ministerio de Trabajo en su Decreto 1477⁶ donde se incluían otras enfermedades psicosociales como, depresión, ansiedad y reacciones de estrés, como despersonalización, cinismo y pérdida de la eficacia personal, considerados factores de riesgo. Pero luego de décadas de estudio de parte de los especialistas en todo el mundo, el 28 de mayo de 2019, el portavoz de la OMS, anunció el reconocimiento oficial del Burnout o “Síndrome de estar quemado” como enfermedad de origen laboral determinada por los siguientes síntomas: “un sentimiento de agotamiento o falta de energía, distanciamiento mental, sentimientos negativos relacionados con el trabajo y disminución en el rendimiento laboral. Este reconocimiento entrará en vigor a partir del próximo 1 de enero del 2022. Es un hecho que este evento dará paso a que se intensifiquen las investigaciones sobre Burnout en docentes tanto a nivel internacional como nacional y local y a nivel clínico, psicosocial, deportivo, en fin, donde haya atención al público.

⁵ BERMÚDEZ PIÑEROS, Diana Carolina; NOY SALSAS, Bibiana Paola y RIAÑO HERNÁNDEZ, Consuelo. Síndrome de burnout en profesores de primaria y secundaria del Municipio de Soacha y sus estrategias de afrontamiento. Trabajo de grado Salud Ocupacional. Corporación Universitaria Minuto de Dios. 2018. 52p. Disponible en https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/6652/TSO_BermudezPi%c3%b1erosDianaCarolina%20_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y

⁶ COLOMBIA. MINISTERIO DE TRABAJO. Decreto 1477 (5, agosto, 2014). Por el cual se expide la Tabla de Enfermedades Laborales. 2014. p. 1 – 109.

4 MARCO TEÓRICO

Son múltiples las investigaciones que se han realizado acerca del Burnout “estar quemado por el exceso de trabajo”; desde cuando el psiquiatra germano-estadounidense Freudenberger⁷ en 1974, realizó la primera conceptualización de esta patología; a partir de observaciones que realizó mientras laboraba en una clínica para toxicómanos en New York, y notó, que muchos de sus compañeros del equipo de trabajo, luego de más de 10 años de trabajar, comenzaban a sufrir pérdida progresiva de la energía, idealismo, empatía con los pacientes, además de agotamiento, ansiedad, depresión y desmotivación con el trabajo. Más adelante numerosos investigadores a nivel del mundo y de diferentes disciplinas han escrito sobre el Burnout y han dado su conceptualización dependiendo su especialización.

4.1 A NIVEL INTERNACIONAL

Ruiz⁸ realizó una investigación sobre el Burnout teniendo en cuenta las tres dimensiones tenidas en cuenta por MBI, en docentes de educación Especial en Córdoba (España) a través de un diseño de prevalencia con una población de 212 docentes especialistas en educación con niños en condición especial; quienes trabajaban en colegios públicos y semi privados; de tal investigación se determinó que en estos profesionales existe un elevado nivel de Burnout. Desde la perspectiva de los objetivos específicos teniendo en cuentas las variables de sexo, determinó

⁷ BERMÚDEZ PIÑEROS, Diana Carolina; NOY SALSAS, Bibiana Paola y RIAÑO HERNÁNDEZ, Consuelo. Síndrome de burnout en profesores de primaria y secundaria del Municipio de Soacha y sus estrategias de afrontamiento. Trabajo de grado Salud Ocupacional. Corporación Universitaria Minuto de Dios. 2018. 52p. Disponible en https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/6652/TSO_BermudezPi%c3%b1erosDianaCarolina%20_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y

⁸ RUIZ CALZADO, Inmaculada y LLORENT GARCÍA, Vicente J. El Burnout en los profesionales de la educación que trabajan con personas con discapacidad en Córdoba (España). Influencia de las variables laborales. En: Educación XXI, en prensa. 2016. Disponible en <https://helvia.uco.es/bitstream/handle/10396/14964/llorent4.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
[El temperamento ha sido definido como diferencias individuales \(um.es\)](https://helvia.uco.es/bitstream/handle/10396/14964/llorent4.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

que mientras el hombre sufre de un alto grado de Burnout el de la mujer es menor. Mientras a mayor edad mayor el grado de burnout. En cuanto al estado civil si se tiene una pareja estable el síndrome es menor en quién no la tiene. Asimismo, Cano⁹, en el 2017 en Guatemala, investigó sobre la relación entre el síndrome de Burnout y los factores laborales y personales utilizando la escala MBI (Maslach, Burnout y Jackson (1986) en un grupo de profesores de enseñanza secundaria en un colegio privado. En este estudio se encontró que el 11% de los profesores poseían el síndrome de Burnout, mientras que el 35% presentaron una o dos dimensiones. Al contrario, Gallardo-López y López-Noguero¹⁰ en 2019 estudiaron el nivel de Burnout en profesores de educación infantil, primaria y secundaria mediante la utilización de una encuesta que evalúa aspectos como la edad, años de trabajo, experiencia docente y variable como despersonalización, agotamiento y falta de realización. La encuesta arrojó que los profesores manifestaban mucha satisfacción laboral e identificación con la vocación. Mientras tanto durante el mismo año, Huacani¹¹ en el 2019 investigó sobre el síndrome de Burnout en los docentes de la Institución educativa de la Gran Unidad Escolar las Mercedes de la ciudad de Juliaca, donde los resultados fueron: altos niveles de agotamiento emocional, despersonalización y a la vez bajo nivel de realización personal, lo cual se determina como un alto nivel de Burnout. Es de anotar que en esta investigación también se utilizó la herramienta IBM de la doctora Maslach.

⁹ CANO, Miguel Eduardo. Relación entre el síndrome de Burnout y los factores laborales y personales de los Profesores del nivel de Secundaria de un Colegio Privado de la Ciudad de Guatemala. Tesis de posgrado Magíster en Educación y Aprendizaje. Guatemala: Universidad Rafael Landívar. Facultad de Humanidades. 2017. 60p. Disponible en <http://186.151.197.48/tesiseortiz/2017/05/83/83/Cano-Miguel.pdf>

¹⁰ GALLARDO – LÓPEZ, José Alberto; LÓPEZ – NOGUERO, Fernando y GALLARDO – VÁZQUEZ, Pedro. Análisis del síndrome de burnout en docentes de educación infantil, primaria y secundaria para su prevención y tratamiento. En: Revista Electrónica Educare, 2019, vol. 23, no. 2. Disponible en https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-42582019000200324

¹¹ A. Huacani Figueroa -2019 Síndrome de burnout en los docentes de la Institución educativa de la Gran Unidad Escolar las Mercedes de la ciudad de Juliaca. <https://core.ac.uk/display/201882343>

4.1.1 El Burnout y la OMS.

Luego de décadas de estudio de parte de los especialistas en todo el mundo, el 28 de mayo del año pasado (2019), el portavoz de la OMS, anunció el reconocimiento oficial del Burnout o “síndrome de estar quemado” como enfermedad de origen laboral determinada por los siguientes síntomas: un sentimiento de agotamiento o falta de energía, distanciamiento mental, sentimientos negativos relacionados con el trabajo y disminución en el rendimiento laboral; el cual entrará en vigor a partir del próximo 1 de enero del 2022. Es un hecho que este evento dará paso a que se intensifiquen las investigaciones sobre burnout en docentes tanto a nivel internacional, como nacional y local, y a nivel clínico, psicosocial, deportivo, en fin, donde haya atención al público.

4.1.2 El Burnout desde la salud.

En la actualidad los efectos intensificados por el estrés generado por el confinamiento, ocasionado por la pandemia de COVID-19, es un hecho que puede causar saturación física y mental, lo cual genera diversas consecuencias que perjudican, no sólo la salud, sino la relación con su entorno más próximo. Es de tomar en cuenta que Freudemberger en su libro “Burnout the high cost high achievement”, desde una perspectiva clínica “fue el primer investigador que mencionó el término Burnout para referirse a un estado de agotamiento emocional y fatiga gradual, pérdida de motivación y compromiso hacia el trabajo con consecuencias negativas”¹². Tras observar a compañeros de trabajo después de 10 años de labores, como se desgastaron y fueron perdiendo la ilusión y el objetivo de su misión. También define el Burnout como una sobrecarga por el desgaste energético, lo cual origina una existencia vacía y sin ilusiones.

¹² Herbert Freudemberger (1974) en su libro “Burnout the high Costo high achievement [Burnout The High Cost Of High Achievement \(semanticscholar.org\)](https://www.semanticscholar.org/)

4.1.3 Estrés desde la perspectiva psicosocial.

Hans Selye¹³ en (1935) Llamado el padre en el estudio del estrés, en su libro “the stress of life” desde una perspectiva psicosocial aclara que los términos estrés laboral y síndrome de Burnout son diferentes; el estrés es necesario para realizar ciertas actividades para la efectividad laboral, a esto se le conoce como estrés positivo (eustres), el que ayuda a la persona a estar alerta y en condiciones de enfrentar desafíos cuyo nivel de acción no genera trastornos en el organismo; el contrario y perjudicial es el estrés negativo (distres), que causa una serie de alteraciones físicas y psicológicas. Y mirado desde una respuesta emocional afecta principalmente la autoestima.

Evidentemente Selye establece la diferencia entre el estrés sano como motivador e incentivador para realizar labores dentro de un estado de competencia para enfrentar los retos del momento y el estrés negativo tiende a afectar la salud. También Selye decía que el estrés es la respuesta no específica del organismo a toda demanda que se le haga. Pedro. Gil-Monte¹⁴ (2005) 186 pág. En su libro “El síndrome de SQT (burnout) “lo define como una enfermedad laboral en la sociedad de bienestar”

En el capítulo (1) manifiesta la necesidad de incluir el burnout en el tema de riesgos laborales, por considerarse un tema de actualidad. (2) aborda la delimitación del síndrome de burnout por la sintomatología que lo caracteriza. (3) considera una revisión de los antecedentes porque considera que el origen de la patología se debe al deterioro de las relaciones interpersonales. (Disfunciones, ambigüedades y conflictos dentro del rol del trabajo. (4) la necesidad de un análisis de la sintomatología. (5) y por último habla de cómo se realiza el diagnóstico y los instrumentos que se emplean para su evaluación. Y se detiene en la dificultad para

¹³ Hans Selye, (1935)
[https://www.bing.com/search?q=hans+selye+%281935%29+%22the+estr%C3%A9s+of+life%22++&gs=n&form="the stress of life.](https://www.bing.com/search?q=hans+selye+%281935%29+%22the+estr%C3%A9s+of+life%22++&gs=n&form=)
https://scholar.google.com/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=selye+1974+efectos+terapeuticos

¹⁴ Gil-Monte (2005)
<https://www.bing.com/search?q=gil+monte+2005+el+sindrome+de+sgt+%28burnout%29&el>
síndrome de SQT (burnout).

encajar el burnout en CIE-10. Es de tener en cuenta que en el estrés laboral intensificado en tiempo de Covid-19 los maestros tienden a sufrir de Burnout, el cual se describe como el “estado de agotamiento que sufre una persona en respuesta a un estrés crónico laboral. Los maestros están propensos a este tipo de cansancio, físico, mental, y emocional lo cual llega a afectar la misión educativa, enfrentando una serie de estresores que nunca antes se habían dado en estos ambientes educativos, porque a la par de trabajo con alumnos los docentes deben enfrentar las responsabilidades propias del hogar, cantidad de tareas a calificar, presiones externas, siendo la principal, la comunicación con los padres de familia, presión por cumplir con el plan curricular, la atención de los hijos que requieren ayuda en su aprendizaje, falta de equipo tecnológico, falta de experiencia con la tecnología, rendimiento de estudiantes, reuniones virtuales, y sumándoles el temor a contagiarse por el Covid-19”¹⁵.

Mientras que a la vez Maslach, Jackson y Leiter¹⁶ y, Tonon¹⁷ partiendo de teorías más amplias lo definen desde la psicología Social, psicología clínica y psicología de las organizaciones abarcando todos los marcos teóricos.

Maslach en 1976 fue quien retomó y agrupo todos los síntomas de cansancio emocional y físico, conductual, a nivel psicosomático estudiaba las respuestas emocionales de las disciplinas o empleos de ayudas y lo describe dentro un proceso de pérdida gradual de responsabilidades dentro de las funciones laborales. Teniendo en cuenta que los anteriores investigadores realizan un análisis desde sus diferentes disciplinas y cada cual tiene un punto de vista desde su óptica, sin

¹⁵ ALVITES – HUAMANÍ, Cleofé Genoveva. Estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, Norteamérica y Europa. En: Propósitos y Representaciones, 2019, vol. 7, no. 3. Disponible en http://www.scielo.org/pe/scielo.php?pid=S2307-7992019000300006&script=sci_arttext

¹⁶ MALASCH, Christina; JACKSON, Susan E. & LEITER, Michael P. Maslach Burnout Inventory. Disponible en https://www.researchgate.net/profile/Christina-Maslach/publication/277816643_The_Maslach_Burnout_Inventory_Manual/links/5574dbd708aeb6d8c01946d7/The-Maslach-Burnout-Inventory-Manual.pdf

¹⁷TONONGRACIELA https://scholar.google.com/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=TONON+GRACIELA+2003+CALIDAD+DE+VIDA+Y+DESGASTE+PROFESIONAL+

embargo, hasta que los mismos docentes no tengan una clara idea de su problemática y los gobiernos no tengan como prioridad verdaderas políticas públicas para mejorar la educación, la salud y el bienestar de los docentes, y éstos no obtengan el respaldo de los padres de familia para reclamar sus derechos, Todo seguirá igual¹⁸.

4.1.4 Estrés de los docentes.

Relacionados con el estrés de los docentes han encontrado que debido a las exigencias que requiere su profesión, en un estudio sobre tales síntomas encontraron que los más frecuentes eran el agotamiento físico al final de la jornada, la dificultad para levantarse por la mañana, tensión y dolores de cabeza¹⁹. Es relevante el impacto conductual del estrés en las personas como señala Villa, el sujeto bajo condiciones de estrés puede discutir con los demás, cometer errores en su trabajo, fumar en exceso, mostrar impaciencia con los alumnos o incluso producirse absentismo y abandono de la profesión²⁰, mientras que, Gómez y Carrascosa²¹ plantean que “nunca hasta ahora el docente había estado sometido a demandas tan complejas, intensas y contradictorias, y este nuevo escenario afecta a nuestra eficacia profesional tanto como al equilibrio y desarrollo humano”. Se han conocido mediante experiencias relatadas por los mismos docentes, casos repentinos de sueño o desmayos, causados por el estrés que les genera la profesión; pero hasta el momento no se han tomado acciones determinadas que encaminen a superar tales síntomas.

¹⁸ MALASCH, Christina; JACKSON, Susan E. & LEITER, Michael P. Maslach Burnout Inventory. Disponible en https://www.researchgate.net/profile/Christina-Maslach/publication/277816643_The_Maslach_Burnout_Inventory_Manual/links/5574dbd708aeb6d8c01946d7/The-Maslach-Burnout-Inventory-Manual.pdf

¹⁹ (Forman, 1994) [foreman 1994 cuando la vida escolar se correlaciona... - Google Académico](#)

²⁰ (Villa, 1997) Calvete, E., & Villa, A. (1997). Proyecto Deusto 14-16: Evaluación e intervención en el estrés docente. *Bilbao: Mensajero*.

²¹ Gómez y Carrascosa (2000), p. 19 Gómez, L., & Carrascosa, J. (2000). Prevención del estrés profesional docente. *Valencia: Generalitat Valenciana*.

Es de conocimiento general que las empresas prestadoras de servicios médicos adolecen de infinidad de carencias, lo cual quiere decir que los docentes no tienen la mejor y oportuna atención.

Por esto desde una perspectiva histórica, el estudio del estrés laboral y burnout se ha realizado en las últimas décadas cuando el malestar laboral se ha convertido en objeto de análisis²² con signos y síntomas característicos agrupados en tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal.

En el trabajo Maslach y Jackson²³ determinan que en el ámbito docente el estrés laboral es una de las principales causas de malestar en los profesores asociándose a graves problemas de salud, el agotamiento personal, que se refiere a que los individuos presentan sentimientos de estar emocionalmente agotados y sobrepasados en cuanto a recursos emocionales. Y tienden a sentir despersonalización, la cual implica actitudes negativas e impersonales, generándose sentimientos demasiado distantes hacia otras personas.

4.1.5 Investigaciones acerca de las fuentes del Burnout.

Existe poca investigación que señale cuáles son las fuentes del Burnout. Uno de los antecedentes que más literatura está suscitando es la crisis de eficacia. A pesar de que, tradicionalmente, la eficacia profesional se haya considerado una dimensión

²² ORGANIZACIÓN INTERNACIONAL DEL TRABAJO. Convenio sobre seguridad y salud de los trabajadores. 1981, no. 55. Disponible en

https://www.ilo.org/dyn/normlex/es/f?p=NORMLEXPUB:12100:0::NO::P12100_ILO_CODE:C155

²³ MALASCH, Christina; JACKSON, Susan E. & LEITER, Michael P. Maslach Burnout Inventory. Disponible en https://www.researchgate.net/profile/Christina-Maslach/publication/277816643_The_Maslach_Burnout_Inventory_Manual/links/5574dbd708aeb6d8c01946d7/The-Maslach-Burnout-Inventory-Manual.pdf

más del Burnout, recientemente existen estudios que van a favor de considerarla más como una variable de personalidad^{24 25}.

Este componente original del Burnout estaría enmarcado dentro de la Teoría Social Cognitiva de Bandura²⁶. Quien establece que los factores ambientales, personales y conductuales, no interactúan independientemente, sino que están integrados y actúan mutuamente. Por último, sería la falta de satisfacción personal que se refiere a la disminución de los sentimientos de competencia y éxito en el trabajo. Así como a una tendencia a evaluarse negativamente a sí mismo, particularmente en el trabajo con otras personas. Debido a esta situación es alta la incidencia de deserción y el alejamiento de la profesión. Muchos toman otras actividades, muchas veces presionados por los ambientes pesados y las múltiples actividades a desempeñar.

²⁴ CORDES, Cynthia L. y DOUGHERTY, Thomas W. A Review and an Integration of Research on Job Burnout. En: Academy of Management, 1993, vol. 18, no. 4. Disponible en <https://journals.aom.org/doi/abs/10.5465/amr.1993.9402210153>

²⁵ Shirom, 1989 [Shirom, A. \(1989\) Burnout in work organizations. In Cooper, C.L. and Robertson, I., Eds., International Review of Industrial and Organizational Psychology, Wiley, New York, 25-48. - References - Scientific Research Publishing \(scirp.org\)](#)

²⁶ BANDURA, Albert. Teoría cognitivo social. En: Revista Anual de Psicología, 2001, p. 1 – 28. Trad. Ricardo Bascañán. Disponible en https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/31455772/BANDURA-Social-Cognitive-Theory-Taduccion.pdf?1372277914=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DBANDURA_Social_Cognitive_Theory_Taduccio.pdf&Expires=1623909565&Signature=ZwOoFDsRaQx6F5qRqYtGSalzcY0o3CXU6M2vUYmbi~myNTqXN2y3cRRLIT~g9EV2zWPCFRxhSxwY~CIZQzrGUJ0CyGuM6gFDhbKhd3whWo5KY93erJ58QFsuROolotMkfXAicEpkJA1N2DM7lw5v3XQ5elc9eBYcQo8v7R9PO1-eyhKtdUAgijyWmb~AErFFUzr8Tn7O~z-07~0SMP6-rN1Axc1B3yAYSaQ-A2~uGuiqTLGHkiR14nYalaD8ZugiJlkLpVtLHZKo8hG3BLdSnv8qlhatTHVdg8MDIW8ykxo86YWIZM dHGLEvqxxk0KD-1FV2Q2kpyTE1So1mjZHE9A__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA

4.2 NIVEL NACIONAL

Entre los estudios realizados a nivel nacional sobre el síndrome de Burnout, se encuentran Díaz y López²⁷ investigaron sobre las características del mismo en docentes de una institución educativa de Armenia-Quindío, por medio de IBM- de la doctora Cristina Maslach para medir el síndrome de Burnout y un cuestionario sociodemográfico. Los resultados arrojaron un índice alto de Burnout y un efecto disfuncional en las condiciones de salud, trabajo y bienestar.

Mientras tanto, Ayala, Otálvaro y Rúa²⁸, en el mismo año realizaron una investigación sobre el síndrome de burnout en docentes del colegio el concejo de Itagüí – Antioquia, encontrándose que la presencia del Burnout estuvo levemente encima de la media y se encontraron factores sociodemográficos protectores como la edad y el estado civil; igualmente que la experiencia y el tiempo laborado tienen relación con el síndrome. Cabe destacar que en el municipio de Soacha, Bermúdez, Noy y Riaño²⁹ en investigaciones sobre el síndrome de Burnout y sus estrategias de afrontamiento en profesores de primaria y secundaria, tuvieron en cuenta los principios teóricos sobre el mismo. Después realizaron un análisis de las investigaciones efectuadas por las comunidades académicas del país y del mundo

²⁷ DÍAZ GIRALDO, María Alejandra y LÓPEZ OROZCO, Leidy Tatiana. Características del Síndrome de Burnout en docentes de una institución educativa de Armenia-Quindío durante el año 2016. Trabajo de grado. Armenia – Quindío: Universidad Autónoma de Bucaramanga en convenio con la Corporación Universitaria Empresarial Alexander Humboldt. 2017. p. 8. 104p. Disponible en https://repository.unab.edu.co/bitstream/handle/20.500.12749/271/2016_Tesis_Maria_Alejandra_Diaz_Giraldo%20%281%29.pdf?sequence=5&isAllowed=y

²⁸ AYALA RUIZ, Carolina; OTÁLVARO BETANCUR, Steeven y RUA VALENCIA, Juana Catalina. Síndrome de burnout en docentes del colegio Concejo de Itagüí. Trabajo de grado Psicología. Medellín, Colombia: Universidad de Antioquia. Facultad de Ciencias Sociales y Humanas. Departamento de Psicología. 2016. 75p. Disponible en http://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/14528/1/AyalaCarolina_2016_SindromeBurnoutDocentes.pdf

²⁹ BERMÚDEZ PIÑEROS, Diana Carolina; NOY SALSAS, Bibiana Paola y RIAÑO HERNÁNDEZ, Consuelo. Síndrome de burnout en profesores de primaria y secundaria del Municipio de Soacha y sus estrategias de afrontamiento. Trabajo de grado Salud Ocupacional. Corporación Universitaria Minuto de Dios. 2018. 52p. Disponible en https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/6652/TSO_BermudezPi%c3%b1erosDianaCarolina%20_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y

en los últimos ocho años sobre el tema. Y por último argumentaron sobre el poco desarrollo del tema en Colombia, ya que, el desgaste laboral o síndrome de Burnout aún no es catalogada como enfermedad laboral. El Ministerio de Trabajo en su decreto 1477³⁰ incluye otras enfermedades psicosociales como la depresión, ansiedad reacciones de estrés, entre otras están relacionados la despersonalización, cinismo y la pérdida de eficacia personal como factores de riesgo. Por último, Polo, Rambal y Rojas³¹ en sus investigaciones buscaron la forma de determinar la relación entre las habilidades emocionales y el nivel de síndrome de Burnout en una muestra de docentes de la básica primaria y secundaria en las ciudades de Barranquilla, Cartagena, y Montería en Colombia. Los resultados arrojaron que hubo una correlación moderada – negativa entre la puntuación del cociente emocional y el síndrome de Burnout y que obtuvieron puntuaciones en las categorías, moderada.

4.2.1 El Trabajo Social y los docentes frente al Burnout.

Una de las funciones del Trabajador Social dentro de sus estrategias de interacción en el campo educativo es la construcción del conocimiento de los derechos de los docentes y empoderarlos para que ellos mismos aporten propuestas de soluciones a sus problemáticas. También trata de intervenir en una relación directa donde evalúa y diagnostica al docente, al grupo a la familia, y diseña estrategias, para capacitar a los docentes para que hagan valer sus derechos y mediar en los conflictos que se originan dentro de su labor.

“Otra de las funciones que desarrolla el profesional de Trabajo Social en el ámbito de la educación es la investigación. El estudio de problemas educativos y sociales

³⁰ COLOMBIA. MINISTERIO DE TRABAJO. Decreto 1477 (5, agosto, 2014). Por el cual se expide la Tabla de Enfermedades Laborales. 2014. p. 1 – 109.

³¹ POLO VIVES, Carlos Manuel; RAMBAL ZARZA, Olga María y ROJAS DÍAZ, Sergio Iván. Habilidades emocionales y síndrome de Burnout en docentes de educación básica primaria y secundaria del caribe colombiano. Trabajo de Maestría. Universidad del Norte. Instituto de Estudios en Educación. 2019. 136 p. Disponible en <http://manglar.uninorte.edu.co/bitstream/handle/10584/8620/137334.pdf?sequence=1>

permite aumentar la efectividad de la práctica de intervención y, a su vez, proponer alternativas eficientes para reducir los impactos sociales negativos en el Sistema Educativo y mejorar el funcionamiento de las instituciones educativas. Su presencia en los estudios científicos, independientemente del área temática en la que el profesional se inscriba. Potencia la comprensión de la realidad socioeducativa y permite mejorar el diseño de futuros planes educativos. En esta labor de investigación también colabora con otras disciplinas a fin de atender a la población educativa de forma integral e integrada (individual y familiar), optimizar los recursos existentes y promover la creación de herramientas que puedan mejorar la intervención socioeducativa”³².

³² PÉREZ VIEJO, Jesús y CONCEPCIÓN CASTRO, Clemente. El trabajo social en el entorno educativo. En: Barataria, Revista Castellano – Manchega de Ciencias Sociales, 2017, no. 22, p. 215 – 226. Disponible en redalyc.org/jatsRepo/3221/322153762013/html/index.html

5 METODOLOGÍA

Para el presente trabajo se adoptará una investigación de tipo cualitativa con el fin de analizar los resultados de las encuestas aplicadas a encuestas. Asimismo, se desarrollará un modelo de gestión de casos por medio del cual se determine el rol de trabajador social en la comunidad educativa con Burnout. Ya que los datos recogidos describen la prevalencia del Burnout en la muestra estudiada en un momento preciso y relacionando así, la práctica del trabajador social en dicho caso.

5.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN

En el presente trabajo se implementará una investigación descriptiva al tratarse de un tema presente en la sociedad actual, ya que los datos recogidos describen la realidad sobre el burnout en la muestra estudiada en un momento preciso y de prevalencia, relacionando así, la práctica del trabajador social en dicho caso, para realizar un posterior análisis de los resultados obtenidos.

5.2 MÉTODO DE INVESTIGACIÓN

La Doctora Duque³³ en el libro llamado Metodologías de intervención social palimpsesto de los modelos en Trabajo Social hace referencia a la reestructuración del modelo de gestión de casos. Este modelo surgió durante los años 70 como un método de apoyo recursivo, pero emergió en los 90 dentro de los modelos sistémicos, psicodinámico, ecológicos y de gestión. A través de los libros de S.M. Rose, (1992) GO Connor (1988 y la NASW (Asociación Nacional de Trabajadores Sociales Norteamericanos (2002). Quienes reescribieron el modelo de Caso de la doctora Richmond, cuyo énfasis está basado en una variable emocional y se centra

³³ DUQUE, Aura Victoria. Palimpsesto de los modelos de Trabajo Social. Manizales Colombia: Epílogos Editorial, 2013. p. 334

en la persona problema. Mientras que en el método de Trabajo Social de Casos el énfasis se centra en la interacción desde la persona; según Olza³⁴, Case Miguel dentro de un modelo psicosocial de Gestión de Casos sin perder los valores de autodeterminación, dignidad humana, responsabilidad y acción recíproca., donde se prepara a las personas con el fin de que actúen en sus entornos y funcionen socialmente, Por medio de actividades tanto individuales como sociales. Basados en la filosofía de Trabajo Social de casos donde las teorías se trabajan de una forma más integral e interactúan a través de los sujetos donde en la primera podemos analizar las interacciones e interrelaciones que se efectúan dentro de ciertos núcleos mientras que en la otra podemos analizar el desarrollo del individuo en los diferentes ambientes teniendo presente que en la interrelación los seres humanos son únicos e independientes.

Después de un estudio de casos sobre las condiciones de trabajo y salud de los docentes en seis países de Latinoamérica, (Argentina, Chile, Ecuador, México, Perú y Uruguay) como contribución para ampliar la comprensión acerca del profesorado y los factores que inciden en su desempeño, la Organización de las Naciones Unidas para la educación, la Ciencia y la Cultura, para fortalecer la profesión docente, la UNESCO³⁵ en el año 2005, hace un llamado a los gobiernos a mejorar las condiciones laborales, en cuanto a capacitación, dotaciones y salud de los docentes, con el ánimo de motivarlos y evitar la deserción laboral.

³⁴ OLZA^{132295444.pdf (core.ac.uk)} Rosa OBANDO Loaiza.

³⁵ UNESCO 2005^{UNESCO - Condiciones de Trabajo y Salud Docente. Estudio de Casos (Selección) | PDF | Sociedad | Aluminio (scribd.com)}

5.2.1 VARIABLES DE LA INVESTIGACIÓN

➤ **Modalidad presencial en la educación.** En la modalidad de enseñanza presencial es donde el docente gestiona los procesos de aprendizaje en el aula, potencia sus habilidades en cuanto a una escucha empática, donde motiva y estimula al alumno para que aprenda.

Estilo docente: el docente plasma su estilo según su ideología o modelos y que de una forma asertiva define Weber como “un conjunto de orientaciones y actitudes que describe las preferencias de una persona cuando interactúa en el medio”³⁶. Lo cual es muy importante porque cuando el docente establece la planificación educativa establece la conexión y entre tareas puede medir las capacidades y estilos con sus alumnos y a la vez realiza las funciones fundamentales relacionadas con el aprendizaje a través de la interlocución e interacción personal con cada uno de sus estudiantes.

➤ **Modalidad virtual en la educación.** En la modalidad virtual el docente debe tomar en consideración los cambios en su rol y su metodología, en su metodología dominar la clase no es su principal objetivo, y su rol cambia al de facilitador. En esta modalidad, el docente debe tener objetivos claros y competencias para enseñar utilizando los TIC's como herramienta sin temor a utilizar ordenadores o dispositivos móviles y ayudar a sus alumnos a utilizarlos, con la finalidad de mejorar su aprendizaje, que sea autónomo, que construyan su propio conocimiento y evitar la memorización.

➤ **Diferencias entre modalidad presencial.** Existen diferencias entre estos modelos de enseñanza, tales como:

- En la enseñanza presencial el docente es la única fuente de consulta.
- Se debe respetar el tiempo y el espacio fijo.

³⁶ WEBER 1976 [Max Weber y la educación. \(unam.mx\)](http://unam.mx)

- El material didáctico es limitado.
- Se conserva la relación empática con el alumno.

Modalidad virtual.

- Los participantes pueden enriquecerse a través de diversas fuentes de conocimiento.
- Tiempo y espacio flexible
- El material es extenso.
- Se pierde la relación directa o empática con el alumno.

5.3 INSTRUMENTOS DE DESARROLLO DEL PROYECTO

- **Observación.** Realizada el fin de conocer la problemática presente y comprender la realidad de este grupo de docentes, sus posibles afectaciones y la interacción del trabajador social frente a dicha realidad.
- **Mapeo o encuesta.** Aplicada a la población objeto de investigación define al estrés como el síntoma más relevante de la problemática a la cual se estaban enfrentando.
- **Instrumento de evaluación.** El instrumento utilizado para la evaluación es una encuesta diligenciada por cada una de las personas objeto de la muestra, la cual está compuesta de tres partes.
 - a) Primera, para caracterizar a los docentes de acuerdo a su edad, sexo, tiempo de labor, y capacitación (Anexo 1).

b) En una segunda parte se tratará de evidenciar los estresores más usuales entre estos docentes, por lo que para medir el grado de Burnout se utilizará una herramienta aceptada por la comunidad científica (MBI), la cual dará pautas para medir el grado de estrés con el que trabajan los educadores de la básica secundaria de la Institución Educativa Rafael Pombo de Popayán. La evaluación de datos se realizará a través de la escala más frecuentemente utilizada para medir el síndrome de Burnout del cuestionario *Maslach Burnout*³⁷ (quemado por el trabajo) es un cuestionario inventado por la Doctora Maslach para evaluar el síndrome de Burnout laboral de los docentes, donde mediante 9 ítem o preguntas se determinará el grado de agotamiento personal y por medio de 5 ítem el grado de despersonalización (Anexo 2).

c) Tercera parte: mediante 8 ítems se medirá el grado de realización personal de los docentes. La presente investigación trata de hacer evidente o mostrar el grado estrés por el que están pasando doce (8) docentes de la básica secundaria de la Institución Educativa Rafael Pombo de la ciudad de Popayán durante el 2021. Realizar además la respectiva caracterización, y ubicar los estresores más usuales entre ellos (Anexo 3).

Con la finalidad de definir, los desencadenantes del estrés laboral de los docentes en tiempos de pandemia se tomaron como base la encuesta de Peiró (2005) 96 pág. el cual clasifica los estresores en cuatro categorías.

- 1) Ambiente físico
- 2) Características de las tareas que hay que realizar
- 3) El uso de las nuevas tecnologías
- 4) Relaciones en el trabajo (conflictos entre la actividad laboral y los roles familiares).

³⁷ MALASCH, JACKSON, Susan y Leiter., 1981.

- **Exploración literaria.** La revisión de textos y artículos, permite que se pueda avanzar y perfeccionar la presente investigación, así mismo fortalecen el conocimiento con el fin de llegar a resultados confiables al finalizar el proyecto.

6 RESULTADOS

6.1 CUESTIONARIO SOCIO-DEMOGRAFICO

CUESTIONARIO SOCIO DEMOGRAFICO	A	B	C	D
Acepto participar en la encuesta.	Sí	Sí	Sí	Sí
Genero	Mujer	Mujer	Mujer	Mujer
¿En qué rango de edad está usted?	45 a 56 años	45 a 56 años	45 a 56 años.	36 a 45 años.
¿Cuál es su estado civil?	Casado (a)	Casado (a)	Casado (a)	Casado (a)
¿Hace cuánto tiempo se desempeña usted como docente?	Más de 20 años	Más de 20 años	Más de 20 años	10 a 20 años
¿Cuál es su nivel de estudios?	Licenciatura	Licenciatura	Maestría	Maestría

6.2 CUESTIONARIO DE BURNOUT DE MASLACH PARA DOCENTES (MBI-Ed)

6.2.1 AGOTAMIENTO EMOCIONAL

CUESTIONARIO DE BURNOUT DE MASLACH PARA DOCENTES (MBI-ED)				
AGOTAMIENTO EMOCIONAL (EE)	A	B	C	D
EE- Debido a mi trabajo me siento emocionalmente agotado.	Varias veces a la semana (5)	Varias veces a la semana (5)	Una vez al mes o menos (2)	Una vez a la semana (4)
EE- Al final de la jornada me siento agotado.	Varias veces a la semana (5)	Varias veces a la semana (5)	Algunas veces al mes (3)	Una vez a la semana (4)
EE- Me encuentro cansado cuando me levanto por las mañanas y tengo que enfrentarme a otro día de trabajo .	Varias veces a la semana (5)	Varias veces a la semana (5)	Nunca (0)	Una vez al mes o menos (2)
EE-Trabajar con alumnos todos los días es una tensión para mí.	Nunca (0)	Nunca (0)	Nunca (0)	Nunca (0)
EE-Me siento "quemado" por el trabajo.	Varias veces a la semana (5)	Algunas veces al mes (3)	Nunca (0)	Alguna vez al año o menos (1)
EE-Me siento frustrado por mi trabajo.	Varias veces a la semana (5)	Algunas veces al mes (3)	Nunca (0)	Nunca (0)
EE-Me siento que estoy haciendo un trabajo demasiado duro.	Varias veces a la semana (5)	Varias veces a la semana (5)	Nunca (0)	Nunca (0)
EE-Trabajar en contacto directo con los alumnos me produce bastante estrés.	Nunca (0)	Nunca (0)	Nunca (0)	Nunca (0)
EE-En el trabajo siento que estoy al límite de mis posibilidades.	A diario (6)	Alguna vez al año o menos (1)	Nunca (0)	Alguna vez al año o menos (1)
TOTAL	36	27	5	12

6.2.2 DESPERSONALIZACION

CUESTIONARIO DE BURNOUT DE MASLACH PARA DOCENTES (MBI-ED)				
DESPERSONALIZACION (D)	A	B	C	D
D-Creo que trato algunos alumnos como si fueran objetos.	Nunca (0)	Nunca (0)	Nunca (0)	Nunca (0)
D-Creo que tengo un comportamiento más insensible con la gente desde que hago este trabajo	Nunca (0)	Nunca (0)	Nunca (0)	A diario (6)
D-Me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente	Nunca (0)	Una vez al mes o menos (2)	Nunca (0)	Nunca (0)
D-Realmente no me importa lo que les ocurría a algunos de mis alumnos	Nunca (0)	Nunca (0)	Nunca (0)	Nunca (0)
D-Siento que los alumnos me culpan de algunos de sus problemas.	Nunca (0)	Nunca (0)	Nunca (0)	Nunca (0)
TOTAL	0	2	0	6

6.2.3 REALIZACION PERSONAL

CUESTIONARIO DE BURNOUT DE MASLACH PARA DOCENTES (MBI-ED)				
REALIZACION PERSONAL (PA)	A	B	C	D
PA-Puedo entender con facilidad lo que piensan mis alumnos.	Algunas veces al mes (3)	A diario (6)	A diario (6)	A diario (6)
PA-Me enfrento muy bien con los problemas que me presentan mis alumnos	A diario (6)	Varias veces a la semana (5)	A diario (6)	A diario (6)
PA-Siento que mediante mi trabajo estoy influyendo positivamente en la vida de otros.	A diario (6)	A diario (6)	A diario (6)	A diario (6)
PA-Me encuentro con mucha vitalidad.	Algunas veces al mes (3)	Varias veces a la semana (5)	A diario (6)	A diario (6)
PA-Tengo facilidad para crear una atmosfera relajada en mis clases.	A diario (6)	Varias veces a la semana (5)	A diario (6)	Varias veces a la semana (5)
PA-Me encuentro animado después de trabajar junto con los alumnos.	Varias veces a la semana (5)	Varias veces a la semana (5)	A diario (6)	A diario (6)
PA-He realizado muchas cosas que merecen la pena en este trabajo.	A diario (6)	Varias veces a la semana (5)	A diario (6)	Varias veces a la semana (5)
PA-Siento que se tratar de forma adecuada los problemas emocionales en el trabajo.	Varias veces a la semana (5)	Varias veces a la semana (5)	A diario (6)	A diario (6)
TOTAL	40	42	48	46

6.3 ESTRESORES

ESCALA DE ESTRESORES EN DOCENTES EN TIEMPO DE PANDEMIA					
ESTRESORES	A- RESPUESTA	B- RESPUESTA	C-RESPUESTA	D-RESPUESTA	TOTAL
Ocuparme simultáneamente de mi trabajo y de las tareas del hogar (cocinar, limpiar, etc.).	Muy estresante (4)	Algo estresante (2)	Muy estresante (4)	Poco estresante (1)	11
Saber que hay alumnos que no cuentan con los recursos tecnológicos para trabajar virtualmente.	Muy estresante (4)	Bastante estresante (3)	Algo estresante (2)	Algo estresante (2)	11
Tener incertidumbre hacia el futuro, no saber cuándo va a terminar la pandemia.	Muy estresante (4)	Algo estresante (2)	Algo estresante (2)	Algo estresante (2)	10
Trabajar sin un horario ordenado, predeterminado o diferente al que cumplía habitualmente.	Muy estresante (4)	Bastante estresante (3)	Poco estresante (1)	Poco estresante (1)	9
Notar que a pesar del esfuerzo que realizo mis alumnos no progresan o no están motivados.	Muy estresante (4)	Algo estresante (2)	Algo estresante (2)	Poco estresante (1)	9
Recibir presiones de mi entorno familiar para que trabaje menos horas	Muy estresante (4)	Algo estresante (2)	Algo estresante (2)	Poco estresante (1)	9
Tener que adquirir nuevos recursos tecnológicos y/o actualizar las prestaciones de telefonía e internet bajo un costo económico personal.	Muy estresante (4)	Bastante estresante (3)	Algo estresante (2)	Nada estresante (0)	9
Aprender a utilizar y dominar nuevos medios tecnológicos.	Muy estresante (4)	Nada estresante (0)	Bastante estresante (3)	Poco estresante (1)	8
Tener poco tiempo para realizar todas las tareas que implica el trabajo a distancia.	Muy estresante (4)	Algo estresante (2)	Poco estresante (1)	Poco estresante (1)	8
Sentir que los superiores no comprenden lo difícil que es trabajar en estas condiciones.	Bastante estresante (3)	Algo estresante (2)	Algo estresante (2)	Poco estresante (1)	8
Desconocer si realmente los estudiantes están comprendiendo los contenidos.	Muy estresante (4)	Algo estresante (2)	Poco estresante (1)	Poco estresante (1)	8
Recibir un mayor número de requerimientos y exigencias por parte mis superiores.	Bastante estresante (3)	Algo estresante (2)	Algo estresante (2)	Nada estresante (0)	7
Recibir múltiples y simultáneas consultas de parte de los alumnos y/o padres.	Algo estresante (2)	Poco estresante (1)	Algo estresante (2)	Poco estresante (1)	6
Trabajar en un lugar donde es difícil concentrarse.	Bastante estresante (3)	Poco estresante (1)	Algo estresante (2)	Nada estresante (0)	6
Disponer de recursos tecnológicos insuficientes o inadecuados (conexión a internet, computadora, celular, etc.)	Muy estresante (4)	Poco estresante (1)	Poco estresante (1)	Nada estresante (0)	6
Tener poca participación en la selección de plataformas virtuales.	Bastante estresante (3)	Algo estresante (2)	Nada estresante (0)	Poco estresante (1)	6
Tener poco conocimiento y manejo de programas y aplicaciones que puedan favorecer la educación a distancia.	Bastante estresante (3)	Poco estresante (1)	Poco estresante (1)	Poco estresante (1)	6
Tener poca participación en la elección de vías de comunicación, criterios de evaluación, etc.	Muy estresante (4)	Poco estresante (1)	Poco estresante (1)	Nada estresante (0)	6
Recibir quejas y críticas de padres y/o alumnos.	Algo estresante (2)	Poco estresante (1)	Algo estresante (2)	Nada estresante (0)	5
Tener que modificar los contenidos y actividades para adaptarlos a la modalidad virtual.	Bastante estresante (3)	Nada estresante (0)	Poco estresante (1)	Nada estresante (0)	4
Ocuparme de situaciones que le competen a la familia del alumno o a otros actores (trabajadores sociales, psicólogos, psicopedagogos, etc.).	Bastante estresante (3)	Nada estresante (0)	Nada estresante (0)	Poco estresante (1)	4
A partir de esta situación desconocer cómo seguirá mi situación socioeconómica.	Algo estresante (2)	Algo estresante (2)	Nada estresante (0)	Nada estresante (0)	4

7 ANALISIS DE RESULTADOS

El principal objetivo del presente trabajo, es evaluar los niveles de estrés laboral conocido como **síndrome de burnout** (SQT) en los docentes de la básica secundaria de la Institución Educativa Rafael Pombo, sede Antonio Nariño de Popayán.

La definición básica del burnout determinada por primera vez por Freudenberger (1974) es el **“Estado de agotamiento que sufre una persona en respuesta al estrés crónico laboral”**.

Para medir el nivel de burnout de los docentes de la Institución Educativa, Rafael Pombo, se utilizó la encuesta conocida y aceptada a nivel mundial desarrollada por la doctora Cristina Maslach, titulada: *Cuestionario de burnout de Maslach para docentes* (MBI-Ed). Este test pretende medir la frecuencia e intensidad con la que se sufre el síndrome de burnout.

Después de realizar la encuesta online, se analizan las 3 dimensiones que determinan el desgaste profesional.

Los tres factores que determinan el burnout, son:

- El agotamiento emocional.
- La despersonalización.
- La baja realización personal.

AGOTAMIENTO EMOCIONAL (EE)

A mayor agotamiento emocional mayor será el nivel de burnout de los docentes, y se determinó que en esta subescala o dimensión de burnout, la puntuación es directamente proporcional de la intensidad del síndrome.

Teniendo en cuenta que no hay puntuaciones de corte a nivel clínico, para medir la existencia o no del burnout, puntuaciones de 27 o superiores serian indicativas de un alto nivel de agotamiento emocional y se visualiza en los docentes A, B mientras que en los docentes C, D las puntuaciones por debajo de 19, indican niveles bajos o muy bajos de agotamiento emocional.

DESPERSONALIZACION (D)

Esta dimensión es directamente proporcional o sea a más despersonalización, mayor será el burnout.

En esta subescala las puntuaciones de 6 a 9 señalan un nivel medio de despersonalización.

Entonces podemos definir al docente C con un nivel medio de dicha dimensión, y al docente B, con un grado de despersonalización muy bajo.

Hay que recordar que esta dimensión hace referencia al desarrollo de actitudes negativas hacia las personas que se atienden y hacia compañeros de labor por considerar que son los causantes de sus problemas.

REALIZACION PERSONAL (PA)

Esta función es inversamente proporcional, y la puntuación superior a 40 puntos, es una señal o sensación de logro, autosuficiencia y gran realización personal en el trabajo; su nivel máximo de puntuación es 48 o sea la docente C, se siente plenamente realizada en el desempeño de su labor como educadora.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Con el fin de caracterizar la población de educadores de la básica secundaria de la Institución Educativa Rafael Pombo-sede Antonio Nariño de la ciudad de Popayán se envió una invitación online a 8 docentes de la Institución, para participar en la investigación, a la cual contestaron el 50% positivamente. De los docentes que contestaron a la muestra de estudio el 100% obedece a mujeres casadas, de las cuales el 75% están en un rango de edad entre 45 y 56 años y ejercen su profesión hace más de 20 años, mientras que un 25% está en un rango de edad de 36 a 45 años de edad y lleva ejerciendo su profesión de 10 a 20 años. Por último, se estableció que el 50% cuenta con licenciatura y el otro 50% con maestría.
- En tiempo de pandemia dentro de los factores estresores de más relevancia entre las docentes se encontraron que las más estresantes son con 11 puntos cada una:
 - Ocuparse del trabajo y las tareas del hogar (cocinar, limpiar, etc.)

- Saber que hay alumnos que no cuentan con los recursos tecnológicos para trabajar virtualmente.

El siguiente estresor más importantes, calificado con 10 puntos sería:

- Tener incertidumbre hacia el futuro, no saber cuándo va a terminar la pandemia.

Dentro de las preguntas que ocupan un cuarto lugar de las situaciones que les “provocan tensión encontramos:

- Trabajar sin un horario ordenado predeterminado o diferente al que cumple habitualmente.
- Notar que a pesar del esfuerzo que realizo mis alumnos no progresan o no están motivados.
- Recibir presiones del entorno familiar para que trabaje menos horas.
- Tener que adquirir nuevos recursos tecnológicos y/o actualizar las prestaciones de telefonía e internet, bajo un costo económico personal.

El último lugar está ocupado por situaciones que les generan poco estrés como:

- Tener que modificar los contenidos y actividades para adaptarlos a la modalidad virtual.
- Ocuparse de situaciones que le competen a la familia del alumno o a otros actores (Trabajo Social, psicólogos, psicopedagogos, etc).

- Desde El Trabajo Social se recomiendan algunas estrategias para prevenir que el conjunto de experiencias negativas, causen alteraciones físicas y psicológicas las cuales puedan generar burnout, a los docentes de la básica secundaria de la Institución educativa Rafael Pombo de la ciudad de Popayán.

- Resaltar que la labor del Trabajador Social en este modelo dentro de sus estrategias de interacción en el campo educativo, es la construcción del conocimiento de los derechos de los docentes, los cuales una vez conocidos sus derechos tendrán la oportunidad de reclamar a través de su organización sindical.
- Hacer visible la realidad que enfrentan, para empoderarlos de tal manera que ellos mismos aporten propuestas de solución a sus problemáticas.
- Evaluar la capacidad de funcionalidad del usuario y el nivel de apoyo que le proporciona su servicio de salud, en su departamento de salud ocupacional, con la finalidad de que desarrollen proyectos con el fin de prevenir un estrés crónico el cual tarde o temprano los enfermará.
- Insistir en un llamado de atención hacia los docentes, con el ánimo de que, por medio de estos programas de prevención tengan calidad de vida.

8 CONCLUSIONES

Los docentes educadores de la básica secundaria de la Institución Educativa Rafael Pombo, sede-Antonio Nariño de la ciudad de Popayán, dentro de las competencias que poseen los docentes se estableció que están plenamente capacitados para desempeñar su labor la cual está motivada por una gran devoción.

Ninguno de los docentes que colaboraron con la encuesta presenta las tres dimensiones que componen el burnout o (estar quemado por el trabajo). Solamente algunos presentan afectación por algunos estresores en el manejo de su labor diaria, porque sus niveles de estrés son superados por su alto nivel de resiliencia y amor al desempeño de su trabajo. No en vano Hans Selye³⁸ en su libro, “stress of life” (1956) define el estrés como la respuesta adaptativa del organismo ante diversas situaciones extresoras y lo denominó: “síndrome general de adaptación” y describió 3 etapas de adaptación al estrés, la primera de las cuales son la forma de reacción (cuando el cuerpo detecta el estresor.)

La fase de adaptación, (cuando el cuerpo reacciona ante el estresor) y la fase de agotamiento (por su intensidad y durabilidad empiezan a agotarse las defensas del cuerpo).Que también son situaciones para tener en cuenta, porque los docentes de la Institución Educativa Rafael Pombo- sede Antonio son la mayor demostración de capacidad, para superar el estrés porque a pesar de que en Colombia el deterioro de la infraestructura educativa, de escuelas y colegios en general son lamentables, el diseño, creación y desarrollo de Políticas Públicas. Donde en todo momento y para todo existe la ausencia de recursos, con la carencia de alimentación escolar, transportes uniformes, material educativo, construcciones escolares y sus respectivas dotaciones, adicionando también para muchos la carencia de conectividad, inciden en el cumplimiento del derecho a una educación de calidad.

³⁸ Selye, Hans. The stress of life. McGraw-Hill, 1956. Pag. 319

9 RECOMENDACIONES

Con el objetivo, de cuidar la salud mental de los docentes de la Institución Educativa Rafael Pombo- sede Antonio Nariño y mantener un equilibrio en todas sus dimensiones es recomendado brindarles información adecuada sobre el burnout, sus consecuencias e incentivarles hacia un conocimiento para tomar medidas preventivas cuyas bases son:

-Evaluar el estrés laboral y salud mental, mediante el departamento de prevención de riesgos laborales del profesorado.

Evaluar riesgos psicosociales. Lo cual se constituye en los pilares de prevención.

Fomentar un buen clima laboral donde el docente se sienta apoyado y respaldado.

Fomentar el trabajo en equipo y el apoyo entre compañeros

Además, incluir, técnicas de comunicación asertiva

Impulsar la comunicación con el entorno

Promover espacios familiares

Fomentar actividades, lúdicas como yoga, baile deportivo, juegos, y varias actividades de distensión, obviamente dirigidos por especialistas como psicoterapeutas, psicólogos Y no está por demás brindarse tiempo personal.

1. BIBLIOGRAFÍA

ALVITES – HUAMANÍ, Cleofé Genoveva. Estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, Norteamérica y Europa. En: Propósitos y Representaciones, 2019, vol. 7, no. 3. Disponible en http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2307-79992019000300006&script=sci_arttext

AYALA RUIZ, Carolina; OTÁLVARO BETANCUR, Steeven y RUA VALENCIA, Juana Catalina. Síndrome de Burnout en docentes del colegio Concejo de Itagüí. Trabajo de grado Psicología. Medellín, Colombia: Universidad de Antioquia. Facultad de Ciencias Sociales y Humanas. Departamento de Psicología. 2016. 75p. Disponible en http://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/14528/1/AyalaCarolina_2016_Sindrom eBurnoutDocentes.pdf

Bandura, Albert. Teoría cognitivo social. En: Revista Anual de Psicología, 2001, p. 1 – 28. Trad. Ricardo Bascuñán. Disponible en https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/31455772/BANDURA-Social-Cognitive-Theory-Taduccion.pdf?1372277914=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DBANDURA_Social_Cognitive_Theory_Taduccio.pdf&Expires=1623909565&Signature=ZwOoFDsRaQx6F5qRqYTtGSalzY0o3CXU6M2vUYmbi~myNTqXN2y3cRRLIT~g9EV2zWPCFRxhSxwY~CIZQzrGUJ0CyGuM6gFDhbKhd3whWo5KY93erJ58QFsuROoIotMkfXAicEpkJA1N2DM7lw5v3XQ5elc9eBYcQo8v7R9PO1-eyhKtdUAgijyWmb~AErFFUzr8Tn7O~z-07~0SMP6-rN1Axc1B3yAYSaQ-A2~uGuiqTLGHkiR14nYalaD8ZugiJlKlpVtLHZKo8hG3BLdSnv8qlhatTHVdg8MDIW8ykxo86YWIZMdhGLEvqk0KD-1FV2Q2kpyTE1So1mjZHE9A__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA

BERMÚDEZ PIÑEROS, Diana Carolina; NOY SALSAS, Bibiana Paola y RIAÑO HERNÁNDEZ, Consuelo. Síndrome de Burnout en profesores de primaria y secundaria del Municipio de Soacha y sus estrategias de afrontamiento. Trabajo de grado Salud Ocupacional. Corporación Universitaria Minuto de Dios. 2018. 52p. Disponible en

[https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/6652/TSO_BermudezPi%
rosDianaCarolina%20_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/6652/TSO_BermudezPi%c3%b1erosDianaCarolina%20_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

CANO, Miguel Eduardo. Relación entre el síndrome de Burnout y los factores laborales y personales de los Profesores del nivel de Secundaria de un Colegio Privado de la Ciudad de Guatemala. Tesis de posgrado Magíster en Educación y Aprendizaje. Guatemala: Universidad Rafael Landívar. Facultad de Humanidades. 2017. 60p. Disponible en <http://186.151.197.48/tesiseortiz/2017/05/83/83/Cano-Miguel.pdf>

CAÑIBANO GARCÍA, Fernando. El síndrome de Burnout en trabajadores sociales de los centros de acción social (SAES). Tesis de grado Trabajo Social. Universidad de Valladolid. Facultad de Educación y Trabajo Social. 2017. 51p. Disponible en [https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/26695/TFG-G%
202485.pdf?sequence=1](https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/26695/TFG-G%202485.pdf?sequence=1)

COLOMBIA. MINISTERIO DE TRABAJO. Decreto 1477 (5, agosto, 2014). Por el cual se expide la Tabla de Enfermedades Laborales. 2014. p. 1 – 109.

CORDES, Cynthia L. y DOUGHERTY, Thomas W. A Review and an Integration of Research on Job Burnout. En: Academy of Management, 1993, vol. 18, no. 4. Disponible en <https://journals.aom.org/doi/abs/10.5465/amr.1993.9402210153>

Díaz Giraldo, María Alejandra y LÓPEZ OROZCO, Leidy Tatiana. Características del Síndrome de Burnout en docentes de una institución educativa de Armenia-Quindío durante el año 2016. Trabajo de grado. Armenia – Quindío: Universidad Autónoma de Bucaramanga en convenio con la Corporación Universitaria Empresarial Alexander Humboldt. 2017. 104p. Disponible en [https://repository.unab.edu.co/bitstream/handle/20.500.12749/271/2016_Tesis_Maria_Alejandra_Diaz_Giraldo%
20%281%29.pdf?sequence=5&isAllowed=y](https://repository.unab.edu.co/bitstream/handle/20.500.12749/271/2016_Tesis_Maria_Alejandra_Diaz_Giraldo%20%281%29.pdf?sequence=5&isAllowed=y)

DÍAZ, Sareth. El estrés laboral docente durante COVID – 19. En: ACSI. Disponible en <https://acsilat.org/en/articulos-y-noticias/estres-docente-covid19>

DUQUE, Aura Victoria. Palimpsesto de los modelos de Trabajo Social. Manizales Colombia: Epílogos Editorial, 2013. p. 334

El síndrome de burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo [Publicación periódica] / aut. Carlín Maicon y Garcés de los Fayos Ruiz Enrique J // Anales de Psicología. - MURCIA: Redalyc.El síndrome de burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo, 01 de Enero de 2010. - 01: Vol. 26. - págs. 169-180.
Profesión docente y estrés laboral: una aproximación a los conceptos de Estrés Laboral y Burnout [Publicación periódica] / aut. MARENTE JOSÉ ANTONIO AYUSO // Revista Iberoamericana de Educación (ISSN: 1681-5653). - 2006. - págs. 2-14.

FREUDENBERGER (1974) en su libro "Burnout the high Cost high achievement Herbert Freudenberger (1974) en su libro "Burnout the high Costo high achievement [Burnout The High Cost Of High Achievement \(semanticscholar.org\)](https://www.semanticscholar.org/)

GALLARDO – LÓPEZ, José Alberto; LÓPEZ – NOGUERO, Fernando y GALLARDO – VÁZQUEZ, Pedro. Análisis del síndrome de Burnout en docentes de educación infantil, primaria y secundaria para su prevención y tratamiento. En: Revista Electrónica Educare, 2019, vol. 23, no. 2. Disponible en https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-42582019000200324

MALASCH, Christina; JACKSON, Susan E. & Leiter, Michael P. Maslach Burnout Inventory. 1981. Disponible en https://www.researchgate.net/profile/Christina-Maslach/publication/277816643_The_Maslach_Burnout_Inventory_Manual/links/5574dbd708aeb6d8c01946d7/The-Maslach-Burnout-Inventory-Manual.pdf

ORGANIZACIÓN INTERNACIONAL DEL TRABAJO. Convenio sobre seguridad y salud de los trabajadores. 1981, no. 55. Disponible en https://www.ilo.org/dyn/normlex/es/f?p=NORMLEXPUB:12100:0::NO::P12100_ILO_CODE:C155

OLZA [google academico . olza.1998 reflexiones y acción desde el trabajo social - Bing](#)

PÉREZ VIEJO, Jesús y CONCEPCIÓN CASTRO, Clemente. El trabajo social en el entorno educativo. En: Barataria, Revista Castellano – Manchega de Ciencias Sociales, 2017, no. 22, p. 215 – 226. Disponible en redalyc.org/jatsRepo/3221/322153762013/html/index.html

POLO VIVES, Carlos Manuel; RAMBAL ZARZA, Olga María y ROJAS DÍAZ, Sergio Iván. Habilidades emocionales y síndrome de Burnout en docentes de educación básica primaria y secundaria del caribe colombiano. Trabajo de Maestría. Universidad del Norte. Instituto de Estudios en Educación. 2019. 136 p. Disponible en <http://manglar.uninorte.edu.co/bitstream/handle/10584/8620/137334.pdf?sequence=1>

RUIZ CALZADO, Inmaculada y LLORENT GARCÍA, Vicente J. El Burnout en los profesionales de la educación que trabajan con personas con discapacidad en Córdoba (España). Influencia de las variables laborales. En: Educación XXI, en prensa. 2016. Disponible en <https://helvia.uco.es/bitstream/handle/10396/14964/llorent4.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

SELYE, 1974 [theStressOfLife.pdf \(cenpat-conicet.gob.ar\)](#) Selye, H. (1976). The stress concept. *Canadian Medical Association Journal*, 115(8), 718.

SHAUFELI ET AL., (2009) Schaufeli, W. B., Bakker, A. B., & Van Rhenen, W. (2009). How changes in job demands and resources predict burnout, work engagement, and sickness absenteeism. *Journal of Organizational Behavior: The International Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior*, 30(7), 893-917.

SUÁREZ RIVEIRO, José Manuel; ANAYA NIETO, Daniel. Educación a distancia y presencial: diferencias en los componentes cognitivo y motivacional de estudiantes universitarios. En: RIED, Revista Iberoamericana de Educación a Distancia, [S.l.], 2004, vol. 7, no. 1-2, p. 65–75, 2004. Disponible en: <http://revistas.uned.es/index.php/ried/article/view/1075/991>

TONÓN,
2003://scholar.google.com/scholar?hl=es&as_sdt=0,5&qsp=6&q=tonon+desgaste+profesional&qst=ib

UNESCO UNESCO 2005 [UNESCO - Condiciones de Trabajo y Salud Docente. Estudio de Casos \(Selecci+ N\) | PDF | Sociedad | Aluminio \(scribd.com\)](#)

VILLA, 1997 (Villa, 1997) Calvete, E., & Villa, A. (1997). Proyecto Deusto 14-16: Evaluación e intervención en el estrés docente. *Bilbao: Mensajero*.

WEBER, 1976 [max weber sobre el estilo docente 1976 - Bing](#)

2. ANEXOS

Anexo A. Encuesta sociodemográfica para docentes de la educación media de la Institución Educativa Rafael Pombo de la ciudad de Popayán año 2021

1- ¿Con qué género se identifica más?

A. Masculino

B. Femenino

2- ¿En qué rango de edad está usted?

A. 26 a 36 años.

B. 36 a 45 años.

C. 45 a 56 años.

D. 56 a 65 años.

E. Mayor de 65 años.

3- ¿Cuál es su estado civil?

A. Soltero

B. Casado

C. Separado

D. Viudo

4- ¿Hace cuánto tiempo se desempeña usted como docente?

A. 1 a 5 años.

B. 5 a 10 años.

C. 10 a 20 años.

D. Más de 20 años.

5- ¿Cuál es su nivel de estudios?

A. Docente Normalista

B. Licenciatura

C. Otro pregrado. Cuál _____

D. Maestría

E. Doctorado

Anexo B. Cuestionario de Burnout de Maslach para docentes (MBI – Ed)

			Nunca	Alguna vez al año o menos	Una vez al mes o menos	Algunas veces al mes	Una vez a la semana	Varias veces a la semana	A diario
			0	1	2	3	4	5	6
1	EE	Debido a mi trabajo me siento emocionalmente agotado.							
2	EE	Al final de la jornada me siento agotado.							
3	EE	Me encuentro cansado cuando me levanto por las mañanas y tengo que enfrentarme a otro día de trabajo							
4	PA	Puedo entender con facilidad lo que piensan mis alumnos.							
5	D	Creo que trato algunos alumnos como si fueran objetos.							
6	EE	Trabajar con alumnos todos los días es una tensión para mí.							
7	PA	Me enfrento muy bien con los problemas que me presentan mis alumnos							
8	EE	Me siento “quemado” por el trabajo							
9	PA	Siento que mediante mi trabajo estoy influyendo positivamente en la vida de otros							
10	D	Creo que tengo un comportamiento más insensible con la gente desde que hago este trabajo							

11	D	Me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente							
12	PA	Me encuentro con mucha vitalidad							
13	EE	Me siento frustrado por mi trabajo.							
14	EE	Me siento que estoy haciendo un trabajo demasiado duro.							
15	D	Realmente no me importa lo que les ocurría a algunos de mis alumnos							
16	EE	Trabar en contacto directo con los alumnos me produce bastante estrés.							
17	PA	Tengo facilidad para crear una atmosfera relajada en mis clases.							
18	PA	Me encuentro animado después de trabajar junto con los alumnos.							
19	PA	He realizado muchas cosas que merecen la pena en este trabajo.							
20	EE	En el trabajo siento que estoy al límite de mis posibilidades.							
21	PA	Siento que se tratar de forma adecuada los problemas emocionales en el trabajo.							
22	D	Siento que los alumnos mu culpan de algunos de sus problemas							

Anexo C. Escala de estresores en docentes en tiempos de pandemia

Señale en qué medida le han resultado estresantes o desbordantes las siguientes situaciones durante la cuarentena:

Situaciones	Nada estr esante	Poco estr esante	Algo estres ante	Bast ante estre sante	Muy estr esante
1. Tener que modificar los contenidos y actividades para adaptarlos a la modalidad virtual.					
2. Recibir múltiples y simultáneas consultas de parte de los alumnos y/o padres.					
3. Recibir quejas y críticas de padres y/o alumnos.					
4. Trabajar en un lugar donde es difícil concentrarse.					
5. Recibir un mayor número de requerimientos y exigencias por parte mis superiores.					
6. Aprender a utilizar y dominar nuevos medios tecnológicos.					
7. Disponer de recursos tecnológicos insuficientes o inadecuados (conexión a internet, computadora, celular, etc.)					
8. Tener poco tiempo para realizar todas las tareas que implica el trabajo a distancia.					
9. Ocuparme de situaciones que le competen a la familia del alumno o a otros actores (trabajadores sociales, psicólogos, psicopedagogos, etc.).					
10. Tener poca participación en la selección de plataformas virtuales.					
11. Trabajar sin un horario ordenado, predeterminado o diferente al que cumplía habitualmente.					
12. Ocuparme simultáneamente de mi trabajo y de las tareas del hogar (cocinar, limpiar, etc.).					

13. Notar que a pesar del esfuerzo que realizo mis alumnos no progresan o no están motivados.					
14. Recibir presiones de mi entorno familiar para que trabaje menos horas.					
15. Sentir que los superiores no comprenden lo difícil que es trabajar en estas condiciones.					
16. Desconocer si realmente los estudiantes están comprendiendo los contenidos.					
17. Tener poco conocimiento y manejo de programas y aplicaciones que puedan favorecer la educación a distancia.					
18. Saber que hay alumnos que no cuentan con los recursos tecnológicos para trabajar virtualmente.					
19. Tener incertidumbre hacia el futuro, no saber cuándo va a terminar la pandemia.					
20. A partir de esta situación desconocer cómo seguirá mi situación socioeconómica.					
21. Tener poca participación en la elección de vías de comunicación, criterios de evaluación, etc.					
22. Tener que adquirir nuevos recursos tecnológicos y/o actualizar las prestaciones de telefonía e internet bajo un costo económico personal.					

Anexo D

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Por medio de la presente solicito su colaboración para participar en la investigación, que tiene como título “EVALUAR LOS NIVELES DE ESTRÉS LABORAL EN DOCENTES DE LA BÁSICA SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA RAFAEL POMBO –SEDE ANTONIO NARIÑO DE LA CIUDAD DE POPAYÁN” cuyo objetivo es medir el nivel o grado de burnout que pueda padecer debido al estrés originado por el cambio de método de enseñanza de presencial a virtual. Esta investigación se realizará como trabajo de grado para optar al título de Trabajadora Social de la Fundación Universitaria de Popayán.

La información que brinde será tratada de manera confidencial y anónima. En ningún caso sus respuestas serán presentadas acompañados de nombre o algún dato que le identifique.

Su participación será totalmente voluntaria, también, puede plantear todas sus dudas respecto a la investigación, antes durante y después de su participación

Al concluir la investigación, recibirá un resumen de los resultados obtenidos y será invitado a una conferencia en la cual serán expuestos los resultados.

La información obtenida será de gran ayuda.

Nombre-----

Fecha-----

Firma del participante. -----

Firma de investigador-----

