



Facultad de Psicología y Ciencias Sociales

**Prevalencia del Síndrome de *Burnout* en Docentes de Nivel
Inicial de Educación Pública de CABA**

Alumno/a: Domínguez, María Lujan

N° de Legajo: 16.955

Mail: marialujand1994@gmail.com

Tutora: Lic. Y Prof. Paola Reyes Plazaola

Año 2020

Indice

1. Introducción	1
2. Marco Teórico.....	3
2.1. Síndrome de burnout.....	3
2.2. Antecedentes.....	10
3. Planteo del problema.....	18
4. Objetivos	20
4.1. Objetivo general.....	20
4.2. Objetivo específico	20
5. Hipótesis	21
6. Método	22
6.1. Tipo de Estudio.....	22
6.2. Dimensiones, Variables e Indicadores.....	22
6.3. Muestra	22
6.4. Fuentes de información y Técnicas de recolección de datos.....	22
7. Resultados	24
7.1. Tablas.....	24
7.2. Gráficos.....	29
8. Discusión.....	31
9. Conclusión	35
10. Referencias.....	37
11. Anexo 1	40

Introducción

Esta investigación tiene como objetivo de estudio investigar la prevalencia del síndrome de burnout en docentes mujeres de educación inicial del sistema de educación público de la Argentina, procedente del distrito escolar 9, Palermo Hollywood, Ciudad Autónoma de Buenos Aires.

El diseño curricular dictado por el Ministerio de Educación del Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires en el área de nivel inicial, establece garantizar a los niños y niñas de edad comprendidas de entre 3 y 5 años de edad, el compromiso y obligación de asegurar y certificar el acceso a la educación pública, estatal, laica, gratuita y de calidad considerado para todos niveles, comenzando el ingreso al sistema educativo en la niñez.

El mismo propone estrategias para las docentes, en cuanto material con el fin de realizar aprendizajes renovados e innovadores utilizando diversos recursos.

El docente de nivel inicial debe promover y garantizar el derecho de niñas y niños, establecidos en marcos legales y normativos vigentes velando por el desarrollo de capacidades cognitivas y socioemocionales, teniendo en cuenta sus necesidades, estilos de vida e intereses.

Con el paso de los años, el diseño curricular del gobierno de CABA, ha atravesado cambios, se incluye el asesoramiento a las docentes, dando herramientas comunicativas para identificar situaciones familiares que tiene como eje la responsabilidad del niño o niña, promoviendo la participación activa de las partes que intervienen , brindando contención con el fin de estrechar las situaciones de conflicto.

La situación actual del sistema educativo, no cumple exclusivamente la función de educar, sino que incluye otras prioridades para que se origine el aprendizaje. El docente de hoy, debe formar al estudiante para el ingreso a la cultura, considerando e incluyendo el contexto en el cual se encuentra inmerso motivo por el cual se enfrenta a diversas situaciones estresantes, relacionadas con factores ambientales, sociales y económicos. Respecto al factor económico, en comparación con otras profesiones, puede significar la desigualdad, mostrando un sistema carente de equidad salarial.

Siguiendo el diseño curricular se evalúa distintas situaciones que afrontan los docentes en dentro y fuera del aula, por lo cual se origina la siguiente pregunta que guiará la tesis: ¿Existe una elevada prevalencia de síndrome de burnout en los docentes de nivel inicial dentro de la educación pública en el área de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires?

Marco Teórico

Síndrome de Burnout

El denominado *burnout* es un síndrome clínico estudiado por el médico psiquiatra Herbert Freudenberger (1974) en López Elizalde, C (2004), quien, a través de sus observaciones, llega a la conclusión de que los voluntarios que trabajaban en la clínica dedicada al área de adicción al consumo de sustancias en Nueva York padecían fatiga, pérdida de energía e irritabilidad. Todos estos síntomas producían una generalizada falta de interés en el trabajo, así como también casos de maltrato a los pacientes.

Tiempo después, la psicóloga social Cristina Maslach (1982) en López Elizalde, C (2004), mientras estudiaba las respuestas emocionales de las profesiones de servicio, calificó a las personas que padecían aquellas manifestaciones descritas por Herbert como individuos con “exceso emocional” o también llamado síndrome de *burnout*, lo cual hoy vulgarmente es conocido como “estar quemado” por las exigencias del trabajo diario.

Los síntomas de este síndrome, más precisamente, son:

- Agotamiento emocional
- Despersonalización o deshumanización
- Falta de realización personal
- Síntomas de estrés, como por ejemplo, cansancio o malestar significativo

Morales y Murillo (2015) detallan la etiología del síndrome, teniendo en cuenta que para que se presente el cuadro de burnout debe existir una serie de factores multicausales aparte del agotamiento dentro del trabajo, nombran factores que aumentan las condiciones para desarrollar la enfermedad:

- Factores personales: edad de la persona, género, composición de la familia y estilo de personalidad
- Incongruente formación profesional: poseer conocimiento en diversas áreas teóricas pero nulidad en el ámbito práctico para desarrollar ideas.
- Factor laboral: trabajo mal pago, déficit de trabajo en equipo, insuficiencia de contención humana y exceso de tarea.
- Factor social: imposición de la sociedad de ser reconocido y exitoso para alcanzar el prestigio y seguridad económica en el área profesional y familiar.
- Factor ambiental: acontecimientos importantes por el cual se debe cambiar para continuar, es decir mudanza, divorcio, embarazo o fallecimiento de un familiar.

Se concentró 4 niveles para la clínica del síndrome:

- Leve: quejas, ociosidad, resistencia al comenzar la rutina.
- Moderado: descaro, incomunicación, encierro, negativismo.
- Grave: enlentecimiento, medicarse de manera autónoma sin prescripción médica, ausentismo, consumo de drogas y alcohol en abundancia.

- Extremo: encierro evidente y marcado, trastornos psiquiátricos, desesperación, suicidio.

Escobar (2016), describe síntomas que encuadran en similitud correspondiente a un caso de estrés laboral:

- El sujeto ante situaciones de evaluación, supervisión o crítica de terceros responde con sensibilidad y fragilidad.
- Presencia de erupciones en el cutis y partes del cuerpo.
- Manifestación de aversión al sexo, disminuyendo la actividad y el deseo sexual.
- Trastornos de la conducta alimentaria, provocando en el sujeto mayor ingesta de alimentos así como falta de apetito.

Del mismo modo, Escobar (2016) añade que el diagnóstico precoz permite en el caso clínico en un momento inicial generar estrategias de tratamiento considerando la información de la persona que lo padece así como poder lograr vínculo comunicativo con la empresa para poder evaluar un posible síntoma dentro de la organización que sea negativo y perjudicial para los empleados.

Axayácatl y Col (2006) nombran signos de alarma previos a desarrollar el síndrome, por lo cual es de suma importancia, prestar atención y hacer foco en dichos avisos solicitando ayuda y generando un tratamiento, entre los signos a considerar se hallan:

- Negación: la persona frente al problema tiende a generar mecanismos de anulación y de inexistencia del problema, por lo cual niega su funcionamiento mental, corporal y social.

- Aislamiento social: es frecuente que las personas tomen distancia de sus vínculos significativos, ausentándose de espacios o salidas sociales.
- Ansiedad: sensación recurrente de pensamientos negativos e intrusivos en ausencia de algún acontecimiento importante que amerite desregular los niveles de ansiedad produciendo en la persona malestar significativo.
- Miedo: sensaciones de temor y rechazo para asistir al trabajo, viéndolo como una amenaza.
- Ira: sensaciones y pensamientos que indican el temor por perder el control en su tarea.
- Conductas de fuga: esto implica el llegar tarde al establecimiento de trabajo y no mostrar importancia y atención por los demás.
- Cambios de personalidad: se va disminuyendo la capacidad de confiar y entregar tareas.
- Culpabilidad y autoinmolación: la persona se auto castiga y se considera imprescindible para desarrollar las tareas.
- Abandono de sí mismo: manifestación de no mostrar cuidados estéticos y falta de higiene personal.

Dentro de los síndromes de alarma el estrés suele considerarse el principal, la OMS (2000) considera estrés, al conjunto de reacciones fisiológicas, preparando al organismo para la acción, fue declarado como el síndrome de desgaste profesional, produciendo en la persona que lo padece un riesgo en su salud peligrando su riesgo de vida.

Selye (1978) define el estrés como el estado en el cual se genera un síntoma particular, constante, representado en cambios específicos al sistema biológico. Considera al estrés, al conjunto de agentes negativos, produciendo en el ser humano la pérdida del equilibrio por lo cual no logra mantener la capacidad de adaptación del mundo interno ante los posibles cambios del ambiente.

Al igual que Selye, los autores Lazarus y Folkman (1984) enuncian al estrés como el resultado que existe entre la interacción del individuo y el entorno, siendo evaluado por el mismo como amenazante, viendo sus recursos de una forma distorsionada y poniendo en peligro su bienestar.

De este modo, el es estrés el conjunto de procesos y respuestas neuroendocrinas, inmunológicas, emocionales y conductuales ante diversas circunstancias que signifiquen en el sujeto una demanda de adaptación mayor que lo normal, percibiendo y sintiendo como algo amenazante para su integridad biológica y psicológica (Trucco, 2002)

Selye (1978) menciona la diferencia que existe en los conceptos de estrés laboral y síndrome de burnout debido a que el estrés es necesario para enfrentar diversas situaciones laborales de manera efectiva, esto se considera eustres positivo, generando en la persona el beneficio de estar alerta ante los estímulos, evitando la acción de trastornos en el organismo. Por el contrario el estrés negativo, se llamará distres provocando alteraciones físicas y psicológicas.

Inicialmente, el paciente asiste con signos de estrés, relacionado con el trabajo que realiza. En general, se suele considerar a la mujer como una persona la más propensa a desarrollar este síndrome. Además el salario es factor condicionante en estos profesionales

dedicados al área asistencial, ya que tienden a permanecer en su lugar de trabajo solo por sus necesidades económicas o para recibir una buena remuneración.

En cuanto a las manifestaciones mentales, podemos nombrar sentimientos de vacío, fracaso, dificultad para concentrarse, comportamientos agresivos hacia colegas, conocidos y familiares. Además también se presentan síntomas físicos, de los cuales se destacan los dolores de cabeza, taquicardia, problemas gastrointestinales, entre otros. Así mismo, las personas que sufren de *burnout*, suelen mostrar conductas adictivas, por ejemplo fumar, tomar café en exceso o consumir drogas y alcohol (López Elizalde, 2004).

Gonzalez Ramírez y Landero Hernández (2006) indican que el estrés establece una expresión psicosomática, así como consideran al estrés según diversas definiciones como

- Activación del sistema simpático en respuestas como el cortisol o la ansiedad, preparando al individuo para accionar.
- Estresor externo que condiciona al individuo a desencadenar la situación.
- La relación que puede existir entre el individuo y el medio externo.

Una investigación realizada en México establece que, desde la psiquiatría, no se ha podido considerar y comprender el síndrome de burnout ya que, debido a su definición confusa, no se encuentra dentro del DSM IV y la CIE 10. También resalta la importancia de un diagnóstico realizado a tiempo para evitar consecuencias y hacer un rápido plan de tratamiento eficaz (Carrillo, 2012).

Martínez Pérez (2010) conceptualiza al síndrome de burnout como consecuencia de realizar trabajos ligados a voluntariado, marcando la diferencia del entorno de estrés laboral, las posiciones jerárquicas y el salario de cada empleador. Debido a querer encasillar en

síndrome de burnout solo a profesiones asistenciales y de acercamiento continuo con personas, Maslach y Schaufeli en Martínez Pérez, A (2010). Decidieron amplificar el concepto en el cual se incluyó otras posturas de definición en las que se recalcan:

Prevalecen síntomas mentales y conductuales por encima que síntomas físicos, razón principal del síntoma en la escala de cansancio emocional, rotulando la fatiga, la depresión y el cansancio emocional o mental.

- Las personas que desarrollaron el síndrome anteriormente gozaban de buena salud en ausencia de diagnóstico psicopatológico.
- Su categorización se incluye dentro de un trastorno médico y profesional.
- Las personas no consiguen acomodarse a la ocupación que se les pide, motivo por el cual el rendimiento en el empleo es insuficiente, esto se acompaña con emociones de baja autoestima y desvalorización.

Martínez Pérez, A en Pines y Aronson (1988), enuncian que el síndrome de burnout existe en profesiones que no estén en contacto asistencial o a cargo de otras personas en el trabajo, manifestando sintomatologías de agotamiento mental y físico, sensaciones de no poder escapar, escasez de entusiasmo y falta de autoestima. El sujeto llegaría a esta etapa en su función ante la falta de resolución en las demandas que considere mayormente emocionales para atravesar. En contraposición de la escala de Maslach, Pines y Aronson desenvuelven una escala unidimensional para medir el grado de burnout presente en el sujeto, diferenciando tres aspectos, agotamiento, desmoralización y pérdida de motivación.

Para concluir Martínez Pérez (2010), establece que el síndrome de burnout en esta generación se encuentra en diversas profesiones, tanto puede ser ama de casa, administrativos

y trabajadores en voluntariados, a causa de sufrir estrés crónico y no poder desplegar los recursos necesarios para afrontar dichas situaciones laborales, disminuye el énfasis a las profesiones del área asistencial y de educación , concibiendo una mirada abierta de la enfermedad , nombrada en investigaciones anteriores por ser determinada en trabajos sociales

Antecedentes

Redó (2009) investiga en Barcelona acerca del síndrome de *burnout* en los docentes. En primer lugar, la profesional establece que las condiciones en las cuales se realiza el trabajo de educar dependen del contexto. Así es como el rol docente se encuentra atravesando cambios continuamente en su tarea ya que no solamente cumple la función central de aportar herramientas ligadas al conocimiento académico, sino que para que se produzca el aprendizaje, debe satisfacer otras necesidades como por ejemplo adaptarse al comportamiento del niño actual.

Considera, además, a los medios de comunicación como una fuente de poder que influye en el ejercicio de los educadores, ya que en reiteradas ocasiones, dejan al descubierto ante la sociedad las problemáticas entre alumnos y docentes, suponiendo que estos problemas de índole social como pueden ser malos tratos o violencia dentro del sistema educativo podrían influir de manera negativa en el docente predisponiendo el síndrome. Este desgaste profesional es, a menudo, tomado con ambivalencia por los afectados: por un lado, tienden a culpabilizar a alguien de su situación, pero por otra parte, desean apartarse de todo lo ligado a la docencia.

La investigación establece un perfil del docente con síndrome de burnout, en el cual se dividen los síntomas en cuatro áreas:

- Síntomas psicosomáticos: aparecen en la primera fase del síndrome y suelen caracterizarse por cefaleas, dolores musculares e imposibilidad para conciliar el sueño.
- Síntomas conductuales: se observan en la rutina algunas conductas anómalas, problemas interpersonales, conflictos y ausentismo en el trabajo.
- Síntomas emocionales: se manifiestan en un distanciamiento con los alumnos, irritabilidad y poca motivación para realizar tareas laborales.
- Síntomas defensivos: se produce una negación por parte del paciente y le echa la culpa a los alumnos o a otros por sus conflictos

Redo (2009) afirma que con los síntomas descriptos comienza el trabajo de investigar para conocer la incidencia del síndrome de *burnout* dentro del grupo de maestros. Los participantes fueron maestros de educación infantil (nivel inicial) que trabajaban en Barcelona. El instrumento que se utilizó es el conocido cuestionario *Maslach Burnout Inventory* para establecer el grado de deterioro. El cuestionario contiene 22 afirmaciones, en las cuales se diferencian tres áreas importantes para determinar el síndrome:

- Cansancio emocional: tiene 9 ítems, relacionado con el agotamiento emocional.
- Despersonalización: contiene 5 ítems, que evalúan desapego y alejamiento en los vínculos.
- Realización personal: Está constituido por 8 ítems que valoran las aptitudes, capacidades y competencias en las metas personales de la persona cuestionada.

Los objetivos de la investigación fueron conocer las características de los maestros que participaron, evaluar la manifestación y la intensidad del síndrome de *burnout*. El muestreo estuvo compuesto por hombres y mujeres. De acuerdo al análisis de los datos sociodemográficos, se observa que los docentes son de edad joven, es decir que deberán seguir trabajando dentro del sistema educativo en los siguientes años. Se destaca también que, dentro del ámbito docente, hay un mayor número de mujeres realizando la función.

Respecto a los resultados obtenidos de la investigación realizada por Nuria Redó en base al cuestionario *Maslach Burnout Inventory*, se puede ver que, del total de las 3 áreas, se encuentra incrementado el cansancio emocional, dejando baja incidencia en despersonalización y baja realización personal. Es por esto que parece ser que el trabajo afecta de una forma leve la salud mental de los entrevistados, pero no se descarta que en el futuro estos índices puedan avanzar y desarrollar un debilitamiento, ya que, como se mencionó anteriormente, estos docentes tendrán que seguir activos dentro del sistema en los siguientes años debido a su joven edad.

Gil-Monte y Peiro, 2000 en Redó (2005) previamente respecto al síndrome de *burnout* señala las capacidades de afrontamiento que tienen las personas ante una situación considerada amenazante y como da una respuesta manifestándose en sus conductas y en sus respuestas cognitivas. Estas respuestas requieren de un esfuerzo, si este se magnifica y se mantiene puede desencadenar un estrés patológico, o en el caso del síndrome de burnout, los procesos de afrontamiento se dan de forma variable, pudiendo ver una situación como amenazante o no prestarle atención, lo cual puede permanecer así durante mucho tiempo.

Según la OIT (1984) menciona las necesidades necesarias que deben cumplir la escuela para que se permita una enseñanza de manera efectiva, disminuyendo la pérdida de

tiempo por parte del docente, considerando al maestro como una persona valiosa, deben tener grupos pequeños de trabajo para poder ocuparse de manera individual con cada alumno, lo cual no sucede en la dinámica de trabajo, ya que el número de alumnos por aula es muy alto.

Así mismo debe contar con la presencia de un maestro auxiliar para encargarse de tareas que no cumplen con el currículum académico de los niños, es decir se ocupará de tareas ajenas al material. Esto se aprecia en la educación Argentina, tanto en el sistema de educación público como en los establecimientos privados, se desarrolla la tarea docente en conjunto con una maestra auxiliar que colabore con las actividades de los niños, formando una pareja de índole pedagógica en la cual el cuidado de la auxiliar será fundamental y necesaria para la docente a cargo del grupo.

De este modo, realizará los trabajos planificados con el acompañamiento y el apoyo de otra figura autoridad en el aula para los niños, lo cual deja en manifiesto una contención emocional para las docentes en su labor, pudiendo así contar con una asistencia educativa al realizar las diversas actividades.

En la página del gobierno de la ciudad de Buenos Aires indica el reglamento a cumplir en el cargo en cual se especifica el acompañamiento que debe brindar a la docente para las planificaciones del material desarrollando recursos lúdicos, expresivos y artísticos para trabajar en equipo creando vínculos afectivos con los niños.

Zabala (2008) describe los efectos y diferentes causas por las que se genera el síndrome de burnout, menciona la variable de diferencia de género, en la cual en investigaciones hechas anteriormente no se veían diferencias en el desarrollo del estrés en hombres y mujeres. Pero años más tarde la diferencia de género indicaría un padecimiento

psicológico para las mujeres, considerando que si emplean distintos roles durante el día, cuidando niños pequeños la posibilidad de disfrutar un tiempo de ocio propio es nulo, sumando la desvalorización social.

También menciona que la edad es un factor determinante en la carrera docente debido a investigaciones que se realizaron con docentes de 25 años, el resultado que se obtuvo es un nivel bajo del síndrome, pero una investigación realizada en Argentina, concibiendo rangos de edad de 25 a 45 años indican que en las maestras de 15 años existe un grado alto de burnout respecto a la escala de despersonalización por lo cual se intuye un actitud fría y distante para los alumnos.

Del mismo modo nombra la variable de años en la profesión docente, teniendo en cuenta las edades de los alumnos, las horas en el trabajo, y la ubicación social del establecimiento.

Zabala (2008) expone consecuencias de los efectos del estrés que pueden tener los docentes como producto de atravesar malestar en el ejercicio profesional estos son, ausencia de la institución, justificando su acción con dificultades familiares, particulares o enfermedades médicas, luego el docente desarrolla la disminución de su dedicación respecto a la tarea, por lo cual se generan quejas constantes, rumores y chismes por el entorno en el cual el clima laboral se vuelve cruel para trabajar. Estas acciones generan dentro del sistema educativo consecuencias tales como el cambio o rotación de la docente a cargo, teniendo que acudir a terceros para resolver el conflicto laboral.

Un estudio comparativo de los síntomas del síndrome de burnout entre escuelas de enseñanza pública y privada realizada en Brasil por Esteves-Ferreira (2014) obtuvo el

resultado que los maestros que trabajan en educación pública poseen una predisposición mayor a desarrollar el síndrome, esto se obtiene sumando factores de desmotivación por la tarea, licencias de tiempo indeterminado y enfermedades médicas, sumando el factor salarial del sueldo docente, en consecuencia es necesario a tomar en otras instituciones adicional de carga horarias para poder cubrir sus gastos, generando sentimientos de agotamiento y estrés.

El estudio comparativo mencionaba preguntas abiertas, es decir preguntaron por su formación académica, como eligieron la labor, si se encontraban a gusto con su trabajo, la cantidad de carga horaria, permanencia en otra institución, la remuneración y si tienen enfermedades diagnosticadas. Se comparó el resultado de las respuestas mediante un análisis de contenido interpretando y dando significado a la contestación de cada docente, en primer lugar el 80 % de la muestra, evidencia la presencia de docentes mujeres dentro del sistema, lo cual expresa mayor vulnerabilidad de las mujeres a desarrollar el síndrome debido a la vivencia de debilidad y agotamiento emocional en contraposición a lo que ocurre con los hombres, considerando sentimientos de deshumanización (Maslach, Schaufeli y Leiter 2001).

Las instituciones públicas reconocen trabajar en condiciones de desigualdad mostrando descontento por esta situación, a diferencia de los docentes que ejercen en educación privada muestran satisfacción en su trabajo.

Santos y Peña (2013) realizaron un estudio de prevalencia de burnout en docentes mujeres de preescolar, sala de niños de 5 años y la relación con las condiciones del trabajo docente, en 4 instituciones de Chía, Cundinamarca, avalando que el trabajo que implica la

docencia es de exposición y de total dependencia de los niños con su maestra, dentro de los factores de riesgo que acompañan a la tarea, mencionan los espacios sin iluminación natural, falta de ventilación, posturas inadecuadas para asistir a niños, teniendo la presión de educar a los niños en edades tempranas, conformando la sociedad futura en la adultez.

Los síntomas que se encuentran relacionados directamente con el estrés, son agotamiento, insomnio, estados de nerviosismo, problemas gastrointestinales, dolores musculares la mayor parte del tiempo. Luego de esto, se empiezan a asentar los síntomas generando complicaciones en el rendimiento laboral, llegando en el peor de los casos al despido o renuncia del establecimiento.

El instrumento recolección de datos fue una encuesta de estrés del ministerio de protección social, el cual mide desde niveles bajos de estrés hasta casos de estrés crónico además de tomar la Encuesta Nacional de Condiciones de Trabajo del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo de España (INSHT), con el fin de recopilar información de las condiciones de trabajo.

El resultado de las encuestas del ministerio de protección social confirma que todas las docentes mujeres presentan indicadores de estrés, tomando al 66% de la muestra con un grado de estrés elevado. Sobresalen síntomas médicos, como dolores en el cuello, en la columna y en las rodillas.

El estudio tiene otra muestra en cuanto al rango etario, ya que las docentes poseen edades de 24 hasta 40 años, a diferencia de la investigación se considera la edad de las docentes como un factor determinante en la manifestación del síndrome de burnout y los años en la profesión.

Planteo del Problema

En Argentina, se ha etiquetado a las mujeres que eligen estudiar magisterio con la creencia social que deben cumplir en la educación inicial el rol de “segunda madre”, por lo cual debe desplegar conductas inherentes al rol que ha estudiado, desarrollando conductas maternas y de cuidado, desempeñando el estereotipo de ser mujeres jóvenes plasmando el mandato que indica la sociedad. Producto de esto, las docentes realizan tareas que no están ligadas al modelo de enseñanza y aprendizaje motivo por el cual se ha llevado a cabo esta investigación, permitiendo identificar la existencia del síndrome de burnout.

El trabajo vigente de la escuela se encarga de resolver múltiples temas, así como problemas de salud, violencia, cuidado de la higiene y alimentación de los estudiantes. En cambio, anteriormente la función primordial de la escuela era pedagógica pues las tareas nombradas anteriormente eran realizadas por la familia.

Sin embargo, en muchas ocasiones no encuentra respuesta para ello, sumado a los bajos salarios recibidos por parte del estado y la falta de clases producto de paros propuestos por los sindicatos docentes. Las conductas expuestas anteriormente generan en la tarea principal de enseñar desenfoco el eje debido al emergente social. La educación, es una profesión en la cual los docentes se encuentran en permanente contacto con los alumnos, con el paso del tiempo, puede transformarse en una tarea verdaderamente estresante y así, el docente en cuestión podría llegar a desarrollar el síndrome de *burnout*. Surge de esta manera la siguiente pregunta que guiará la investigación:

¿Existe una elevada prevalencia de síndrome de burnout en los docentes de nivel inicial dentro de la educación pública en el área de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires?

La información que arroja este estudio permitirá conocer el índice del síndrome de burnout en mujeres que trabajan en el nivel inicial, identificando si existe malestar o no, con el fin de llevar a cabo acciones de prevención en el sistema de educación.

Objetivos

Objetivo General

Comprobar si existe la prevalencia de síndrome de burnout en docentes de nivel inicial de educación pública de CABA.

Objetivo Específico

- Identificar factores causales del síndrome de burnout en la escuela si hubiera.
- Establecer prevención dentro del sistema educativo.

Hipótesis

Las docentes de nivel inicial de educación pública de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires presentan Síndrome de Burnout. Se infiere la conexión directa entre el estrés laboral del docente y la problemática social, la cual emerge en nuestro país, responsabilizando la tarea del docente dentro del contexto escolar y fuera de él.

Método

Tipo de Estudio

Se utilizó un estudio no experimental cuantitativo de tipo transversal descriptivo, con el objetivo de recolectar los datos en un tiempo y lugar específico. Este tipo de investigación permite conocer la incidencia de las variables consideradas para estudiar dentro de una población determinada.

Su análisis responde al enfoque cuantitativo, el cual se especializa para realizar en un estudio concreto y definido.

Dimensiones, Variables, indicadores

Se llevó a cabo una encuesta sociodemográfica, para adquirir información de edad, sexo y clase social.

También al finalizar *Maslach Burnout Inventory*, (Maslach, 1982), se preguntó los años de antigüedad dentro del sistema público de la educación Argentina.

Muestra

Se realizó una selección de muestra no probabilística conformada por mujeres de entre 40 y 50 años de edad ya que se encuentran cursando la etapa adulta. La muestra comprendió personas residentes de Palermo, Ciudad Autónoma de Buenos Aires.

Fuentes de información y técnicas de recolección de datos.

Se realizó un cuestionario sociodemográfico conteniendo las variables de sexo y edad.

El cuestionario *Maslach Burnout Inventory*, (Maslach, 1982) , es una escala que se encuentra 6 opciones que van desde nunca hasta diariamente, compuesta por 22 afirmaciones, dividida en tres escalas, cansancio emocional , despersonalización y realización personal , el análisis establece que obtener puntaje alto en cansancio emocional y despersonalización y puntuación baja en realización personal , indica la presencia de síndrome de burnout.

Resultados

Tablas

A continuación se exhibirá la presentación de resultados de la presente investigación, se comenzará a analizar las variables sociodemográficas, continuando con el análisis del instrumento.

Edad					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	De 40 a 45	16	53,3	53,3	53,3
	Más de 45	14	46,7	46,7	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

De acuerdo a la edad de las docentes, se reconocen 16 mujeres que pertenecen al rango etario de 40 a 45 años, en un menor porcentaje se encuentran 14 mujeres mayores de 45 años hasta 50 años para finalizar el total de la muestra.

El cuestionario para evaluar el síndrome de burnout consta de 22 preguntas divididas en 3 escalas: cansancio emocional, despersonalización y realización personal, posteriormente se mostrarán los resultados logrados.

Cansancio emocional, comprende los siguientes ítems:

Ítem 1 “*me siento emocionalmente agotado por mi trabajo*”

Ítem 2 “*cuando termino mi jornada de trabajo me siento vacío*”

Ítem 3 “*cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada de trabajo me siento fatigado*”

Ítem 6 “*siento que trabajar todo el día con los chicos me cansa*”

Ítem 8 “*Siento que mi trabajo me está desgastando*”

Ítem 13 “*Me siento frustrado en mi trabajo*”

Ítem 14 “*Siento que estoy demasiado tiempo en mi trabajo*”

Ítem 16 “*Siento que trabajar en contacto directo con la gente me cansa*”

Ítem 20 “*Me siento como si estuviera al límite de mis posibilidades*”

Cansancio Emocional					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Bajo	24	80,0	80,0	80,0
	Medio	3	10,0	10,0	90,0
	Alto	3	10,0	10,0	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Los datos enuncian una frecuencia de 24 personas lo cual determina un nivel bajo del síndrome, siguiendo con un nivel medio en 3 mujeres, finalizando con un nivel alto en 3 mujeres, lo cual no se puede demostrar la presencia del síndrome de burnout ya que las escalas de despersonalización y realización personal no alcanzan los valores necesarios para determinar el burnout.

Respecto a despersonalización, integra los siguientes enunciados:

Ítem 5 “*siento que estoy tratando a algunos de los chicos como si fueran objetos impersonales*”

Ítem 10 “*Siento que me he hecho más duro con la gente*”

Ítem 11 “*Me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente*”

Ítem 15 “*Siento que realmente no me importa lo que les ocurra a mis chicos*”

Ítem 22 “*Me parece que los chicos me culpan de alguno de sus problemas*”

Despersonalización					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Bajo	28	93,3	93,3	93,3
	Medio	2	6,7	6,7	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Considerando la escala de despersonalización se observa una frecuencia de 28 docentes mujeres en un nivel bajo, arrojando una frecuencia de 2 profesionales en un nivel medio, concluyendo en la ausencia del nivel alto del síndrome de burnout.

Finalizando con la tercera dimensión, realización personal, consta de los siguientes enunciados:

Ítem 4 “*siento que puedo entender fácilmente a los chicos*”

Ítem 7 “*Siento que trato con mucha eficacia los problemas de los chicos*”

Ítem 9 “*Siento que estoy influyendo positivamente en la vida de otras personas a través de mi trabajo*”

Ítem 12 “*Me siento con mucha energía en mi trabajo*”

Ítem 17 “*Siento que puedo crear con facilidad un clima agradable con mis chicos*”

Ítem 18 “*Me siento estimado después de haber trabajado íntimamente con mis chicos*”

Ítem 19 “*Creo que consigo muchas cosas valiosas en este trabajo*”

Ítem 21 “*Siento que en mi trabajo los problemas emocionales son tratados de forma adecuada*”

Realización Personal					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Se encuentra una	Bajo	4	13,3	13,3	13,3
	Medio	9	30,0	30,0	43,3
	Alto	17	56,7	56,7	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

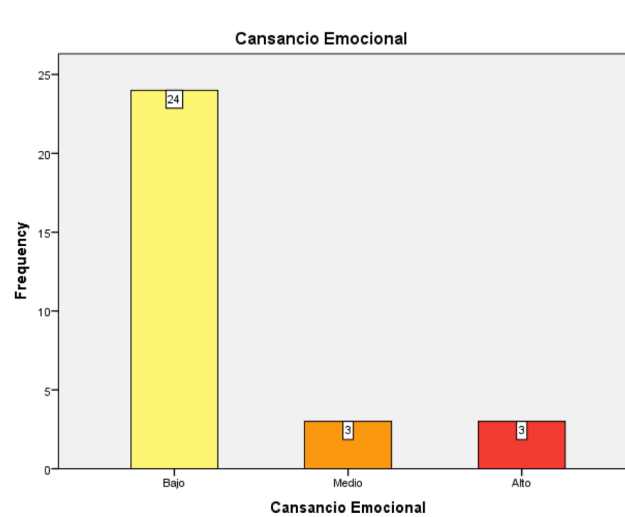
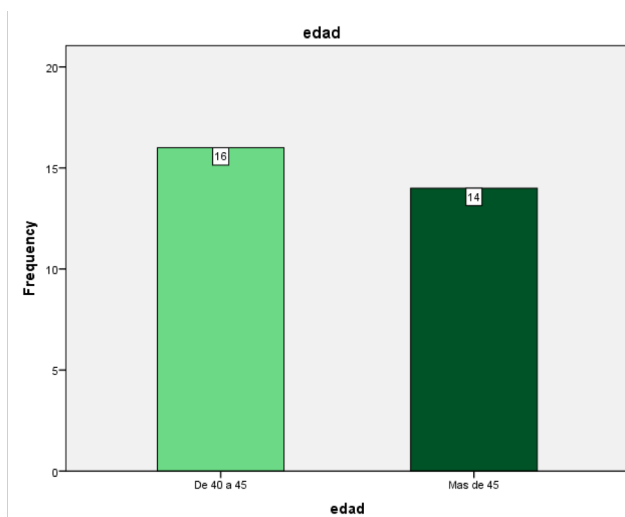
frecuencia de 4 encuestados en un nivel bajo, siguiendo con un nivel medio de 9 personas, concluyendo con una frecuencia de 17 docentes mujeres en un nivel alto de realización personal.

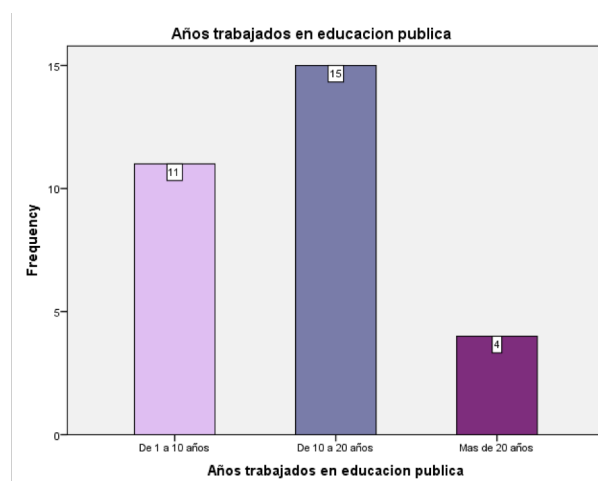
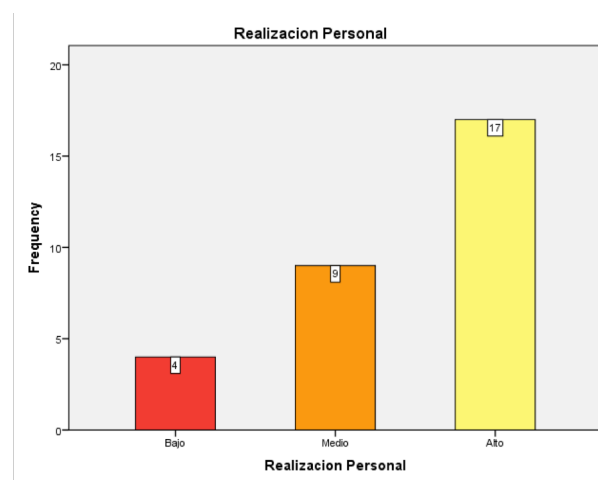
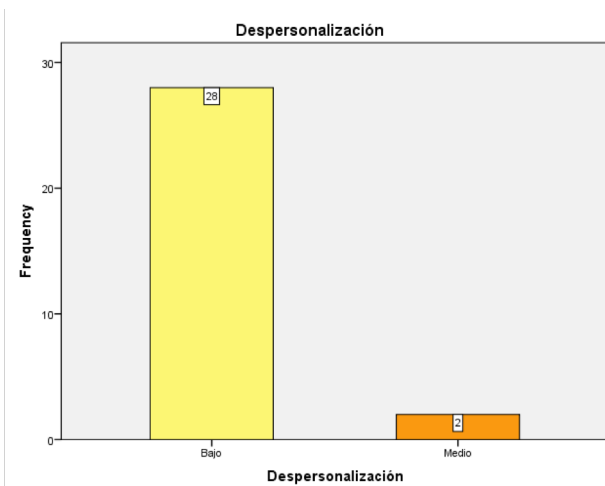
Antigüedad en educación pública

Años trabajados en educación pública					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	De 1 a 10 años	11	36,7	36,7	36,7
	De 10 a 20 años	15	50,0	50,0	86,7
	Más de 20 años	4	13,3	13,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

En relación a los años trabajados en educación pública, se encuentra una mayor frecuencia en 15 profesionales de 10 a 20 en el sistema , a diferencia de 4 docentes que expresan tener más de 20 años en educación pública , finalizando con una frecuencia de 11 docentes menor a 10 años de trabajo en el sistema de educación público.

Gráficos





Discusión

Las investigación establece que las docentes de nivel inicial de educación pública del barrio de Palermo Hollywood, CABA, no presentan síndrome de burnout, obteniendo resultados altos en la escala de realización personal además se hallan valores bajos en despersonalización y cansancio emocional, por lo cual no existe presencia del síndrome de burnout en el sistema educativo.

Los resultados obtenidos se asimilaran a la investigación de Acuña (2014) en la cual evalúa la relación entre síndrome de burnout y bienestar psicológico, en docentes mujeres de nivel inicial de educación pública, la misma no presenta prevalencia del síndrome de burnout, obteniendo valores bajos en despersonalización y cansancio emocional, Acuña (2014) plantea que las docentes habrían desarrollado estrategias de afrontamiento ante los diversos estresores, por lo cual el síndrome se encuentra en valores bajos, también en relación al bienestar psicológico expresa que las personas que desarrollan la auto aceptación, disfrutan de la tarea que realizan y aceptan sus propias limitaciones de manera consciente.

Además, indica que los docentes que tienen un alto grado de realización personal, desarrollan capacidad de afrontamiento activo, es decir, planifican ideas, buscan apoyo social, utilizando una reinterpretación positiva de las situaciones.

En el mismo sentido, Soto y Valdivia (2012) toman el cuestionario MBI a docentes de nivel inicial de Callao, los resultados obtenidos establecen que el 73,9 % de la muestra presenta nivel bajo del síndrome de burnout, en cuanto al nivel medio un 18.3%, lo cual podría desencadenar un nivel elevado, terminando en un nivel alto de burnout con un 7,8%. Por lo cual se concluye que las docentes de nivel inicial de Callao tienen menor riesgo de

desarrollar la sintomatología del síndrome de burnout, producto de las capacitaciones, actualizaciones de material y estudios desarrollados en el área de educación permanente sumado al acompañamiento satisfactorio del sistema educativo al cual pertenecen.

Aranda y Huaranca (2019) evaluaron el síndrome de burnout en docentes de nivel inicial de educación privada y pública, de Huancavelica, Perú, con el fin de comparar los resultados en ambas instituciones producto de los problemas que se desencadenan con el gobierno y el estado para ejercer su profesión, los resultados que obtuvieron confirman un nivel bajo de síndrome de burnout en ambas instituciones, consiguiendo puntuación baja en agotamiento emocional y despersonalización.

Si bien la escala de realización personal no indica puntuación alta, no se puede indicar la prevalencia de la enfermedad, por lo cual en esas instituciones se deberán plantear tratamientos de prevención para aumentar la realización personal de las docentes, con el fin de evitar el ascenso de la enfermedad. También se obtuvo dentro de la escala de agotamiento emocional un grado mayor en las instituciones privadas, lo cual incide en su rendimiento profesional.

De acuerdo al rol del psicólogo educacional para realizar tareas de prevención Arancibia, Herrera y Strasser (2007) hablan de manejar la ansiedad en la escuela, tanto para los niños, niñas y docentes, el modelo descrito refiere a buscar un espacio que permita la relajación logrando la disminución del ritmo habitual de la dinámica áulica, por lo tanto el psicólogo deberá concentrarse para usar un tono de voz lento y calmado para conseguir la disminución de pensamientos y conductas estresantes.

Lo importante de este método es que puedan confrontar las situaciones de estrés dentro y fuera del aula, reconociendo pausadamente las situaciones.

En relación con esto último, Torres P. Y Cobos (2016) propone un método para la prevención del síndrome de burnout en la escuela, presentando como eje la motivación y el reconocimiento de las capacidades de acuerdo a la inteligencia emocional de cada docente que se encuentra activo en el sistema, fundamentando 3 fases:

1. Desplegar autoconciencia: ofrece la oportunidad de registrar las fortalezas y limitaciones en lo que se debe corregir para lograr la seguridad en sí mismo.
2. Gestión de emociones: se entiende como la posibilidad de expresar de una manera correcta y acertada las emociones.
3. Desarrollo de automotivación: mejorar el procesamiento interno de la persona en cuanto a obligación, responsabilidad y seguridad direccionando de manera uniforme los pensamientos para lograr un objetivo determinado.

Para prevenir el síndrome de burnout en el sistema educativo, logrando que no se acentúe en el equipo de docentes, se debe tener en cuenta el modelo anterior descrito garantizando por parte de equipo de orientación escolar presente en las escuelas de CABA un espacio para responder a situaciones que impliquen desconciertos, trabajando en un dispositivo escolar con el fin de garantizar un espacio de bienestar para realizar las tareas.

Cabe agregar que las escuelas del distrito 9 presente en la investigación, tiene una política educativa inclusiva respondiendo al diseño curricular del gobierno de la ciudad de Buenos Aires el cual expresa crear un jardín de infantes desde la pluralidad, generando espacios democráticos en el cual se escuche y se respete a las niñas y niños, a sus familias,

proponiendo en consenso entre las docentes, incluyendo a todos a ser parte de la comunidad educativa.

Este espacio propuesto por la directora de las instituciones que componen este distrito genera un grupo de docentes heterogéneas y creativas para producir aprendizajes y conocimientos que partan de la construcción de las niñas y niños.

Conclusión

De acuerdo a los resultados obtenidos por la presente investigación se concluye en los siguientes ítems:

Se halla un nivel bajo del síndrome de burnout en las docentes de nivel inicial pertenecientes al sector de educación pública en Palermo, CABA.

De acuerdo a las tres escalas del cuestionario MBI, tomado para determinar la incidencia del síndrome se concluye la investigación según las siguientes dimensiones:

En la dimensión de cansancio emocional, las docentes del sector de educación pública, se encontraron en un valor bajo para desarrollar el síndrome.

En la dimensión correspondiente a despersonalización, el total de docentes se encuentra en un nivel bajo de la escala, por lo cual no consigue la puntuación necesaria para que se despliegue la enfermedad.

Por último, en la dimensión de realización personal, se ha obtenido una puntuación alta en la mayoría de las docentes, por lo cual el riesgo a contraer el síndrome de burnout es nulo en ese momento.

La cantidad de chicos que tienen las docentes por sala, es menor a 25 niños, por lo cual pueden centrar la atención en las actividades a realizar, teniendo la asistencia permanente de la maestra auxiliar desarrollando un rol activo y cooperador dentro del aula.

Se resalta la buena relación entre compañeras docentes del distrito escolar, estableciendo un clima laboral cómodo y agradable acompañado, guiado y supervisado por el equipo directivo.

Las docentes que tienen más de 10 años en el sistema de educación pública afirman tener jornadas de formación docente, como pueden ser talleres de información, técnicas de recreación, dedicar tiempo para ofrecer material psicológico y psicopedagógico y realizar reuniones con especialistas de diversos campos de trabajo con el fin de enriquecer el desempeño laboral de la profesión docente.

Es importante resaltar que las encuestas fueron tomadas a comienzo del ciclo lectivo 2019, durante el mes de inicio de clases correspondiente al mes de febrero, por lo cual se logró una aceptación inmediata al responder la encuesta debido a la ausencia de niños y niñas en el ámbito escolar, resaltando buena predisposición.

En posteriores investigaciones se sugeriría un análisis longitudinal antes del receso escolar de invierno o al finalizar el ciclo lectivo en diciembre, con el fin de comparar los resultados, evaluando si en el transcurso del tiempo pueden desarrollar y aumentar los valores del síndrome de burnout.

Referencias

- Acuña, S y Bruschi, M (2014) Relación entre Síndrome de Burnout, Bienestar Psicológico Y Estrategias de Afrontamiento. Universidad Nacional de Mar del Plata.
- Arancibia, C., Herrera, P. & Strasser, S (2007) Manual de psicología educacional, Sexta edición actualizado. Ediciones Universidad Católica de Chile.
- Aranda, I & Huaranca, S (2019) El síndrome de burnout en docentes de nivel inicial de las instituciones públicas y privadas del cercado de Huancavelica. Universidad de Huancavelica
- Axayacatl, G., Celis, M., Moreno, S., Farías, F., & Suarez, J. (2006). Síndrome de burnout .Archivos de Neurociencias, 11 (4) 305-309.
- Báez, S “*Las representaciones sociales acerca del docente de nivel inicial* “, Universidad del Salvador.
- Carrillo, R (2012) *Síndrome de burnout en la práctica médica*. Revista Medicina interna de México 579- 584
- Diseño curricular del Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires, (2019) Buenos Aires.
- Escobar, P. (2016).Síndrome de Burnout: 14 signos de agotamiento laboral. Revista ansiedad.
- Esteves-Ferreira, Alberto Abrantes, Santos, Douglas Elias, & Rigolon, Rafael Gustavo. (2014). Avaliação comparativa dos sintomas da síndrome de burnout em professores de escolas públicas e privadas. *Revista Brasileira de Educação*, 19(59), 987-1002

- González Ramírez, M.T & Landero Hernández, R (2006) “Síntomas psicosomáticos y teoría transaccional del estrés”. Universidad Autónoma de Nuevo León, México
- Lazarus, R.S. y Folkman, S. (1984). Estrés y procesos cognitivos. Barcelona, España: Martínez Roca
- López Elizalde, C (2004) *Síndrome de Burnout*. Revista Mexicana de Anestesiología 27 (1) 131-133
- Martínez Pérez, Anabella (2010). El síndrome de burnout. Evolución conceptual y estado actual de la cuestión. *Vivat Academia*, (142) 42-80.
- OIT (1984) La situación del personal docente. Ginebra: OIT.
- Redó, N (2009) *El Síndrome de Burnout en los docentes*. Electronic Journal of Research in Educational Psychology 7 (2) 829-848 España: Universidad de Almería.
- Redó, N (2005) *El síndrome de Burnout en los docentes de educación infantil y primaria en la zona del Vallés Occidental*. Universitat Internacional de Catalunya.
- Saborío Morales, Lachiner, & Hidalgo Murillo, Luis Fernando. (2015). Síndrome de Burnout. *Medicina Legal de Costa Rica*, 32(1), 119-124.
- Santos, R y Peña C (2013). *¿Cuál es la prevalencia de estrés en docentes de pre-escolar y su relación con las condiciones de trabajo?* Universidad de Rosario. Bogotá, Colombia.
- Selye, H. (1978). The Stress of Life. Nueva York, Estados Unidos: McGraw
- Soto, R y Valdivia, N (2012) “Niveles del síndrome de burnout en profesoras de educación inicial sector Callao” Universidad San Ignacio de Loyola

- Torres, P y Cobo, J. (2016) Estrategias de gestión de la inteligencia emocional para la prevención del Síndrome de Burnout en docentes de aula. Universidad de Los Andes
- Trucco, Marcelo. (2002). Estrés y trastornos mentales: aspectos neurobiológicos y psicosociales. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 40(Supl. 2), 8-19
- Zabala, José (2008). Estrés y burnout docente: conceptos, causas y efectos. Educación Vol. XVII, N° 32

Anexo

Edad: ...47.....

Sexo ☐ 1. Hombre ☒ 2. MujerClase social ☐ 1. Alta ☒ 2. Media ☐ 3. Baja

Lo invitamos a colaborar en una Investigación que se desarrolla en el marco de la realización del Trabajo Integrador Final de grado de la Universidad de Flores. El mismo trata sobre la opinión que la gente tiene sobre distintos aspectos de su vida personal y social. Para ello, su cooperación con este cuestionario es de especial relevancia. Es un cuestionario anónimo en el que no existen respuestas correctas o incorrectas, sólo nos interesa su opinión. Por favor intente responder a todo el cuestionario.

I. Señale la respuesta que crea oportuna sobre la frecuencia con que siente los enunciados:

0= NUNCA. 1= POCAS VECES AL AÑO O MENOS. 2= UNA VEZ AL MES O MENOS.

3= UNAS POCAS VECES AL MES. 4= UNA VEZ A LA SEMANA. 5= POCAS VECES A LA SEMANA.

6= TODOS LOS DÍAS.

1. Me siento emocionalmente agotado por mi trabajo	1
2. Cuando termino mi jornada de trabajo me siento vacío	0
3. Cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada de trabajo me siento fatigado	1
4. Siento que puedo entender fácilmente a los pacientes	6
5. Siento que estoy tratando a algunos pacientes como si fueran objetos impersonales	0
6. Siento que trabajar todo el día con la gente me cansa	0
7. Siento que trato con mucha eficacia los problemas de mis pacientes	6

8. Siento que mi trabajo me está desgastando	0
9. Siento que estoy influyendo positivamente en la vida de otras personas a través de mi trabajo	6
10. Siento que me he hecho más duro con la gente	0
11. Me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente	0
12. Me siento con mucha energía en mi trabajo	0
13. Me siento frustrado en mi trabajo	6
14. Siento que estoy demasiado tiempo en mi trabajo	0
15. Siento que realmente no me importa lo que les ocurra a mis pacientes	0
16. Siento que trabajar en contacto directo con la gente me cansa	0
17. Siento que puedo crear con facilidad un clima agradable con mis pacientes	0
18. Me siento estimado después de haber trabajado íntimamente con mis pacientes	6
19. Creo que consigo muchas cosas valiosas en este trabajo	0
20. Me siento como si estuviera al límite de mis posibilidades	6
21. Siento que en mi trabajo los problemas emocionales son tratados de forma adecuada	0
22. Me parece que los pacientes me culpan de alguno de sus problemas	0

¿Cuántos años hace que ejerce en educación pública?9

años.....

¡MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN!