Estrés, Agotamiento Profesional (burnout) y Salud en Profesores de Acuerdo a su Tipo de Contrato

STRESS, BURNOUT AND HEALTH IN TEACHERS ACCORDING TO THEIR TYPE OF CONTRACT

Fernando Arias Galicia[1], Martha Elva González Zermeño[2]

1. Doctor en Psicología. Doctor en Ciencias Administrativas. Facultad de Psicología, Universidad Autónoma del Estado de Morelos.
2. Maestra en Planeación y Desarrollo.

RESUMEN

El estrés es un tema importante en el entorno laboral; no puede negarse su presencia en la vida moderna que perjudica de manera directa a las personas y a las organizaciones. La necesidad de estudiar el agotamiento profesional (burnout) viene unida con el estudio del estrés laboral ya que se han considerado como problemas estrechamente relacionados con el ambiente de trabajo y con la salud del trabajador. Por lo tanto, el objetivo de este estudio fue determinar la relación existente entre el estrés, el agotamiento profesional (burnout), y la salud de los profesores, así como detectar los niveles de estrés y de agotamiento profesional y salud en los profesores de tiempo completo, medio tiempo y por horas de tres niveles educativos (preescolar, primaria y secundaria). Con los resultados encontrados podemos concluir sobre la existencia de una asociación importante entre el estrés y las facetas del burnout con la salud disminuida de los profesionales de la educación. Fueron los docentes dedicados enteramente a las labores educativas quienes informaron experimentar los niveles más altos de las variables consideradas independientes (estrés y las facetas del burnout).

(Arias F, González M. 2009. Estrés, Agotamiento Profesional (burnout) y Salud en Profesores de Acuerdo a su Tipo de Contrato. Cienc Trab. Jul-Sep; 11 (31): 172-176).

Descriptores: AGOTAMIENTO PROFESIONAL, ESTRÉS, ESTADO DE SALUD, DOCENTES, HORAS DE TRABAJO, MÉXICO.

ABSTRACT

Stress is a major issue in work environment; its presence in modern life, damaging directly people and organizations, cannot be denied. The need for studying burnout comes along with the study of work stress since they have been considered as problems closely related to work environment and workers health. Therefore, the objective of this study was to determine the relationship existing among, stress, burnout, and health of teachers, as well as detecting stress, burnout and health levels of full time, part time and hourly teachers of three educational levels (preschool, elementary and high school). Results found allow us to conclude that there exists an important association between stress and the burnout facets with diminished health of education professionals. Full time teachers were the ones that reported experiencing the highest levels of variables considered independent (stress and the burnout facets).

Descriptors: BURNOUT, PROFESSIONAL; STRESS; HEALTH STATUS; FACULTY; WORK HOURS; MEXICO.

INTRODUCCIÓN

En nuestros días la presencia del estrés es una realidad en la vida moderna y un tema primordial para la salud individual y para la prosperidad o el deterioro económico; por tanto, no deben subestimarse las repercusiones del estrés en el trabajo, pues es alto el gasto que representa en enfermedad, baja productividad y desempeño reducido (Williams y Cooper 2004). Por ejemplo en México, el Instituto Mexicano del Seguro Social informó un incremento en el gasto de sus medicamentos debido al estrés de los trabajadores (Reforma 2009). Asimismo, una idea muy difundida en nuestra sociedad es que el trabajo genera estrés y origina problemas de salud; con lo cual se asume una idea negativa del estrés. Sin embargo, no siempre tiene repercusiones negativas, pues también el estrés puede convertirse en un fenómeno adaptativo de los seres humanos que contribuye a su supervivencia, a un adecuado rendimiento de sus actividades y a un desempeño eficaz en numerosas esferas de su vida (Peiró 2005). No obstante, una gran mayoría de las investigaciones se han enfocado al estudio del estrés negativo y su importancia en el ámbito laboral.

Por tanto, la necesidad de estudiar el agotamiento profesional (burnout) viene unida a la de estudiar los procesos de estrés laboral (Gil-Monte y Peiró 1997), pues el agotamiento profesional (burnout) se ha considerado como un problema directamente relacionado con el ambiente de trabajo y es mencionado como uno de los riesgos psicosociales procedentes de la actividad laboral con influencia en la salud del trabajador.

El estrés derivado de trabajar en instituciones educativas en contextos cada vez más complejos y demandantes implica, en algunas ocasiones, el desarrollo del agotamiento profesional (burnout), el cual puede llegar a afectar la calidad de vida laboral. Los efectos del agotamiento profesional (burnout) se dejan notar tanto en los trabajadores (por ejemplo, problemas físicos y psíquicos) como en las organizaciones (ausentismo, rotación, costos más altos, baja productividad, etc.). En cuanto a la docencia, se considera como una profesión estresante que con mucha

Correspondencia / *Correspondence*
Fernando Arias G.
Facultad de Psicología, Universidad Autónoma del Estado de Morelos.
Pico de Orizaba 1, Col. Los Volcanes, Cuernavaca, Mor. CP 62360.
Tel.: (52 777) 329 7700 Ext 3720
e-mail: ariasgalicia1969@prodigy.net.mx
Recibido: 04 de agosto de 2009 / Aceptado: 10 de septiembre de 2009

frecuencia afecta la salud, la capacidad para desempeñar las tareas y aprovechar al máximo las habilidades y capacidades. Los riesgos para la salud del docente involucran no sólo estrés sino también burnout (Lozada 2005).

El Estrés

La palabra estrés deriva del griego stringere, que significa provocar tensión (Skeat 1958). La palabra se usó por primera vez probablemente alrededor del siglo XIV y se ha hecho notar su imprecisión dentro del vocabulario científico, pues tiene una variedad de significados para diferentes personas en virtud de que existen definiciones basadas en los estímulos, en la respuesta y en el concepto estímulo-respuesta (Ivancevich y Matteson 1992). La definición clásica del estrés más conocida y utilizada por diversos autores es la basada en la respuesta, elaborada por Hans Selye, quien visualiza al estrés como una respuesta general del organismo ante cualquier estímulo o situación estresante (Selye 1956).

Tal vez hay un error en esta definición al utilizar el mismo concepto para su definición: "situación estresante" sería la "situación que provoca estrés"; entonces, el estrés sería una respuesta (...) ante una situación que provoca estrés.

Según, Dolan y cols. (Dolan et al. 2005), el estrés generalmente se produce cuando un individuo es incapaz de responder de forma adecuada o eficaz a los estímulos provenientes de su entorno, o cuando lo consigue es a costa de la salud de su organismo.

Basándose en los estudios realizados por Hans Selye hace más de cincuenta años, algunos autores establecen una doble valoración del estrés y utilizan para referirse a ello dos términos diferentes: eustrés y distrés (Gutiérrez 1998; Peiró 2005; Selye 1956):

- El eustrés (estrés positivo) hace referencia a situaciones y experiencias en las cuales el estrés tiene resultados y consecuencias positivas porque produce la estimulación y activación adecuadas que permiten a las personas lograr en su actividad unos resultados satisfactorios con costos personales razonables.

  La persona con estrés positivo se caracteriza por ser creativa y motivada; se mantiene viviendo y trabajando, se enfrenta y resuelve problemas. En este estado se obtienen beneficios para la salud del ser humano (Lopategui 2000).
- El distrés (estrés negativo) se refiere a situaciones y experiencias personales desagradables, molestas y con probables consecuencias negativas para la salud y el bienestar. Esta segunda dimensión del estrés ha recibido mayor atención en las investigaciones científicas y es como se ha entendido en forma habitual el término estrés.

  La vida cotidiana se encuentra repleta de estresantes negativos, tales como un mal ambiente de trabajo, el fracaso, la ruptura familiar y un duelo, entre otros (Lopategui 2000).

El Estrés Laboral y el Agotamiento Profesional (burnout)

De acuerdo con Ivancevich y col. (Ivancevich y Matteson 1992), la distinción entre estrés relacionado con el trabajo y estrés no relacionado con éste es artificial. Las fuentes de estrés en el trabajo inciden no sólo en éste, afectando al desempeño, sino también en la vida no profesional de la persona. Al respecto, Dolan y cols. (Dolan et al. 2005) mencionan que el estrés en el trabajo es el desequilibrio entre las aspiraciones de un individuo y la realidad de sus condiciones de trabajo.

Para la Comisión Europea (Comisión Europea 1999) "(...) el estrés relacionado con el trabajo puede definirse como el conjunto de reacciones emocionales, cognitivas, fisiológicas y del comportamiento a ciertos aspectos adversos o nocivos del contenido, la organización o el entorno de trabajo. Es un estado que se caracteriza por altos niveles de excitación y angustia, con la frecuente sensación de no poder hacer frente a la situación".

En cuanto al estudio del estrés laboral, Moreno-Jiménez (Moreno-Jiménez 2000) igualmente ha puesto de manifiesto que el riesgo laboral para la salud no proviene exclusivamente de los factores físicos, sino con frecuencia de factores organizacionales y psicosociales; agregando también que la organización actual del trabajo está sufriendo cambios importantes –los cuales no son ajenos a la seguridad y salud del trabajador–, afectando las conductas laborales, generando tensión, aumentando el aislamiento e induciendo a estados de ánimo negativos y desgaste emocional.

En relación al estrés y al agotamiento profesional, cabe mencionar que Aranda y cols. (Aranda et al. 2005) opinan que la entrada al síndrome del agotamiento profesional (burnout) es un distrés (estrés patológico) producido por un desequilibrio entre las expectativas y la realidad del trabajo, con manifestaciones psicológicas y físicas, con repercusiones en la vida personal, familiar, social y en la institución donde labora; en casos extremos puede conducir a la misma muerte.

Ayuso (Ayuso 2006) coincide al señalar que el agotamiento profesional (burnout) es un estrés crónico (distrés) experimentado en el contexto laboral y una exposición crónica a los estresores laborales, especialmente entre los profesionales que trabajan en contacto directo con las personas.

El agotamiento profesional (burnout) ha quedado establecido como una respuesta al estrés laboral crónico presentado con frecuencia en los profesionales de las organizaciones de servicios (médicos, profesionales de enfermería, maestros, policías, trabajadores sociales, etc.), quienes trabajan en contacto directo con los usuarios de tales organizaciones (pacientes, alumnos, presos, indigentes, etc.) (Gil-Monte 2003), presentándose acompañado de actitudes y sentimientos negativos hacia las personas con quienes se trabaja y hacia el propio rol profesional, así como la vivencia de encontrarse emocionalmente agotado (Gil-Monte 2004).

La conceptuación más aceptada por los investigadores y retomada en la presente investigación es la elaborada por Maslach y col. en 1981 (Maslach y Jackson 1981), en donde el agotamiento profesional (burnout) se entiende como "una respuesta prolongada ante estresores emocionales e interpersonales crónicos en el trabajo, y es definido por las tres dimensiones de agotamiento, despersonalización e ineficacia" (Maslach et al. 2001). La primera dimensión se refiere al sentimiento de haber agotado los recursos emocionales y físicos y se caracteriza por la falta de energía y entusiasmo. La segunda es la despersonalización o deshumanización y se describe como una respuesta negativa, endurecida e indiferente en extremo ante las personas a quienes se proporciona el servicio y la tercera se expresa como un sentimiento de incompetencia y una falta de logros y productividad en las labores; se caracteriza como una tendencia del trabajador a autoevaluarse de forma negativa (Maslach y Jackson 1989).

En la actualidad los estudios sobre el agotamiento profesional (burnout) se han incrementado enormemente y han contribuido a mejorar el conocimiento del fenómeno; algunos de ellos han ayudado a diferenciarlo teórica y empíricamente, separándolo de otros conceptos afines como tedio, depresión, alienación, ansiedad, insatisfacción laboral, fatiga, neurosis existencial o desencanto (Gil-Monte y Peiró 1997). Por tanto, ha nacido la percepción relativa a que el estudio del agotamiento profesional (burnout) aporta cada día nuevos elementos que contribuyen a mejorar el conocimiento del fenómeno (Gil-Monte 2005).

El Agotamiento Profesional (burnout) y la Salud

Ahora bien, diversas investigaciones reportan la relación existente entre el agotamiento profesional (burnout) y la salud (García et al. 2000). En concreto, se encuentra asociado a síntomas somáticos y a diversos aspectos emocionales como la depresión y la ansiedad. También Pando y cols. (Pando et al. 2006) describen las conse-

cuencias nocivas para el individuo, en forma de falta de salud con alteraciones psicosomáticas si se padece el agotamiento profesional a lo largo del tiempo. Por otro lado, Durán y cols. (Durán et al. 2005) indican que el agotamiento profesional (burnout) aparece por unas elevadas demandas laborales, con deterioro en la salud del trabajador. Además, el componente de desgaste emocional es más predictivo del estrés relacionado con los resultados de salud que los otros dos (Maslach et al. 2001).

Del mismo modo, Moreno y cols. (Moreno-Jiménez et al. 1999) revelan que el agotamiento profesional (especialmente el desgaste emocional) muestra una importante asociación con los problemas de salud percibida por los propios trabajadores. Por tanto, el agotamiento profesional (burnout) constituye una fase avanzada del estrés laboral que puede llegar a provocar una incapacidad total para poder desarrollar el trabajo, lo cual hace necesario tomar medidas preventivas en fases iniciales (Fernández et al. 2004).

El Agotamiento Profesional (burnout) en Profesionistas de la Educación

El ambiente de la enseñanza se ha considerado por diversos autores como uno de los lugares de trabajo donde los profesionales parecen más expuestos a padecer el agotamiento profesional (burnout), pues en el ejercicio cotidiano de la profesión docente se puede llegar a desarrollar el agotamiento profesional, el cual va en detrimento de la salud y en general de la calidad de vida laboral (Cordeiro et al. 2003; Guerrero 1997; Guerrero y Rubio 2005; Durán et al. 2005; Moreno-Jiménez 2000; Schaufeli 2005). En el contexto educativo, el desgaste se refiere a la pérdida de recursos emocionales debida a las demandas de los estudiantes, demás profesores del centro y familias de los estudiantes; se refleja en indiferencia y actitudes distantes hacia el trabajo. La despersonalización se manifiesta en indiferencia hacia los estudiantes, a quienes se trata como si fueran objetos; lo mismo ocurre hacia las personas con quienes se trabaja: otros profesores, directivos y personal administrativo y de intendencia (Salanova et al. 2005).

En el ámbito internacional es muy abundante la investigación sobre el agotamiento profesional: es un fenómeno de interés referido en numerosas publicaciones y estudiado en diversas poblaciones o muestras; en cambio, en México es un tema en el cual todavía la investigación no ha sido tan abundante como en otras latitudes. Revisando las publicaciones de trabajos realizados en nuestro país se encuentran los estudios reportados por Aldrete y cols. (Aldrete et al. 2003) efectuados en 25 escuelas de educación primaria de la Zona Metropolitana de Guadalajara, Jalisco; los resultados obtenidos demostraron que de los docentes de la muestra, el 25.9% presentó desgaste emocional, calificado como alto; el 21.6% también dio calificaciones bajas en el campo de la realización en el trabajo y el 80% fue evaluado como nivel bajo en el área de despersonalización.

Por otro lado, Sandoval y col. (Sandoval y Unda 2005) realizaron una investigación con docentes de bachillerato del Estado de México, relacionando las variables del agotamiento profesional con las nuevas exigencias surgidas de las condiciones de organización del trabajo académico actual; entre las relaciones reportadas se encuentran: en la medida que se presentaron niveles de insatisfacción, también se halló cada vez mayor cansancio emocional, además se encontró una relación significativa entre la presencia del agotamiento profesional y la insatisfacción de los participantes del estudio.

Asimismo, Pando y cols. (Pando et al. 2006) realizaron un estudio con profesores de tiempo completo y medio tiempo del Centro Universitario de Ciencias de la Salud, de la Universidad de Guadalajara, y encontraron que un 52.7% de los participantes calificó con síndrome de agotamiento profesional, presentándose las tasas más altas en las mujeres (64.2%) y los solteros(as) con 61.7%. Las manifestaciones más altas fueron registradas en la falta de realización en el trabajo con un 39%; el desgaste emocional con un 24.7% y la más baja fue la despersonalización con 6.2%.

Del mismo modo, Ortíz y col. (Ortiz y Arias 2008) reportan un estudio realizado con profesionales de la salud y la educación en el Occidente de México; entre los resultados obtenidos se señala que las mujeres percibieron más agotamiento profesional (burnout) que los hombres; no obstante, los docentes denotaron menores niveles en comparación con el personal de salud. En ambos casos se resalta la importancia de intervenir en las variables organizacionales (especialmente en el apoyo brindado por la organización) en vez de las individuales, pues las primeras denotaron mayores niveles de correlación con las tres facetas del agotamiento profesional.

De acuerdo con los resultados localizados en los estudios mencionados anteriormente es notorio el desarrollo del agotamiento profesional (burnout) en los profesionales trabajando en las instituciones educativas; por tanto, es necesario conocer y comprender las condiciones en donde se desarrolla la labor docente. El agotamiento profesional, al ser considerado como un problema presente en espacios laborales, requiere de mayor atención de las organizaciones y de los académicos. En nuestro país aún es necesario emprender investigaciones más detalladas respecto al agotamiento profesional y a las variables relacionadas al mismo. El propósito fundamental debe ser el de prevenir los factores propiciadores del estrés laboral, el burnout y sus posibles consecuencias en la salud de los docentes. La respuesta ayudará a establecer estrategias que redunden en la calidad de vida de los trabajadores y la efectividad de las organizaciones educativas.

Ante este planteamiento surgen las siguientes preguntas:

1. ¿La presencia del estrés y el agotamiento profesional (burnout) se relaciona con la salud de los profesores, según su propia percepción?
2. ¿El tipo de contratación de los profesores implica diferencias en cuanto al desarrollo del estrés, al agotamiento profesional (burnout) y éstos se relacionan con problemas de salud?

Objetivos

- Determinar la relación existente entre el estrés, el agotamiento profesional (burnout), y la salud de los profesores.
- Detectar los niveles de estrés y de agotamiento profesional (burnout) y salud en los profesores de tiempo completo, medio tiempo y por horas de tres niveles educativos (preescolar, primaria y secundaria).

Hipótesis

En función de los objetivos propuestos se formularon las siguientes hipótesis:

Nula: El estrés y el agotamiento profesional (burnout) no están relacionados con la salud de los profesores.

Alterna: La presencia de estrés y de agotamiento profesional (burnout) se relaciona con la salud de los profesores.

Nula: El tipo de contratación del profesor no implica diferencias en el grado de estrés, agotamiento profesional (burnout), y problemas salud.

Alterna: El tipo de contratación del profesor se relaciona con el grado de estrés, agotamiento profesional (burnout), y problemas la salud.

MÉTODO

Participantes

La muestra estuvo formada por 258 trabajadores, de los cuales 110 fueron profesores del Estado de Morelos (42.64%) y 148 del Estado de México (57.36%); el 10.5% de preescolar; el 56.2% de primaria, y el 33.3% de secundaria. Participaron un 32.9% de profesores de tiempo completo; un 37.2% de profesores de medio tiempo, y 29.8% de profesores por horas.

El 61.6% pertenecía al sexo femenino, un 30.6% al masculino y un 7.8% no contestó. Un 36.4% tenía entre 21 y 30 años de edad; el 31.0% tenía un rango de entre 31 y 40 años; el 24.8% entre 41 y 50 años; un 5.8% entre 51 y 60 años y 1.9% no respondió. En cuanto al estado civil, el 51.9% estaba casado; el 30.2%, soltero; el 7.4%, divorciado; el 8.5% vivía en unión libre, y el 1.6% era viudo.

Instrumentos

Los cuestionarios utilizados fueron:

a) El inventario de Burnout (MBI Educators Survey) diseñado por Maslach, Jackson y Leiter (1996) para personal docente. Este instrumento es el más empleado en el ámbito nacional e internacional y ha sido ampliamente validado y confiabilizado.
b) Los reactivos de salud se tomaron de: Goldberg, D.P. (Goldberg 1978). La versión en castellano fue empleada por Padilla, P. y Peláez, O. (Padilla y Peláez 1985).
c) Los reactivos de estrés fueron tomados de: Casas y cols. (Casas et al. 2004), y Luna-Arocas y col. (Luna-Arocas y Tang 2004).
d) Se adicionó una serie de preguntas sobre aspectos demográficos: sexo, edad, lugar de trabajo, etc., los cuales no se analizan totalmente en la presente pesquisa.

Procedimiento

La recolección de la información se llevó a cabo en 11 instituciones educativas del Estado de Morelos y 21 del Estado de México, de los niveles educativos de preescolar, primaria y secundaria. La forma de contacto con los centros educativos se desarrolló por medio de la exposición del proyecto de investigación a los directores. Los cuestionarios fueron entregados a los directores de cada institución, quienes los repartieron a los trabajadores dispuestos a colaborar; se incluyó una cláusula de confidencialidad y se estableció el compromiso de devolver los resultados a los maestros que anotaron su nombre al final del cuestionario y a las instituciones participantes.

RESULTADOS

En el análisis estadístico se empleó la correlación de Pearson (r) para analizar la relación entre las tres dimensiones del burnout y la variable salud y el análisis de varianza (ANOVA) con el fin de conocer los niveles de las variables de interés. Se estableció un nivel de significación de .05 para rechazar las hipótesis nulas.

Se utilizó el paquete estadístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versión 15 para Windows. La información se capturó en dos ocasiones por distintas personas y después se sometió a una verificación mediante un programa en Excel para detectar y corregir posibles errores.

En primer lugar se obtuvieron las correlaciones Pearson (r) de las variables. En la Tabla 1 se presenta el análisis de la relación del estrés, de las tres dimensiones del agotamiento profesional (desgaste emocional, despersonalización y carencia de logro), y la salud. Los resultados encontrados mostraron correlaciones negativas entre el estrés, el desgaste emocional, la despersonalización y la carencia de logro con la salud. En otras palabras, la presencia de las variables primeramente mencionadas se asoció con una disminución en la salud física percibida por los docentes. Sobresalió el desgaste emocional y el estrés se colocó en último lugar. Todas las correlaciones resultaron altamente significativas ($p < 0.001$).

Los resultados obtenidos al analizar los niveles de estrés y agotamiento profesional (burnout) en relación con el tipo de contratación (profesor de tiempo completo, de medio tiempo y por horas) bajo el cual laboran los trabajadores de la educación de los niveles de preescolar, primaria y secundaria se presentan en la Tabla 2.

Se hallaron diferencias significativas en el estrés en cuanto al tipo de contratación: los profesores de tiempo completo manifestaron tener mayor estrés que los demás participantes. Respecto a las dimensiones del agotamiento profesional, se encontraron diferencias significativas únicamente en la variable desgaste emocional, reportando niveles mayores los profesores de tiempo completo; en cuanto a la salud, los docentes por horas presentaron los niveles más altos. Nuevamente los maestros de tiempo completo exhibieron los niveles menores (Tabla 2).

Tabla 1.
Correlación de Pearson (r) de las variables en estudio.

Variable	Salud (r)	Nivel de significación
Estrés	-0.355	0.000
Desgaste emocional	-0.606	0.000
Despersonalización	-0.424	0.000
Carencia de logro	-0.455	0.000

Tabla 2.
Análisis de varianza (ANOVA) de las variables de estudio según el tipo de contratación.

Variable	Puesto	Media	Nivel de significación
Desgaste emocional	Profesor de tiempo completo	2.73	P=0.009
	Profesor de medio tiempo	2.56	
	Profesor por horas	2.26	
Despersonalización	Profesor de tiempo completo	2.12	P=0.817
	Profesor de medio tiempo	2.13	
	Profesor por horas	2.04	
Carencia de logro	Profesor de tiempo completo	2.88	P=0.798
	Profesor de medio tiempo	2.84	
	Profesor por horas	2.80	
Salud	Profesor de tiempo completo	5.13	P=0.006
	Profesor de medio tiempo	5.14	
	Profesor por horas	5.67	

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos en esta investigación demostraron la relación existente entre el estrés, el agotamiento profesional y la salud de los trabajadores de la educación: a mayor estrés y presencia de desgaste emocional (sentimientos de pérdida de energía, agotamiento y fatiga), de despersonalización (actitud de indiferente, distante y deshumanizada), así como sentimientos de carencia de logro (tendencia de evaluar el trabajo de forma negativa y con la creencia de tener poca eficacia y habilidad para realizar el trabajo), se reportaron mayores problemas de salud en los profesores participantes en el estudio. Además, una conclu-

sión va en el sentido de que los profesores de tiempo completo fueron quienes manifestaron niveles más altos de estrés, desgaste emocional y problemas de salud; en cambio, los profesores por horas mostraron menores niveles en estas variables.

Con estos resultados podemos concluir la existencia de una asociación importante entre el estrés y las facetas del burnout con la salud disminuida de los profesionales de la educación. Fueron los docentes dedicados enteramente a las labores educativas quienes informaron experimentar los niveles más altos de las variables consideradas independientes (estrés y las facetas del burnout); por tanto, es necesario reflexionar y actuar sobre las condiciones de estos profesores, pues en ellos recaen las actividades más importantes para las instituciones educativas como es la gestión, la tutoría y en muchos casos un excesivo número de horas frente a grupo.

De los hallazgos aquí mencionados puede concluirse la necesidad de realizar más estudios respecto al estrés y al agotamiento profesional en nuestro país con el propósito de conocer la dimensión del problema en los profesores y las consecuencias para su salud. Es preciso incrementar la conciencia del problema y buscar opciones para disminuirlo y elevar la calidad de vida de los trabajadores de la educación y, al mismo tiempo, la eficiencia de las instituciones.

Una de las limitaciones de la presente investigación es que a pesar de ser muchas escuelas las que participaron, se cuenta con un número reducido de participantes en algunas de ellas. Otra limitación se refiere a las muestras, tomadas en sólo dos estados (Morelos y México) de la República Mexicana. Por lo tanto, no es posible generalizar a partir de estos resultados; así pues, es indispensable efectuar un mayor número de investigaciones e impulsar la participación de los trabajadores de la educación a fin de verificar los resultados obtenidos.

REFERENCIAS

Aldrete M, Pando M, Aranda C, Calcazár PN. 2003. Síndrome de burnout en maestros de educación básica, nivel primaria de Guadalajara. Investigación en salud. 5(1): 6-11.

Aranda C, Pando M, Torres T, Salazar J, Franco S. 2005. Factores psicosociales laborales y síndrome de burnout en médicos de familia. México. Anales de la Facultad de Medicina. 66 (3):235-331.

Ayuso JA. 2006. Profesión docente y estrés laboral: una aproximación a los conceptos de estrés laboral y burnout. Rev Iberoam Educ. 39(3):1-14.

Casas J, Repullo JR, Mingo C, Sánchez P, Aguilera M, Pérez-Hervada A et al. 2004. Adaptación de la escala Q-labors a atención primaria. Rev Calid Asist. 19:329-340.

Cordeiro JA, Guillén CI, Gala FJ, Lupiani M, Benítez A, Gómez A et al. 2003. Prevalencia del síndrome de burnout en los maestros: resultados de una investigación preliminar. Psicología com. Revista Electrónica de Psicología [en línea] [Consultado en marzo de 2005]; 7(1):1-2. Disponible en: http://www.psiquiatria.com/articulos/estres/11393/

Comisión Europea. 1999. Guía sobre el estrés relacionado con el trabajo. Disponible en: http://ec.europa.eu/employment_social/health_safety/docs/guidance_stress_es.pdf. [Consultado en julio de 2005]

Dolan S, García S, Díez-Piñol M. 2005. Autoestima, estrés y trabajo. Madrid: McGraw Hill Interamericana.

Durán MA, Extremera N, Montalbán F, Rey L. 2005. Engagement y Burnout en el ámbito docente: análisis de sus relaciones con la satisfacción laboral y vital en una muestra de profesores. Rev Psicol Trab Organ. 21(1-2):145-158.

Fernández JL, Álvarez I, Doménech G. 2004. Un problema de salud laboral: "estrés laboral-burnout". Med Segur Trab. 50(197):65-78.

García M, Sáez MC, Llor B. 2000. Burnout, satisfacción laboral y bienestar en personal sanitario de salud mental. Rev Psicol Trab Organ. 16(2):215-228.

Gil-Monte, Peiró JM. 1997. El desgaste psíquico en el trabajo: El síndrome de quemarse. Madrid: Síntesis Psicología

———. 2003. El síndrome de quemarse por el trabajo (síndrome de burnout) en profesionales de enfermería. Revista Electrónica InterAcao Psy. 1:19-33.

———. 2004. El síndrome de quemarse por el trabajo (síndrome de burnout): aproximaciones teóricas para su explicación y recomendaciones para su intervención. Disponible en: http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologiapdf-78-el-sindrome-de-quemarse-por-el-trabajo-(sindrome-de-burnout)-aproximaciones-teor.pdf. [Consultado en diciembre 2005]

———. 2005. El síndrome de quemarse por el trabajo (burnout). Una enfermedad laboral en la sociedad del bienestar. Madrid: Síntesis Pirámide.

Goldberg DP. 1978. Manual of the General Health Questionnaire. Windsor: NFER-Nelson.

Guerrero E. 1997. Estudio y análisis descriptivo de bajas laborales docentes. Psicología Educativa. 3(29):175-187.

———. Rubio JC. 2005. Estrategias de prevención e intervención del Burnout en el ámbito educativo. Salud Mental. 28(5):27-33.

Gutiérrez JM. 1998. La promoción del estrés. Psicologia.com [en línea] [Consultado el 20 de enero de 2008]; 2. Disponible en: http://www.psiquiatria.com/psicologia/vol2num1/art_3.htm.

Ivancevich JM, Matteson MT. 1992. Estrés y trabajo: una perspectiva gerencial. México: Editorial trillas.

Lopategui CE. 2000. Estrés: concepto, causas y control. Disponible: http://saludmed.com/Documentos/Estrés.html. [Consultado en noviembre de 2007]

Lozada MA. 2005. La docencia: ¿Un riesgo para la salud? Avances en Enfermería. 23(1): 18-30.

Luna-Arocas R, Tang TLP. 2004. The love of money, satisfaction, and the protestant work ethic: money profiles among university professors in the USA and Spain. J Bus Ethics. 50: 329-354.

Maslach C, Jackson S. 1981. The measurement of experienced burnout. J Occup Behav. 2:99-113.

———. Jackson S. 1989. En: Sanders GS y Suls J. Social psychology of health and illness. EUA: Lawrence Erlbaum Associates. p. 227-246.

———. Schaufeli WB, Leiter MP. 2001. Job burnout. Annu Rev Psychol. 52:397-422.

Moreno-Jiménez B, González JL, Garrosa E. 1999. Burnout docente, sentido de la coherencia y salud percibida. Rev Psicopatología Psicol Clín. 4(3):163-168.

———. 2000. Olvido y recuperación de los factores psicosociales en la salud laboral. Archivos de Prevención de Riesgos Laborales. 3(1):3-4.

Ortíz J, Arias F. 2008. En: Uribe-Prado. J.F. (Editor). Psicología y salud ocupacional en México. Antopología y estrés. 1a. ed. México: UNAM. p. 121-150

Padilla P, Peláez O. 1985. Detección de trastornos mentales en el primer nivel de atención médica. Salud mental. 8:66-72.

Pando M, Aranda C, Aldrete MG, Flores E, Pozos E. 2006. Factores Psicosociales y burnout en docentes del Centro Universitario de Ciencias de la Salud. Investigación en Salud. VIII (3):173-177.

Peiró JM. 2005. Desencadenantes del estrés laboral. Madrid: Síntesis Psicología.

Reforma. 2009. Gasta más IMSS por estrés. Reforma.com [serial online] Feb [cited 2009 Feb online]. Disponible en http://www.reforma.com

Salanova M, Martínez IM, Lorente L. 2005. ¿Cómo se relacionan los obstáculos y facilitadores organizacionales con el burnout docente?: Un estudio longitudinal. Rev Psicol Trab Organ. 21(1-2):37-54.

Sandoval OJ, Unda RS. 2005. Síndrome de desgaste profesional en profesores de bachillerato del estado de México. Red de información estratégica laboral. STPS. Disponible en: http://multimedia.ILCE.edu.mz/riel/resultados/sindrome-desgaste.pdf. [Consultado en diciembre 2005]

Schaufeli WB. 2005. Burnout en profesores: Una perspectiva social del Intercambio. Rev Psicol Trab Organ. 21(1-2):15-35.

Selye H. 1956. The Stress of Live. Mc Graw Hill: Nueva York.

Skeat WW. 1958. A Concice Etymological Dictionary of the English Language, London: Oxford University Press.

Williams S, Cooper L. 2004. Manejo del estrés en el trabajo. Plan detallado para profesionales. México: Manual Moderno.