

Niveles de BurnOut en docentes de bachillerato de instituciones educativas fiscales del Distrito Educativo 10D01 Ibarra, Pimampiro, Urcuquí

Levels of Burnout among High School Teachers in Public Educational Institutions of Educational District 10D01 Ibarra, Pimampiro, and Urcuquí

Muñoz Cervantes Alexandra Patricia¹ y Villena López Fausto Napoleón²

¹Universidad de Panamá, patty_apmc@yahoo.es, <https://orcid.org/0009-0003-5653-1353>, Ecuador

²Universidad de Panamá, fnvillena@hotmail.com, <https://orcid.org/0009-0009-6458-5427>, Ecuador

Información del Artículo

Trazabilidad:

Recibido 16-12-2025

Revisado 17-12-2025

Aceptado 15-01-2026

Palabras Clave:

Burnout docente

Estrés laboral

Instituciones fiscales

Distrito educativo

Bachillerato

RESUMEN

El presente artículo estudia los niveles de burnout en docentes de bachillerato de instituciones educativas fiscales del Distrito Educativo 10D01 Ibarra, Pimampiro, Urcuquí. Presenta los resultados principales de un estudio descriptivo-transversal a un universo de 1152 docentes estableciendo una muestra de 212 para el análisis, utilizando la escala Maslach Burnout Inventory para evaluar tres dimensiones clave: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. Al momento de recolectar y analizar los datos, se utilizó metodología cuantitativa como cualitativa. Se recopila la información de los docentes a través de encuestas y grupos focales. Este estudio busca colaborar al conjunto de información y conocimiento existente sobre el tema, proporcionando datos reales sobre el estado del burnout en docentes de bachillerato en instituciones educativas fiscales de la provincia de Imbabura en el norte del Ecuador. Los hallazgos obtenidos pretenden orientar políticas y prácticas orientadas a mejorar las condiciones laborales y promover un entorno escolar saludable y productivo para todos los involucrados en el entorno educativo.

ABSTRACT

This article studies the levels of burnout in high school teachers of educational institutions of the educational district 10D01; Ibarra, Pimampiro and Urcuquí. It presents the main results of a cross-sectional descriptive study to a universe of 1152 teachers; establishing a sample of 212 for analysis using the Maslach burnout inventory scale, to assess three key dimensions: emotional exhaustion, depersonalization and personal accomplishment. When collecting and analyzing the data, quantitative and qualitative methodology were used, information was collected from teachers through surveys and focus groups. This study seeks to contribute to the body of existing information and knowledge on the subject by providing real data on the state of burnout in high school teachers in public educational institutions, in the province of Imbabura in northern Ecuador. The findings obtained are intended to guide policies and practices aimed at improving working conditions and promoting a healthy and productive school environment for all those involved in the educational environment.

Keywords:

Teacher burnout

Work-related stress

Public institutions

School district

High school

INTRODUCCIÓN

El síndrome de burnout o desgaste profesional ha emergido como un fenómeno preocupante dentro del ámbito educativo, con una afectación significativa de la salud y el desempeño profesional de los profesores. Este problema se evidencia e intensifica en contextos como el de las instituciones educativas fiscales, donde los docentes enfrentan múltiples desafíos concernientes a condiciones laborales exigentes, recursos limitados y excesiva carga de trabajo. De manera específica, los docentes que laboran en el nivel de

bachillerato juegan un papel crucial en la formación integral de los estudiantes, pero de igual forma enfrentan presiones significativas que pueden contribuir al desarrollo del burnout.

El estudio se centra en examinar los niveles de burnout en docentes de bachillerato de instituciones educativas fiscales, utilizando la escala Maslach Burnout Inventory (MBI) para evaluar tres dimensiones clave del síndrome: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. Comprender la prevalencia y los factores asociados con el burnout en este grupo específico de docentes es fundamental para diseñar intervenciones efectivas que promuevan el bienestar laboral y la calidad educativa. Además, investigaciones previas sugieren que el burnout no solo afecta la salud individual de los docentes, sino que también repercute en el clima escolar y en el rendimiento académico de los estudiantes.

En la actualidad en nuestro país el rol del docente ha cambiado en todos los niveles, ya sea en educación inicial, media o bachillerato, sufriendo profundas modificaciones en el ámbito laboral, así como en las relaciones interpersonales del ámbito educativo; es así que se ha incrementado la cantidad de trabajo, de informes, de verificadores y de responsabilidades extras a la docencia como tal, con sobrecarga de trabajo y poco contacto con su entorno familiar. Además, la profesión docente dejó de ser una figura con reconocimiento social.

En consecuencia, el maestro de manera recurrente y ante ciertas circunstancias, genera una acumulación de sensaciones como desgaste emocional que se transforma en cansancio emocional, agotamiento laboral y finalmente estrés crónico, es decir Síndrome Burnout o Síndrome del que se siente quemado que no es más que es un tipo de agotamiento mental y físico provocado por estrés prolongado, en virtud de esfuerzos que no se ven recompensados, a la par de exigencias emocionales en la relación con los compañeros de trabajo, que provocan un deterioro, desgaste o pérdida de la empatía.

Los diversos factores que tienen relación con la sobrecarga laboral docente están estrechamente relacionados con el agotamiento emocional. Las tareas administrativas que cada vez son más y los conflictos con los actores educativos también, lo que provocan un aumento en los niveles de estrés con indicios de cuadros de burnout. Al analizar esta información, se puede determinar que las condiciones de trabajo tienen una influencia relevante sobre la salud laboral y, en consecuencia, sobre el rendimiento profesional de los profesores en las instituciones educativas. Es importante resaltar que, según Gil-Monte, (2015), en algunos sectores como el dedicado a la educación y a la prestación de servicios, el burnout cobra especial relevancia, debido a que los profesionales trabajan en continua interacción con personas, suministrándoles asistencia.

En función de lo dicho, de lo importante que es la labor que llevan a cabo los docentes, y los altos niveles de estrés que genera esta profesión, con los agravantes de factores externos, personales e institucionales que están presentes, es evidente la relevancia de estudiar con el personal citado el síndrome de burnout, y de esta forma dar respuestas efectivas para poder afrontarlo y aumentar así la calidad de la labor docente. Y en vista de ello generar nuevos conocimientos e información que contribuirán a articular acciones a seguir tanto a nivel social como institucional, en el personal docente de del Distrito Educativo 10D01 del norte del país.

MATERIALES Y MÉTODOS

Diseño

Se realizó un estudio descriptivo, observacional y analítico, busca especificar propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice. Describe tendencias de un grupo o población. Hernández, Fernández y Baptista (2010, p 80)

Participantes

La población que formó parte del estudio estuvo constituida por 212 docentes, de los cuales el 56.8% fueron mujeres y 43.2% hombres; 62.5% casados; el 24.7% solteros, y el 12.8% otro estado civil. La edad de los docentes participantes fluctuó entre 24 a 64 años con un promedio de 45 años. Respecto a la formación profesional de los docentes, el 61.4% posee formación de cuarto nivel, 31.8% formación de tercer nivel, y 6.8 % tiene formación técnica. En lo que se refiere a condición laboral de los docentes, el 91.2% poseen nombramiento definitivo y el 8.8% entre contrato y nombramiento provisional.

Los años de servicio en la docencia fluctuó entre 3 y 29 años, con un promedio de 19.8 años. El 5.9% de los docentes trabaja en dos jornadas (matutina y vespertina). El número de estudiantes que están a su cargo fluctúan entre 28 y 420, con un promedio de 174. Los profesores motivo de este estudio imparten un promedio de 25.1% horas a la semana, el 17.5% tiene otro empleo no relacionado con docencia.

Referenciando a (Van Dalen y Mayer, 1994), se procura determinar las características del fenómeno en una determinada circunstancia temporal - espacial; es decir, que la investigación relacionó y comparó las principales modalidades de formación o de cambio de un fenómeno para avanzar en la solución de los problemas que se presentan.

La población objeto del estudio es de 212 docentes de bachillerato, para lo que se establece una muestra estratificada de docentes de nombramiento y contrato, mediante la siguiente fórmula:

$$n = \frac{N(p)(q)}{\left[\frac{Me^2}{Nc^2} (N - 1) + (p)(q) \right]}$$

n= Muestra

N= Población

p= probabilidad de ocurrencia

q= probabilidad de no ocurrencia

Me= margen de error o precisión admisible con que se toma la muestra

Nc= nivel de confianza o exactitud con que se generaliza los resultados a la población

Cabe recalcar que la participación de los sujetos objeto del estudio fue voluntaria y anónima

Instrumentos

Para obtener los resultados en el presente estudio, se utilizó el Maslach Burnout Inventory (MBI) que es un cuestionario compuesto por 22 ítems en forma de afirmaciones, sobre los sentimientos y actitudes profesionales, cuyas propiedades psicométricas evidencian una consistencia interna para todos los ítems, especialmente en las tres dimensiones que evalúa de 0.80, una eficacia de 0.90 respecto a cansancio emocional, 0.71 en realización personal y 0.79 en lo que se refiere a despersonalización.

Procedimiento

La recopilación de los datos se llevó a cabo en el mes de enero de 2025 con la colaboración de las autoridades y docentes de las unidades educativas de bachillerato del Distrito educativo 10D01 en las ciudades de Ibarra, Pimampiro y Urcuquí; los docentes recibieron los instrumentos necesarios para dicho efecto.

En dos meses se ejecutó el proceso de recolección de información y tabulación de datos. El análisis de la información tomó como guía los parámetros establecidos en las instrucciones del test, respetando los resultados suministrados por los individuos encuestados.

Variables

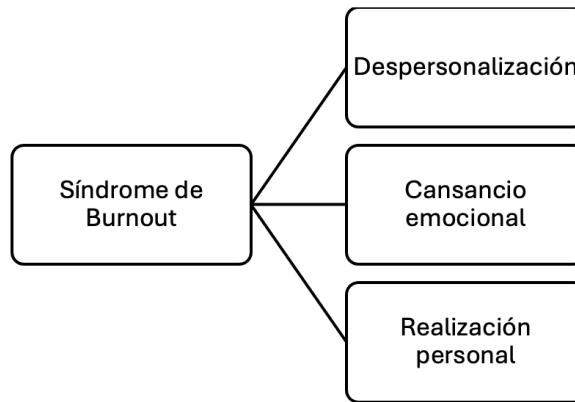
Las variables que se tomaron en cuenta en el estudio fueron:

- Variables de la persona-ocupación: Género; Antigüedad en el puesto.
- Variable Síndrome de Burnout (SB): Cansancio emocional; Despersonalización; Realización Personal.

RESULTADOS

Respecto al Síndrome de Burnout, se pudo detectar que sólo el 20.1% no lo presentaba; es decir, ninguna dimensión “quemada”, lo que significa que aproximadamente ocho de cada 10 docentes tienen al menos una dimensión afectada o “quemada”. Para llegar a esta consideración se tomó la calificación alta y media en cada una de las dimensiones (44.1% tenían una dimensión “quemada”, 23.2% dos y 19.5% las tres dimensiones quemadas. Se pudo detectar un 28.1% con agotamiento o cansancio emocional, un 19.7% con baja realización personal y un 32.1%, con despersonalización; se obtuvo estos resultados sumando los porcentajes obtenidos en la calificación como alto y medio.

Al momento de realizar el análisis de los resultados se utilizó un diagrama estructural (figura 1), fiabilidad y regresión lineal para establecer si existía o no diferencia a nivel comparativo entre las condiciones sociodemográficas con relación a las dimensiones del Síndrome de Burnout y establecer el modelo de comportamiento del mismo.

**Fig. 1:** Dimensiones del Síndrome de Burnout

Los resultados contienen los estadísticos descriptivos y significativos encontrados respecto a género de los docentes del Distrito Educativo 10D01. Tabla 1.

Tabla 1: Género de los docentes del Distrito Educativo 10D01

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Masculino	92	43.2%	43.2%	56.8%
Femenino	120	56.8%	56.8%	100%
Total	212	100%	100%	

	Variable	Frecuencia	Porcentaje
Género	Femenino	120	56.8%
	Masculino	92	43.2%
Edad	24 a 30 años	7	3.6%
	31 a 40 años	94	44.3%
	41 a 50 años	68	32%
	51 a 60 años	32	15%
	60 o más años	11	5.1%
	Casado	133	62.5%
Estado Civil	Soltero	52	24.7%
	Otro estado civil	27	12.8%
Años de servicio	De 1 a 3 años	7	3.6%
	De 4 a 6 años	56	26.4%
	De 7 a 9 años	77	36.3%
	De 10 0 más años	72	33.7%
Formación profesional	Tercer nivel	68	31.8%
	Cuarto nivel	130	61.4%
	Formación técnica	14	6.8 %
	Nombramiento definitivo	174	82.1%
Condición laboral	Contrato	18	8.5%
	Nombramiento provisional	20	9.4%

Referente a la formación profesional de los docentes, el 61.4% posee formación de cuarto nivel, 31.8% formación de tercer nivel, y 6.8 % tiene formación técnica. En lo que se refiere a condición laboral de los docentes, el 82.1.2% poseen nombramiento definitivo y el 17.9% entre contrato y nombramiento provisional.

Los resultados incluyen los estadísticos descriptivos y significativos encontrados en las tres dimensiones dimensión despersonalización de los docentes del Distrito Educativo 10D01. Tabla 2.

Tabla 2: Dimensiones de afectación del Síndrome de Burnout en los docentes del Distrito Educativo 10D01

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Despersonalización	68	32.1%	32.1%	32.1%
Cansancio emocional	59	28.1%	28.1%	60.2%
Realización personal	42	19.7%	19.7%	79.9%
Ninguna	43	20.1%	20.1%	100%
Total	212	100%	100%	

DISCUSIÓN

Como se ha manifestado la intención del presente estudio investigativo ha sido detectar la presencia del Síndrome de Burnout en docentes de Bachillerato del Distrito Educativo 10D01. La cifra de prevalencia es aproximadamente del 80%; sin duda alguna un hallazgo importante y a la vez preocupante, puesto que 8 de cada 10 docentes presenta este problema. Se encontraron datos con resultados que sobrepasas por ejemplo a los reportados por Unda11 2007, en docentes del Colegio de Ciencias (60%); así como el de Pando-Moreno, M., Aranda-Beltrán, C., Aldrete, R. M. G., Flores-Salinas, E., & Pozos-Radillo, E. (2006), en catedráticos universitarios (38.9%); de igual forma los de Rocha13, 2006 en docentes de bachillerato (43.3%). Toda esta data nos lleva a pensar que el trabajo que realiza el docente del nivel bachillerato, es más demandante.

Como parte e la discusión, se presenta a continuación, resultados obtenidos de las posibles causas o factores que da alguna u otra forma contribuyen a elevar los niveles de burnout en los docentes de Bachillerato del Distrito Educativo 10D01

Tabla 3: Aspectos que contribuyen a elevar los niveles de burnout en los docentes de Bachillerato del Distrito Educativo 10D01

Batería de factores en la labor docente	Dimensiones del Síndrome de Burnout			
	Agotamiento emocional	Despersonalización	Baja realización personal	Más de una dimensión quemada
Condiciones del lugar de trabajo	27.5%	24.8%	21.7%	26%
Carga de trabajo	33.2%	21.5%	25.3%	20%
Exigencias laborales	34.1%	19.6%	21.9%	24.4%
Tareas académicas y desarrolladas en la labor docente	26.7%	23.1%	25.4%	24.8%
Interacción social y aspectos organizacionales	31.7%	27.9%	26.3%	14.1%
Remuneración del rendimiento	18.7%	25.8%	34.9%	20.6%
Todos los factores	28.6%	23.8%	25.9%	21.7%

Las relaciones que se evidencian en los resultados entre las dimensiones del Síndrome y los diferentes factores de la labor docente, demuestran que si existe plena relación entre éstas causas y el Síndrome de Burnout, destacando la sobrecarga de trabajo que incluyen no solo la enseñanza en el aula, sino también la planificación de clases, calificación, informes, y tareas administrativas adicionales. De la misma manera, el ambiente laboral estresante, es decir el estrés puede agravarse por conflictos con la administración o compañeros de trabajo. La carencia de reconocimiento hacia el esfuerzo de los docentes y la falta de apoyo emocional o profesional por parte de las autoridades educativas pueden generar sentimientos de desvalorización. Punto relevante es la baja remuneración y condiciones laborales que contribuyen significativamente al desgaste profesional. Y la presión por cumplir con estándares académicos puede generar una presión adicional en los docentes, quienes deben esforzarse por cumplir expectativas altas con recursos limitados y un tiempo restringido

CONCLUSIÓN

Las condiciones laborales que día a día los docentes de bachillerato evidencian, conlleva a un agotamiento emocional, como lo reflejan las cifras de prevalencia del síndrome de Burnout encontradas en el presente estudio. Por tanto, es fundamental la intervención oportuna en los casos ya detectados y fomentar estrategias de prevención en los profesores que se encuentran en riesgo de padecerlo. Es necesario mejorar los espacios y las condiciones laborales, así como implementar estrategias de mejoramiento de las relaciones humanas que potencialicen habilidades sociales. En consecuencia, el burnout en docentes de bachillerato del Distrito 10D01 no solo representa un problema de bienestar personal, sino que también tiene implicaciones directas en el entorno educativo y en la calidad del aprendizaje. Para mitigar sus efectos, es fundamental como queda dicho, implementar estrategias de apoyo que incluyan mejoras en el ambiente laboral, acceso a recursos y oportunidades de desarrollo profesional, así como una mayor consideración por el bienestar emocional de los docentes. Estos cambios podrían contribuir a un sistema educativo más sostenible y a un entorno laboral más saludable para los docentes.

REFERENCIAS

- Fernández-López, J. A. (2017). *Factores de burnout en docentes de educación secundaria en España* [Tesis doctoral, Universidad Complutense de Madrid]. Repositorio de la UCM. <https://eprints.ucm.es/45067/>
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., & Baptista-Lucio, M. del P. (2010). *Metodología de la investigación* (5.^a ed.). McGraw-Hill.
- Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1996). *Maslach Burnout Inventory manual* (3rd ed.). Consulting Psychologists Press.
- Ministerio de Educación del Ecuador. (2020). *Estudio sobre el bienestar docente y su impacto en la calidad educativa*. Ministerio de Educación.
- ORGANIZACIÓN INTERNACIONAL DEL TRABAJO, OIT. Factores psicosociales en el trabajo: naturaleza, incidencia y prevención. Ginebra. Informe del Comité Mixto OIT/OMS, Ginebra 18-24 de septiembre de 1984. www.metabase.net/docs/oit/02294.html
- Pando-Moreno, M., Aranda-Beltrán, C., Aldrete, R. M. G., Flores-Salinas, E., & Pozos-Radillo, E. (2006). Factores psicosociales y síndrome de burnout en docentes del centro universitario de ciencias de la salud. *Investigación en Salud*, 8(3), 173–177. Recuperado de <http://www.medigraphic.com/pdfs/invsal/isg-2006/isg063f.pdf>
- ROCHA ARANDA L., Prevalencia del Síndrome de Burnout en profesores de bachillerato de la Universidad de Guadalajara, Revista Humanitatis, 2006, Año III No. 9 :63-67.
- RESTREPO AYALA, N.C., COLORADO VARGAS, G.O., CABRERA ARANA, G. Desgaste profesional en docentes oficiales de Medellín, Colombia, 2005. Rev. salud pública vol.8 no.1 Bogotá ,2006:63-73
- UNDA ROJAS S. SANDOVAL OCAÑA J., Síndrome de desgaste profesional o burnout en el colegio de ciencias sociales y humanidades, <http://www.unem.mx/foroamericasmemorias/ponencias/pdf/p4%29Sunda>
- Van Dalen, D. B., & Meyer, W. J. (1994). *Understanding educational research: An introduction*. McGraw-Hill.