

**LAS VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS DOCENTES Y
SU RELACIÓN CON LA PREVALENCIA DEL BURNOUT:**

Estudio de las variables sociodemográficas y el Burnout en una
muestra de docentes de Galicia.

ÁMBITO DE MEJORA DE LA PRÁCTICA EDUCATIVA

UNIVERSITAT OBERTA DE CATALUNYA

JUNIO 2020

Autor: Guerra Vázquez, Roi

DTF: Gallardo Ramírez, Sandra.

RESUMEN

OBJETIVO: El objetivo de este trabajo es determinar posibles asociaciones entre el nivel de Burnout de docentes de primaria, infantil y especialidades de colegios públicos y privados de la CA de Galicia y las variables sociodemográficas edad, años de experiencia, sexo, hijos, relaciones personales, ámbito docente y puesto laboral. **MÉTODO:** Se administra el cuestionario de Burnout MBI-ED traducido por Seisdedos (1997) a una muestra de 174 docentes junto con un apartado dedicado a la recolección de datos referentes a las variables sociodemográficas analizadas. Se agregan por grupos poblacionales los valores referentes al MBI-ED para cada subescala de su constructo en función de las variables sociodemográficas comparadas, aplicándose el estadístico r para estudiar la asociación entre Burnout y las variables edad y años de experiencia y el estadístico X_2 para el resto de variables. **RESULTADOS:** La aplicación de los estadísticos propuestos indican una posible asociación entre la variable ámbito docente y el nivel de Burnout para la subescala de agotamiento emocional, siendo los docentes que realizan su actividad profesional en alguna especialidad más propensos a padecer niveles elevados de Burnout en esta subescala. **DISCUSIÓN:** Se propone ampliar la muestra en futuras investigaciones, realizar un nuevo estudio en un contexto histórico y social más favorecedor, profundizar en el análisis de la asociación entre Burnout y ámbito docente y abrir nuevas vías de investigación en el estudio del Burnout asociándolo a variables de otra naturaleza.

PALABRAS CLAVE: *Burnout docente, asociación, variables sociodemográficas.*

ABSTRACT

AIM: This assignment aims to determine possible associations between the Burnout level of primary, infant and special education teachers in public and private schools in the Autonomous Community of Galicia and the sociodemographic variables of age, years of experience, gender, children, relationships personal, teaching environment and job position. **METHOD:** The Burnout MBI-Ed questionnaire translated by Seisdedos (1997) is administered to a sample group, consisting of 174 educators, together with a section dedicated to the collection of data related to the sociodemographic variables analysed. The values referring to the MBI-ED for each subscale of its construct are added by population groups based on the sociodemographic variables compared, applying the r statistic to study the association between Burnout and the variables age and years of experience and the X_2 statistic for the rest of variables. **RESULTS:** The analysis of the proposed statistics suggest that there is a link between the variable 'teaching environment' and the level of Burnout for the 'emotional exhaustion' subscale, being the subject teachers and support teachers more prone to suffer deep levels of Burnout. **DISCUSSION:** It is proposed to expand the sample in future research, to carry out a new study in a more favourable historical and social context, to deepen the analysis of the association between Burnout and the teaching field, and to open up new avenues for research in the study of Burnout associating it to variables of a different nature.

KEYWORDS: *Teacher Burnout, association, sociodemographic variables.*

ÍNDICE

TÍTULO I	6
FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	6
1. JUSTIFICACIÓN	7
2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	8
2.1 CONTEXTO	8
2.2 HIPÓTESIS	9
2.3 OBJETIVOS	10
3. MARCO NORMATIVO	11
4. MARCO TEÓRICO	13
4.1 CONSIDERACIONES HISTÓRICAS PREVIAS	13
4.2 EL BURNOUT	13
4.3 EL BURNOUT EN LA DOCENCIA	16
4.4 APORTACIÓN A LA SOCIEDAD Y A LA ÉTICA PROFESIONAL	18
TÍTULO II	20
MARCO METODOLÓGICO	20
5. DISEÑO DEL ESTUDIO	21
6. PARTICIPANTES	22
7. INSTRUMENTOS	23
8. PROCEDIMIENTO	24
8.1 ÉTICA DE LA INVESTIGACIÓN	24
9. ESTRATEGIA ANALÍTICA	25
TÍTULO III	26
ANÁLISIS DE RESULTADOS Y DISCUSIÓN	26
10. ANÁLISIS DE RESULTADOS	27
10.1 NIVEL DE BURNOUT DE LA MUESTRA	27
10.2 EDAD, EXPERIENCIA Y BURNOUT	27
10.3 SEXO Y BURNOUT	28
10.4 RELACIONES PERSONALES Y BURNOUT	28
10.5 HIJOS Y BURNOUT	29
10.6 ÁMBITO DOCENTE Y BURNOUT	30
10.7 PUESTO LABORAL Y BURNOUT	31
11. CONCLUSIONES	32
11.1 EN RELACIÓN A LOS OBJETIVOS	32
11.2 LIMITACIONES, SUGERENCIAS Y PROPUESTAS	33

11.3 PERSPECTIVAS DE FUTURO.....	34
11.4 CONSIDERACIONES FINALES	34
BIBLIOGRAFÍA.....	35
ANEXO 1: CRONOGRAMA.....	39
ANEXO 2: CUESTIONARIO.....	40
Sección 1. Datos sociodemográficos.....	40
Sección 2. Cuestionario de Burnout para docentes	41
ANEXO 3: CONSENTIMIENTO INFORMADO.....	43

INTRODUCCIÓN

El trabajo que aquí se presenta está dividido en 3 títulos: Fundamentación teórica, investigación y análisis de resultados y conclusiones.

El primer título se constituye en 4 capítulos:

1. Justificación: En este capítulo se realiza una declaración de los motivos personales y profesionales que han llevado a la elección del Burnout y su posible asociación a determinadas variables sociodemográficas como tema a desarrollar en este trabajo.

2. Planteamiento del problema: Aquí se expone el contexto del que parte el trabajo, de la realidad actual en el campo de la investigación del síndrome de Burnout en general y de su relación con las variables sociodemográficas docentes en particular. Por otra parte, se establece la hipótesis que guía este trabajo y los objetivos generales y específicos que persigue.

3. Marco normativo: En el marco normativo se expone la realidad del Burnout en el ámbito de la jurisprudencia laboral y sanitaria española e internacional.

4. Marco teórico: Aquí se realiza una exploración bibliográfica de diferentes estudios, revistas, monografías y tesis acerca del reconocimiento del Burnout, su constructo, las causas antecedentes y desencadenantes del mismo y su relación con las variables sociodemográficas de quienes lo padecen.

El segundo título se constituye en 4 capítulos:

5. Diseño del estudio: En este capítulo se presenta la orientación metodológica del estudio, su diseño y la descripción de las variables analizadas.

6. Participantes: En este capítulo se detalla el proceso de selección de la muestra que participa en el estudio, así como los datos sociodemográficos de la misma.

7. Instrumentos: Aquí se aborda todo lo relativo al cuestionario empleado para llevar a cabo la recogida de los datos necesarios para el estudio.

8. Procedimiento: En procedimiento se realiza una descripción pormenorizada del contexto y de todos los procesos que se llevan a cabo para administrar el cuestionario a la muestra docente.

9. Estrategia analítica: En este último capítulo se describen las estrategias empleadas para llevar a cabo el análisis de los datos extraídos de la aplicación de los instrumentos de medición previsto.

El tercer título se constituye en dos capítulos:

10. Análisis de datos: En este apartado se presentan los datos de las variables dependiente (nivel de Burnout de la muestra docente) e independiente (valores de los datos sociodemográficos), así como los valores arrojados por los estadísticos establecidos para analizar la asociación entre ambas.

11. Conclusiones: Aquí se discuten y comparan los resultados obtenidos, se exponen las limitaciones del estudio, se proponen sugerencias y nuevas vías de investigación y se defiende el estudio desde las funciones psicopedagógicas.

TÍTULO I

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

1. JUSTIFICACIÓN

Mi interés particular por este tema viene dado por mi condición de hijo de maestros. Desde mi infancia, he vivido desde la cercanía los episodios de estrés y ansiedad que tanto mi padre como mi madre han arrastrado desde el colegio hasta casa. Por otra parte, en mi primer año como docente, quizás por la falta de experiencia, también he notado un cierto nivel de ansiedad constante ante la impredecibilidad de las situaciones que se dan en el aula, la exposición pública a familias, la opinión de compañeros y compañeras del centro sobre mi labor docente y, sobre todo, por la abrumadora sensación de que tengo en mis manos algo de tal magnitud como la educación de pequeños seres humanos.

El extenso y diverso volumen de estudios acerca del Burnout, de su naturaleza, diagnóstico, causas, efectos y antecedentes que no hacen sino crecer día tras día, ponen de manifiesto la importancia que la comunidad científica y educativa ha puesto sobre él. Esto se debe, principalmente, a que tal como parece indicar el grueso de la revisión bibliográfica que para este trabajo se realiza y que se expone más adelante, el docente es un colectivo que, por su naturaleza asistencial, vocacional y emocional, presenta un alto grado de susceptibilidad a favorecer la proliferación del síndrome de Burnout.

Por otra parte, he tenido en cuenta el hecho de que la figura psicopedagógica, en ocasiones catalizador entre la administración educativa y centro educativo, se ve envuelta en la preocupación de proporcionar una mejor calidad laboral (Marrau, 2004).

Pero más allá de los detonantes organizacionales, laborales y administrativos que puedan favorecer el Burnout, sus fases, síntomas y protocolos de protección, me preocupan de forma especial las personas, los docentes que, en virtud del desarrollo profesional de una vocación, se ven expuestos a contingencias que jamás han sido previstas durante su formación magisterial. Pero, como en cualquier otro oficio, tratar de plantear cuestiones relativas a una enfermedad derivada del desempeño profesional desde un punto de vista generalista resultaría estéril. Así, parece necesario tener en cuenta la particularidad del individuo en el seno de la población docente.

Frente a estas consideraciones, guían mi trabajo preguntas acerca de si realmente existe uno o varios colectivos docentes que, determinados por razones de experiencia laboral, sexo, o cualquier otra característica demográfica, puedan ser más propensos a sufrir el síndrome de Burnout.

Quizás la identificación de estos hipotéticos colectivos pueda arrojar luz sobre un futuro programa de prevención docente de Burnout más específico y personalizado.

2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1 CONTEXTO

Desde que Freudenberger (1974; citado en Caldas, 2018) acuñara el término por primera vez, muchos y muy variados han sido los estudios que han tratado el Síndrome de Burnout. Asociado en primera instancia a la práctica profesional de carácter asistencial y más tarde ampliado a oficios con un alto componente emocional, la actualidad ha dado paso a considerar el Burnout como una patología de riesgo presente en el desempeño de cualquier trabajo, si bien es cierto que mantiene una especial relevancia y prevalencia en el particular ámbito de los oficios que reúnen las características anteriormente mencionadas (Zavala, 2008), entre las cuáles se encuentra la práctica docente.

Aunque la bibliografía sobre las fuentes de estrés y Burnout docente crece día a día, lo cierto es que no mucha se concreta en los niveles de educación infantil y primaria (Arís, 2008; citado en Arís, 2009); algo que, sin duda, deja la puerta entreabierta a la investigación.

A partir de su definición más ampliamente reconocida por la comunidad científica como un estado mental negativo, persistente y reactivo a un estrés laboral crónico que se caracteriza por sentimientos de agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal (Maslach, 1993; citado por Sánchez, 2015), se han sucedido diversos estudios que han trabajado sobre su constructo, identificación, diagnóstico, consecuencias laborales y médicas, desencadenantes del síndrome, fases del proceso, estrategias de afrontamiento, prevención y colectivos de riesgo (Caldas, 2018).

Si bien es cierto que el síndrome de Burnout ha dado lugar a trabajos de diversa naturaleza y a la elaboración de instrumentos de identificación muy dispares, la bibliografía indexada parece coincidir en un punto: no existe consenso ni datos consistentes en torno a cuáles son los colectivos de riesgo más propensos a padecer este síndrome. No se refiere aquí a la naturaleza de los oficios, pues esa cuestión parece ya resultar, sino más bien a las características sociodemográficas y laborales más particulares de la población de un oficio en concreto.

Aunque la importancia de evaluar las variables sociodemográficas de una población se deduce de la inclusión de dichas variables en numerosos instrumentos de evaluación, diagnóstico y explicación del síndrome de burnout, los datos arrojados por estos instrumentos desde una perspectiva global han sido, como se ha mencionado, contradictorios e inconsistentes (Caldas, 2018; Sánchez, 2015; Díaz, López y Varela, 2012; Moreno, Garrosa y González, 2000; Caballero, 2018; Zavala, 2008; Moriana y Herruzo, 2004; Esteras, Chorot y Sandín, 2014; Hernández, 2018).

Desde un punto de vista preventivo, parece imprescindible tener en cuenta las variables sociodemográficas de una determinada población a fin de precisar si realmente existen grupos que muestren una especial tendencia a padecer el

síndrome de Burnout; algo que, sin duda, ayudaría a focalizar la atención en esos grupos en particular y, por ende, adaptar las medidas preventivas a dicho riesgo.

Así, la finalidad de este trabajo es profundizar en el análisis de las variables sociodemográficas de la población docente y en su posible asociación con la prevalencia del síndrome de Burnout.

Aunque de lo revisado anteriormente se deduce que los resultados obtenidos hasta ahora han sido contradictorios e inconsistentes, lo que aquí se propone es realizar un estudio no experimental localizado de forma muy concreta en la CA de Galicia. Esto supone, en primer lugar, determinar la presencia o no y el nivel de Burnout en la población estudiada y, en segundo lugar, buscar una asociación entre las variables sociodemográficas requeridas.

Para ello se propone facilitar un cuestionario autoadministrado que integra, por una parte, el instrumento más ampliamente aceptado por la comunidad científica en el campo del constructo del Burnout: El Maslach Burnout Inventory (MBI) de Maslach y Jackson, concretamente en su forma adaptada a la función docente (MBI-ES) (Maslach, Jackson y Schwab, 1986) y traducida al español (MBI-ED) por Seisdedos (1997). Por otra parte, integra una serie de ítems relativos a las características sociodemográficas más presentes en los estudios sobre Burnout, especialmente en el Cuestionario de Burnout del Profesorado Revisado (CBP-R) desarrollado por Moreno, Garrosa y González (2000) en nuestro país. En particular, se analizan las variables sociodemográficas: sexo, edad, experiencia laboral, puesto laboral, hijos, relaciones personales y ámbito docente.

Aunque algunos ítems puedan parecer arbitrarios a priori, creemos que algunas de estas variables puedan estar estrechamente relacionadas con la prevalencia del Burnout.

Nuestro objetivo en este trabajo es aislar la variable independiente (Burnout) y dependiente (sociodemográficas) para obtener datos objetivos de las posibles asociaciones que puedan darse entre ellas en una población en concreto: docentes de las etapas de infantil y primaria de colegios públicos y privados de la CA de Galicia.

2.2 HIPÓTESIS

La hipótesis que guía el presente trabajo y orienta su desarrollo es que **existe algún tipo de asociación entre determinadas variables sociodemográficas de la población docente de Galicia y la prevalencia del síndrome de Burnout**. En particular, se plantea que existe una relación de dependencia entre las variables: edad, sexo, relaciones personales, hijos, experiencia docente, puesto laboral y ámbito docente. De una forma especial, este trabajo parte de la hipótesis de que una mayor edad y experiencia laboral se traduce en una menor presencia de Burnout debido a la madurez emocional y a mejores estrategias de afrontamiento.

2.3 OBJETIVOS

Planteada la hipótesis, definimos los siguientes objetivos de investigación:

Objetivo general:

Identificar la asociación existente entre las variables sociodemográficas docentes y la prevalencia de Burnout.

Objetivos específicos:

1. Determinar cuáles son las variables sociodemográficas relevantes y que influyen de forma determinante en el síndrome de Burnout.
2. Establecer la asociación existente entre las variables sociodemográficas analizadas y el grado de prevalencia de Burnout.
3. Determinar cuáles son los colectivos docentes más propensos a sufrir el síndrome de Burnout.

3. MARCO NORMATIVO

El “Burnout” o “síndrome del trabajador quemado” es una realidad plausible en el ámbito laboral, especialmente en el campo de los oficios de carácter asistencial con alto componente emocional (Sánchez, 2015), pero que no está reconocido en nuestro país por la LGSS (RD 8/2015, de 30 de octubre). Esto se debe, principalmente, a que el Burnout no figura como enfermedad profesional (RD 1299/2006, de 10 de noviembre), situación necesaria para que una enfermedad sea declarada como profesional (Martínez, 2005). Por ello, resulta infructuoso recurrir a ella en busca de protección legal a efectos laborales (Caldas, 2018). Así, para que una enfermedad sea reconocida como contingencia profesional, ha de ser considerada como derivada de un accidente laboral (art. 115 RD 8/2015, de 30 de octubre) y catalogada como enfermedad profesional (art. 116 RD 8/2015, de 30 de octubre) (Renedo, 2018).

Esto parece ir en contra de la OMS, que tras la ratificación de la revisión número 11 de la Clasificación Estadística Internacional de Enfermedades y Problemas de Salud Conexos (CIE-11) en su 72ª asamblea, prevé incorporar el Burnout como enfermedad profesional el 1 de enero de 2022.

De igual forma, La Comisión de las Comunidades Europeas insta a los estados miembros del EEE (art. 1.7 Recomendación 2003/670/CE, de 19 de septiembre de 2003, de la Comisión relativa a la lista europea de enfermedades profesionales) a promover la investigación en trastornos de carácter psicosocial relacionados con el trabajo (Martínez, 2005).

No obstante, parece que la realidad de incluir el Burnout en la jurisprudencia de LGSS es compleja. Si bien el reconocimiento del Burnout como enfermedad laboral por parte de la OMS es un hito, la realidad es que en nuestro país sería necesaria la modificación del cuadro de enfermedades laborales recogida en el R.D. 1299/2006 por parte del Ministerio de Trabajo y Economía Social, previo informe del Ministerio de Sanidad. A colación de esto, resulta difícil el acomodo de una patología de corte psicosocial al cuadro de contingencias profesionales, siendo lo más corriente que sea decretada como enfermedad común. Esto se debe a que resulta difícil precisar, como en cualquier patología psicosocial, si la causa de la sintomatología vivenciada por el trabajador o la trabajadora es fruto de hecho laboral, no laboral o incluso mixto y, por lo tanto, si se trata de una patología derivada de un ejercicio profesional (Caldas, 2018).

Precisamente, esta falta de jurisprudencia en el ámbito de la LGSS, ha auspiciado que determinados tribunales del orden social, en particular los TSJ de País Vasco, Catalunya y Navarra hayan emitido resoluciones (1999, 2005 y 2005 respectivamente) que redefinieran de forma sintética y puntual el concepto de enfermedad laboral al entender que el Burnout daba lugar a situaciones de incapacidad de carácter temporal o permanente que afectaban al ejercicio de la profesión (Caldas, 2018).

Por su parte, el INSST ha desarrollado tres Notas Técnicas de Prevención dedicadas al Síndrome de Burnout y otra en la que se incluye. En particular, hablamos de la NTP 704, relativa a la definición de Burnout y proceso de

generación; la NTP 705, referente a consecuencias, evaluación y prevención y la NTP 732, sobre instrumentos de medición. De forma indirecta, la NTP 703 desarrolla un método de evaluación de riesgos psicosociales, entre los cuáles se encuentra en Burnout.

Por último, si bien la LPRL (Ley 31/1995, de 8 de noviembre) no desarrolla una normativa específica que haga justicia a la realidad de los riesgos laborales psicosociales, teniendo en cuenta la definición práctica de Burnout, sí quedaría englobado en lo dispuesto en el artículo 4.2 de la LPRL relativo a riesgos laborales y daños derivados del trabajo al entender que éstos pueden manifestarse tanto como patologías, enfermedades o lesiones. Del mismo modo, en su artículo 7, referente a la condición del trabajo, establece claramente que será cualquier característica del mismo que pueda tener una influencia significativa en la generación de riesgos para la seguridad y salud del trabajador.

De todo esto se deduce que, en el ámbito jurisprudencial, el óbice de valorar el Burnout a nivel laboral radica en la dificultad para esclarecer la naturaleza de su desencadenante en cada caso particular, en la relatividad de determinar una contingencia puramente laboral y en su similitud con otras patologías de corte psicosocial.

4. MARCO TEÓRICO

4.1 CONSIDERACIONES HISTÓRICAS PREVIAS

Tal y como adelantaba Bauman (2003; citado en Hernández, 2016), la modernidad líquida ha influido en la construcción de una realidad frenética social, cultural, tecnológica, económica, política y laboral en la que la estabilidad ha quedado relegada al olvido. A escala mundial y especialmente en los países más desarrollados, las últimas décadas han estado caracterizadas por un estilo de vida cambiante y acelerado, con el aumento de las exigencias laborales que ello conlleva (Buzzetti, 2005). Así, los trabajadores y trabajadoras de este sistema imperante se han visto obligados a satisfacer demandas que nacen y perecen en ciclos cada vez más breves y a adaptarse a un ecosistema que exige un dinamismo sin parangón.

En este contexto, queda obsoleto el enfoque clásico que determinaba el riesgo de una actividad laboral en función de su exposición a factores de riesgo físico, químico o biológico. La realidad sociolaboral actual ha llevado a ampliar estos horizontes a casuísticas de índole psicológica y emocional, especialmente en lo referente a la vulnerabilidad percibida. Desde esta perspectiva, el riesgo de una actividad laboral ya no depende tanto de la exposición a riesgos físicos como de la identidad propia de cada trabajo en relación a su realidad contextual (Zavala, 2008).

La propia exigencia laboral a la que se alude al inicio da lugar a la proliferación del estrés laboral, una realidad que según Guerrero y Rubio (2008) y Ponce, Bulnes, Aliaga, Atalaya y Huertas (2005) (citados por Caballero, 2018) se encuentra en el origen del 50% de las bajas laborales de la Unión Europea.

Cuando el estrés laboral repercute de forma negativa (distrés) y continuada en el tiempo, afectando directamente al trabajador o trabajadora de forma física y mental, se constituye un estrés crónico que, sumado a factores que se tratan más adelante, puede desembocar en el síndrome conocido como “Burnout”.

4.2 EL BURNOUT

Históricamente, el contenido específico y la definición del término “Burnout” como patología no fueron compartidos de forma unánime por la comunidad científica que lo estudiaba. Si bien los inicios del Burnout datan de 1970 y 1974 de manos de McGrath y Freudenbergger respectivamente partiendo del constructo del estrés laboral, es a Cristina Maslach a quien realmente se debe el interés y generalización por dicha patología que, junto con otros autores como Jackson o Schaufeli, desarrolló un modelo explicativo del mismo y un instrumento que trata de diagnosticarlo y precisarlo psicométricamente: El Maslach Burnout Inventory- MBI (Maslach y Jackson, 1981).

Es a raíz de este instrumento y de su amplio reconocimiento científico cuando se establece de forma generalizada que el Burnout es un estado mental negativo, persistente y reactivo a un estrés laboral crónico que se caracteriza por

sentimientos de agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal (Maslach, 1993; citado por Sánchez, 2015).

Siguiendo a Maslach y Jackson (1981) (citados en Caballero, 2018), el agotamiento emocional se traduce en ausencia de energía y entusiasmo, frustración, limitación psicológica e incapacidad emocional. Por su parte, la despersonalización se relaciona con la ausencia de empatía, la frialdad emocional y el distanciamiento en las relaciones interpersonales. Por último, la baja realización personal es constructo y a la vez consecuencia del Burnout, y se explica como una tendencia del trabajador a autoevaluarse de forma negativa, al pesimismo y a experimentar insatisfacción laboral y personal.

Aunque comparte muchas características con el estrés laboral, el Burnout se diferencia de éste en que afecta a varios ámbitos de la vida del trabajador más allá del laboral, que tiene más efectos sobre el agotamiento emocional que sobre el físico y que se particulariza en la manifestación de una actitud de enfriamiento polifacética ligada a la pérdida de la motivación profesional (Sánchez, 2015).

4.2.1 EL PROCESO DE DESARROLLO DE BURNOUT

El síndrome de Burnout es una patología que nace de la experimentación del estrés crónico laboral, pero su manifestación es un proceso evolutivo que Edelwich y Brodsky (1980; citados en Caballero, 2018) dividen en cuatro etapas reconocidas y aceptadas por diversos investigadores (Ramos, 2017; Egea, 2015; Contreras, 2013; Aguilar, Barros y Caro, 2011; Citados en Caballero, 2018).

La primera etapa es la de idealismo y entusiasmo, caracterizada por un alto nivel de energía, expectativas demasiado altas, sobrevalorización de la capacidad profesional y sobrecarga de trabajo voluntario.

La dificultad de mantener en el tiempo estas condiciones y la imposibilidad de hacer frente a tan altas expectativas produce una paulatina pérdida de idealismo, de entusiasmo, y se hace patente la sobreestimación de los recursos propios y de las expectativas, lo que desemboca en una segunda etapa de estancamiento.

La tercera fase, de apatía, se caracteriza por la proliferación de problemas emocionales, conductuales y físicos relacionados con la falta de interés y frustración. Así, por último, se llega a la cuarta y última etapa, de distanciamiento, en la que se manifiestan de forma íntegra los sentimientos de agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal ligados al síndrome de Burnout.

4.2.2 SINTOMATOLOGÍA

Aunque el Burnout es una patología de origen laboral, los efectos asociados a su prevalencia pueden manifestarse en muchos ámbitos vitales del individuo. La sintomatología asociada a este síndrome es muy amplia y repercute de diferentes formas de acuerdo a las particularidades personales y contextuales de quien lo padece.

A lo largo de la historia del estudio de este síndrome, se han determinado efectos asociados a diversas naturalezas, pero de una forma genérica pueden agruparse en alteraciones físicas (cefaleas, úlceras, trastornos gastrointestinales, fatiga, vértigo, hipertensión, mialgias), psicológicas (nerviosismo, depresión, agresividad, apatía, ansiedad, angustia, inseguridad), conductuales (violencia, aislamiento, irritabilidad, abuso de sustancias) y laborales (accidentes, bajo rendimiento, absentismo, abandono, insatisfacción) (Caldas, 2018; Hernández, 2018 Arís, 2009; Marrau, 2004).

4.2.3 ETIOLOGÍA

Al ser una patología de corte psicosocial, resulta muy complejo precisar cuáles son las causas desencadenantes y los factores que propician la prevalencia del Burnout. Caballero (2018), defiende que la clave está en la interrelación entre las características propias del sujeto y los condicionantes del trabajo que propician un estrés laboral crónico. Es esa interrelación la que produce el detonante en forma de Burnout. Este mismo autor, habla de condicionantes y factores de riesgo tales como la naturaleza de la tarea, las características organizacionales del contexto y puesto laboral, las variables sociodemográficas del trabajador y las variables de personalidad del mismo.

Por su parte, Caldas (2018) identifica, en base a la NTP 704 del INSSBT, factores de riesgo organizacionales, referentes al puesto de trabajo y relativos a las relaciones interpersonales. En una línea semejante se mantienen Moreno, Garrosa y González (2000) al incluir estas variables como factores antecedentes al Burnout en su instrumento de medición del síndrome, el CBP-R.

Muchos autores han puesto también la mirada en los rasgos sociodemográficos como parte de la etiología de Burnout, capaces de aumentar la vulnerabilidad a padecer este síndrome. Zavala (2008), desarrolla en su obra recopilaciones empíricas referentes a diferencias de género, al estado civil, localización geográfica, posición social o situación económica. De igual forma, nuevamente Caldas (2018) se refiere a los rasgos sociodemográficos del trabajador como elemento asociado a la vulnerabilidad al Burnout como parte de su etiología, aunque discute la inconsistencia de los datos entre diferentes investigaciones.

4.3.4 PREVENCIÓN

Son muchas y muy diversas las propuestas que diferentes autores desarrollan en relación a la prevención del Burnout. Sin embargo, la naturaleza psicosocial de este síndrome dificulta la tarea de desarrollar modelos de prevención eficaces que se adapten a las características contextuales y personales de cada individuo.

A este paradigma pretende hacer frente el concepto de “engagement”, que sigue la línea marcada por la Psicología Positiva basada en las fortalezas humanas y el funcionamiento óptimo del ser humano. Así, el engagement se refiere a un estado cognitivo-afectivo positivo y motivacional que se relaciona con el trabajo en términos de vigor, dedicación y absorción (Caldas, 2018). Como se puede apreciar, el engagement, al igual que el Burnout, presenta un constructo tridimensional opuesto a éste, de lo que se deduce que promover este

movimiento en el trabajo es tanto un modelo de prevención como de respuesta. A esta conclusión parece llegar también Hernández (2018), en cuya Tesis repasa no solamente su constructo y términos, sino que nos presenta resultados positivos de su aplicación en docentes a lo largo de diversos estudios.

Pero son más los modelos de prevención que la literatura plantea. Vega (2000, citado en Caldas, 2018) propone un modelo de prevención basado en la NTP 705 del INSSBT que se desarrolla en torno a producir cambios favorables en tres niveles: organizativo (promover el trabajo en equipo, establecer líneas concisas de autoridad y responsabilidad, fomentar la flexibilidad horaria, regular las demandas y adecuarlas a la carga laboral, ...), interpersonal (entrenar habilidades sociales, favorecer la transparencia en la relaciones, promover el apoyo social en el trabajo, fortalecer vínculos, ...) e individual (formación continua y reciclaje, entrenamiento emocional, formación para la resolución de conflictos, mejorar recursos de resiliencia, diversificar tareas, realizar cambios en el ambiente de trabajo y las rutinas, ...).

Por su parte, Trallero (2006), propone un modelo de prevención del Burnout docente basado en la musicoterapia y asociado a un estudio experimental que concluye que la puesta en práctica de este modelo se traduce en una disminución de la ansiedad y del cansancio emocional y en la adquisición de numerosos recursos para prevenir el estrés y afrontarlo con resultados muy beneficiosos.

Franco, en 2010, desarrolla un estudio que analiza los efectos de un programa de mindfulness sobre los niveles de Burnout en docentes de educación secundaria. Los resultados concluyen un descenso en los niveles de Burnout y el aumento de la resiliencia del profesorado tras la aplicación del programa.

Por último, Guerrero y Rubio (2005) realizan un análisis de las perspectivas de diferentes modelos de prevención que aparecen en la literatura y las dividen en estrategias individuales (técnicas fisiológicas, conductuales y cognitivas), estrategias de intervención social y estrategias de intervención organizacional, concluyendo que prevenir el Burnout supone aceptar una amplitud de perspectivas y un trabajo multidisciplinar.

4.3 EL BURNOUT EN LA DOCENCIA

De gran parte de la bibliografía indexada se infiere que el síndrome de Burnout es más susceptible de manifestarse en profesiones de carácter asistencial, especialmente cuando tienen un alto componente emocional, como la que tienen los profesionales del sector servicios o del ámbito sanitario (Zavala, 2008; Esteras, Chorot y Sandín, 2014). A ello no es ajena la profesión docente, que aúna particularidades como la impredecibilidad, la afronta de situaciones y demandas complejas, el trabajo con menores o la exposición pública. Todas estas condiciones difícilmente pueden ser previstas o trabajadas previamente en la formación magisterial universitaria (Zavala, 2008). Esta situación de desconcierto e impotencia, unida a inadecuadas estrategias de afrontamiento por parte del docente, es susceptible de provocar un estrés crónico que puede culminar en la aparición del síndrome de Burnout.

A esta complejidad y dificultad del ejercicio de la profesión docente hace referencia también Arís (2009), para la cual el docente es un contexto que fácilmente puede convertir principiantes ilusionados en profesionales frustrados y desconcertados con respecto a los papeles que deben asumir.

También Esteras, Chorot y Sandín (2014) defienden la complejidad de la docencia más allá de las funciones didácticas y responsabilidades relacionadas con el proceso educativo en sí mismo, puesto que la dedicación personal y emocional que requiere la profesión le infiere un carácter vocacional y, por ende, deja a la figura docente más expuesta a contingencias de índole psicosocial como lo es el Burnout.

4.3.1 INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN DEL BURNOUT DOCENTE. EL MBI.

La amplitud con la que se ha ido abordando y definiendo el síndrome de Burnout ha propiciado que, a lo largo de los últimos años, se hayan diseñado diferentes instrumentos de medida, cada uno de ellos enraizado en los modelos teóricos defendidos por cada autor o autora. Aunque la tendencia ha sido analizar el síndrome desde la generalización y sin tener en cuenta la especificidad de cada profesión, también ha surgido un considerable número de instrumentos centrados en el análisis del Burnout desde la particularidad de la profesión docente (Moreno, Garrosa y González, 2000). En este grupo se encuentra, por ejemplo, el “Teacher Stress Inventory” de Petegrew y Wolf y el “Teacher Attitude Scale” de Farber, ambos de 1984. Por su parte, Seidman y Zager publicaron entre 1986 y 1987 el “Teacher Burnout Scale”. Por otra parte, algunos de los instrumentos, proponen dejar de lado el constructo del Burnout y centrarse directamente en el estudio de los antecedentes que lo propician, como el “Holland Burnout Assessment Survey”, desarrollado por Holland y Michael en 1993.

No obstante, como se menciona anteriormente y en consonancia con la definición clásica de Burnout que se toma de Cristina Maslach (1993; Citada en Sánchez, 2015), el instrumento que por excelencia ha definido la línea de investigación, afianzamiento y verificación empírica del Burnout (Moreno-Jiménez, Bustos, Matallana y Miralles, 1997; citado en Moreno, Garrosa y González, 2000) ha sido el “Maslach Burnout Inventory” (MBI) (Maslach y Jackson, 1981; citados en Caldas, 2018). Este instrumento sería adaptado en 1986 con la ayuda de Schwab a la particularidad de la práctica docente en su forma MBI-ED (Maslach, Jackson y Schwab, 1986; citados en Moreno, Garrosa y González, 2000) y, en 1997, traducido al español por Seisdedos (1997).

Así, el MBI-ED se centra en el estudio del constructo del Burnout en la profesión docente a partir de 22 ítems divididos en las 3 subescalas que determinan sus características definitorias: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. El resultado de la valoración de las respuestas en cada ítem arroja puntuaciones que determinan una prevalencia de Burnout baja, media o alta para cada una de las subescalas.

4.3.2 LOS DOCENTES: VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS.

Aunque el MBI-ED goza de un amplio y reconocido prestigio en el seno de la comunidad investigadora, tratar de analizar la prevalencia del Burnout sin tener en cuenta las particularidades de cada individuo no resultaría efectivo a efectos de los objetivos del presente trabajo. En particular y como se plantea, lo que aquí preocupa es analizar una posible asociación entre la prevalencia del Burnout docente y una serie de características sociodemográficas con el fin de precisar si realmente existen poblaciones más propensas a padecer este síndrome.

Este interés no es nuevo. Hock (1988; citado en Moreno, Garrosa y González, 2000) integra una serie de variables sociodemográficas en su "SDTA Teacher Burnout Questionnaire". De la misma forma y ya en nuestro país, Moreno, Garrosa y González (2000) dedican una parte del "Cuestionario de Burnout del Profesorado Revisado" (CBP-R) a recoger información acerca de variables sociodemográficas muy semejantes a las que propone Hock. A estos autores se pueden sumar muchos otros que tienen en cuenta el análisis de las características sociodemográficas docentes para realizar sus estudios desde diferentes perspectivas.

Teniendo en cuenta la repercusión y aceptación que el CBP-R tiene dentro de las fronteras de España y a lo largo de Latinoamérica, así como la reiteración continuada de determinadas variables sociodemográficas en la revisión bibliográfica que para este trabajo se realiza, se propone integrar ítems referentes a sexo, edad, experiencia laboral, estado civil, hijos, situación laboral y ámbito docente junto con el MBI-ED como instrumento de recogida de datos. De esta forma, lo que aquí se propone es analizar de forma aislada la prevalencia del Burnout docente para cada una de las subescalas que lo componen a través del MBI-ED (variable dependiente), así como las características sociodemográficas de la población anteriormente mencionadas (variable independiente). En concreto, el estudio se centra sobre la población docente de las etapas de infantil y primaria de la escuela pública y privada de la CA de Galicia con la finalidad de encontrar asociaciones entre variables que permitan identificar grupos de riesgo y adaptar los planes y medidas de prevención a los mismos.

4.4 APORTACIÓN A LA SOCIEDAD Y A LA ÉTICA PROFESIONAL

En el campo de la educación, el Burnout comienza a tener especial relevancia tras un exhaustivo análisis de datos que refleja que los problemas de salud mental derivados de episodios permanentes de estrés (Burnout) son una de las principales causas de bajas laborales docentes (Gutierrez, Morán y Sanz, 2005), así como a partir de los datos de las diferentes administraciones educativas que observan un aumento de las bajas de tipo psiquiátrico que no se encuentran en otras profesiones (García, 2002).

Parece evidente pensar que, en el ámbito de la mejora de la calidad educativa, resulta imprescindible estudiar un fenómeno que, tal como señalan Extremera, Fernández- Berrocal y Durán (2003), afecta directamente y de forma negativa a la calidad de la enseñanza.

En el particular caso de España, la prevalencia de Burnout en población docente oscila alrededor de un 33% y un 44% por ciento (Ayuso y Guillén, 2008; Durán et al., 2005; citados en Hernández, 2018). Otras investigaciones alertan sobre la presencia de dicho síndrome en el sistema educativo español y las consecuencias que sobre él puedan tener (Durán, Extremera y Rei, 2001; Ortiz, 1995; Salanova et al., 2005; Valero y Amores, 1996; citados en Hernández, 2018).

A tenor de los datos, resulta obvio pensar en todo lo que de ellos puede derivarse. En primer lugar, el bienestar de los maestros y maestras. En segundo lugar, la pérdida de la calidad educativa. Y en tercer lugar, el coste económico para la Administración derivado de las bajas laborales debidas al Burnout.

Así, ampliar el marco de conocimiento en torno al Burnout docente parece no solamente ético, sino necesario. Desde un punto de vista psicopedagógico y en virtud de las funciones que le son asignadas por la legislación educativa de cada CA, conocer mejor los grupos poblacionales docentes más propensos a padecer este síntoma permitiría no sólo anticiparse a él, sino también ajustar los mecanismos y programas de prevención a la probabilidad de ocurrencia.

Desde la ética profesional, el presente trabajo ha previsto respetar todos y cada uno de los puntos pertinentes a la ética de la investigación, especialmente en lo referente a la protección de datos y al plagio. De este modo, los y las docentes que participan en este estudio tienen a su disposición un consentimiento informado relativo a la buena praxis en investigación, la confidencialidad y anonimato que deben leer y firmar antes de participar en el estudio. El resto de datos relativos a la ética de investigación son desarrollados en el capítulo 8: procedimiento.

TÍTULO II

MARCO METODOLÓGICO

5. DISEÑO DEL ESTUDIO

¿Existe algún tipo de asociación entre las variables sociodemográficas de la población docente de primaria e infantil de la CA de Galicia y su nivel de prevalencia del síndrome de Burnout? Planteado el problema de investigación siguiendo los criterios propuestos por Kerlinger y Lee (2002; citado en Hernández, Fernández y Baptista, 2014), se prevé aquí dar respuesta a este interrogante a través la prueba empírica sobre la realidad objetiva, observable y medible. Para ello, se propone trabajar con dos variables bien definidas: La variable independiente, que se constituye en la medida del nivel de Burnout de la población docente estudiada para cada subescala de su constructo; y la variable dependiente, relativa a datos sociodemográficos de la misma.

En consonancia con el problema de investigación, los objetivos planteados en el desarrollo de este trabajo y de las hipótesis propuestas, se diseña un estudio de corte empiroanalítico que, siguiendo a Rodríguez (2018), pretende la generación de conocimiento a través de un proceso hipotético deductivo basado en la revisión de teorías previas, el desarrollo de hipótesis y su posterior prueba mediante los instrumentos y estadísticos propuestos para tal fin. Asimismo, se trata de un estudio no experimental, puesto que no existe ningún tipo de control sobre las variables independiente (nivel de Burnout docente) ni dependiente (variables sociodemográficas) y que, de acuerdo con Mateo (2000; citado en Rodríguez, 2018) permite describir la realidad, analizar relaciones, categorizar y organizar las variables que configuran el objeto de estudio.

Por otra parte, el estudio se constituye en un diseño transversal, puesto que la recogida de los datos necesarios para dar respuesta a los objetivos que se plantean se realiza en un único y determinado momento (Liu, 2008 y Tucker, 2004; citados en Hernández, Fernández y Baptista, 2014). A colación de esto y en consonancia con la finalidad del estudio, se engloba en el marco de un diseño descriptivo y correlacional (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

6. PARTICIPANTES

El presente estudio se lleva a cabo con la participación de docentes de educación infantil, primaria y especialidades de centros de educación públicos, privados y concertados de la CA de Galicia. La selección de la muestra es no probabilística y causal por motivos de economía, tiempo, disponibilidad y tamaño muestral. Así, esta muestra está formada por 174 docentes: 20 varones y 154 mujeres de entre 23 y 67 años (M= 39,61, DT= 10,67) con una experiencia laboral que oscila entre los 1 y 42 años (M= 13,44, DT= 10,8). En la siguiente tabla pueden observarse la frecuencia y porcentajes de las restantes variables sociodemográficas de la muestra (tabla 1):

Tabla 1

VARIABLES sociodemográficas de la muestra.

VARIABLE	GRUPO	FRECUENCIA	%
SEXO	varón	20	11,50%
	mujer	154	88,50%
RELACIONES PERSONALES	c/ pareja	136	78,20%
	s/ pareja	38	21,80%
HIJOS	c/ hijos	86	49,43%
	s/ hijos	88	50,57%
ÁMBITO DOCENTE	primaria	31	48,30%
	infantil	84	17,80%
	especialidad	59	33,90%
PUESTO LABORAL	público	136	78,20%
	privado/concertado	38	21,80%

Fuente: Propia

7. INSTRUMENTOS

El instrumento que se utiliza para la recopilación de los datos necesarios para dar respuesta a los objetivos de este trabajo es un cuestionario que integra dos secciones (anexo 2).

La primera sección está relacionada con la recogida de datos sociodemográficos de la muestra docente y se constituye en la variable dependiente del estudio. Integra 7 ítems referentes a sexo, edad, años de experiencia, relaciones personales, hijos, ámbito docente y puesto laboral. Los ítems “edad” y “años de experiencia” son de respuesta libre, mientras que el resto de los ítems están sujetos a un formato de 2, 3 o 4 respuestas cerradas.

La segunda sección está relacionada con el nivel de prevalencia del síndrome de Burnout para cada una de las subescalas de su constructo (agotamiento emocional, despersonalización y realización personal) y se constituye en la variable independiente del estudio. Para ello, se utiliza el anteriormente citado MBI-ED (seisdedos, 1997). Este subapartado está formado por 22 ítems repartidos entre las 3 subescalas con respuesta tipo Likert de 7 niveles (0- 6). En concreto, la subescala de agotamiento emocional está constituida por los ítems 1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16 y 20, la subescala de despersonalización por lo ítems 5, 10, 11, 15 y 22 y la subescala de realización personal por los ítems 4, 7, 9, 12, 17, 18, 19 y 21. Las puntuaciones arrojadas por el cuestionario se relacionan con niveles bajos, medios y altos de Burnout para cada subescala, siendo directamente proporcionales en las de agotamiento emocional y despersonalización e inversamente proporcionales en la de realización personal.

Aunque no se establecen puntuaciones de corte a nivel clínico para definir la prevalencia de Burnout, valores altos en las subescalas de agotamiento emocional y despersonalización y bajos en la de realización personal definen el síndrome. En concreto, las puntuaciones valorativas para los niveles nominales de cada subescala son las siguientes (*tabla 2*):

Tabla 2

Valores escalares de Burnout.

SUBESCALAS BURNOUT	BAJO	MEDIO	ALTO
Agotamiento emocional	<19	19 – 26	>26
Despersonalización	<6	6 – 9	>9
Realización personal (i)	<30	30 – 39	>39

Fuente: Seisdedos (1997)

8. PROCEDIMIENTO

El procedimiento que se lleva a cabo para dar respuesta a los objetivos planteados en el presente trabajo y obtener los datos pertinentes a las variables sociodemográficas de la población y sus niveles de Burnout se implementa en 2 partes.

En primer lugar, se contacta con diversos centros privados y públicos de la CA de Galicia por criterios de necesidad y oportunidad. Para ello, se contacta con los órganos directivos de dichos centros en algunos casos y a través de docentes en otros para preguntar acerca del interés y/o disponibilidad del claustro a participar en el estudio como parte de la muestra. Por otra parte, también se hace uso de las RRSS para contactar con docentes que reúnen las características necesarias para participar en la muestra. A tal efecto, se facilita un consentimiento informado (anexo 2) constituido por: descripción y naturaleza del estudio, petición de participación, declaración de voluntariedad, objetivos, implicaciones prácticas, declaración de anonimato del participante y del centro, confidencialidad de los datos, descripción del cuestionario e instrucciones, tiempo estimado de cumplimentación y fechas de inicio y final para la participación en el estudio.

En segundo lugar, se procede al envío del cuestionario a cada docente de forma telemática vía Google Forms a través de su correo corporativo personal y/o enlace al cuestionario. En este sentido, se pide iniciar sesión para asegurarse una única participación por docente.

8.1 ÉTICA DE LA INVESTIGACIÓN.

El presente trabajo se desarrolla de acuerdo con los principios éticos y formales propios de cualquier trabajo de investigación. En esta línea, se citan y referencian, de acuerdo a la normativa APA vigente, todas las ideas y aportaciones necesarias para la contextualización y creación del marco teórico de este trabajo, así como también se señala la autoría de los instrumentos y medidas que se utilizan para tal fin.

Por otra parte, la finalidad de este trabajo es puramente académica y se rige según los cauces propuestos en los objetivos del mismo. De esta forma, se asegura que los datos que aquí se presentan son originales, claros, objetivos y transparentes, quedando descartado cualquier tipo de falsificación de datos o uso indebido de los mismos (Buendía y Berrocal, 2001; Buendía, Colás y Hernández, 1998).

Por último, en cuanto a los participantes, se garantiza el derecho a la privacidad de los mismos y se contempla tanto su anonimato como el de los centros en los que desarrollan su labor docente. Por otra parte, se pone en posesión de los participantes un consentimiento informado (anexo 3) con información referente a los principios, contenidos y objetivos del estudio, así como las condiciones de la misma en términos de voluntariedad, anonimato y confidencialidad.

9. ESTRATEGIA ANALÍTICA

La estrategia analítica que se emplea para dar respuesta a los objetivos que se proponen es, en primer lugar, tomar como referencia los porcentajes de la primera sección del cuestionario facilitados por Google Forms para establecer las características sociodemográficas de la muestra (tabla 1).

En segundo lugar, se presenta un análisis descriptivo con los valores medios de Burnout de la muestra docente disgregados en las 3 subescalas de su constructo (agotamiento emocional, despersonalización y realización personal) junto con la mediana, moda, rango, desviación típica y desviación media (tabla 3)

En tercer lugar, se realizan análisis estadísticos inferenciales y descriptivos para buscar una posible asociación entre los niveles de Burnout que se observan en la muestra y las variables sociodemográficas que se analizan. En particular, se aplica el Coeficiente Correlacional de Pearson para correlacionar las variables “experiencia laboral” y “edad” con los valores que arroja la muestra para cada una de las subescalas de Burnout, mientras que para observar la independencia de las variables “sexo”, “ámbito docente”, “puesto laboral”, “hijos” y “relaciones personales” se aplica la Prueba de Chi Cuadrado.

Con respecto a este tercer punto, se presentan cuadros para cada cruce de variables en los que se refleja el número de docentes en cada nivel (alto, medio y bajo) de cada una de las subescalas y su porcentaje (tablas 6, 7, 8 y 9) para las variables sociodemográficas sexo, relaciones personales, hijos, ámbito docente y puesto laboral y un cuadro (tabla 3) con los valores de r para la correlación entre las variables edad y años de experiencia con las medias de cada una de las subescalas del constructo de Burnout.

Para todo lo anterior, se recogen de forma sistemática y por escrito las respuestas de cada uno de los participantes, convirtiendo las respuestas tipo likert de la segunda sección del cuestionario (MBI-ED) a sus valores numéricos (0-6) para realizar el cálculo de los niveles de cada subescala de Burnout individuales y agregados por rasgos sociodemográficos.

TÍTULO III

ANÁLISIS DE RESULTADOS Y DISCUSIÓN

10. ANÁLISIS DE RESULTADOS

10.1 NIVEL DE BURNOUT DE LA MUESTRA

El análisis de los resultados arrojados por la segunda sección del cuestionario refleja que la muestra docente evaluada presenta niveles de Burnout bajos en agotamiento emocional, bajos en despersonalización y altos en realización personal (i). Para su análisis, se toma el valor numeral de cada respuesta de la escala Likert (0-6) y se suman los valores de los ítems relativos a cada subescala de Burnout del MBI-ED. Finalmente, se calcula la media de las puntuaciones de toda la muestra para cada subescala. La siguiente tabla (tabla 3) recoge los datos relativos a la media, mediana, moda, rango, desviación estándar y desviación media del MBI-ED de la muestra:

Tabla 3

Media, mediana, moda, rango, desviación típica y desviación estándar de la muestra.

	AGOTAMIENTO EMOCIONAL	DESPERSONALIZACIÓN	REALIZACIÓN PERSONAL (i)
MEDIA	18,07	3,03	39,45
MEDIANA	16	1	41
MODA	10	0	41
RANGO	0 - 51	0 - 20	22 - 48
DT	10,53	3,84	5,62
DM	8,51	3	4,36

Fuente: Propia

La comparación de las puntuaciones medias de la muestra para cada subescala con la tabla de clasificación (tabla 2) del MBI-ED define un nivel bajo en agotamiento emocional pero muy próximo al límite inferior del nivel medio de la subescala (19), y claramente bajo en la escala de despersonalización. En lo relativo a la subescala de realización personal (i), se define un nivel alto pero muy próximo al límite superior del nivel medio de la subescala (39).

10.2 EDAD, EXPERIENCIA Y BURNOUT

La aplicación del Coeficiente Correlacional de Pearson a las variable edad y Burnout arroja resultados que sugieren que la correlación es muy baja positiva para edad y agotamiento emocional, muy baja positiva para edad y despersonalización y muy baja negativa para edad y realización personal.

Por otra parte, las puntuaciones arrojadas por r a la correlación entre experiencia y Burnout de la muestra indican una correlación muy baja positiva entre experiencia y agotamiento emocional, baja positiva entre experiencia y despersonalización y muy baja negativa entre experiencia y realización personal. Las puntuaciones r de todas las correlaciones se muestran en la siguiente tabla (tabla 4):

Tabla 4

Coefficiente correlacional de Pearson para Burnout- edad y Burnout- experiencia.

SUBESCALA	EDAD- r	EXPERIENCIA- r
Agotamiento emocional	0,02	0,1
Despersonalización	0,02	0,21
Realización personal	-0,04	-0,02

Fuente: Propia

Como se puede ver, los valores r para la correlación entre ambas variables y las tres subescalas de Burnout son muy próximos a 0, indicando ausencia de correlación.

10.3 SEXO Y BURNOUT

El cruce de los datos relativos a los niveles de Burnout para cada subescala respecto a ambos sexos se expresa en la siguiente tabla (tabla 5) en n y %:

Tabla 5

Prevalencia de Burnout en la muestra en n y % por subgrupos de la variable "sexo".

SEXO	AGOTAMIENTO EMOCIONAL			DESPERSONALIZACIÓN			REALIZACIÓN PERSONAL		
	BAJO	MEDIO	ALTO	BAJO	MEDIO	ALTO	BAJO	MEDIO	ALTO
Varón	13 (65%)	4 (20%)	3 (15%)	17 (85%)	2 (10%)	1 (5%)	2 (10%)	6 (30%)	12 (60%)
Mujer	91 (59%)	32 (21%)	31 (20%)	121 (79%)	22 (14%)	11 (7%)	12 (8%)	51 (33%)	91 (59%)

Fuente: Propia

Los porcentajes muestran una relación similar entre los diferentes niveles de cada subescala para ambos sexos, con los mayores porcentajes en niveles bajos para agotamiento emocional y despersonalización y alto en la subescala de realización personal, seguidos por niveles medios y altos (agotamiento emocional y despersonalización y medios y bajos (realización personal). Por otra parte, la aplicación del estadístico Chi Cuadrado coincide con lo observable, siendo χ^2 calculado para agotamiento emocional (0,35), despersonalización (0,45) y realización personal (0,16) inferior a χ^2 tabular (5,9915) para dos grados de libertad y un margen de error del 5%. Por lo tanto, se acepta la hipótesis nula (H_0) y la independencia de las variables sexo y Burnout.

10.4 RELACIONES PERSONALES Y BURNOUT

La muestra del estudio presenta la siguiente disposición en cuanto a relaciones personales y niveles de burnout para cada subescala (tabla 6):

Tabla 6

Prevalencia de Burnout en n y % por subgrupos de la variable “relaciones personales”.

RELACIONES PERSONALES	AGOTAMIENTO EMOCIONAL			DESPERSONALIZACIÓN			REALIZACION PERSONAL		
	BAJO	MEDIO	ALTO	BAJO	MEDIO	ALTO	BAJO	MEDIO	ALTO
c/ pareja	82 (60%)	30 (22%)	24 (18%)	113 (83%)	15 (11%)	8 (6%)	8 (6%)	43 (32%)	85 (62%)
s/ pareja	23 (61%)	5 (13%)	10 (26%)	25 (66%)	9 (24%)	4 (10%)	6 (16%)	14 (37%)	18 (47%)

Fuente: Propia

La comparación de los porcentajes de participantes para cada grupo de la variable relaciones personales muestra similitudes para los diferentes niveles de Burnout en cada subescala, con los porcentajes más elevados en niveles bajos de agotamiento emocional y despersonalización y altos en realización personal, repartiendo el porcentaje restante en los otros niveles de forma escalonada (medio y alto para agotamiento emocional y despersonalización y medio y bajo para realización personal). La única diferencia que se observa es en agotamiento emocional, donde el menor porcentaje de la muestra se presenta en niveles bajos para docentes sin pareja y medios para docentes con pareja.

La aplicación de Chi Cuadrado arroja un valor para χ^2 calculado de 2,3 para relaciones personales y la subescala de agotamiento emocional, y de 5,5 y 5 para relaciones personales y las subescalas de despersonalización y realización personal, respectivamente. En los tres casos, χ^2 calculado es inferior al χ^2 tabular para dos grados de libertad y un margen de error del 5%, aceptándose la hipótesis nula y, por tanto, la independencia de las dos variables.

10.5 HIJOS Y BURNOUT

La muestra docente presenta una distribución pareja en los dos grupos de la variables hijos (88 docentes con hijos y 86 docentes sin hijos). De igual forma, tal y como se puede ver en la siguiente tabla (tabla 7), el porcentaje de docentes en cada nivel de Burnout para cada subescala mantiene relaciones similares. La mayor parte de los docentes de ambos grupos presentan niveles bajos en agotamiento emocional y altos en realización personal. Este porcentaje aumenta todavía más en el caso de la subescala de despersonalización, donde un 76% y un 80% de la muestra con hijos y sin hijos, respectivamente, presentan niveles bajos de Burnout en dicha subescala.

Tabla 7
Prevalencia de Burnout en n y % por subgrupos de la variable "hijos".

HIJOS	AGOTAMIENTO EMOCIONAL			DESPERSONALIZACIÓN			REALIZACIÓN PERSONAL		
	BAJO	MEDIO	ALTO	BAJO	MEDIO	ALTO	BAJO	MEDIO	ALTO
c/ hijos	52 (59%)	18 (20,5%)	18 (20,5%)	67 (76%)	15 (17%)	6 (7%)	4 (5%)	30 (34%)	54 (61%)
s/ hijos	52 (61%)	19 (22%)	15 (17%)	69 (80%)	12 (14%)	5 (6%)	9 (10%)	28 (33%)	49 (57%)

Fuente: Propia

En consonancia con lo que muestran los porcentajes, χ^2 calculado para dicha asociación arroja valores de 0,26, 0,45 y 2,22 para agotamiento emocional, despersonalización y realización personal, respectivamente, siendo en los 3 casos muy inferior al χ^2 tabular (5,9915) para dos grados de libertad y un margen de error del 5%, aceptándose así H_0 y la independencia de las variables relacionadas.

10.6 ÁMBITO DOCENTE Y BURNOUT

En lo referente a la asociación entre Burnout y el ámbito docente de la muestra (tabla 8), existe una sensible diferencia entre los niveles de Burnout en cada subescala para los docentes que imparten una especialidad con respecto a los docentes de EI y EP. En términos generales, se observan menores porcentajes en nivel bajo de agotamiento emocional y nivel alto de realización personal, lo que se traduce en un mayor número de docentes de este ámbito con tendencia a la prevalencia de Burnout que no se observa en maestros de EI y EP. Especialmente, el porcentaje de docentes de especialidades que presentan niveles altos de agotamiento emocional doblan holgadamente al de sus compañeros de EI y EP, y se observa que menos de la mitad de la muestra de docentes de especialidades reflejan un nivel alto (saludable) en realización personal. Aunque la diferencia no es tan sensible, en la subescala de despersonalización el porcentaje relativo a un nivel bajo es inferior a la de los otros dos grupos. Por el contrario, el grupo que presenta valores más benevolentes en cuanto a la prevalencia del Burnout es el de EI, con resultados relativamente semejantes a los docentes de EP.

Tabla 8
Prevalencia de Burnout en n y % por subgrupos de la variable "ámbito docente".

ÁMBITO DOCENTE	AGOTAMIENTO EMOCIONAL			DESPERSONALIZACIÓN			REALIZACIÓN PERSONAL		
	BAJO	MEDIO	ALTO	BAJO	MEDIO	ALTO	BAJO	MEDIO	ALTO
E. Primaria	54 (64%)	18 (22%)	12 (14%)	66 (79%)	12 (14%)	6 (7%)	8 (10%)	22 (26%)	54 (64%)
E. Infantil	21 (68%)	6 (19%)	4 (13%)	28 (90%)	3 (10%)	0 (0%)	0 (0%)	10 (32%)	21 (68%)
Especialidad	29 (49%)	10 (17%)	20 (34%)	42 (71%)	11 (19%)	6 (10%)	6 (10%)	25 (42%)	28 (48%)

Fuente: Propia

Por su parte, la aplicación de Chi Cuadrado al ámbito docente en relación a las subescalas de Burnout arroja un valor de χ^2 calculado de 9,57 para agotamiento emocional, 4,89 para despersonalización y 7,91 para realización personal. La comparación con χ^2 tabular para tres grados de libertad y un margen de error del 5% ($\chi^2_{t=9,4877}$) indica que se acepta la hipótesis nula (H_0) y, por lo tanto, la independencia de las subescalas de despersonalización y realización personal con el ámbito docente al ser χ^2 calculado inferior a χ^2 tabular. Sin embargo, χ^2 calculado para la relación agotamiento emocional- ámbito docente (9,57) es superior a χ^2 tabular, por lo que se acepta la hipótesis alternativa (H_1) y la dependencia de las dos variables.

10.7 PUESTO LABORAL Y BURNOUT

La asociación entre la variable dependiente “puesto laboral” y la variable independiente relativa a las subescalas de burnout (tabla 9) muestra resultados similares. La mayor parte de ambos grupos de docentes presentan niveles bajos en agotamiento emocional y despersonalización y altos en realización personal, si bien se observan cambios en lo referente a la subescala de despersonalización, donde hay más docentes de centros públicos con nivel medio que bajo, al contrario de lo que ocurre con los docentes que realizan su actividad profesional en la escuela privada o concertada.

Tabla 9

Prevalencia de Burnout en n y% por subgrupos de la variable "puesto laboral".

PUESTO LABORAL	AGOTAMIENTO EMOCIONAL			DESPERSONALIZACIÓN			REALIZACIÓN PERSONAL		
	BAJO	MEDIO	ALTO	BAJO	MEDIO	ALTO	BAJO	MEDIO	ALTO
Público	80 (59%)	29 (21%)	27 (20%)	104 (76%)	23 (17%)	9 (7%)	12 (9%)	47 (34%)	77 (57%)
Privado	24 (63%)	7 (18,5%)	7 (18,5%)	33 (87%)	2 (5%)	3 (8%)	2 (5%)	10 (26%)	26 (69%)

Fuente: Propia

La aplicación de Chi Cuadrado a la relación entre puesto laboral con cada una de las subescalas de Burnout arroja un χ^2 calculado de 0,29 para agotamiento emocional, de 3,29 para despersonalización y de 1,78 para realización personal; todos inferiores al χ^2 tabular (5,9915) para dos grados de libertad y un margen de error del 5%. Se acepta por tanto H_0 y la independencia del puesto laboral con respecto a las tres subescalas de Burnout.

11. CONCLUSIONES

11.1 EN RELACIÓN A LOS OBJETIVOS

El análisis de los datos extraídos de la revisión del cuestionario combinado administrado y cumplimentado a través de las estrategias planteadas indican, en términos generales y en relación al objetivo general del trabajo, que no existe asociación entre la prevalencia de Burnout para cada una de las subescalas de su constructo y las variables sociodemográficas analizadas en la muestra de docentes de EI, EP y especialidades de centros públicos y privados/ concertados de la CA de Galicia.

Esto parece ir en consonancia con los resultados de investigaciones realizadas en estudios similares por el territorio español y Latinoamérica, donde se expone que los resultados obtenidos son inconsistentes y contradictorios en muchos casos (Caldas, 2018; Sánchez, 2015; Díaz, López y Varela, 2012; Moreno, Garrosa y González, 2000; Caballero, 2018; Zavala, 2008; Moriana y Herruzo, 2004; Esteras, Chorot y Sandín, 2014; Hernández, 2018).

A colación de esto, la muestra estudiada presenta de media niveles benevolentes en cuanto a prevalencia de Burnout, con un nivel bajo en agotamiento emocional (18,07), bajo en despersonalización (3,03) y alto en realización personal (39,45), lo que sugiere que la población de docentes del contexto específico estudiado no presenta síntomas plausibles de Burnout.

En relación al primer objetivo específico del trabajo “determinar cuáles son las variables sociodemográficas relevantes y que influyen de forma determinante en el síndrome de Burnout”, se concluye que:

- La variable “ámbito docente” influye significativamente en la prevalencia del Burnout docente.

En relación al segundo objetivo específico “establecer la asociación existente entre las variables sociodemográficas analizadas y el grado de prevalencia de Burnout”, se concluye que:

- Los valores generales de Burnout son más altos en las subescalas de agotamiento emocional y despersonalización y más bajos en la subescala de realización personal (i) en los docentes de especialidades con respecto a docentes de infantil y primaria.
- Existe dependencia entre la variable “ámbito docente” y la subescala de Burnout de despersonalización.

En relación al tercer objetivo específico “determinar cuáles son los colectivos docentes más propensos a sufrir el síndrome de Burnout” se concluye que:

- Los docentes que imparten alguna especialidad son más propensos a sufrir el síndrome de Burnout.

En relación al primer y segundo objetivo específico del trabajo, el estadístico χ^2 sí parece indicar que existe relación entre el ámbito docente y la prevalencia de Burnout en la subescala de agotamiento emocional. Concretamente, este estadístico, junto al análisis de los porcentajes por grupos y niveles de burnout, indica que los docentes que ejercen su actividad laboral impartiendo alguna especialidad presentan mayores niveles de Burnout en dicha subescala.

En lo referente al tercer objetivo específico, la observación conjunta de las 3 subescalas de Burnout respecto a la variable del ámbito docente, también sugiere un aumento generalizado de burnout para este grupo, siendo sus porcentajes en niveles de baja prevalencia del síndrome sensiblemente inferiores a los de sus compañeros. En concreto, la media aislada de este grupo para Burnout es media en agotamiento emocional (20,49), baja en despersonalización (3,74) y media en realización personal (38,12), lo que indica que, en comparación con docentes de EI y EP, tienen mayor prevalencia en Burnout, especialmente en las subescalas de agotamiento emocional y realización personal.

11.2 LIMITACIONES, SUGERENCIAS Y PROPUESTAS.

La administración y cumplimentación del cuestionario combinado utilizado para desarrollar este trabajo se ve implicado por el estado de alarma decretado debido al Covid-19. La situación laboral docente derivada de las implicaciones que dicho estado de alarma ha producido es susceptible de alterar la objetividad de las respuestas de la muestra en relación a la segunda sección del cuestionario (MBI-ED).

Por otra parte, debido también a estas circunstancias, no es posible realizar un muestreo aleatorio, por lo que se administra el cuestionario combinado por conveniencia y oportunidad. Esto conlleva no poder generalizar los resultados como si de un muestreo probabilístico se tratara y, por lo tanto, los resultados obtenidos están condicionados por ello.

También se registran problemas de participación con docentes que, debido al estado de alarma, han visto incrementadas sus horas de dedicación laboral y no quieren ni/o pueden participar en el estudio.

Por todo ello, se sugiere que para un análisis más preciso y para la obtención de datos más objetivos se repita el cuestionario en algún momento fuera del estado de alarma y a través de un muestreo probabilístico. En base a las diferencias significativas en número de participantes entre grupos de determinadas variables sociodemográficas, se sugiere también incrementar la muestra.

A raíz de los resultados referentes a la dependencia de las variables "Burnout" y "ámbito docente", se propone también profundizar en el análisis de esta asociación, particularizando en el estudio de las diferentes especialidades que se imparten en las etapas educativas de Educación Infantil y Primaria.

Por último, se valora la posibilidad de añadir determinadas variables sociodemográficas que no son evaluadas en este trabajo.

11.3 PERSPECTIVAS DE FUTURO

Revisadas las puntualizaciones del apartado interior, no parece fértil seguir esta línea de investigación. A raíz de los datos indexados, no parece que la prevalencia de Burnout guarde una especial relación con las variables sociodemográficas analizadas de la comunidad docente de la CA de Galicia a excepción del ámbito docente. En este sentido, si bien podría considerarse un nuevo estudio más específico centrado en esta variable, la realidad de los datos que aquí se presentan refleja que el colectivo estudiado no presenta síntomas generalizados de Burnout.

No obstante y desde un punto de vista preventivo, parece importante seguir indagando en variables relacionadas con la prevalencia del Burnout en la especificidad del contexto docente gallego, más teniendo en cuenta las consecuencias que dicho síntoma tiene sobre la economía, la salud laboral y la calidad de los procesos de enseñanza- aprendizaje.

11.4 CONSIDERACIONES FINALES

Aunque los datos que este trabajo arroja parecen indicar que la población docente que se evalúa presenta un nivel de prevalencia de Burnout relativamente saludable y que únicamente se encuentra una relación de dependencia entre todas las variables que se analizan, no se pueden obviar las múltiples casuísticas que pueden estar condicionando los resultados de esta investigación. En este sentido, un estudio no experimental en ningún caso puede establecer causalidad, un muestreo no probabilístico difícilmente puede generalizar resultados y unos datos que se obtienen mediante un cuestionario administrado en circunstancias tan excepcionales como las actuales, debidas al Covid-19, pueden no ser tan objetivos como los que se recogen en circunstancias regulares.

No obstante, tal y como se deduce de la literatura revisada para fundamentar este trabajo, las enfermedades de corte psicosocial en general, y el estrés laboral y el Burnout en particular, suponen una grave preocupación en el seno de la comunidad educativa que aumenta con el paso de los años. En este sentido, el estudio continuado de los diferentes aspectos relacionados con el Burnout genera nuevos conocimientos y abren nuevas vías de investigación para la detección de herramientas de prevención y atención a este síndrome.

El estudio del Burnout favorece la comprensión de las diferentes dimensiones que lo contextualizan, una comprensión que, desde un punto de vista centrado en las funciones psicopedagógicas, puede favorecer el diseño de planes, proyectos y programas de intervención y prevención para la mejora de condiciones laborales docentes, la mejora de la calidad educativa derivada de estas y el ahorro de los costes económicos derivados de las bajas producidas por dicho síndrome.

BIBLIOGRAFÍA

- Arís, N. (2009). El síndrome de Burnout en los docentes. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, 7(2), N° 18, pp. 829-848. Education & Psychology I+D+i and Editorial EOS: Barcelona. Recuperado de <http://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/1324/1444>
- Buendía, L., Berrocal, E. (2001). La ética de la investigación educativa. *Ágora Digital*, n° 01. Universidad de Huelva. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=963248>
- Buendía, L., Colás, M., Hernández, F. (1998). *Métodos de investigación en Psicopedagogía*. Madrid: McGRAW-HILL/INTERAMERICANA DE ESPAÑA, S. A. U.
- Buzzetti, D .A. (2005). *Validación del Maslach Burnout Inventory (MBI), en dirigentes del colegio de profesores a.g. de chile*. (Tesis doctoral). Universidad de Chile. Recuperado de http://www.tesis.uchile.cl/tesis/uchile/2005/buzzetti_m/sources/buzzetti_m.pdf
- Caballero, A. 2018. La afectación del síndrome de estar quemado o “burnout” en los docentes. Medidas preventivas y de intervención actuales. *Revista de Innovación Didáctica de Madrid*, N° 52, pp. 39-82: Madrid. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/331262163_Afectacion_del_sindrome_de_estar_quemado_o_burnout_en_los_docentes_Medidas_preventivas_y_de_intervencion_actuales
- Caldas, M. E. (2018). Prevención de riesgos laborales en el sector docente. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, Subdirección General de Documentación y Publicaciones: Madrid.
- Díaz, F.; López, A. M.; Varela, M. T. (2012). Factores asociados al síndrome de burnout en docentes de colegios de la ciudad de Cali, Colombia. *Universitas Psychologica*, Vol. 11, N° 1, enero- marzo 2012, pp. 217- 227. Pontificia Universidad Javeriana. Bogotá: Colombia. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64723234018>
- España. Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales [Internet]. Boletín Oficial del Estado, de 10 de noviembre de 1995. N° 269. [Consultado 2 de abril de 2020]. Disponible en <https://www.boe.es/eli/es/l/1995/11/08/31/con>
- España. Real Decreto 1299/2006, de 10 de noviembre, por el que se aprueba el cuadro de enfermedades profesionales en el sistema de la Seguridad Social y se establecen criterios para su notificación y registro [Internet]. Boletín Oficial del Estrado, 19 de diciembre de 2006. N° 302. [Consultado 2 de abril de 2020]. Disponible en <https://www.boe.es/eli/es/rd/2006/11/10/1299/con>

- España. Real Decreto Legislativo 8/2015, de 30 de octubre, por el que se aprueba el texto refundido de la Ley General de la seguridad Social [Internet]. Boletín Oficial del Estado, de 31 de octubre de 2015. Nº 261, pp. 103291 a 103519 [Consultado 2 de abril de 2020]. Disponible en <https://www.boe.es/eli/es/rdlg/2015/10/30/8>
- Esteras, J.; Chorot, P.; Sandín, B. (2014). Predicción del burnout en los docentes: papel de los factores organizacionales, personales y sociodemográficos. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 19, nº 2, pp.79-92. Enero 2014. DOI: <http://dx.doi.org/10.5944/rppc.vol.19.num.2.2014.13059>
- Extremera, N., Fernández-Berrocal, P. y Durán, A. (2003). Inteligencias emocionales y burnout en profesores. *Encuentros en Psicología Social*, 1, pp. 260-265. Recuperado de: http://emotional.intelligence.uma.es/documentos/PDF5burnout_en_profesores.pdf
- Franco, C. (2010). Intervención sobre los niveles de burnout y resiliencia en docentes de educación secundaria a través de un programa de conciencia plena (mindfulness). *Revista Complutense de Educación*, Vol. 21, Nº2, pp. 271-288. Recuperado de: <https://revistas.ucm.es/index.php/RCED/article/view/RCED1010220271A/15079>
- García, M. (2002). Bajas laborales y riesgos psicosociales en la enseñanza. Confederación de STEs-Intersindical: El sindicalismo autónomo y asambleario. Recuperado de: https://www.intersindical.org/salutlaboral/stepv/vall_bajlab.pdf
- Guerrero, E., Rubio, J. C. (2005). Estrategias de prevención e intervención del “burnout” en el ámbito educativo. *Salud mental*, 28(5), pp. 27-33. Recuperado en 23 de abril de 2020, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252005000500027&lng=es&tlng=es
- Gutiérrez, P.; Morán, S. y Sanz, I. (2005). El estrés docente: elaboración de la escala ed-6 para su evaluación. *Revista Electrónica de Investigación y Evaluación Educativa*, Vol. 11, Nº 1. Recuperado de: https://www.uv.es/RELIEVE/v11n1/RELIEVEv11n1_3.pdf
- Hernández, J. (2016). La modernidad líquida. *Política y cultura*, Nº. 45, pp. 279-282. Unidad Autónoma Metropolitana. Unidad Xochimilco: México. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/267/26745428014.pdf>
- Hernández, X. (2018). *Análisis del Burnout y engagement en docentes: un estudio de diario*. (Tesis doctoral). Universidad Complutense de Madrid. Facultad de Psicología, departamento de psicología social: Madrid. Recuperado de <https://eprints.ucm.es/46770/1/T39672.pdf>

- Hernández, R.; Fernández, C.; Baptista, M. P. (2014). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw-Hill. Recuperado de: <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wpcontent/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Marrau, C. M. (2004). *El síndrome de Burnout y sus posibles consecuencias en el trabajador docente*. Fundamentos en humanidades. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2004369>
- Martínez, A. (2005). La consideración del síndrome del «Burn out» como constitutivo de la contingencia profesional del accidente de trabajo origen de la declaración de incapacidad permanente absoluta. *Revista del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales*, N^o. 59, pp. 213-224. Recuperado de: http://www.mitramiss.gob.es/es/publica/pub_electronicas/destacadas/revista/numeros/59/Est08.pdf
- Moreno, B., Garrosa, E., González, J. (2000). La evaluación del estrés y el burnout del profesorado: el CBP- R. *Revista de Psicología del Trabajo y las Organizaciones*, 16 (1). pp 331-349. Recuperado de https://www.uam.es/gruposinv/esalud/Articulos/Salud%20Laboral/cuestionario_cbp-r.pdf
- Moriana, J.A., Herruzo, J. (2004). Estrés y burnout en profesores. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 4 (3), pp. 597-621. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/337/33740309.pdf>
- Renedo, M. J. (2018). *La Recomendación Europea y las principales modificaciones que incorpora la nueva regulación de enfermedades profesionales*. Recuperado de: <http://www.elaboralista.com/media/docs/2018-03-02-ponencia-renedo-juarez.pdf>
- Rodríguez, D. (2018). *El proyecto de investigación*. Barcelona: Fundació per a la Universitat Oberta de Catalunya. Recuperado de http://materials.cv.uoc.edu/daisy/Materials/PID_00259402/pdf/PID_00259402.pdf
- Sánchez, J. M. (2015). *Burnout, resiliencia y frustración existencial en el Personal de la Administración y Servicios de la Universidad de Zaragoza* (Tesis doctoral). Universidad de Salamanca: Salamanca. Recuperado de <https://gedos.usal.es/handle/10366/128818>
- Seisdedos, N. (1997). *Introducción, normalización y comentarios a la versión española del MBI*. Maslach, C. y Jackson, S. E. TEA: Madrid.
- Trallero, C. (2006). *Tratamiento del estrés docente y prevención del Burnout con musicoterapia autorrealizadora*. Universidad de Barcelona: Departamento de Didáctica de la Expresión Musical y Corporal. Recuperado de: <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/11519/1/tratamiento%20estres%20docente.pdf>

Unión Europea. Recomendación (UE) 2003/670/CE de la Comisión, de 19 de septiembre de 2003, relativa a la lista europea de enfermedades profesionales [Internet]. Diario Oficial de la Unión Europea L 238/28, 25 de septiembre de 2003. [Consultado 2 de abril de 2020]. Recuperado de: <https://www.boe.es/doue/2003/238/L00028-00034.pdf>

Zavala, J. (2008). Estrés y burnout docente: conceptos, causas y efectos. *Educación*, Vol. XVII, Nº 32, marzo 2008, pp. 67- 86. Recuperado de: [http://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/123456789/1817/2008_Zavala_Estr%
c3%a9s%20y%20burnout%20docente-%20conceptos%2c%20causas%20y%20efectos.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/123456789/1817/2008_Zavala_Estr%c3%a9s%20y%20burnout%20docente-%20conceptos%2c%20causas%20y%20efectos.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

ANEXO 1: CRONOGRAMA

FASES	TAREAS	MARZO 2020	ABRIL 2020	MAYO 2020	JUNIO 2020
1. DOCUMENTACIÓN	1.1 Lectura de materiales de referencia				
	1.2 Elaboración de la introducción.				
	1.3 Planteamiento del problema.				
2. FUNDAMENTACIÓN	2.1 Diseño del marco normativo				
	2.2 Diseño del marco teórico				
3. PROPUESTA METODOLÓGICA	3.1 Diseño metodológico del estudio				
	3.2 Definición de los participantes				
	3.3 Descripción de los instrumentos				
	3.4 Desarrollo del procedimiento				
	3.5 Definición de la estrategia analítica de los datos.				
4. APLICACIÓN					
5. ELABORACIÓN FINAL Y ENTREGA					

ANEXO 2: CUESTIONARIO

Sección 1. Datos sociodemográficos

1. SEXO

Hombre

Mujer

2. EDAD

3. EXPERIENCIA LABORAL (AÑOS)

4. RELACIONES PERSONALES

C/ Pareja

S/ Pareja

5. N° DE HIJOS/AS

C/ Hijos

S/ Hijos

6. ÁMBITO DOCENTE

Ed. Infantil

Ed. Primaria

Especialidad

7. PUESTO LABORAL

Público

Privado/ Concertado

Sección 2. Cuestionario de Burnout para docentes. (Maslach, Jackson y Schwab, 1986; en Seisdedos, 1997)

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

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

AE: Agotamiento Emocional; RP: Realización Personal; D: Despersonalización.

ANEXO 3: CONSENTIMIENTO INFORMADO

Mediante el presente informe se solicita a usted, en virtud de su condición de docente, que participe en el estudio derivado de un trabajo de fin de máster.

1. Descripción del estudio.

El estudio tiene como finalidad el análisis de las posibles asociaciones entre las variables sociodemográficas características de la población docente de primaria e infantil y la prevalencia del síndrome de Burnout, también conocido como síndrome de estar quemado en el trabajo. Los datos obtenidos se utilizarán para intentar identificar posibles colectivos docentes más susceptibles a padecer dicho síndrome y valorar la posibilidad de adaptar dichas particularidades a futuros planes de prevención de Burnout docente. Para ello, se propone su participación en el estudio a través de la cumplimentación de un cuestionario que integra ítems relativos al constructo del burnout basados en el instrumento “Maslach Burnout Inventory Educator Survey” e ítems referentes a las variables sociodemográficas anteriormente mencionadas. En particular, estas variables son: el sexo, la edad, relaciones personales, años de experiencia en la profesión docente, estado civil, ámbito docente (ed. infantil, ed. primaria o especialista) y puesto laboral (público o privado/concertado).

2. Condiciones de la participación.

Su participación como parte de la muestra del estudio es completamente voluntaria. Tanto su nombre con el del centro serán completamente anónimos y los datos confidenciales, siendo utilizados únicamente en el ámbito académico para los objetivos propuestos en el primer apartado. La participación en este estudio no conlleva ningún tipo de riesgo ni beneficio personal ni se prevé ningún tipo de compensación por la participación.

3. Cuestionario.

El cuestionario propuesto está constituido por 29 ítems y su cumplimentación tiene una duración estimada de 15 minutos. Todos los ítems, a excepción de “edad” y “años de experiencia docente” son de respuesta cerrada dicotómicas o politómicas. Se ruega objetividad y reflexión en la respuesta, recordando que los datos serán analizados de forma grupal (toda la muestra docente) y no individualmente para cada docente. El cuestionario será autoadministrado vía telemática y se cumplimentará a través de la plataforma Google Forms.

4. Fechas.

El período de cumplimentación del cuestionario para la participación en este estudio será desde las 12:00 del 01/05/2020 hasta las 00:00 del 06/05/2020.

5. Consentimiento.

A tal efecto, se considera la cumplimentación del cuestionario facilitado posteriormente a la lectura de este documento como una libre aceptación de los términos de participación en el estudio.